

Veranstalter

Landratsamt Bodenseekreis
Albrechtstraße 75
88045 Friedrichshafen



LANDRATSAMT
BODENSEEKREIS

Anmeldung

bis spätestens 26.04.2019
per E-Mail: sozialplanung@bodenseekreis.de
oder telefonisch: 07541 204-5640 oder -5631

Das Angebot ist kostenfrei

Veranstaltungsorte

Don Bosco Haus, Rotenmoos 18,
88045 Friedrichshafen, Nähe Eriskirch

Hotel Am Obstgarten, Am Obstgarten 1,
88094 Oberteuringen-Bitzenhofen

Camphill Ausbildungen gGmbH, Gebäude B,
Lippertsreuter Straße 14 a, 88699 Frickingen
Zugang barrierefrei

In Kooperation mit

Veronika Wäscher-Göggerle,
Beauftragte für Frauen- und Familienfragen
des Bodenseekreises



„Wer pflegt, wird gehegt“

Verwöhntag für pflegende Angehörige aus dem Bodenseekreis



Samstag, 4. Mai 2019
in Friedrichshafen, Nähe Eriskirch

oder

Freitag, 24. Mai 2019
in Oberteuringen-Bitzenhofen

oder

Samstag, 25. Mai 2019
in Frickingen

Wenn Sie eine Betreuung Ihres Angehörigen für diesen Tag benötigen, stehen Ihnen die Mitarbeiterinnen des Pflegestützpunktes gerne beratend zur Seite.

Pflegestützpunkt Bodenseekreis

Melanie Haugg, Tel.: 07541 204-5195
E-Mail: melanie.haugg@bodenseekreis.de
oder

Gabriele Knöpfle, Tel.: 07541 204-5196
E-Mail: gabriele.knoepfle@bodenseekreis.de

Was erwartet Sie?

Wenn wir mehr geben als wir bekommen, stehen wir irgendwann leer da. Wir fühlen uns ausgebrannt, erschöpft und verlieren vielleicht sogar unsere Motivation.

Damit es nicht so weit kommt, ist es sehr wichtig, dass wir achtsam mit uns selbst umgehen.

Dem Landratsamt Bodenseekreis und seinen Kooperationspartnern ist es ein Anliegen, **Sie als pflegende Angehörige** zu unterstützen und Ihnen für Ihr Engagement zu danken.

Lassen Sie sich an diesem Tag mit gutem Essen und interessanten Angeboten verwöhnen!

Programm

- 09:00 Uhr Ankommen bei Kaffee und Brezel
- 09:30 Uhr **„Sei Dir gut“ - Innehalten und Austausch zum Thema Selbstfürsorge**
Birgit Mangold, Dipl. Sozialarbeiterin,
Coach, langjährige Erfahrung in der
Leitung von Gruppen und Teams
- 12:30 Uhr Mittagessen
- 13:30 Uhr **„Bewegung mit Gehirntaining“ - vielfältige Übungen, die die körperliche und neuronale Fitness fördern und Spaß machen**
Martina Harling, Life Kinetik Trainerin
- 15:30 Uhr **Informationen zu den Pflegeleistungen**
Heike Dindorf, Caritas Linzgau
Melanie Haug/Gabriele Knöpfle,
Pflegestützpunkt Landratsamt
Bodenseekreis
- 16:15 Uhr Kaffeepause und Ausklang des Tages
- 16:30 Uhr Ende des Verwöhntages



Weitere Termine, die Sie in Ihrem Pflegealltag unterstützen sollen

- 1. Aus der Vortragsreihe „Älter werden - was dann?“ Ein Pflegefall in der Familie - was nun?**
Information zu Unterstützungsmöglichkeiten, Antragstellung und Leistungen der Pflegeversicherung

Montag, 11. März 2019, 18:00 Uhr
Seniorenwohnanlage,
Eugen-Kaufmann-Straße 2, 88085 Langenargen
Gabriele Knöpfle

Montag, 24. Juni 2019, 18:00 Uhr
Pfarrgemeindehaus St. Peter und Paul, Kreuzstraße
7, 88696 Owingen
Heike Dindorf

Donnerstag, 19. September 2019, 18:00 Uhr
Allmand Carré, Allmandstraße 18,
88045 Friedrichshafen
Edgar Störk

Mittwoch, 9. Oktober 2019, 18:00 Uhr
Konferenzraum Graf-Burchard-Halle,
88699 Frickingen, Lippertsreuterstraße 1
Gabriele Knöpfle

- 2. „Aromapflege“** - Naturreine ätherische Öle sprechen Körper, Geist und Seele gleichermaßen an. Sie können Schmerzen lindern, beruhigen und entspannen, aber auch anregen und Mut machen.

Freitag, 7. Juni 2019, 14:00 - 17:00 Uhr
Lebensräume für Jung und Alt,
Bachackerstraße 2 - 7, 88094 Oberteuringen
Anne Gruninger

- 3. „Ich pflege meine Frau“**
Auszeit und Austausch für pflegende Männer

Samstag, 11. Mai 2019, 10:00 - 16:30 Uhr
Brauereigasthof Schöre, Dietmannsweiler 2,
88069 Tettngang
Edgar Störk und Robert Nagy

Zeit für mich ...