



**PFLEGE
SELBSTHILFE
NRW**



Arbeiter-Samariter-Bund
Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Oberhausen

"Vom gelegentlichen Kümmern hin zum dauerhaften 24-Std-Pflege- Einsatz"

Teil I: Vom Kümmern und sich Sorgen

In dieser vierteiligen Kursreihe "Vom gelegentlichen Kümmern hin zum dauerhaften 24-Std-Pflege-Einsatz" stehen die verschiedenen Gruppen der Sich-Kümmern / Pflegenden mit ihren Fragen und Bedarfen im jeweiligen Stadium ihrer Verantwortung im Mittelpunkt. Sie erfahren, wie Sie gut für sich sorgen können, um den Anforderungen des Alltags mit einem unterstützungsbedürftigen Angehörigen zu meistern.

Jede*r kann in die Situation kommen, sich um Angehörige zu kümmern. Das kann plötzlich passieren, wenn ein*e naher Angehörige*r einen Unfall hat und Unterstützung notwendig wird.

Der häufigste Fall ist aber der, dass Menschen langsam in die freiwillige Rolle der pflegenden Angehörigen hineinwachsen.

Und dies ist eine wichtige gesellschaftliche Arbeit, ohne die unser Gesundheitssystem nicht funktionieren könnte.

Um Menschen in diesem Prozess übers Jahr zu begleiten und vorsorglich vor Überlastung, Überforderungen und eigene gesundheitliche Einschränkungen zu schützen, möchte diese Kursreihe mit Blick nach vorne zeigen mit welchen Entwicklungen erfahrungsgemäß zu rechnen ist und welche Unterstützungsmöglichkeiten es gibt.

TEIL I:

Wir sehen uns am Anfang in einer Situation, in der wir völlig selbstverständlich kleine Erledigungen für nahe Angehörige übernehmen, die in ihrer Mobilität etwas eingeschränkt sind. Wir erleben uns selbst als Helfende und erhalten viel positives Feedback.

Wir wachsen langsam tiefer in die Verantwortung hinein und stellen irgendwann fest, dass wir nicht mehr weiterwissen, uns schlecht heraushalten können/möchten, aber spüren, dass die Überforderung droht.

Was es heißt sich zu kümmern und zu sorgen? Wie kann sich die eigene Familienrolle als Enkel*in, Nichte/Neffe auch Tochter/Sohn verändern? Wie ist meine Haltung zu dieser Aufgabe?

Gefördert von:

Ministerium für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen



LANDESVERBÄNDE
DER PFLEGEKASSEN





**PFLEGE
SELBSTHILFE
NRW**



Arbeiter-Samariter-Bund
Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Oberhausen

Der Teil II " Von Nähe und Distanz im Pflegeprozess" findet am 24.04.24 statt.

Die Kursteile III "Mit-Leid und täglich präsent" und IV "Rund um die Uhr" finden in der 2. Jahreshälfte statt.

Kursleitung

Sabine Dams & Barbara Körner

Die Veranstaltung findet in der VHS Oberhausen, Bert-Brecht-Haus 19-21, 46045 Oberhausen am 31.01.2024 von 9:30 bis 11:00 Uhr statt.

Die Veranstaltung ist kostenlos.

Fragen rund um die Anmeldungen bitte über die VHS Oberhausen an:
Jasmin Hambach und Vivien Werner

0208 825-2385/-2061

jasmin.hambach@oberhausen.de oder vivien.werner@oberhausen.de

Die Kursnummer lautet: ZC8004S

Inhaltlichen Beratung zur Veranstaltung:

Astrid Schröder

Tel: 0208 825-2803

E-Mail: astrid.schroeder@oberhausen.de

Gefördert von:

Ministerium für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen



LANDESVERBÄNDE
DER PFLEGEKASSEN

