



**PFLEGE
SELBSTHILFE
NRW**

 **DER PARITÄTISCHE
SELBSTHILFE-BÜRO**
Mülheim an der Ruhr

Vom gelegentlichen Kümern hin zum dauerhaften 24 Stunden Einsatz

einstündiges Online-Angebot für pflegende Angehörige

Menschen, die sich um ihre Angehörigen kümmern – angefangen bei gelegentlicher Unterstützung beim Einkauf oder Reparaturen bis hin zur alltäglichen Auf-Gabe, dem 24 Stunden-Einsatz –, sind einer Vielzahl von Belastungen ausgesetzt.

14.12., 18 Uhr, Zoom

Welche unterschiedlichen Phasen des „Sich-Kümmerns“ gibt es? Welche besonderen Fragestellungen sind mit diesen verbunden und welche möglichen Lösungsansätze existieren?

In einem einstündigen Impuls-Workshop möchten wir uns gemeinsam mit Ihnen darüber austauschen, wie es gelingen kann, die Pflege eines Angehörigen mit der notwendigen Selbst-Fürsorge unter einen Hut zu bringen.

Anmeldung: selbsthilfe-muelheim@paritaet-nrw.org // 0208 300 48 14

Dies ist eine gemeinsame Veranstaltung vom Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe und dem Selbsthilfe-Büro Mülheim.