

# Erfahrungsaustausch für pflegende und betreuende Angehörige

Einen Angehörigen Menschen zu betreuen und zu pflegen und in seiner Erkrankung zu begleiten ist in hohem Masse kräftezehrend und körperlich und psychisch gleichermaßen belastend. Pflege daheim braucht für Angehörige deshalb Pausen. Unterstützung und Austausch mit Menschen in gleicher Situation können helfen, den Alltag besser zu bewältigen.

**Gerne laden wir Sie als pflegende Angehörige zu unseren ERFA-Gruppen ein.**

Gemeinsam wollen wir:

- Fragen aufgreifen
- Gemeinsam Lösungen finden
- Miteinander reden und Erfahrungen austauschen
- Zeit miteinander verbringen
- Voneinander lernen und uns gegenseitig stärken
- Einander Mut machen und neue Kraft für den Alltag schöpfen

Wir treffen uns jeweils am 1. Donnerstag im Monat  
im VIVIVA Bahnmatt Baar im Pavillon

von 14.00-16.00h

## Daten

04. April 2024  
02. Mai 2024  
06. Juni 2024  
04. Juli 2024  
05. Sept 2024  
03. Oktober 2024 (Ort noch offen)  
07. November 2024  
05. Dezember 2024 (Ort noch offen)

Wir freuen uns auf die Zeit und den Austausch mit Ihnen.

Anmeldung: bis spätestens 1 Woche vorher bei der Infostelle  
für Altersfragen falter, Baar

Mail: [falter@baar.ch](mailto:falter@baar.ch)  
Telefon: 041 769 07 44

Der Erfahrungsaustausch ist kostenlos.

Bei Betreuungsgengpass während dieser Zeit können wir ge-  
meinsam eine Lösung suchen, melden Sie sich trotzdem an.



**falter**  
Informationsstelle  
für Altersfragen  
Dorfstrasse 42, 6340 Baar  
041 769 07 44  
[falter@baar.ch](mailto:falter@baar.ch)