

## Hilfsangebote

---

Die Interessengemeinschaft (IG) für pflegende und betreuende Angehörige führt viele Unterstützungsangebote für pflegende und betreuende Angehörige im Kanton Aargau auf: [www.ag.ch/ichhelfe](http://www.ag.ch/ichhelfe)

Das Schweizerische Rote Kreuz informiert umfassend über verschiedene Hilfsangebote und gibt zudem viele hilfreiche Tipps, wie pflegende und betreuende Angehörige mit dem emotionalen Auf und Ab umgehen können: [betreuen.redcross.ch](http://betreuen.redcross.ch)

Auch die Broschüre «[Mir selber und anderen Gutes tun](#)» der Gesundheitsförderung Schweiz enthält Tipps, wie pflegende und betreuende Angehörige aus sich selbst acht geben können.

Für berufstätige pflegende Angehörige ist die Website [Info Work+Care](#) eine gute Informationsquelle ebenso der Ratgeber [Zwischen Arbeitsplatz und Pflegeaufgabe](#) der Krebsliga.

**Gut zu wissen:** Jeweils am 30. Oktober ist [Tag für pflegenden und betreuenden Angehörigen](#).