

## **Sich selbst ein guter Pfleger sein!**

*Emotionaler Erschöpfung vorbeugen ...*

### **Gesundheitsprävention für Pflegekräfte in der Altenpflege**

---

#### **Fortbildung für Pflegekräfte**

mit **Dietmar Krieger & Jasmin König**



**Dietmar Krieger**  
*Dipl. Trauerbegleiter (AMB)  
Trauerpädagoge, Atem- &  
und Körpertherapeut*



**Jasmin König**  
*Dipl. Physiotherapeutin  
und Entspannungstherapeutin*

Jeden Tag stehen Pflegekräfte vor der anspruchsvollen Aufgabe, Menschen einen würdevollen Lebensabend zu ermöglichen. Wie kaum eine andere Berufsgruppe sind Pflegekräfte täglich mit essentiellen Themen wie Hoffnung, Tod, Angst, Schmerz, Liebe, Verzweiflung und Vergebung konfrontiert. Immer aufs Neue stehen sie vor herausfordernden Situationen.

Dies erfordert von Pflegekräften ein hohes Maß an Empathie, Reflexionsfähigkeit, Geduld, persönlicher Reife – aber vor allem die Gewissheit und das Gespür für den eigenen humanitären Kern: die Menschenwürde. Denn nur wer sich seiner eigenen Würde bewusst ist, kann die Würde des Anderen anerkennen. Gute Pflege beginnt daher immer mit der Selbstpflege. Das Wohlbefinden von Betreuern und Mitarbeitern steht deswegen gleichberechtigt neben dem Wohl der Pflegebedürftigen.

Ziel dieser Fortbildung für Pflegekräfte in Pflegeeinrichtungen und in der ambulanten Altenpflege ist es, Menschen für einen würdevollen Umgang mit sich selbst und ihren Mitmenschen zu sensibilisieren. Im Seminar setzen sich die Teilnehmer intensiv mit ihrem Verhältnis zu ihrer eigenen Würde auseinander und erfahren, wie sie jenseits der zunehmenden ökonomischen Zwänge Würde im Pflegealltag leben können.

Im Seminar nehmen wir uns auch Zeit dafür, die eigenen Ressourcen kennenzulernen und die eigenen Grenzen rechtzeitig wahrzunehmen. Wir eröffnen neue Wege, wie wir im Pflegealltag mit belastenden Gefühlen wie Hilflosigkeit und Trauer umgehen können und machen praktische Übungen, wie wir im Alltag Kraft tanken und entspannen können.

**Ein Mensch sagt, und ist stolz darauf, er gehe ganz in seiner Arbeit auf.  
Bald aber, nicht mehr ganz so munter, geht er in seiner Arbeit unter.**

Eugen Roth

- 
- **Samstag, 29. Juli 2017, 9.30 Uhr bis 17 Uhr**
  - **Stadtteil- und Familienzentrums am Mühlbach  
77652 Offenburg, Vogesenstr. 14 a**
  - **Seminargebühr je Teilnehmer: Euro 70,--**
  - **Anzahl Teilnehmer: min. 8, max. 14**
  - **Anmeldung erforderlich!**