

ZukunftsWerkstatt Gesundheit & Pflege e.V. im Landkreis Diepholz



Online - Pflegekurse 6. KW vom 07.02.- 13.02.2022

Der SoVD Kirchweyhe und die ZukunftsWerkstatt Gesundheit & Pflege e.V. im Landkreis Diepholz bieten in Kooperation mit der Familien - Pflegeschule, vertreten durch die Pflegeberaterin und Case Managerin Marion Zimmermann, für die 6.KW 2022 diverse „Online – Pflegekurse“ an.

Kurs „Pflegen zu Hause: Basiswissen“

In diesem Kurs erhalten Sie elementares Basiswissen für die Pflege unabhängig von einer bestimmten Erkrankung. Themen sind: Körperpflege, Tipps und Tricks beim Waschen und Ankleiden, Hilfsmittel für Bad und WC sowie Umgang mit Pflegebett und Zubehör. Auch was bei der Ernährung, Mobilisation und der Hygiene zu beachten ist, wird besprochen. Ein weiteres Ziel des Kurses ist, dass Sie wichtige Unterstützungsmöglichkeiten kennen und auch mit sich selbst fürsorglich umgehen.

Termine: Mo, 07.02. bis 07.03.2022 jeweils von 09.30 bis 11.30 Uhr

Kurs „Alles über Pflege wissen“ – Thema: Pflegegrade

Um bei der Pflege und Betreuung eines Angehörigen auf die Unterstützung durch die Pflegeversicherung zugreifen zu können, muss Pflegebedürftigkeit anerkannt sein. Es kommt darauf an, wie sehr die Selbständigkeit in bestimmten Lebensbereichen eingeschränkt ist. Dies wird mit einem Punktesystem erhoben. Damit Sie abschätzen können, ob sich bereits ein Pflegeantrag lohnt oder inzwischen ein höherer Pflegegrad realistisch ist, erhalten Sie einen Einblick in das System der Pflegegrade.

Termine: Mo, 07.02.2022 von 14.30 bis 17.30 Uhr

Kurs „Wenn Kinder für ihre Eltern sorgen“

Wenn die eigenen Eltern oder Schwiegereltern älter werden, benötigen sie zunehmend Unterstützung im Bereich der Haushaltsführung, der Selbstversorgung, dem Umgang mit Behörden und Schriftwechsel bis hin zur eigenen Pflege. Dennoch fällt es älteren Menschen oft schwer, von den Kindern Rat und praktische Hilfe anzunehmen – sie bleiben schließlich die Kinder. Der Verlust an Selbständigkeit löst Unsicherheit und Ängste aus. Der Rollenwechsel kann für beide Seiten emotional belastend sei.

Warum wird guter Rat erst angenommen, wenn er von fremden Personen kommt oder der Leidensdruck steigt? In diesem Kurs lernen Sie, das Verhalten der Eltern aus der Lebensgeschichte

ZukunftsWerkstatt

Gesundheit & Pflege e.V.

im Landkreis Diepholz



heraus zu verstehen. Sie erhalten Ansätze, wie Sie ihren Umgang damit verändern und externe Hilfsangebote nutzen können, um Konflikte zu vermeiden und selbst entspannt zu bleiben.

Termine: Mo, 07. + 14.02.2022 jeweils von 19.00 bis 21.00 Uhr

Kurs „Pflege bei Parkinson“

Menschen mit Parkinson sind auf Ihre Unterstützung angewiesen und möchten so viel wie möglich selbständig bleiben. Sie brauchen Ihre Geduld, wenn sich Bewegungen verlangsamen, die Sprache beeinträchtigt ist und seelische Verstimmungen auftreten. Auch Sie müssen erst lernen, mit Veränderungen von Sprache, Mimik, Psyche und Sexualität umzugehen. Dieser Kurs behandelt zunächst die praktischen Fragen, wie Sie die Mobilität fördern, Hilfe bei der Körperpflege, beim Toilettengang und beim Ankleiden leisten können. Ergänzend dazu sprechen wir über unterstützende Hilfsmittel und Dienstleistungen wie ambulante Pflege, Alltagshilfen etc.

Im Austausch miteinander entwickeln Sie Lösungen, wie Sie mit dem Rollenwechsel in der Partnerschaft gut umgehen und im Gleichgewicht bleiben.

Termine: a) Di, 08. + 15. + 22.02.2022 jeweils von 13.30 bis 15.30 Uhr
b) Fr, 11. + 18. + 25.02.2022 jeweils von 14.30 bis 16.30 Uhr

Selbstpflegekurs „Entlastung im Pflegealltag“

Regelmäßiges „Luft holen“ und „Auftanken“ ist wichtig, um den Pflegealltag gesund zu bewältigen. Was tut Ihnen gut? Wie können Sie ihre eigenen Bedürfnisse und die Pflege unter einen Hut bringen? Wenn Sie frühzeitig entlastende Angebote annehmen, können Sie körperliche und seelische Belastungen vermeiden. Dazu gehören von der Pflegeversicherung finanzierte Angebote zur Unterstützung im Alltag, Tagespflege, Verhinderungspflege, aber auch ehrenamtliche Dienste und Hilfe aus dem Kreis der Familie, Freunde oder Nachbarn. Sich Grenzen einzugestehen und Hilfen ohne schlechtes Gewissen anzunehmen, können Sie lernen. Im gegenseitigen Austausch finden Sie für sich zu neuen Sichtweisen und Lösungen.

Termin: Fr, 11.02.2022 von 09.30 bis 11.30 Uhr

Kurs „Wenn Kinder für ihre Eltern sorgen“

Wenn die eigenen Eltern oder Schwiegereltern älter werden, benötigen sie zunehmend Unterstützung im Bereich der Haushaltsführung, der Selbstversorgung, dem Umgang mit Behörden

ZukunftsWerkstatt Gesundheit & Pflege e.V. im Landkreis Diepholz



und Schriftwechsel bis hin zur eigenen Pflege. Dennoch fällt es älteren Menschen oft schwer, von den Kindern Rat und praktische Hilfe anzunehmen – sie bleiben schließlich die Kinder. Der Verlust an Selbständigkeit löst Unsicherheit und Ängste aus. Der Rollenwechsel kann für beide Seiten emotional belastend sei.

Warum wird guter Rat erst angenommen, wenn er von fremden Personen kommt oder der Leidensdruck steigt? In diesem Kurs lernen Sie, das Verhalten der Eltern aus der Lebensgeschichte heraus zu verstehen. Sie erhalten Ansätze, wie Sie ihren Umgang damit verändern und externe Hilfsangebote nutzen können, um Konflikte zu vermeiden und selbst entspannt zu bleiben.

Termine: Fr, 11. + 18.02.2022 jeweils von 18.30 bis 20.30 Uhr

Die Onlinekurse sind kostenlos, die Teilnehmer*innenzahl begrenzt.

Anmeldungen für die Kurse und den Vortrag nimmt Rita Wegg unter Mail:
rita.wegg@gmx.de entgegen.

**Nach der Anmeldung erhalten die Teilnehmer*innen den Zugang zu den Online –
Pflegekursen von der Familien-Pflegeschule an ihre E-Mail-Adresse.**

Rita Wegg

08.01.2022