

Resilienz und Entlastung für pflegende Angehörige und Interessierte

Donnerstag, 24. Oktober 2024 | 17:00 Uhr bis 18:30 Uhr

Interkultureller Mehrgenerationentreffpunkt | 57319 Bad Berleburg, Poststraße 40



Mann im Alter

Die Pflege und Betreuung eines pflegebedürftigen Angehörigen stellen eine besondere Herausforderung dar. Viele Angehörige fühlen sich mit dieser Situation überfordert und allein gelassen, Zeit für sich selbst bleibt kaum noch. In einer Zeit, in der Stress, Zeitdruck und Unsicherheit allgegenwärtig sind, ist es wichtiger denn je, die eigene psychische Gesundheit zu erhalten und zu fördern.

Resilienz bezieht sich auf die Fähigkeit, die Herausforderungen und Rückschläge, die das Leben mit sich bringt, zu bewältigen und gestärkt aus diesen hervorzugehen.

Diese Veranstaltung bietet die Möglichkeit, verschiedene Methoden und Ansätze kennenzulernen, um die persönliche und berufliche Widerstandsfähigkeit zu stärken.

Der Eintritt ist frei. Es wird um eine Anmeldung gebeten unter: Tel. 0271 234 178 140 oder per E-mail an: suedwestfalen@rp-apd.de

Die Veranstaltung ist Teil einer Themenreihe, die in Kooperation des Interkulturellen Mehrgenerationentreffpunkt Bad Berleburg, der Stadt Bad Berleburg / BLB-Gesund und dem Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz Südwestfalen stattfindet.

frei

Veranstalter:

Stadt Bad Berleburg / BLB-Gesund

Poststraße 42
57319 Bad Berleburg

Telefon: 02751 923-210

m.noelling@bad-berleburg.de

<http://www.blb-gesund.de>