



Gemeinde
Reichenau



GEMEINDE
GNESAU



GEMEINDE
BAD KLEINKIRCHHEIM

Angehörigen- und Interessierten-Treffpunkt:

Gemeinsam stark in der Pflege

„Gemeinsam nicht allein: Austausch, Unterstützung, Zusammenhalt“

Sehr geehrte Damen und Herren,

wir laden Sie herzlich zu einem

Stammtisch für pflegende Angehörige und Interessierte

der Gemeinden Reichenau, Gnesau und Bad Kleinkirchheim ein!

Im Vordergrund stehen das gemütliche Beisammensein, gemeinsamer Austausch über Herausforderungen, Tipps zur Selbstfürsorge und gegenseitige Unterstützung in einem **vertraulichen und unterstützenden Umfeld für pflegende Angehörige**.

Wir starten am Mittwoch, 05.03.2025 um 17:00 Uhr mit dem Vortrag:

„Stressfrei Pflegen – Wieviel kann ich mir als pflegende(r) Angehörige(r) zumuten und wo sind meine Grenzen?“

- Selbstfürsorge und Grenzensetzung für pflegende Angehörige
- Strategien zur Bewältigung von Stress im Pflegealltag
- Austausch und Vernetzungsmöglichkeiten mit anderen pflegenden Angehörigen

Vortragende: Frau Lach-Scheiflinger Julia, MSc

Expertin für Stress-und Burnoutprävention

Ort: im Schulungsraum der Johanniter in Patergassen, 9564 Wiedweg 39

Bei Fragen kontaktieren Sie bitte

Frau Maria Elsbacher, Pflegekoordinatorin, Tel.0664 1950834 oder

Frau Silvia Maierbrugger, Stammtischleiterin, Tel.0664 5440447



LAND  KÄRNTEN