



Arbeiterwohlfahrt
Ortsverein
Mildstedt und Umgebung e.V.



 **Leben mit Demenz**
Treffpunkt
Demenz Bibliothek
Mildstedt
Demenzberatung und mehr...

Demenz Bibliothek Mildstedt

Dörpshus, Schulweg 8, Mildstedt

Vortrag von Frank Ladwig



Warum Selbstfürsorge so wichtig ist Stress und Burnout

Für Angehörige und Interessierte

Donnerstag, 19. Juni 2025, 17.00 Uhr
im Dörpshus, Schulweg 8, Mildstedt

- *Stress – was steckt dahinter?*
- *Burnout erkennen und verstehen*
- *Selbstfürsorge - das kann ich tun*

Kontakt



Treffpunkt
Demenz Bibliothek
Mildstedt

Ansprechpartnerin und Beraterin
Matina Schmidt
DemenzBibliothekMildstedt@web.de
Tel. 04841 – 668 29 96 (wenn keine Mail)
www.demenbibliothekmildstedt.de

Nur mit Anmeldung
bis 16.06.2025



Sie sind herzlich willkommen.
Über eine Spende freuen wir uns.