

Kurs für pflegende Angehörige und organisierte Nachbarschaftshilfe

Kursplan „Begleitung im Alltag“

Ort: Karlsbad, Bürgersaal Langensteinbach, Hirtenstr. 14

Kursbeginn: Samstag, 15.03.2025

Kurstermine: dienstags (19:00-21:15 Uhr) und 3 Samstage (09:00-14:00 Uhr)

Inhalte

1.1 Geistig-Seelische Veränderungen im Alter
<ul style="list-style-type: none"> - Vorstellungsrunde - TN können sich zum Thema Alter und zu den eigenen Erwartungen an den Kurs äußern. - Geistig-seelische Veränderungen im Alter - Unterstützung im Alltag
1.2. Körperliche Veränderungen im Alter
<ul style="list-style-type: none"> - Umgang mit Veränderungen - Die Abnahme der Leistungsfähigkeit kann bei jedem Menschen und selbst jedem Organ oder Organsystem wie Herz und Kreislauf, Atemtrakt oder Verdauungssystem unterschiedlich schnell erfolgen.
1.3. Medizin im Alter
<ul style="list-style-type: none"> - Überblick über einzelne Krankheitsbilder (Morbus Parkinson, Diabetes, Depression, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Erkrankungen des Bewegungsapparates) - Umgang mit Krisen und Notfällen
1.4. Kommunikation und Selbstfürsorge
<ul style="list-style-type: none"> - Regeln einer wertschätzenden Kommunikation - verbale/nonverbale Kommunikation - Situation pflegender Angehöriger - Selbstwahrnehmung (Achtsamkeit, Fähigkeit zur Abgrenzung)
1.5. Grundhaltung/Rolle der Helfenden
<ul style="list-style-type: none"> - Grundhaltungen: Empathie, Kongruenz, Beziehungsorientierung - Welches Bild vom Alter haben die TN - Wie würden sich die Teilnehmenden fühlen, wenn sie selbst auf Hilfe angewiesen wären

2.1. Häusliche Krankenpflege
<ul style="list-style-type: none"> - Kranke in Ihrer Umgebung - Mit Beeinträchtigungen umgehen - Zusammenhang von Bewegung und Gesundheit - Hilfe annehmen / Hilfe organisieren - Krankenbeobachtung und Körperpflege
2.2. Demenzielle Krankheitsbilder
<ul style="list-style-type: none"> - Formen der Demenz - Symptome - Situation von Menschen mit Demenz - Umgang mit Menschen mit Demenz - Kommunikation mit demenziellen Erkrankten
2.3. Abschied und Trauer
<ul style="list-style-type: none"> - Aktuelles Trauermodell - Eigener Umgang mit Tod, Ängste, Erfahrungen - erlaubender Umgang mit eigenen Gefühlen - Unterstützendes in der Begleitung: achtsame Haltung, Herzenswünsche - Bestattungsverfügung - Wo gibt es Hilfe und Unterstützung?
2.4. Einführung in Kinästhetik
<ul style="list-style-type: none"> - Sensibel werden für eigene Bewegung - Bewegungsmuster erkennen - Umgang mit Gewichten - Umgang mit Hilfen
2.5. Hauswirtschaftliche Basiskenntnisse
<ul style="list-style-type: none"> - Grundlagen der Hygiene (Bei Einkauf, Lebensmittellagerung, Vorratshaltung) - Ernährung im Alter - Grundlagen der Nahrungszubereitung - Sensibilisierung für Unverträglichkeiten - Schluckstörungen und passierte Kost
3.1. Unterstützung und Hilfe
<ul style="list-style-type: none"> - Vorsorgevollmacht - Patientenverfügung, Betreuungsverfügung
3.2. Informationen vom Pflegestützpunkt
<ul style="list-style-type: none"> - Pflegeversicherung: Pflegegrade und Leistungen - Pflegestützpunkte - Sozialdienste
3.3. Pflegeberatung der AOK und Organisierte Nachbarschaftshilfe
<ul style="list-style-type: none"> - Pflegeberatung der AOK - Aufgaben und Struktur der Nachbarschaftshilfe vorstellen - Organisierte Nachbarschaftshilfe (wie gründe ich einen Verein) - Zertifikatsübergabe und feierlicher Abschluss

Die Kursteilnahme ist für Bürger/innen der Gemeinde Karlsbad kostenfrei!

Anmeldung: Gemeinde Karlsbad, Umweltamt, Hirtenstr. 14, Karlsbad umweltamt@karlsbad.de

Anmeldebogen: auf der Homepage www.karlsbad.de/recources/ecics_7284_2dwvy6.pdf

Rückfragen: Susanne Förstner Tel.: 07248-9144815