

„Kraftquellen nutzen“

Tagesseminar

**für Angehörige von pflege-
bedürftigen Personen und
demenzkranken Menschen**

Samstag, 12. Oktober 2019

9.30 Uhr bis 17.00 Uhr

vhs-Zentrum Wiesloch

Kursnummer 192-A21800

Gebühr: 70.00 Euro

Leitung:

Ursa Huhn, Dipl. Psychologin

Helmuth Bühler, Dipl. Psychologe

„Kraftquellen nutzen“

Wenn Partner, Eltern oder andere liebe Verwandte körperlich oder demenziell schwer erkranken, erleben Angehörige eine ganz spezielle Situation. Nicht selten sind pflegende Angehörige rund um die Uhr für das erkrankte und pflegebedürftige Familienmitglied da. Oft kreisen die Gedanken um ihre kranken Verwandten im Seniorenheim. Dazu muss noch der "normale" Alltag bewältigt werden - das kostet viel Kraft.

Dieses Seminar hilft, die eigenen Kräfte (wieder) zu spüren und zeigt auf, wie Sie Ihre Kraftquellen auch in schwierigen Zeiten stärken können.

Anhand des Zürcher Ressourcen Modells, ZRM®, das von den Wissenschaftlern Maja Storch und Frank Krause an der Universität Zürich entwickelt wurde, erfahren Sie, wie Sie Verstand, Gefühle und Bedürfnisse in Einklang bringen, um gut für sich selbst und Ihre Angehörigen da sein zu können.

Information und Anmeldung:

Volkshochschule Südliche Bergstraße, Tel. 06222 9296 0 oder www.vhs-sb.de



vhs Südliche Bergstraße e. V.
Ringstraße 1, 69168 Wiesloch
www.vhs-sb.de

