



**PFLEGE
SELBSTHILFE
NRW**



Arbeiter-Samariter-Bund

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Oberhausen



Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Mülheim a. d. Ruhr

"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-Kümmernenden / 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?

Der Teil II " Von Nähe und Distanz im Pflegeprozess" findet am 21.04.23 statt

Die Kursteile III "Mit-Leid und täglich präsent" und IV "Rund um die Uhr" finden im 2. Semester 23 am 11.08. und 27.10. statt.

Gefördert von:

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



LANDESVERBÄNDE
DER PFLEGEKASSEN





**PFLEGE
SELBSTHILFE
NRW**



Arbeiter-Samariter-Bund

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Oberhausen



Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Mülheim a. d. Ruhr

Eine Kooperation mit der Pflegeselbsthilfe Nordrhein-Westfalen insbesondere den Kontaktbüros Mülheim an der Ruhr und Oberhausen.

Kursleitung

Sabine Dams & Barbara Körner

Die Veranstaltung findet in der VHS Mülheim, Aktienstraße 45, 45473 Mülheim an der Ruhr am 13.01.2023 von 18:00 bis 19:30 Uhr statt.

Die Veranstaltung ist kostenlos.

Fragen rund um die Anmeldungen bitte über die VHS Mülheim an:

Sandra Clemens und Ludmila Scherbakov

0208 455-4321/-22

vhs-anmeldung@muelheim-ruhr.de

Die Kursnummer lautet: 2820

Inhaltlichen Beratung zur Veranstaltung:

Henrike Donner

0208 455-4356

henrike.donner@muelheim-ruhr.de

Gefördert von:

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



LANDESVERBÄNDE
DER PFLEGEKASSEN

