

Weitere Informationen finden Sie auf der Homepage der DHAG e. V. ([www.ataxie.de](http://www.ataxie.de)) unter „Infos für Angehörige“ oder im Ataxieforum ([www.ataxie.org](http://www.ataxie.org)) unter „Angehörigenarbeit“.

### **So erreichen Sie uns direkt:**

E-Mail: [angehoerigenarbeit@ataxie.de](mailto:angehoerigenarbeit@ataxie.de)

### **Kontakt Deutsche Heredo-Ataxie-Gesellschaft e. V.**

DHAG Bundesverband e. V.  
Geschäftsstelle  
Hofener Straße 76  
D-70372 Stuttgart

**TEL:** 0711/5504644

**FAX:** 0711/8496628

**E-Mail:** [dhag@ataxie.de](mailto:dhag@ataxie.de)

**WEB:** [www.ataxie.de](http://www.ataxie.de)

### **Spenden**

Für Spenden zur Unterstützung der Arbeit in der DHAG e. V. sind wir sehr dankbar.

Volksbank Karlsruhe eG  
IBAN: DE64 6619 0000 00261028 20  
BIC.: GENODE61KA1

BW Bank  
IBAN: DE57 6005 0101 0002 9205 73  
BIC: SOLADEST

Gerne können Sie eine Spendenquittung anfordern.

# Wir sind für Sie da!



## Angehörigenarbeit in der DHAG e.V.

## Herzlich Willkommen – wir freuen uns auf Sie!



## Warum kann unsere Angehörigenarbeit gut für Sie sein?

- Kontakte zwischen Angehörigen in gleichgelagerten Lebenssituationen knüpfen
- Netzwerk von Angehörigen zusammen aufbauen
- gemeinsame Suche nach Lösungen in den verschiedenen Fragestellungen des Pflege-Alltags
- Austausch von Erfahrungen und Tipps zur Erleichterung des Pflege-Alltags
- mögliche Entlastungen im Pflege-Alltag suchen und finden

## Einfach „ein Ohr“ für Sie haben!

Wir treffen uns 1 Mal im Quartal online zum gegenseitigen Austausch und sprechen über Ihre Themen.

Informationen hierzu sind regelmäßig auf der Homepage und im Forum zu finden.

Weiterhin findet 1 Mal im Jahr an einem Wochenende im Herbst ein Seminar für Angehörige zu jährlich wechselnden Themen statt.

Hier können die Ataxie-Erkrankten auch mitreisen und gemeinsame Zeit verbringen. Die Veranstaltungsorte sind alle barrierefrei.

## An wen ist unser Angebot gerichtet?

- Ehe-/Lebenspartner\*innen
- Eltern, Kinder, Geschwister
- nahestehende Familienangehörige
- Freund\*innen

## Was ist uns besonders wichtig?

- Verlieren Sie sich selbst im Pflege-Alltag nicht aus den Augen.
- Daher sind Achtsamkeit und Selbstfürsorge ein tägliches Muss.
- So haben Sie die notwendige Kraft für den herausfordernden Pflege-Alltag.