

## Wann ?

Wir treffen uns jeden  
2. und 4. Dienstag  
im Monat  
von  
14:30 Uhr – 16:00 Uhr  
(Änderungen werden bekannt gegeben)

## Wo ?

In Räumlichkeiten  
im Rathaus Lemwerder

## Kontakt

Frau Wien - Telefon: 0421 / 67 39 41

Büro der  
Gleichstellungsbeauftragten  
Betreuung sozialer Dienste

Senioren- und Pflegestützpunkt Landkreis  
Wesermarsch  
Telefon: 04401 / 82 94 82 90



Herzlich Willkommen

„HilDe“  
unterstützt!

Auszeit für pflegende  
Angehörige

Ein Angebot für  
pflegende Angehörige  
von demenzerkrankten Menschen



## Der Ausgangspunkt

Nur bei einer guten Selbstpflege sind Angehörige den Herausforderungen in der Begleitung eines Menschen mit Demenz gewachsen.

Daher holen Sie sich Unterstützung, und lernen offen mit der Erkrankung umzugehen.

## **„HilDe“ Hilfe bei Demenz**

Im Austausch mit anderen Angehörigen erfahren Sie, wie andere mit der Erkrankung umgehen und erlangen das Gefühl, nicht allein zu sein.

## Erfahrungen

Hier kann der / die Angehörige offen und geschützt über das eigene Erleben sprechen.

## Das Selbstvertrauen wird gestärkt.

Den eigenen Wünschen und dem eigenen Wohlbefinden wieder einen Raum zu geben, das ist eine gute Erfahrung in der Angehörigenarbeit.

So kann die Angehörigengruppe eine positive Veränderung der eigenen Lebensqualität bewirken.

## Informationen

„HilDe“ steht für „Hilfe bei Demenz“ und ist ein Angebot für pflegende Angehörige von demenziell erkrankten Menschen. Es bietet ihnen eine kurze Auszeit von der kräftezehrenden Aufgabe, sich um ihre Liebsten zu kümmern.

Was passiert mit meinen Angehörigen in der Zeit ?  
Damit Sie sich auch wirklich um sich selbst kümmern können, betreuen wir in dieser Zeit gerne auf Wunsch Ihre demenziell erkrankten Angehörigen mit unserem geschulten Personal.

## Kontakt

**Diakonie**  
**Sozialstation Stedingen „Atempause“**  
**Telefon: 01 52 / 37 150 785**