



Mehr
Generationen
Haus
Wir leben Zukunft vor

„Selbstfürsorge in der Pflege“

...sich selbst im täglichen Stress

nicht aus den Augen verlieren ...

Ein Workshop für Pflegekräfte

Freitag, 20.11.2020, 15 – 17 Uhr

MehrGenerationenHaus Celle, Fritzenwiese 46

Bei der täglichen Sorge um alte und kranke Menschen fällt es vielen Pflegekräften schwer, auf die eigenen Bedürfnisse achtzugeben.

- Was kann mir als Pflegekraft dabei helfen, die eigenen Gefühle im Alltag im Blick zu behalten?
- Wie kann ich mich gut zwischendurch entspannen?
- Wo mache ich mir selbst zu viel Stress?



Dozent: Markus Ritter
TÜV – zertifizierter Coach in der Arbeitswelt
Dipl. Sozialpädagoge
Pflegeerfahrung



www.mritter-coaching.de

Der Workshop ist für Pflegekräfte aus Stadt und Landkreis Celle kostenfrei.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Anmeldung unter info@zukunftsPFLEGEcelle.de

Eine Veranstaltung von [ZukunftsPFLEGEcelle](http://www.zukunftsPFLEGEcelle.de) www.zukunftsPFLEGEcelle.de