



GEMEINDE **G O S S A U**



Kontakt

Anlaufstelle für Altersfragen & Freiwilligenarbeit

Im Grünenhof 17
8625 Gossau ZH

Montag – Freitag
8.00 Uhr – 12.00 Uhr

Telefon: 044 936 12 00
anlaufstelle-altersfragen@gossau-zh.ch

Virginie Tschannen, Bereichsleiterin Alter und Pflege
virginie.tschannen@gossau-zh.ch

Monika Brändle, Sachbearbeiterin Bereich Alter und Pflege
monika.braendle@gossau-zh.ch

Gruppe für Pflegende Angehörige

Als pflegende Angehörige leisten Sie Ausserordentliches

Sie betreuen oder pflegen eine/n Angehörige/n?

Kennen Sie folgende Situationen...

- Sie pflegen Ihre/n Angehörige/n und fühlen sich ausgebrannt?
- Sie können kaum eigene Freundschaften leben?
- Sie finden kaum Zeit für Ihre eigenen Anliegen und Wünsche?
- Sie wünschen sich Menschen, mit denen Sie sich über Ihre persönliche Situation austauschen können?
- Sie haben das Gefühl, dass Ihre Leistung nicht anerkannt und gewürdigt wird?
- Sie sind erschöpft?

Dann ist unsere Gruppe für Pflegende Angehörige das richtige Angebot für Sie.

Ziele

- Unterstützung und Anteilnahme
- Entlastung in Drucksituationen
- Gemeinsame Suche nach Lösungen
- Stärkung des Selbstvertrauens und der eigenen Fähigkeiten
- Emotionaler Beistand

Angebot für Einwohner/innen von Gossau ZH

Die Gruppe Pflegende Angehörige findet in kleinen Gesprächsgruppen mit ungefähr 6 Teilnehmer/innen statt und wird von der Anlaufstelle für Altersfragen & Freiwilligenarbeit moderiert.

Die aktuelle Gruppe trifft sich einmal monatlich am Montagmorgen. Es besteht die Möglichkeit, eine weitere Gruppe an einem anderen Tag zu gründen. Bitte fragen Sie nach.

Neugierig?

Falls Ihr Interesse geweckt ist, melden Sie sich unverbindlich bei Virginie Tschannen von der Anlaufstelle für Altersfragen & Freiwilligenarbeit.

Wir freuen uns über Ihre Kontaktaufnahme.