

Zeit für die eigene Erholung



Mit unserem Angebot möchten wir Ihnen die Möglichkeit geben, für sich eine kleine Auszeit zu nehmen. Gleichzeitig möchten wir Ihnen mit diesem Angebot unsere Anerkennung und Wertschätzung für Ihre wertvolle Tätigkeit zeigen.



Informationen und Anmeldungen:

Tagespflege St. Josef

Elisabethstrasse 7 - 9 , 48336 Sassenberg
Email: tagespflege@csheime.de
02583-93-13-450

Ein Kooperationsangebot von:



Altenzentrum St. Josef, Tages-
pflege Elisabethstr. 7-9 ,
48336 Sassenberg,



**Alzheimer Gesellschaft
im Kreis Warendorf e.V. /
Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe**
Wilhelmstr. 5, 59227 Ahlen
Christiane Appel, Tel.: 0176 / 55226706
christiane.appel@alzheimer-warendorf.de



Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz Münsterland
Wilhelmstr. 5, 59227 Ahlen
Annette Wernke Tel.: 02382 / 940997-12
muensterland@rb-apd.de

Verwöhn-Woche

Woche für pflegende
und betreuende
Angehörige vom 14.11 bis
17.11.2023

Tagespflege St. Josef
Elisabethstr. 7-9



Gefördert von:
Ministerium für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen



LANDESVERBÄNDE
DER PFLEGEKASSEN



„Nur wer gut für sich selbst sorgt, kann auch langfristig für andere sorgen“

Einladung

Als pflegende Angehörige sind Sie rund um die Uhr im Einsatz und jonglieren zwischen den Bedürfnissen der Pflegebedürftigen und Ihren eigenen Bedürfnissen sowie zwischen der Arbeit und dem Familienalltag hin und her.

Pflegende Angehörige stehen immer wieder vor Herausforderungen. Viele von ihnen haben den Wunsch, so lange wie möglich für den lieben Menschen da zu sein, auch wenn die eigene Belastung zunimmt und Grenzen spürbar werden.

Gleichzeitig bleibt die Wahrnehmung für die eigenen Bedürfnisse und die eigene gesunde Haltung dabei oft auf der Strecke.

Es gilt jedoch:

„Nur wer gut für sich sorgt, kann auch langfristig für andere sorgen.“



Programm

Vier Termine für Sie:

◇ **Dienstag, 14.11.23 16:30- 17:45 Uhr**
„Klangschale und Yoga im Sitzen für den Alltag“,
Elisabeth Burlage, Yogalehrerin
Wo? Tagespflege St. Josef, Elisabethstraße 7-8,
Sassenberg



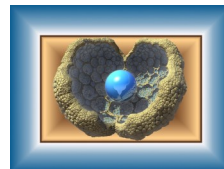
◇ **Mittwoch, 15.11.23 16:30-17:45 Uhr**
„Malen - ein Moment der Lebensfreude“,
Künstlerin Simone Soltesz.
Wo? Tagespflege St. Josef, Elisabethstraße 7-8,
Sassenberg



◇ **Donnerstag, 16.11.23 9:30- 10:30 Uhr**
„Reha für pflegende Angehörige“
Wo? PhysioFit Korte, Klingenhagen 39, 48336
Sassenberg



◇ **Freitag, 17.11.23 16:30 - 17.45 Uhr**
„Wertvolle Gedanken - das bin ich mir wert“
Vortrag Christiane Appel, Dipl.Soz.Päd.
Wo? Tagespflege St. Josef, Elisabethstraße 7-8,
Sassenberg



Informationen zur Veranstaltung

- * Die Teilnahme an den Veranstaltungen ist jeweils kostenlos.
- * Die Veranstaltungen können auch einzeln, unabhängig voneinander besucht werden.
- * Eine Anmeldung ist aus organisatorischen Gründen erwünscht, Tel.: 02583-93-13-450
- * Sie können sich mit den Referentinnen und weiteren Ansprechpartner*innen über Ihre Situation persönlich auszutauschen.



Alle Fotos: pixaby