



**CAREFULLY-MIND**  
BERATUNG UND COACHING

## Online- Selbsthilfe-Gruppe für **pflegende Angehörige**

„Gemeinsam stärken und  
gestärkt werden!“

Spüre Halt, Vertrauen  
und Entlastung.



Jeder von uns hat Ressourcen, die in schwierigen Situationen im Unterbewusstsein gefangen sind.

In einer Gruppe können wir diese finden und stärken.

Du erfährst, was möglich ist, Deine Lieben bestmöglichst zu versorgen bzw. versorgt zu wissen. Welche finanziellen und pflegerischen Unterstützungen bekommst.

Außerdem hast Du die Möglichkeit, innerhalb der Gruppe frei und ohne schlechtes Gewissen Deine Gefühle zu äußern. Du erlebst, dass Du nicht alleine bist und kannst bestimmt auch den anderen Teilnehmenden von Deinen Erfahrungen berichten.

Durch die Vertrautheit innerhalb der Gruppe verspürst du Entlastung.

**Interesse an einer Gruppe in Präsenz?  
Frage gerne bei mir an.**

**Fortlaufendes Angebot!**

(Maximal 4 Teilnehmende)

Kurspreis:  
14,50 € je Teilnehmer\*innen  
(Kostenfrei für Teilnehmende,  
die sich derzeit in Beratung befinden.)

Fragen? Melde Dich gerne direkt  
bei mir.

Viele Grüße

**Carina Piertz**  
**Tel.: 0163 9764631**  
**Mail: [info@carefully-mind.de](mailto:info@carefully-mind.de)**  
**[www.carefully-mind.de](http://www.carefully-mind.de)**