

Austausch für Angehörige

GINDERICH. Wird eine nahe-
stehende Person plötzlich pflege-
bedürftig, stehen viele Angehöri-
ge vor einer ganz besonderen He-
erausforderung. Oft entsteht ein
Spagat zwischen dem Wunsch
oder der Verpflichtung zu helfen
und der Verantwortung für den
eigenen Lebensalltag.

Pflegeselbsthilfegruppen er-
möglichen einen Austausch in
einer offenen und vertrauens-
vollen Atmosphäre mit anderen
Menschen, die sich in ähnlichen
Situationen befinden. Dies fin-
det bei ganz unterschiedlichen
gemeinsamen Aktivitäten statt.
Gespräche mit anderen und das
dort entgegengebrachte Ver-
ständnis tun gut und können
emotional entlasten. Informatio-
nen und Tipps aus der Sicht von
Erfahrenen unterstützen dabei,
Herausforderungen besser zu
bewältigen und sich selbst dabei
nicht aus den Augen zu verlieren.

Die Selbsthilfegruppe trifft
sich jeden dritten Dienstag im
Monat von 18 bis 19.30 Uhr in
der Dorfschule Ginderich, Schul-
platz 1 in Wesel-Ginderich. Es gilt
die 3G-Regel. Wer Interesse hat,
sich dieser Gruppe anzuschlie-
ßen, meldet sich im Kontaktbüro
Pflegeselbsthilfe Kreis Wesel un-
ter Telefon 02841/900041 oder
per E-Mail an [pflegeselbsthilfe-
kreis-wesel@paritaet-nrw.org](mailto:pflegeselbsthilfe-kreis-wesel@paritaet-nrw.org).