

Pflege und Beruf - Stress verringern mit Wissen und Entspannungstraining

Bildungsurlaub

... für erwerbstätige Personen, die gleichzeitig in die Pflege von Angehörigen eingebunden sind oder in Kürze sein werden.

27.01. – 31.01.2020 in Marburg

Wer Angehörige zuhause pflegt, steht vielfältigen Herausforderungen gegenüber: Wie lässt sich die Pflege mit der eigenen Erwerbstätigkeit vereinbaren? Wie passt alles unter einen Hut, ohne dabei überfordert zu sein?

Der Bildungsurlaub soll zum einen Wissen zu altersbedingten Veränderungen sowie zu finanziellen und zu rechtlichen Fragen vermitteln. Weiterhin wird ein Überblick zu regionalen Entlastungs- und Unterstützungsangeboten gegeben. Zum anderen erhalten die Teilnehmenden die Gelegenheit, sich mit fachlicher Begleitung mit ihrer persönlichen Situation auseinanderzusetzen. Ergänzend vermittelt ein praktisches Entspannungstraining, wie die Teilnehmenden Stress im Alltag begegnen können, um frühzeitig einer Überlastung entgegenzuwirken.

Kursnummer: 30004, Anmeldung bis 20.12.2019

Termin: Mo, 27.01. bis Fr, 31.01.2020

Zeit: Jeweils 09:00 bis 16:00 Uhr

Kosten: 75,00 € (ermäßigt 50,30 €)

Ort: Volkshochschule Marburg, Deutschhausstraße 38, Raum 404

Die Veranstaltung ist beim Hessischen Ministerium für Soziales und Integration als Bildungsurlaub anerkannt.

AZ: III1A-55n-4145-0206-19-1123

In Kooperation mit dem Gleichberechtigungsreferat und dem Pflegebüro Marburg

Weitere Informationen:

www.vhs-marburg.de

oder telefonisch: 06421-2011246

