

# Kontakt

Es gibt viele Wege:  
persönlich, telefonisch oder per E-Mail.

**Beratungsgespräche sind nach  
Vereinbarung auch außerhalb der  
Kontaktzeiten möglich.**

## **Krisenberatungs- und Geschäftsstelle Nürtingen**

Bahnhofstraße 2/1, 72622 Nürtingen

**Telefon: 07022.19298**

E-Mail: [akl-nuertingen@ak-leben.de](mailto:akl-nuertingen@ak-leben.de)

## **Krisenberatungsstelle Kirchheim**

Alleenstraße 92, 73230 Kirchheim u. Teck

**Telefon: 07021.75002**

## **Kontaktzeiten**

Montag - Freitag 10 – 12 Uhr

Dienstag, Mittwoch, Donnerstag 14 – 17 Uhr

[www.ak-leben.de](http://www.ak-leben.de)



ARBEITSKREIS LEBEN E.V. (AKL)

# Angebot

## Für Fachkräfte in der Altenpflege

## Krisen und Suizidalität im Alter

## AKL Arbeitskreis Leben Nürtingen/Kirchheim

Das Alter stellt Menschen vor eine Vielzahl von Anforderungen. Eine veränderte Lebenssituation oder neue körperliche und geistige Herausforderungen können verunsichern, Ängste und Sorgen wecken. Diese können zu einer krisenhaften Einengung bis hin zu Suizidgedanken führen.

Mitarbeiter\*innen von Pflegediensten oder Pflegeeinrichtungen und sind in dieser Situation als Ansprechpartner und Beobachter sehr gefordert. Sie erleben, wenn Krisen sich zuspitzen.

Damit umzugehen, ist eine Herausforderung. Es ist oft mit Unsicherheit verbunden. Für Pflegepersonal ist es wichtig, auf fachliche und leicht erreichbare Unterstützung zugreifen zu können.

## Wen wir unterstützen

- Mitarbeiter\*innen von ambulanten und stationären Pflegeeinrichtungen
  - Mitarbeiter\*innen von Beratungsstellen für ältere Menschen
- im Landkreis Esslingen.

## Wir beraten zu Themen rund um

- Was sind Anzeichen einer Krise im Alter?
- Wie kann ich Krisensituationen aktiv begegnen?
- Wie kann ich mögliche Suizidgedanken ansprechen?
- Wie kann ich auf die Belastungen und Sorgen der älteren Menschen eingehen?
- Wie kann ich in dieser Arbeit auch gut für mich selbst sorgen?

## Wer wir sind

Der AKL bietet seit 1983 Menschen in Lebenskrisen und suizidgefährdeten Menschen sowie deren Umfeld Beratung an. Die beiden Beratungsstellen des AKL (Kirchheim und Nürtingen) sind als Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen des Landkreises Esslingen anerkannt.

**Wir arbeiten weltanschaulich ungebunden und vertraulich.**

Wir danken der Werner und Elisabeth Hummel Stiftung für die Förderung dieses Angebotes.