Pflege-Auszeit in Wurzen – Gemeinsam zur Ruhe kommen und das Jahr ausklingen lassen!

Veranstaltung - Pflege-Auszeit in Wurzen – Gemeinsam zur Ruhe kommen und das Jahr ausklingen lassen! ↻

Titel	Pflege-Auszeit in Wurzen – Gemeinsam zur Ruhe kommen und das Jahr ausklingen lassen!
Wann	Mo, 14. Dezember 2026
Wo	Haus der Sozialarbeit Wurzen - Wurzen, Sachsen, DE
Kategorie	Pflegende Angehörige

Beschreibung

Du pflegst deinen Partner, ein Elternteil oder dein Kind? Dann weißt du, wie viel Kraft, Zeit und Herzblut die Pflege eines nahestehenden Menschen kostet. Oft bleiben dabei die eigenen Bedürfnisse und eine kleine Auszeit für sich selbst auf der Strecke.

Umso wichtiger ist es, einmal innezuhalten, durchzuatmen und sich bewusst Zeit für sich zu nehmen.

In unserer Selbsthilfegruppe **„Pflege-Auszeit“** triffst du auf Menschen, die deine Situation verstehen und wissen, was es bedeutet, täglich Verantwortung zu übernehmen. Hier kannst du dich austauschen, offen über deinen Pflegealltag sprechen, Sorgen teilen, neue Impulse mitnehmen und einfach einmal abschalten.

Wir hören einander zu, unterstützen uns gegenseitig und teilen Erfahrungen und hilfreiche Tipps. Dabei darf natürlich auch gelacht werden! Denn neben dem Austausch sind uns ein herzliches Miteinander und eine entspannte Atmosphäre besonders wichtig.

Auch besondere Themen und Angebote kommen nicht zu kurz: Wir beschäftigen uns unter anderem mit Heilkräutern und ätherischen Ölen und erhalten dabei Unterstützung durch eine Heilpraktikerin. So entstehen immer wieder neue Möglichkeiten, Körper und Seele etwas Gutes zu tun und neue Kraft für den Alltag zu schöpfen.

Unser besonderer Termin zum Jahresabschluss am 14. Dezember 2026:

Zum Jahresausklang möchten wir gemeinsam zur Ruhe kommen und uns eine kleine Auszeit gönnen. Mit wohltuenden Klängen von Klangschalen lassen wir den Alltag für einen Moment hinter uns, genießen die entspannende Atmosphäre und blicken gemeinsam auf das vergangene Jahr zurück.

Achtung: Wir treffen uns diesmal ausnahmsweise bereits am 2. Montag des Monats, dem 14.12.2026, ab 16:00 Uhr!

Neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind herzlich willkommen. Auch Männer freuen wir uns in unserer Runde begrüßen zu dürfen.

Wichtig: Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich, da nur noch wenige Plätze zur Verfügung stehen.

Du musst die Herausforderungen der Pflege nicht allein bewältigen. Gönn dir eine kleine Auszeit, tanke neue Kraft und verbringe eine wohltuende Zeit mit Menschen, die dich verstehen.

Wir freuen uns auf dich und einen schönen gemeinsamen Jahresausklang!

Lokalität - Haus der Sozialarbeit Wurzen

Standort	Haus der Sozialarbeit Wurzen
Straße	Bahnhofstraße 22
Postleitzahl	04808
Ortsname	Wurzen
Bundesland	Sachsen
Land	DE