

Auszeit-Tag

Ein Tag für pflegende und
betreuende Angehörige

„Spüren,
Auftanken,
Durchatmen“

27. Mai 2024, 9-16 Uhr
Kloster Puppung



Wenn Menschen zu Hause ihre Angehörigen betreuen und pflegen, kann es dazu kommen, dass sie sich selbst überfordern. Ihr eigenes Wohlergehen stellen pflegende Angehörige meist hinten an. Dabei ist es sehr wichtig, dass pflegende Angehörige auf die eigene Gesundheit achten und kleine Auszeiten in ihren Alltag einbauen. Denn wer sich nicht ausreichend erholt, dem droht Erschöpfung.

Die Caritas-Servicestelle Pflegende Angehörige bietet deshalb diesen Auszeit-Tag unter dem Motto „Spüren, Auftanken, Durchatmen“ für pflegende Angehörige an.

Programm:

Vormittag: Kräuter für die Seele
bei Schönwetter im Klostergarten

Mittagspause: mit 2-Gänge-Menü

Nachmittag: „Was mir gut tut“

Pause: mit Kaffee und Kuchen

Abschluss: Klosterführung mit Bruder Stefan
Andacht und Segnung

Sonja Zauner und Gerlinde Kaltseis von der Caritas-Servicestelle Pflegende Angehörige begleiten Sie durch den Tag.

Termin und Ort

Mo, 27. Mai 2024, 9-16 Uhr
Kloster Puppung
Puppung 4, 4070 Puppung

Teilnahmebeitrag: 50,- Euro

Im Teilnahmebeitrag sind ein 2-Gänge Menü sowie Kuchen inkludiert.

Wegen begrenzter Teilnehmerzahl Anmeldung bis 12. Mai 2024 erforderlich (max. 10 Personen)

Information und Anmeldung

Caritas Oberösterreich
Servicestelle Pflegende Angehörige
0676 87 76 24 46
gerlinde.kaltseis@caritas-ooe.at
www.pflegende-angehoerige.or.at
www.facebook.com/pflegendeangehoerige