

## Unterstützung für pflegende Angehörige: Landkreis Kelheim lädt bayernweit ein zur „Gefühls-Werkstatt“

**07. Januar 2025: Die Pflege und Betreuung eines Angehörigen mit Alzheimer oder einer anderen Form der Demenz stellt viele pflegende Angehörige vor immense Herausforderungen. Oftmals sind sie psychisch und körperlich überlastet und sehen sich mit belastenden Gefühlen wie Wut, Schuld, Kränkung, Scham, Angst oder Niedergeschlagenheit konfrontiert.**

Um diesen Angehörigen zu helfen, bietet die Alzheimer Gesellschaft für den Landkreis Kelheim in Kooperation mit der Gesundheitsregion<sup>plus</sup> Landkreis Kelheim ab sofort das Online-Training „Gefühls-Werkstatt“ an.



Unterstützung für pflegende Angehörige: Landkreis Kelheim lädt bayernweit ein zur „Gefühls-Werkstatt“

„Wir freuen uns, mit der ‚Gefühls-Werkstatt‘ unser Angebot zum Krankheitsbild Demenz nochmal erweitern zu können und pflegenden Zu- und Angehörigen in ihrer unverzichtbaren Aufgabe wertvolle Unterstützung zu bieten.“ – Landrat Martin Neumeyer, 1. Vorsitzender der Alzheimer Gesellschaft für den Landkreis Kelheim

„In der ‚Gefühls-Werkstatt‘ lernen pflegende Zu- und Angehörige, gelassener mit ihren belastenden Emotionen, insbesondere Wut und Ärger, umzugehen. Ziel ist es, die Pflegesituation langfristig zu bewältigen und dabei selbst gesund zu bleiben“, erklärt Gerrit Idsardi, 2. Vorsitzender der Alzheimer Gesellschaft für den Landkreis Kelheim und Ansprechpartner für das Online-Training. Das Angebot wird online als Einzel-Training durchgeführt und umfasst 1-2 Termine von jeweils 45-60 Minuten. So können die Teilnehmenden flexibel und bequem von zu Hause aus an dem Angebot teilnehmen.

Das Angebot gilt von Januar bis April 2025 und wird durch die Alzheimer Gesellschaft für den Landkreis Kelheim mit Hilfe von Spenden finanziert, die Teilnahme ist damit kostenlos. Interessierte pflegende Angehörige aus ganz Bayern sind herzlich eingeladen, sich für das Online-Training anzumelden (Anmeldung unter [gerrit.idsardi@alzheimer-kelheim.de](mailto:gerrit.idsardi@alzheimer-kelheim.de) oder 0175 6674574).

„Wir wissen, wie belastend die Pflege von Angehörigen mit Demenz sein kann. Mit der ‚Gefühls-Werkstatt‘ möchten wir den pflegenden Angehörigen Mut machen, ihre eigenen Gefühle ernst zu nehmen und Strategien zu entwickeln, um besser mit ihnen umzugehen.“ – Franziska Neumeier, Gesundheitsregion<sup>plus</sup> Landkreis Kelheim

Im Rahmen zweier kostenloser Online-Info-Veranstaltungen am Mittwoch, den 5. Februar bzw. am Dienstag, den 19. März 2025 (jeweils 17:00-17:30 Uhr) besteht zudem die Möglichkeit, mehr über die „Gefühls-Werkstatt“ zu erfahren und herauszufinden, ob dieses Angebot für die individuelle Situation geeignet ist.

Weitere Informationen finden Sie unter [www.alzheimer-kelheim.de](http://www.alzheimer-kelheim.de).