



GESUNDES
ARDAGGER



Ein Vortrag für Menschen, die zuhause Pflege leisten.

STARK & GELASSEN

Weil sie selbst wichtig sind | Weil sie auch auf sich achten sollen

Pflege kostet Kraft – körperlich und seelisch. Oft gehen pflegende Angehörige dabei bis an ihre Grenzen. Umso wichtiger ist es, auf sich selbst zu achten. Der Vortrag „Stark und gelassen“ richtet sich an Menschen, die zuhause Pflege leisten.



Datum:
12. November 2025
17 Uhr
Kosten: € 14,--

Ort: Moar-Haus
ehem. Volksschule
Dorfplatz 1, 3321 Stephanshart

Das erwartet sie:

- ▶ Verständnis von Demenz und der Umgang mit Demenzkranken.
- ▶ Finden sie Wege, mit Stress umzugehen und neue Kraft zu schöpfen.
- ▶ Sie treffen Menschen, die wirklich verstehen, wie es ihnen geht.
- ▶ Sie bekommen praktische Tipps & Infos für die Pflege zu Hause.

Vortragende: Stephanie Illich & Elisabeth Schäffer

beide Diplom Krankenschwestern, Lebens- & Sozialberaterinnen in Ausbildung unter Supervision

Anmeldung: Gemeindeamt Ardagger | Fr. Amon

T: 07479/7312-13 | E: buergerservice@ardagger.gv.at

Die Gesunde Gemeinde-Team freut sich auf Ihre Teilnahme!



gesund.leben.tut.gut

www.noetutgut.at