



**ZukunftsPFLEGEnetz**  
Celle und Landkreis



**Mehr  
Generationen  
Haus**  
Miteinander – Füreinander

# „Zeit für mich“



Wer ist in der Pflege von alten Menschen tätig und kennt das nicht:

Sie tun Ihr Bestes, haben aber irgendwann nur noch **STRESS!**

Sie fragen sich, **um wen soll ich mich zuerst kümmern?**

**... und wo bleibe ICH? ...?**

Neben Hilfe zur Selbsthilfe und das Thema Resilienz geht es um den gemeinsamen Austausch und um das Miteinander im Spannungsraum Pflege.

Für Mitarbeiter/innen in der stationären Pflege, Mitarbeiter/innen in mobilen Pflegediensten sowie Pflegenden und betreuende Angehörige in Privathaushalten.

Anleitung: **Gerd Janke** (Systemischer Supervisor, Therapeut und Berater (SG))

**Mittwochs,  
15 – 17 Uhr,  
5. Februar, 5. März,  
28. Mai, 10. September, 1. Oktober, 3. Dezember\***

**im MehrGenerationenHaus Celle  
Fritzenwiese 46**

Veranstaltung des ZukunftsPFLEGEnetz Celle und LK.

Kostenfrei. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Bitte melden Sie sich an: [info@zukunftspflegecelle.de](mailto:info@zukunftspflegecelle.de) oder **0151 2025 1841**

\*Termine vorbehaltlich der Förderung des ZPN durch den VdEK