

Sie geben Halt.

Wer gibt Ihnen Halt?

Zeit für andere ist wertvoll,
Zeit für sich selbst genauso.



Informationen und Entlastungsangebote
für betreuende Angehörige:

www.ag.ch/ichhelfe



Auch Sie dürfen Unterstützung annehmen

Was oft ganz selbstverständlich beginnt, wird mit der Zeit zu einer grossen Verantwortung.

Wer eine nahestehende Person betreut, leistet täglich einen wertvollen Beitrag. Dabei geraten die eigenen Bedürfnisse oft in den Hintergrund.

Unterstützung anzunehmen kann entlasten und hilft, die eigene Gesundheit und Lebensqualität zu erhalten.

Informieren Sie sich über Beratungs- und Entlastungsangebote für betreuende Angehörige im Kanton Aargau:

ag.ch/ichhelfe

