

1. Termin
6. Dezember 2023
19:00–20:30



Digitale Selbsthilfegruppe für alle pflegende Angehörige

jeden 1. Mittwoch im Monat, online,
über Zoom, kostenlos

*In einem Moment läuft das Leben
rund und im nächsten Augenblick
ist alles anders, wenn eine
Pflegesituation entsteht.*

Anmeldung und Teilnahme an der Selbsthilfegruppe

**Zuhören, sich mitteilen dürfen,
Erfahrungen austauschen. Alles kann
besprochen werden, aber nichts muss.**

Die Selbsthilfegruppe findet online über
Zoom statt. Die Teilnahme ist kostenlos und
nicht mit einer *wir pflegen* Mitgliedschaft
verbunden. Einen Zugangslink erhalten Sie
nach Ihrer Anmeldung unter:

➤ selbsthilfe@nds.wir-pflegen.net

An alle pflegenden Angehörigen,

wenn eine Pflegesituation entsteht, ändert sich das Leben
der Familienmitglieder und Angehörigen unmittelbar.
Die Rolle der pflegenden Angehörigen kann anstrengend
und zermürend sein. Dies kann eine psychische und
körperliche Belastung darstellen.

Dann ist es gut, wenn jemand zuhört, der vielleicht das
Gleiche oder Ähnliches erlebt oder erlebt hat. Andere
Betroffene haben vielleicht schon Erfahrungen gemacht
und geben daraufhin Ideen oder Anregungen weiter.
Dafür wollen wir mit der Selbsthilfegruppe einen Rah-
men schaffen.

Der neu gegründete Landesverein *wir pflegen Niedersach-
sen* lädt Sie herzlich zu den Treffen ein. Wir freuen uns
auf einen gelungenen, gemeinsam Austausch mit Ihnen.

wir-pflegen.net/niedersachsen