

Herzliche Einladung

an pflegende und betreuende Angehörige
und Nahestehende

zum Informationsnachmittag der PflegeSelbsthilfe

Mittwoch, 15. Mai 2024 um 15.00 Uhr

im AWO Seniorenzentrum Sterngarten in Mayen
Pfarrer-Winand-Straße 1

Wer einen Angehörigen pflegt, muss häufig sein eigenes Leben komplett auf die Pflegesituation ausrichten. In Phasen starker Beanspruchung ist es daher wichtig, immer wieder für sich zu prüfen: Wie geht es mir damit? Kann ich die Energie, die ich brauche, auch wieder aufladen? In einer Selbsthilfegruppe teilt man mit Gleichgesinnten die Erfahrungen über die Pflegesituation und den Pflegealltag, um sich gegenseitig zu unterstützen und zu stärken.

**Aktiv werden mit anderen Betroffenen, um auf
lange Sicht die eigene Lebensqualität zu
verbessern und zu erhalten.**

Die Teilnahme ist kostenlos. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich!

Nähere Informationen: AWO Sozialdienst:

0 26 51/983-502

Kontaktbüro PflegeSelbsthilfe:

0 26 63/91 66 85

