

Münster, 10.10.2024

Pressemitteilung

Einladung zum Online-Kurs der Kontaktbüros Pflegeselbsthilfe: Thema: Wie können pflegende Angehörige bei Kräften bleiben?

Wie pflegende Angehörige ihre eigenen Kräfte wieder spüren und sich innerlich stärken können, vermittelt eine Online-Veranstaltung unter dem Titel „Resilienz für pflegende Angehörige“ am Montag, 4. November von 18 bis 19.30 Uhr. Eingeladen sind alle im häuslichen und professionellen Umfeld Pflegenden sowie am Thema Interessierte. Diplom-Sozialpädagogin Annette Wernke, Expertin und Coach für Resilienz, erklärt an diesem Abend was Resilienz bedeutet und wie sich Angehörige mit einfachen Übungen für kraftzehrende Situationen im Alltag stärken können. Diese Veranstaltung ist ein kostenfreies Angebot der regionalen Kontaktbüros für Pflegeselbsthilfe. Jeder Teilnehmende erhält nach Anmeldung eine E-Mail mit Einladungs-Link und einer Anleitung zur Teilnahme an dieser Online-Video-Konferenz. Anmeldungen gerne per E-Mail an h.e.philipp-metzen@alzheimer-nrw.de oder alternativ per Telefon (02554) 91 76 11 oder (01590) 1917 957.

Zur Referentin: Annette Wernke ist Dipl. Sozialpädagogin, Resilienz-Coach und Coach für Logotherapie nach Viktor Frankl. Sie ist Expertin zum Thema Resilienz und Autorin der Fachveröffentlichung „Die eigene Kraft wieder spüren: Resilienz als hilfreiche Unterstützung für pflegende Angehörige“. Darin schreibt sie: „Viele Menschen verfügen über deutlich mehr Stärken, als ihnen bewusst ist – gerade in Krisenzeiten. Das gilt besonders für pflegende Angehörige. Denn die Pflegebedürftigkeit eines Angehörigen ist in vielfacher Hinsicht kräftezehrend und kann für pflegende Angehörige belastend sein. Dennoch sind gerade sie es, die nach wie vor einen sehr großen Teil der Pflege und Betreuung übernehmen.“

Ansprechpartner der einzelnen Kontaktbüros Pflegeselbsthilfe

Kreise Steinfurt, Wesel, Borken und Kleve: Dr. H. Elisabeth Philipp-Metzen (025 54) 91 76 11 und (015 90) 18 17 957,
E-Mail-Kontakt: h.e.philipp-metzen@alzheimer-nrw.de

Münster: Christiane Appel (01 59) 06 25 95 56 und (0159) 06 25 95 56, E-Mail-Kontakt: pflegeselbsthilfe@alzheimer-muenster.de

Kreis Warendorf: Christiane Appel (0176) 55 22 67 06, E-Mail-Kontakt: christiane.appel@alzheimer-warendorf.de

Die Kontaktbüros Pflegeselbsthilfe werden gefördert vom Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen (MAGS), den Landesverbänden der Pflegekassen in NRW und dem Verband der Privaten Krankenversicherung.



Landesverband Alzheimer Gesellschaften NRW

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe

Annettenweg 18 | 48366 Laer

Tel: 02554-91 76 11 | Fax: 02554-91 76 13 | Mobil: 0159 - 018 17 957

E-Mail: h.e.philipp-metzen@alzheimer-nrw.de | www.alzheimer-nrw.de