

# ZukunftsWerkstatt Gesundheit & Pflege e.V. im Landkreis Diepholz



## Online - Pflegekurse 37. KW vom 12.09.- 17.09.2022

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 37. KW 2022 folgende Pflegekurse an:

### **1. Spezialpflegekurs „Vorsicht Sturz! – Wie Sie Stürzen vorbeugen“ (Online-Kurs)**

Wenn ältere Personen stürzen, geht es nicht immer glimpflich ab: ein Handgelenksbruch, Beckenbruch oder eine Schenkelhalsfraktur führt meist ins Krankenhaus und zieht eine längere Behandlung nach sich. Vor allem ist die Selbständigkeit zu Hause danach eingeschränkt, von Schmerzen ganz zu schweigen. Auslöser für einen Sturz sind vielfältig – manche sind zu beeinflussen. Wie Sie das Sturzrisiko senken können, zeigt Ihnen dieser Kurs auf. Sie lernen Möglichkeiten kennen, den Haushalt auf mögliche Gefahren zu checken und anzupassen. Sie erhalten einen Einblick, welche Hilfsmittel Sie dazu einsetzen können. Denn: Vorbeugen ist besser als heilen!

**Termin:** Mittwoch, 14.09.2022 von 09:30 bis 11.30 Uhr

### **2. Spezialpflegekurs „Parkinson und Demenz“ Präsenz-Kurs in Syke**

Die Selbständigkeit ist den meisten Menschen wichtig. Von Parkinson Betroffene benötigen viel Geduld, weil Bewegungen und das Sprechen verlangsamt sind. Psychische Veränderungen gesellen sich dazu – manchmal auch eine Demenz. Es gilt aber, ihnen nicht alles abzunehmen, sondern Möglichkeiten für selbständige Versorgung im Bereich der Körperpflege, der Ernährung und dem Toilettengang zu schaffen. Dafür gibt es gute technische Hilfsmittel. Auch der Wohnbereich kann entsprechend ausgestattet werden, um das Sturzrisiko zu senken und die Mobilität zu fördern. Der Kurs zeigt Ihnen Wege für die Pflege zu Hause auf. An Ort und Stelle können Sie Anregungen gewinnen, wie Sie das Bad oder andere Räume so einrichten können, dass mehr Selbständigkeit erreicht und die Pflege erleichtert wird.

**Termin:** Donnerstag, 15.09. von 10.00 bis 13.00 Uhr im Kompetenzzentrum Barrierefrei, Grevenweg 8 in Syke (BBS II)

# ZukunftsWerkstatt

## Gesundheit & Pflege e.V.

### im Landkreis Diepholz



### 3. Spezialpflegekurs „Demenz verstehen“ (Online-Kurs)

#### Aufbaukurs

Sie haben bereits Grundwissen über die Demenzerkrankung erworben und können das Verhalten Ihres Angehörigen besser einordnen. Vielleicht ist die Erkrankung schon fortgeschritten, und Sie stehen vor neuen Herausforderungen. Zum Beispiel fällt Ihnen auf, dass die betroffene Person häufig unruhig ist und umher läuft. Oder sie reagiert in bestimmten Situationen aggressiv, verweigert essen, trinken oder die Einnahme von Medikamenten. Manchmal ist auch die Ängstlichkeit und das „Klammern“ der Betroffenen sehr v belastend.

In diesem Kurs können Sie Ihr Wissen vertiefen und besonders vom Austausch mit anderen Angehörigen profitieren. Sie überprüfen, ob Sie zu Ihrer eigenen Entlastung alle verfügbare Unterstützung in Anspruch nehmen oder ob Sie Möglichkeiten übersehen haben. Wir sprechen auch darüber, was Sie an Ihre Grenzen bringt und welche Lösungen denkbar sind.

**Termine:** 15.09. bis 22.09.2022 (2 x Donnerstag) jeweils von 19.00 bis 21.00 Uhr

### 4. „Resilienz bei Demenz“ (Online-Kurs)

So lange Demenz nicht heilbar ist, müssen sich Angehörige auf ein verändertes Leben mit dem Partner/ der Partnerin oder einem Elternteil einstellen. Vergesslichkeit, ungewohnte Verhaltensweisen, Rückzug oder Aggressivität – auch die Rollenverteilung und die Kommunikation erfordert immer neue Anpassungen im Umgang mit den Betroffenen.

Wie kann man dabei optimistisch bleiben und den Lebensmut behalten? Resilienz lautet hier das Schlüsselwort: Resilienz - die psychische Widerstandskraft – ist trainierbar. Dazu gehören Optimismus, Vertrauen in die eigene Handlungsfähigkeit, aber auch die Kompetenz, Hilfe annehmen und auf soziale Netzwerke zurückgreifen zu können.

**Termin:** Samstag, 17.09.2022 von 10.00 bis 13.00 Uhr

# ZukunftsWerkstatt Gesundheit & Pflege e.V. im Landkreis Diepholz



**Die Onlinekurse sind kostenlos, die Teilnehmer\*innenzahl begrenzt.**

**Anmeldungen für die Kurse nimmt Marion Zimmermann unter**

**Mail: [info@familien-pflegeschule.de](mailto:info@familien-pflegeschule.de) oder 0 44 08 – 80 70 964 entgegen.**

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

Marion Zimmermann

Mitglied der ZukunftsWerkstatt Gesundheit & Pflege e.V.

03.09.2022