



## Eine Informations- und Schulungsreihe für Angehörige schwerkranker Menschen

# Angehörige(r) sein – Ressourcen stärken

An sechs Abenden informieren und schulen wir Sie zu verschiedenen Themen, die im Alltag sorgender und pflegender Angehöriger eine Rolle spielen können.

### Programm:

23.09.19 | 04.11.19 | 16.12.19

**Tipps und Anleitung für pflegerische Interventionen Zuhause.**

30.09.19 | 11.11.19 | 13.01.20

**Informationen zu verschiedenen Versorgungsformen, Vollmachten und Patientenverfügungen.**

07.10.19 | 18.11.19 | 20.01.20

**Raum für Fragen, Unsicherheiten und Sorgen rund um die Themen Abschiednehmen und Trauer.**

14.10.19 | 09.12.19 | 10.02.20

**Strategien zum Umgang mit eigenen Ängsten, Sorgen und Bedürfnissen.**

21.10.19 | 02.12.19 | 03.02.20

**Veränderungen, die im Krankheitsverlauf auftreten können und Strategien zum Umgang damit.**

28.10.19 | 25.11.19 | 27.01.20

**Übungen für das eigene körperliche Wohlbefinden in den Alltag integrieren.**

**Unser fortlaufendes kostenloses Angebot für Sie.** Montags von 17.30 bis 19 Uhr

Die Themeninhalte werden fortlaufend wiederholt, sodass Sie jederzeit einsteigen können. **Bitte melden Sie sich an:**

Telefon: +49 (0) 40 7410-55643 | E-Mail: [angehoerige@uke.de](mailto:angehoerige@uke.de)

**Treffpunkt:** Bibliothek im Gebäude O24, 7. Stock | Martinistraße 52 | 20246 Hamburg | **leider nicht barrierefrei!**

Dieses Angebot findet im Rahmen einer wissenschaftlichen Untersuchung statt.