

Kompaktseminar „Ich pflege – auch mich“

vom 31.07.2023 bis 03.08.2023
in Elfershausen

Ich pflege – auch mich

Ein Ausgleich zum Pflegealltag

Montag, 31.07.2023

13:30 – 14:00	Anmeldung & Begrüßungskaffee
14:00 – 14:30	Begrüßung
14:30 – 15:00	Kaffeepause & Kennenlernen
15:00 – 16:30	Selbstopflegegruppen Thema: „Der eigene Bewältigungsstil“
17:00 – 18:00	Angebot: Nordic Walking
18:45	Abendessen



Dienstag, 01.08.2023

07:30 – 09:00	Frühstück
09:00 – 10:30	Durchführung des ersten gebuchten Workshops Teil 1
10:30 – 11:00	Pause & Austausch
11:00 – 12:30	Vortrag „Pflegeversicherungsrecht“
12:30 – 14:00	Mittagspause mit Imbiss
14:00 – 15:30	Durchführung des ersten gebuchten Workshops Teil 2
15:30 – 16:15	Kaffeepause & Austausch
16:15 – 17:45	Selbstopflegegruppen Thema „Genießen“
18:45	Abendessen

Mittwoch, 02.08.2023

07:30 – 09:00	Frühstück
09:00 – 10:30	Durchführung des zweiten gebuchten Workshops Teil 1
10:30 – 11:00	Pause & Austausch
11:00 – 12:30	Vortrag „Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht, Betreuungsrecht“
12:30 – 14:00	Mittagspause mit Imbiss
14:00 – 15:30	Durchführung des zweiten gebuchten Workshops Teil 2
15:30 – 16:15	Kaffeepause & Austausch
ab 16:15	Zeit zur freien Verfügung
16:15 – 17:45	Selbstpflegegruppen Offenes Angebot zum Gespräch / zur Entspannung
18:45	Abendessen

Donnerstag, 03.08.2023

07:30 – 09:30	Frühstück
09:30 – 11:00	Selbstpflegegruppen Thema: „Netzwerkpflege & Selbstpflege“
11:00 – 11:45	Pause & Austausch
11:45 – 13:00	Austausch & Diskussion „Welche weiteren Unterstützungsangebote gibt es?“
13:00 – 13:30	Rückmeldungen und Verabschiedung