

Auszeit, die stärkt!

Noch Plätze frei in der geführten Gruppe für pflegende Angehörige in Taufkirchen



Symbolbild

Foto: Nachbarschaftshilfe Taufkirchen
Unterhaching

Taufkirchen – Jeden dritten Mittwoch im Monat trifft sich der geführte Gesprächskreis für pflegende Angehörige von 14.30 Uhr bis 16.30 Uhr in der Service- und Beratungsstelle für ältere Menschen der Nachbarschaftshilfe Taufkirchen Unterhaching, Eschenstraße 40 (1. Stock). Der nächste Gesprächskreis findet am Mittwoch, 18. September statt. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Betroffene können sich unter T (089) 666 100 390 anmelden.

Hohe Belastung für Patienten und pflegende Angehörige

Wird ein naher Angehöriger chronisch krank und pflegedürftig, bekommt meist zuerst der Patient die ganze

Fürsorge und Aufmerksamkeit. Die pflegenden Angehörigen sitzen aber im gleichen Boot und tragen einen großen Teil der Sorge und Last durch die Erkrankung mit. Wenn sich die Pflege über einen langen Zeitraum oder gar viele Jahre erstreckt und die Belastung nicht auf mehrere Schultern verteilt werden kann, kommen pflegende Angehörige oft an ihre Grenzen. Sie sind in einem Wechselbad der Gefühle zwischen Hilflosigkeit, Überforderung, oft auch Wut auf der einen Seite und Schuldgefühlen und dem Gefühl, vielleicht doch nicht genug für den zu Pflegenden zu tun, auf der anderen Seite.

Hilfe im Gesprächskreis suchen

Ziel der Gruppe für pflegende Angehörige, ein Kooperationsprojekt der Nachbarschaftshilfe Taufkirchen Unterhaching e.V. und der Fachstelle für pflegende Angehörige, ist es daher, die pflegenden Angehörigen in den Fokus zu rücken und ihnen mit Rat und Tat zur Seite zu stehen, um diese Gefühle aufzufangen. Dabei geht es vor allem darum, einen geschützten Raum mit anderen Betroffenen anzubieten und sich in die jeweilige Situation einzufühlen. Es werden bei Bedarf aber auch praktische Tipps und Hinweise zu Ansprüchen und Entlastungsmöglichkeiten gegeben.

Eva Pabst (Der Paritätische) und Annett Lütke-Holz (Nachbarschaftshilfe) moderieren die Gespräche behutsam und mit viel Einfühlungsvermögen. Es wird viel Raum gegeben für die individuellen Nöte und ganz praktischen Sorgen. Da kann es um Fragen gehen wie, „Wo soll mein Mann hin, wenn ich zur Operation muss? Er akzeptiert ja keine fremden Leute.“ Oder „Ich fühle mich schlecht, wenn ich meiner Frau eine Tagespflege zumuten muss. Da stecke ich lieber meine eigenen Bedürfnisse zurück.“

Vorsitzende Gabriele Eggers ■ Vereinsregister Nr.: 7931 ■ Steuer-Nr.: 143/219/90232

Kreissparkasse München Starnberg Ebersberg ■ IBAN DE81 7025 0150 0380 4710 03 ■ VR Bank München Land eG ■ IBAN DE85 7016 6486 0000 5100 25

Gemeinsam wird versucht, Lösungen und Hilfen für individuelle Belastungssituationen zu finden, und oft sind es die Gruppenmitglieder untereinander, die in solchen Fällen wertvolle Tipps geben können.

Alles Besprochene wird natürlich diskret behandelt und niemand muss Angst haben, dass persönliche Infos nach außen getragen werden.

„Wenn Sie auch einen Angehörigen pflegen und sich angesprochen fühlen, laden wir Sie herzlich ein, sich unserer Gruppe anzuschließen“, so Eva Pabst; und Annett Lütke-Holz ergänzt: „Wir freuen uns, wenn Sie den Weg zu uns finden und wir Sie unterstützen können.“

Auf einen Blick:

Gesprächskreis für pflegende Angehörige – in den Räumen der Service- und Beratungsstelle für ältere Menschen der Nachbarschaftshilfe Taufkirchen Unterhaching e.V., Eschenstr. 40 (1. Stock) in Taufkirchen

Immer am dritten Mittwoch im Monat, 14.30 Uhr bis 16.30 Uhr.

Die Teilnahme ist kostenfrei. Anmeldung unter T (089) 666 100 390.

Termine in 2024: 18.09. / 16.10. / 20.11. / 18.12.