



SELBSTHILFE WINTERTHUR
SCHAFFHAUSEN

Selbsthilfegruppe für Angehörige

Demenz

Mein Mann ist 77 Jahre alt und dement und ich fühle mich an vielen Seiten gefordert.

Ich frage mich, wie ich diese Situation meistern kann. Gerne möchte ich mich mit Anderen austauschen, die sich ebenfalls um einen dementen Menschen kümmern. Fragen können sein:

- Wie kann ich diese Situationen meistern, wenn ich an meine Grenzen komme und auch mal laut werde?
- Welche Hilfsangebote kann man nutzen und helfen wirklich weiter?
- Wie kann ich damit umgehen, wenn der Partner/die Partnerin streikt?
- Wie kann man sich Erholungsinseln schaffen?

Die Selbsthilfegruppe trifft sich alle drei Wochen, jeweils an einem Dienstagnachmittag. Anmeldung und weitere Informationen:

Selbsthilfe Winterthur Schaffhausen

Telefon 052 213 80 60 | www.selbsthilfe-winterthur-schaffhausen.ch