KEB Katholische Erwachsenenbildung Rottal-INN-Salzach e.V.

Offener Gesprächskreis für Pflegende Angehörige

Mit guten Gefühlen ins 2. Halbjahr

Vortrag und Gespräch

Fr 26.06.2026, 19.00 Uhr

Täglich erleben wir Menschen etwas, das Gefühle in uns auslöst. Schlechte Nachrichten, gute Nachrichten, eine schöne Überraschung, alles löst in Menschen Gefühlenm aus.
Was viele nicht wissen: unterdrückte Gefühle können langfristig krank machen, wenn sie nicht beachtet werden. Grade pflegende Angehörige unterdrücken oft Gefühle und wollen jeden Tag funktionieren. Sie wollen stark sein, um ihre Aufgabe zu schaffen.
Dabei übersehen sie ihre eigenen Gefühle und verlieren deshalb Kraft und Energie.
In der Selbsthilfegruppe, zu der alle Interessierten herzlich eingeladen sind, wollen wir zum Halbjahr darüber sprechen, wie Gefühle wirken und wie man sie richtig wahrnimmt. Wir sprechen darüber, wie man in emotionalen Situationen reagieren kann, um selbst gesund zu bleiben. Und wir stimmen uns gemeinsam positiv auf das zweite Halbjahr ein, mit allen Herausforderungen, das es mit sich bringt.

Weitere Termine:31.07./
ab 30.10./ 27.11.2026 jew. 14.00 Uhr

Ort
Weber Fünf - Begegnungs- und Erlebnisbauernhof, Höllerthal 1, 84326 Falkenberg

Mitveranstalter
Gemeindecaritas

Referentin
Monika Huber

mehr Infos & Anmeldung

VÖ: 2026-06-08 09:19:27

Tel. (08671) 41 44
info@keb-ris.de
www.keb-ris.de