

Praktiske oplysninger

Gruppen mødes onsdag kl. 10.00 - 12.30.
– i alt 6 gange.

Vi mødes **første gang**
onsdag den 27. september 2023
– og derefter hver 2. uge

Der vil være max 12 deltagere.

Vi mødes i Det røde Hus,
Christiansvej 45 A, 5700 Svendborg

Det er gratis at deltage.

Tilmelding – eller hvis du vil vide mere

Pårørenderådgivningen i Svendborg kommune er et tilbud til pårørende til nærtstående med psykiske, fysiske eller sociale udfordringer.

Du kan læse mere på
www.svendborg.dk/paarørenderadgiver

Du er velkommen til at ringe, hvis du har lyst til at høre mere om pårørendegruppen.



Tilmelding:
Ring eller skriv til pårørenderådgiver

Charlotte West
Telefon: 21 73 11 59
Mail: charlotte.west@svendborg.dk



Pårørendegruppe

For dig der er pårørende til en,
der modtager hjemmepleje fra
Svendborg kommune



Som pårørende kan man opleve frustration, sorg, og bekymring for fremtiden

At få hjælp i eget hjem

Måske har I længe haft behov for hjemmeplejens hjælp og støtte i jeres hjem – måske er det en pludselig opstået situation, der har gjort dette nødvendigt.

Under alle omstændigheder kan det være en svær situation at vænne sig til.

Det kan være vanskeligt at finde ud af, hvordan kommunens tilbud er sat sammen, og hvad man kan forvente og bede om.

Det kan også være, at det er svært at affinde sig med, at den man holder af ikke længere kan klare sig selv.

Som pårørende kan man opleve frustration, sorg, og bekymring for fremtiden – eller du kan synes, det er svært at skulle overlade ansvaret for din kære til andre.

Netværksgruppe for pårørende

Pårørendegruppen er for dig, der har lyst til at snakke med andre i samme situation.

Du er pårørende, hvis du er ægtefælle eller samlever, søskende eller barn af den, der får hjælp fra hjemmeplejen.

I gruppen har du mulighed for at høre om andres erfaringer, dele dine tanker og bekymringer og få nye redskaber til at klare hverdagen.

Målet med gruppeforløbet er

- at** du ikke er alene med dine bekymringer
- at** du får støtte til at tage vare på dine egne behov
- at** du får fokus på, hvordan fremtiden bliver bedst mulig
- at** du får støtte, så du kan blive ved med at være der for den, du holder af

Hvad foregår der i gruppen?

Vi mødes i gruppen hver 2. uge – i alt 6 gange.

Hver gang vil der være et kort oplæg fra pårønderådgiveren om dagens emne, og derefter vil der være god tid til at udveksle erfaringer og oplevelser.

Mange oplever en pårørendegruppe som et særligt frirum, hvor man kan snakke åbent om de svære ting.

Pårønderådgiveren er til stede under alle gruppens møder og hjælper med at skabe en tryk og tillidsfuld stemning.

ALLE HAR
TAVSHEDS-
PLIGT

