



Kleine Briefe. Große Wirkung.

Der Alltag mit einem Menschen mit Demenz erfordert viel Kraft. Die Stärkungsbriefe erinnern dich daran, dass du nicht allein bist und vor allem: wie wichtig es ist, dich selbst nicht zu vergessen.

12 WOCHEN LANG JEDE WOCHE EINEN MOMENT NUR FÜR DICH:

- ✳️ Impulse für mehr Gelassenheit, Zuversicht und Selbstfürsorge
- ✳️ konkrete Anregungen für mehr Leichtigkeit im Alltag
- ✳️ als E-Mail-Version oder als echte Post mit kleinen Überraschungen
- ✳️ geschrieben von Antje Koehler, die fachliche Kompetenz und persönliche Erfahrung verbindet

Damit du nicht vergisst, auch gut für dich selbst zu sorgen.

Mehr Infos und Bestellung:
www.demenz-staerkungsbriefe.de

