

Bonn, 28. Januar 2026

In aktualisierter Auflage erschienen: „Entlastung für die Seele – Ratgeber für pflegende Angehörige“

Pressekontakt

BAGSO
Bundesarbeitsgemeinschaft
der Seniorenorganisationen
e.V.
Barbara Stupp
Telefon 0228 / 24 99 93 12
stupp@bagso.de

Viele pflegende Angehörige sehen sich enormen Anforderungen gegenüber. Was sind typische Herausforderungen für pflegende Angehörige? Wie kann ein gesunder Umgang mit den eigenen Kräften gelingen? Welche Möglichkeiten der Entlastung gibt es? Wo finde ich Unterstützung? Antworten gibt der BAGSO-Ratgeber „Entlastung für die Seele“, der als Druckversion und Download in aktualisierter 12. Neuauflage erschienen ist.

Der Ratgeber zeigt Wege auf, wie pflegende Angehörige die eigene Gesundheit im Blick behalten können und ermutigt dazu, rechtzeitig Entlastung und Hilfen von außen in Anspruch zu nehmen. Der vollständig überarbeitete Anhang gibt einen Überblick über bundesweite und landesspezifische Anlaufstellen, bei denen pflegende Angehörige Informationen, Beratung und praktische Unterstützung erhalten. Die Publikation wurde in Zusammenarbeit mit der Deutschen PsychotherapeutenVereinigung (DPtV) erstellt.

Der 2012 zum ersten Mal erschienene Ratgeber gehört zu den beliebtesten Broschüren der BAGSO. Die Neuausgabe der Publikation wurde vom Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend gefördert.

■■■■■ Pressemitteilung

In aktualisierter Auflage erschienen: „Entlastung für die Seele – Ratgeber für pflegende Angehörige“

Der Ratgeber kann kostenlos bestellt oder als barrierefreies pdf-Dokument heruntergeladen werden.

[Zum Ratgeber „Entlastung für die Seele“](#)

■■■■■

Über die BAGSO

Die BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen vertritt die Interessen der älteren Generationen in Deutschland. Sie setzt sich für ein aktives, selbstbestimmtes und möglichst gesundes Älterwerden in sozialer Sicherheit ein.

In der BAGSO sind mehr als 120 Vereine und Verbände der Zivilgesellschaft zusammengeschlossen, die von älteren Menschen getragen werden oder die sich für die Belange Älterer engagieren.

■■■■■