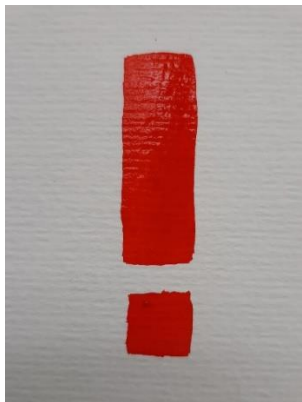




Helga Hecking

Veranstaltende:

Helga Hecking, Maltherapeutin,
Fachtherapeutin Geriatrie
und Künstlerin, in Zusammenarbeit
mit der Beratungsstelle für Ältere
und Angehörige.

Veranstaltungsort:

Offenes Atelier
Nachbarschaftshaus
Bonhoefferstr. 4
73760 Ostfildern-Scharnhauser Park



Ein Impuls-Nachmittag der erfrischt und Ressourcen weckt für Menschen, die unterstützen und pflegen

Wann: Montag, 11. Mai 2026
15.30 bis 17.30 Uhr
Wo: Offenes Atelier
Nachbarschaftshaus
Scharnhauser Park



Helga Hecking



Einen anderen Menschen zu pflegen, zu unterstützen, oder regelmäßig zu begleiten, kann eine sinnvolle und erfüllende Aufgabe sein.

Der Alltag kann jedoch auch zur Herausforderung werden. Eine ausgewogene Situation zwischen Belastung und Entlastung ist nicht immer einfach. FürSorge, die auch SelbstFürSorge mit im Blick hat, sucht genau diese gesunde Balance.

Der Nachmittag mit Helga Hecking lädt mit anregenden Impulsen zum Zuhören, Erleben, Ausprobieren ein.

In entspannter Atmosphäre können Teilnehmende

- eine andere Perspektive erleben
- kreative Möglichkeiten als SelbstFürSorge ausprobieren
- entdecken wie nah Aufgabe und Gabe sein können
- einen herzlichen und würdevollen Blick auf den Alltag zwischen Fürsorgenden und Versorgten werfen



Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.
Das Material wird gestellt.

Aufgrund der Förderung durch die Gradmannstiftung und Bürgerstiftung Ostfildern fallen für die Teilnehmenden keine Kosten an.

Eine Anmeldung ist notwendig.
Bitte geben Sie Name, Telefonnummer, Mailadresse und Wohnort an.

Anmeldung bis 07. Mai:

Über das Sekretariat
Telefon 0711 44 20 72
E-Mail: beratungsstelle@ostfildern.de

Fragen und weitere Information:

Beratungsstelle für Ältere
Telefon 0711 2488674
Telefon 0711 44009733
E-Mail: beratungsstelle@ostfildern.de