

Vortrag: Resilienz als Weg zur Selbstfürsorge. Unterstützung für Angehörige / Nahestehende von Menschen mit Demenz und Vergesslichkeit.

Das Netzwerk Demenz Region Bad Kreuznach lädt, in Zusammenarbeit mit dem Gesprächskreis für „Zugehörige von Menschen mit Demenz und Vergesslichkeit“, zu einem kostenlosen Vortrag mit der Referentin Liane Jung ein. Unter dem Titel "Kraft tanken und Selbstfürsorge in der Pflege von Menschen mit Demenz" werden Angehörige und nahestehende Personen von Menschen mit Demenz eingeladen, neue Strategien zur Selbstfürsorge und Resilienz kennenzulernen.

Der Vortrag widmet sich den besonderen Herausforderungen und Belastungen, die mit der häuslichen Pflege von demenzerkrankten Menschen einhergehen. Unter dem Motto „*Wir können den Wind nicht ändern, aber die Segel anders setzen*“ (Aristoteles) zeigt Liane Jung auf, wie An- und Zugehörige durch gezielte Resilienz-Techniken physische und psychische Belastungen besser bewältigen können. Rund 60 bis 80 % der an Demenz erkrankten Menschen in Deutschland werden von ihren Angehörigen zuhause betreut – eine Aufgabe, die oft zu Überlastung, sozialer Isolation und herausfordernden Verhaltensweisen führt.

Der Vortrag vermittelt praktische Beispiele und leicht umsetzbare Übungen aus der Resilienzforschung, die helfen, die eigene Widerstandskraft zu stärken und trotz hoher Anforderungen gesund zu bleiben. Denn nur wer gut für sich selbst sorgt, kann auch nachhaltig für andere da sein.

Zielgruppe:

Angehörige, Freunde sowie Personen, die beruflich oder privat in die Pflege von Menschen mit Demenz und Vergesslichkeit eingebunden sind.

Termin:

12. Dezember 2024

Uhrzeit:

18:30 Uhr

Ort:

Begegnungsstätte Vielfalt im Stadtteilbüro in 55583 Bad Münster am Stein-Eberburg, Kurhausstr. 43.

Dauer:

2 Stunden

Anmeldung:

Bitte melden Sie sich bei Monika Kleinert per E-Mail an: monika.kleinert@franziskanerbrueder.org oder telefonisch unter 0151-20267692.