

➤ DO, 27.03.2025

➤ 18:00-19:00 Uhr

ONLINE-VORTRAG

SICH SELBST NICHT VERGESSEN – SELBSTFÜRSORGE FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

Pflegende Angehörige stehen oft vor enormen Herausforderungen: Sie jonglieren zwischen der Pflege eines geliebten Menschen, den Anforderungen des Berufslebens und den Bedürfnissen der eigenen Familie. Hinzu kommen Verluste – sei es der Verlust vertrauter Rollen, der eigenen Hobbys oder die Konfrontation mit Sterben und Tod. In diesem Vortrag beleuchten wir, warum Selbstfürsorge in dieser anspruchsvollen Zeit unverzichtbar ist. Es geht darum, wie wir Wege finden, gut für uns selbst zu sorgen, Resilienz aufzubauen und die Balance zwischen Verantwortung und Eigenwohl zu schaffen – für ein nachhaltiges und gesundes Pflegen.



INFOS

- Referent:
Patrick Hüter
Experte für Gesundheit, Trainer für Stressmanagement und Entspannungsverfahren, Ausbildung zum Krankenpfleger, Studium Pflegepädagogik (B.A.) und Health Administration (M.A.)
- Moderation: BUK Familienservice



ALLE ONLINE-VORTRÄGE FINDEN SIE
AUCH IN UNSEREM KUNDENLOGIN
WWW.BUK-FAMILIENSERVICE.DE/KUNDENLOGIN

WIE KANN ICH TEILNEHMEN?

Wir bitten um Anmeldung mit Angabe Ihrer (dienstlichen) **E-Mail-Adresse** und des **Firmennamens bis zum 21.03.2025** unter **veranstaltung@buk-familienservice.de**

Die Teilnahme ist für Sie kostenlos. Für die Durchführung nutzen wir das Programm GoToWebinar. Webcam und Mikrofon werden nicht benötigt. Fragen können per Chat gestellt werden.