

Dementie / Parkinson

Meer informatie of aanmelden?

Stichting Zelfhulp Netwerk Zuidoost-Brabant

Pastoriestraat 147

5612 EK Eindhoven

T : 040 - 211 83 28

E : info@zelfhulpnetwerk.nl

**Stichting Zelfhulp Netwerk is werkzaam in
onderstaande gemeenten:**

Eindhoven

Veldhoven

Helmond

Laarbeek

Geldrop-Mierlo

Asten

Best

Someren

Deurne

*In bovengenoemde gemeenten is een afspraak op
locatie mogelijk.*

in Best



**Zelfhulpgroep voor
mantelzorgers van mensen
met dementie / Parkinson**

Deelname is gratis

Voor koffie en thee wordt een kleine
vergoeding gevraagd.

*Acquisitie naar aanleiding van deze folder wordt
niet op prijs gesteld.*

www.zelfhulpnetwerk.nl



Voor wie

Het doet veel verdriet om jouw geliefde te zien veranderen door zijn of haar dementie / Parkinson. Jullie relatie verandert ingrijpend. Je rol als partner wordt anders o.a. door de (intensieve) zorgtaken die erbij komen.

Je bent ineens mantelzorger geworden ook al wil je misschien niet zo worden genoemd.

Omdat je het gewoon vindt dat je de zorg en ondersteuning voor partner, ouder of vriend uitvoert.

Maar het kan een zware taak zijn. Het is een proces van verlies en afscheid. Soms gaat het heel langzaam, soms heel snel.

In deze zelfhulpgroep praat je met lotgenoten die hetzelfde meemaken.



Wat doet de groep

In de groep praten we met elkaar over wat ons bezighoudt, waar we ons zorgen over maken.

Vaak zijn het onzekerheden die zwaar op mantelzorgers drukken:

- Hou lang hou ik dit nog vol?
- Wanneer doe ik het goed?
- Hoe zorg ik goed voor mezelf?
- Welke tips kunnen we van elkaar gebruiken?

We hopen dat de groep een fijne en veilige plek zal worden/zijn waar iedereen zich vrij voelt om te spreken en we bij elkaar herkenning, erkenning en steun vinden.



Wat zijn de afspraken

- We zijn respectvol naar elkaar en laten iedereen in zijn/haar waarde;
- Wat er in de groep wordt besproken blijft onder ons.

Bijeenkomsten

De bijeenkomsten zijn op de 2e dinsdag van de maand in Best.