

Pflegende im Alltag begleiten

Menschen, die pflegen, sind in vielen Lebensbereichen belastet. Der Kranke verändert sich, die Krankheit schreitet fort, die eigene Lebensplanung muss oft zurückgestellt werden. Oft fehlt im Alltag ein Mensch, mit dem man über die Probleme und Schwierigkeiten in der Pflege und Betreuung reden kann.

Das Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe
Ansprechpartner:
Martina Struensee
Tel: 0234/9445-147
Mail: m.struensee@drk-bochum.de



● Angehörigengesprächskreise in Weitmar, Linden und Querenburg

Regelmäßige Gesprächskreise geben zum Austausch zur gegenseitigen Unterstützung und zur Information Gelegenheit. Hier können Angehörige

- ihre Erfahrungen mit anderen Betroffenen austauschen
- Unterstützung von der Gruppe bekommen und Gemeinschaft erleben
- Zuspruch, Trost und persönliche Anteilnahme erfahren
- über belastende Situationen und Gefühle sprechen
- und bekommen fachliche Beratung und Informationen über spezielle Themen bekommen

Pflegende Angehörige erleben, dass sie nicht allein sind. Eine parallele Betreuung der Erkrankten wird in einer Gruppe angeboten.

Wir bieten folgende Gesprächskreise an:

Im DRK Zentrum, An der Holtbrügge 8, 44795 Bochum

Jeden 1. Montag u. jeden 4. Donnerstag im Monat 15.30-17.30 Uhr).

Eine parallele Betreuung der Erkrankten wird in einer Gruppe angeboten.

Im Seniorenbüro Süd, Querenburger Höhe 169, 44801 Bochum

Jeden 1. Dienstag im Monat um 17.00 Uhr

Im Seniorenbüro Südwest, Hattinger Str.787, 44879 Bochum

Jeden 2. Donnerstag im Monat 15.00-17.00 Uhr

Kosten: Eine Teilnehmergebühr wird nicht erhoben. Die parallele Betreuung für die Erkrankten beträgt 10 €.

● **TROTZDEMenz mitten im Leben**

Selbsthilfegruppe für Menschen im Frühen Stadium einer Demenz.

Die Gruppe soll Menschen mit Gedächtnisstörungen oder einer frühen Demenz die Möglichkeit geben, sich in einem geschützten Rahmen offen auszutauschen.

Der Kontakt zu Gleichbetroffenen steht im Mittelpunkt.

Das Treffen findet jeden 3. Mittwoch im Monat von 15.00- 17.00 Uhr im DRK Zentrum statt.

● **Frühstücks-Café**

Die Fürsorge für einen Demenzkranken bestimmt oft jahrelang den Alltag. Nach dieser intensiven Pflegezeit müssen Angehörige oft erst wieder „das Leben nach der Pflege“ lernen. Auch wenn ein Pflegebedürftiger in ein Pflegeheim umzieht, wirken viele Gedanken und Gefühle nach. Die Begleitung im Trauer-Café soll Zeit und Raum geben, gemeinsam Trennung und Trauer zu verarbeiten.

Das Trauer-Café findet einmal im Monat statt (4. Mittwoch von 10-12 Uhr).

Kosten: Eine Teilnehmergebühr wird nicht erhoben.