

Aktuelle Neuigkeiten und Informationen zum Thema Demenz vom Netzwerk-Demenz Mainz-Bingen

Auszeit im Online-Pflegecafé der Selbsthilfe

RHEINLAND-PFALZ. Zusammenkommen, Kraft tanken: Die Kontaktbüros **PflegeSelbsthilfe** der WeKISS und KISS Mainz des Paritätischen Landesverbandes Rheinland-Pfalz/Saarland laden am 15. September 2021 um 15 Uhr wieder ein zum Online-Café WIRtuell.

„Auch einmal herzlich über eine schräge Situation lachen, das tut super gut“ bemerkt eine Pflegende Angehörige beim Online-Pflegecafé. Froh, sich austauschen zu können, Erfahrungen zu teilen und von anderen zu hören, sprechen die Gäste sehr offen und lebhaft und bringen vielfältige Themen aus dem Pflegealltag auf den Tisch. An- und Zugehörige, die Menschen pflegen, nehmen sich häufig wenig Zeit und Raum für sich selbst. Aber gerade das ist enorm wichtig – um auf Dauer die Pflege für einen nahestehenden und geliebten Menschen zu sichern und: um selbst gesund zu bleiben.

Was tut uns gut? In der PflegeSelbsthilfe haben Angehörige den Raum für eine Auszeit. Persönliche Themen, auch mal „Dampf ablassen“, Fragen klären und gegenseitig von Erfahrungen profitieren – das stärkt die eigenen Ressourcen und kann neue Perspektiven erwecken. Pflegende An- und Zugehörige sind herzlich eingeladen, online zusammenzukommen.

Noch ist das Treffen online. Wie können Gruppentreffen in Zukunft aussehen? Sind Präsenztreffen gewünscht? Bleiben digitale Angebote interessant? Ausdrücklich eingeladen sind alle, die bisher noch keine Übung mit der Teilnahme an einer Veranstaltung über ein Videokonferenzsystem haben. Sie haben Gelegenheit, vor der Veranstaltung eine individuelle Einweisung per Telefon zu erhalten – dazu ist eine Terminvereinbarung mit dem Kontaktbüro PflegeSelbsthilfe erforderlich. Weitere Informationen über www.pflegeselbsthilfe-rlp.de/blog. Die Veranstaltung ist kostenfrei. Anmeldung erforderlich über www.pflegeselbsthilfe-rlp.de/blog

Telefon: 06131/ 1433092

E-Mail: pflegeselbsthilfe@kiss-mainz.de

PflegeSelbsthilfe in Rheinland-Pfalz: Weggemeinschaften statt Isolation

Die Kontaktbüros PflegeSelbsthilfe werden zur Entlastung pflegender Angehöriger vom Land Rheinland-Pfalz sowie den gesetzlichen und privaten Krankenkassen gefördert. Pflegende An- und Zugehörige sind in der häuslichen Pflege häufig auf sich allein gestellt. Um Austausch und Begegnung auf Augenhöhe zu unterstützen, initiieren und begleiten die Kontaktbüros PflegeSelbsthilfegruppen.