



## Virtuelles Dialogforum

Information & Austausch für pflegende An- und Zugehörige  
Donnerstag, den 04.12.2025 – 17:00 Uhr

### „Achtsamkeit und Selbstfürsorge für pflegende Angehörige“ ein Vortrag der Fachstelle für Demenz und Pflege Schwaben

Care-Arbeit und Pflege sind oft mit hohem Stress, emotionaler Belastung und gesundheitlichen Risiken verbunden. Vor diesem Hintergrund sind Achtsamkeit und Selbstfürsorge gerade für die Gruppe der pflegenden Angehörigen von immenser Bedeutung. Wir widmen unser diesjähriges Dialogforum daher diesem wichtigen Thema und damit Ihnen, den pflegenden Angehörigen. Neben einem fachlichen Input wird es ausreichend Zeit und Gelegenheit für Ihre Fragen und den Austausch miteinander geben.

#### Dauer: ca. 1,5 Stunden

Online Videokonferenz (Zoom). Den Link erhalten die Teilnehmer\*innen nach Anmeldung per E-Mail.  
Die Teilnahme ist kostenfrei.

#### Kontaktdaten Fachstelle für Demenz und Pflege Schwaben

Telefon: 0831 2523-9701 (Beratung) oder 2523-9702 (Verwaltung)

Mail: [info@demenz-pflege-schwaben.de](mailto:info@demenz-pflege-schwaben.de)

Web: [www.demenz-pflege-schwaben.de](http://www.demenz-pflege-schwaben.de)

Fachstelle für Demenz und Pflege Schwaben  
am Institut für Gesundheit und Generationen  
der Hochschule für angewandte Wissenschaften Kempten

Besuchsadresse: Rottachstraße 11, 87439 Kempten

Postadresse: Bahnhofstraße 61, 87435 Kempten



SCHWABEN

