



Bilder: freepik.com

## ***Seelische Belastungen im Pflegealltag*** **Psychologische Online-Beratung für pflegende Angehörige**

**8. Oktober 2024, 16.00-17.00 Uhr**

**Online**

Frau Dr. Jana Toppe vom Zentrum ÜBERLEBEN gGmbH berichtet über häufige Belastungen pflegender Angehöriger und stellt vor, wie ihnen das Angebot der psychologischen Online-Beratung in herausfordernden Lebenssituationen helfen kann.

## ***Auch für sich selbst sorgen*** **Burnout bei pflegenden Angehörigen vorbeugen**

**11. Oktober 2024, 16.30-17.30 Uhr**

**Bad Schwalbach / Online**

Von Frau Eva Metzler erfahren die Teilnehmerinnen und Teilnehmer, wie sie erste Anzeichen einer chronischen Überlastung erkennen können und welche Wege es gibt, einem drohenden Burnout rechtzeitig entgegenzuwirken.



**Die Teilnahme ist kostenfrei. Bitte um Anmeldung.**  
Mail: [kompetenzzentrumpflege@rheingau-taunus.de](mailto:kompetenzzentrumpflege@rheingau-taunus.de)  
Tel.: 06124 510-9567 oder -398

**Weitere Informationen:** [www.rheingau-taunus.de](http://www.rheingau-taunus.de)

Ein Angebot des Rheingau-Taunus-Kreises (Kompetenzzentrum Pflege & Gesundheitskoordination) anlässlich des Europäischen Tages der pflegenden Angehörigen.