

Kraft aus dem Austausch schöpfen – Gesprächskreis für sorgende und pflegende Angehörige

Sie richten Ihr Leben meist nach
der Pflege aus?
Zeit für eigene Interessen oder
soziale Kontakte bleiben dabei
häufig auf der Strecke?



Im Gesprächskreis bieten wir einen geschützten Raum für den Austausch
von Erfahrungen & Herausforderungen bei der Betreuung eines
pflegebedürftigen Angehörigen und der Vereinbarkeit von Job und Pflege.
Außerdem erfahren Sie Methoden zur Selbstfürsorge!

Wann? jeden 3. Donnerstag im Monat, 16:15 bis 17:45 Uhr
Wo? Rosenkamp 21 in Rellingen

Begleitung: Marlies Schlobohm, zertifizierte Mediatorin & Vitaltrainerin
und Dorit Bergzog, Seniorenassistentin & Demenzberaterin

**Anmeldungen bitte unter Tel.: 04101 553186
oder bgst@drk-kreis-pinneberg.de**