



Pflege zu Hause „Familiale Pflege“

Gemeinsam statt allein !

Gesprächskreis für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz

Die Pflege und Begleitung von Menschen mit Demenz stellt Angehörige täglich vor besondere Herausforderungen. Oft entstehen Gefühle von Überforderung, Hilflosigkeit oder Einsamkeit. Gleichzeitig gibt es viele Fragen rund um den Umgang mit der Erkrankung und die eigene Entlastung.

Der Gesprächskreis für pflegende Angehörige bietet einen geschützten Rahmen, in dem Betroffene sich austauschen, gegenseitig stärken und voneinander lernen können.

Inhalte und Angebote des Gesprächskreises:

- Erfahrungsaustausch: Möglichkeit, offen über Sorgen, Ängste und Belastungen zu sprechen.
- Gemeinschaft und Unterstützung: Begegnung mit Menschen, die ähnliche Situationen erleben – Verständnis und gegenseitige Ermutigung stehen im Mittelpunkt.
- Stärkung der eigenen Ressourcen: Tipps zur Selbstfürsorge, Stressbewältigung und zur Bewahrung der eigenen Gesundheit

Zielgruppe

Pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz, unabhängig vom Pflegegrad oder der Pflegesituation.

Ziel des Gesprächskreises

Der Gesprächskreis möchte Angehörigen helfen, Kraft zu schöpfen, neue Perspektiven zu gewinnen und praktische Hilfen für den Pflegealltag mitzunehmen. Gleichzeitig soll er ein Ort sein, an dem Sorgen geteilt und wertvolle Kontakte geknüpft werden können.

Wann: **dritten Montag im Monat in der Zeit von 17:30 bis 20:00 Uhr.**

Wo: **Eingangshalle der Sana Kliniken Duisburg**

Anmeldungen: **Fr. Kaspari - Plew 0176/24776345 oder sabine.kaspari-plew@sana.de**

Oder besuchen Sie uns im Internet:

