

WELCOME

WE ARE

OPEN

PLEASE COME IN

Zeit für mich am Abend

Herzensimpulse für Menschen, die pflegen

- Onlineveranstaltung -

## Zeit für mich am Abend

-Onlineveranstaltung über ZOOM-

Eine Stunde am Abend – vielleicht können Sie sich diese Zeit für sich nehmen?

Pflege und Sorge für andere kostet viel Kraft und gerade deshalb ist es wichtig, auch die eigenen Batterien wieder aufzuladen. In der neuen Online-Reihe bekommen Sie Impulse, die Sie stärken, die Ihnen einfach gut tun und Ihnen neue Anregungen für die eigene „Selbstsorge“ geben.

Die Themen der drei Abende lauten: „Das kleine Glück im Alltag“, „Meine Oasen“ und „Es wird wieder Sommer“.

Die Teilnahme ist gebührenfrei, eine Anmeldung aber nötig unter den nebenstehenden Links.

Bitte melden Sie sich zu den einzelnen Terminen an, Sie erhalten dann zeitnah zum Termin den Zugangslink.

### Info:

Gerne können Sie auch nur an einem Abend teilnehmen.

Wenn Sie noch wenig Erfahrung mit Zoom haben, wählen Sie sich einfach 20 Minuten früher ein, wir erklären Ihnen gern die wichtigsten Funktionen.

Die Herzensimpulse sind eine Veranstaltung des Christlichen Bildungswerks Landshut, der Fachstelle pflegende Angehörige Rosenheim und der Seniorenbildung im Erzbischöflichen Ordinariat München.

Projektmittel der Katholischen Erwachsenenbildung ermöglichen dieses kostenfreie Angebot.



## Herzensimpulse für Menschen, die pflegen

### Termine und Themen:

Do 27.04.2023, 20.00 – 21.00 Uhr:

„Das kleine Glück im Alltag“

[www.cbw-landshut.de/veranstaltung-43362](http://www.cbw-landshut.de/veranstaltung-43362)

Do 11.05.2023, 20.00 – 21.00 Uhr:

„Meine Oasen“

[www.cbw-landshut.de/veranstaltung-43363](http://www.cbw-landshut.de/veranstaltung-43363)

Do 25.05.2023, 20.00 – 21.00 Uhr:

„Es wird wieder Sommer“

[www.cbw-landshut.de/veranstaltung-43364](http://www.cbw-landshut.de/veranstaltung-43364)

### Ihr Referentinnenteam

**Patricia Hauer,**

Pädagogische Mitarbeiterin CBW Landshut

**Karin Wimmer-Billeter,**

Fachreferentin Seniorenbildung EOM

**Brigitte Krecan-Kirchbichler,**

Erwachsenenbildnerin, Supervisorin