

**Sie betreuen Ihren pflegebedürftigen Angehörigen und möchten sich auf die Pflegesituation zu Hause vorbereiten?**

## **Wir begleiten Sie auf diesem Weg**

- In Pflegetrainings geben wir Ihnen schon während des Krankenhausaufenthaltes Sicherheit durch Beratung, Schulung und Anleitung am Patientenbett

- Gerade die erste Zeit nach der Entlassung bringt Veränderungen mit sich. In aufsuchenden Pflegetrainings unterstützen wir Sie in den ersten sechs Wochen nach stationärem Aufenthalt bei Ihnen zu Hause

**Beide Angebote sind direkt auf Ihre individuelle Situation angepasst und betreffen etwa**

- Körperpflege
- zu Bett gehen und aufstehen
- Mahlzeiten/Getränke
- Gehen und Fortbewegung
- zur Toilette gehen
- Umgang mit dem Einsatz von Hilfsmitteln
- Wohnungsgestaltung

**Zusätzlich bieten wir einen Initialpflegekurs an.**

**Dieser richtet sich an**

- pflegende Angehörige und Ihre Familien
- ehrenamtliche Mitarbeiter im Gesundheitswesen und
- interessierte Bürger

**Inhalte des Kurses sind**

- Veränderung der Lebenssituation
- Förderung sozialer Kontakte (Angehörigenetzwerk)
- Möglichkeiten zur Entlastung und Stressbewältigung
- Leistungen und Möglichkeiten im Gesundheitswesen
- Pflegetechniken
- Weitere Themen, die für Sie wichtig sind

Es bleibt sowohl Zeit für das Einüben von Pflegetrainings als auch für den persönlichen Austausch. Der Kurs erfolgt in insgesamt 12 Stunden.

**Alle Angebote sind für Sie kostenfrei, unabhängig von der Kassenzugehörigkeit!**



Diese Unterstützung für pflegende Familien wird von der Universität Bielefeld wissenschaftlich begleitet und von der AOK Rheinland/Hamburg finanziert.

Universität Bielefeld

