

GROSSE HILFE,
GANZ NAH.



HILFSWERK



PFLEGETRAINING FÜR ANGEHÖRIGE

**Praxisnahes Kursangebot für
Pflege und Betreuung zu Hause**

KURSÜBERSICHT

Training für pflegende und betreuende Angehörige

01	Basismodul: Pflegegeld und (finanzielle) Entlastungsmöglichkeiten	S 2
02	Pflegetraining: Hilfsmittel, die den Alltag erleichtern	S 2
03	Pflegetraining: Demenz verstehen, Beziehungen gestalten	S 3
04	Pflegetraining: Demenzwissen vertiefen, einfühlsam kommunizieren	S 3
05	Pflegetraining: Kraft schöpfen und Loslassen	S 4
06	Vortrag: Ernährung im Alter	S 4
07	Vortrag: Medikamente und Wechselwirkungen	S 4
08	Pflegetraining: Umgang mit Inkontinenz	S 5
09	Experteninfo: Fragen an den Notar: Patientenverfügung, Testament, Vorsorge	S 6
10	Experteninfo: Fragen an den Bestatter: Informationen rund um den Tod und die Beerdigung	S 6
11	Pflegetraining: Stützen, Begleiten und Mobilisieren	S 6
12	Pflegetraining: Diabetes im Alter	S 7
13	Pflegetraining: Psychische Störbilder im Alter	S 7
14	Pflegetraining: Gedächtnistraining	S 7



Die aktuellen Termine finden Sie auf
www.hilfswerk.at/salzburg/pflegetraining



Pflegende und betreuende Angehörige leisten Vieles. Das Hilfswerk steht unterstützend zur Seite.

Wie helfe ich meinem Vater am besten aus dem Rollstuhl? Wie kann ich die Wohnung meiner Mutter von Stolperfallen befreien? Wie gehe ich mit der Demenz meines/meiner Partners/Partnerin um? Menschen, die ihre Angehörigen zuhause pflegen, stehen täglich vor Herausforderungen.

Wir vom Hilfswerk Salzburg unterstützen pflegende und betreuende Angehörige mit einem Kursangebot in 14 Modulen. Unser Angebot richtet sich an

- Interessierte, die sich über Pflegesituationen und Erleichterungen im Betreuungsalltag zuhause informieren möchten
- Angehörige, die bereits eine Pflege- oder Betreuungsfunktion in ihrer Familie übernommen haben
- Angehörige, die mit einer neuen Pflege- und Betreuungssituation konfrontiert sind.

Pflege und Betreuung im Alltag

Unser Ziel ist es, Sie mit Fertigkeiten auszustatten, die Ihren Betreuungsalltag erleichtern. Gleichzeitig finden Sie bei uns Raum für den Austausch mit anderen Angehörigen.

- Die Trainingsmodule finden – mit Ausnahme des Basismoduls – in Kleingruppen (max. 10 Personen) statt, damit wir Ihren individuellen Bedürfnissen genügend Zeit und Raum bieten können.
- Die Workshops sind in sich abgeschlossen und können auch einzeln gebucht werden.

Mehr Informationen zu Schulungsort, Kosten und Anmeldung finden Sie auf den Seiten 8 und 9.

TRAININGS & VORTRÄGE FÜR PFLEGENDE UND BETREUENDE ANGEHÖRIGE

Kursprogramm

Veranstaltungsort: Hilfswerk Bildungszentrum Puch/Urstein

01 Basismodul: **Pflegegeld und (finanzielle) Entlastungsmöglichkeiten**

Das Basismodul bietet einen breiten Überblick zu finanziellen Unterstützungsleistungen für Pflegebedürftige sowie pflegende und betreuende Angehörige. Sie erfahren Details und erhalten wertvolle Tipps zur PflegegeldEinstufung, zum Ablauf des Pflegegeldverfahrens sowie Ihren damit verbundenen Rechten, Pflichten und Möglichkeiten. Im Vortrag wird auch näher auf Förderungen für Hilfsmittel, Umbauten und weitere (finanzielle) Entlastungsmöglichkeiten eingegangen. Abschließend werden weitere Trainingsmodule und Vorträge, welche unter anderem auch in einer realitätsgetreuen Musterwohnung – der Wohnwerkstatt des Hilfswerk Salzburgs – stattfinden, vorgestellt

02 **Pflegetraining: Hilfsmittel, die den Alltag erleichtern**

TAPPE

In diesem Trainingsmodul werden Ihnen zahlreiche klassische aber auch technische Hilfsmittel vorgestellt, die den Betreuungs- und Pflegealltag erleichtern können. Die Hilfsmittel reichen vom Pflegebett über den Rollator bis hin zu den neuesten Assistenzsystemen (Stichwort: Smart-Living). Sie haben auch die Möglichkeit, die Hilfsmittel selbst zu „erspüren“ und auszuprobieren. Der Termin wird in Kooperation mit der Firma Tappe und der Firma E-Technik angeboten.



03 **Pflege training: Demenz verstehen, Beziehung gestalten**

Eine (beginnende) Demenz eines Angehörigen wirft viele Fragen auf, macht ratlos und führt häufig zu einer angespannten Situation. In diesem Modul werden Formen, Symptome und Verläufe einer Demenz erklärt. Das erweiterte Wissen über Demenz ist eine wichtige Grundlage, den Angehörigen zu verstehen und dessen Bedürfnisse besser zu erkennen. Durch praktische Beispiele werden Anregungen zur einfühlsamen Kommunikation, zu einem besseren Verständnis und zur Beziehungsgestaltung gegeben.

04 **Pflege training: Demenzwissen vertiefen – Einfühlsam kommunizieren**

Dieses Modul richtet sich an pflegende und betreuende Angehörige, die über ein Grundwissen zum Thema Demenz verfügen oder das erste Modul „Demenz verstehen – Beziehung gestalten“ besucht haben. Das Wissen zum Thema Demenz wird vertieft und Ansätze in Hinblick auf die Kommunikation bei Demenz (z.B. Validation) werden vorgestellt. Neben der Vermittlung von neuen Erkenntnissen über Demenz werden gezielte Verhaltensstrategien anhand von praktischen Beispiele geübt.

Pflege training: **Kraft schöpfen und Loslassen**

In diesem Modul geht es um ein Angebot innerhalb des Themenbereichs „Selbstfürsorge“. Unbestritten ist, dass ein selbstfürsorglicher Umgang einen Teil dazu beitragen kann, die eigene psychische Gesundheit zu stärken, um den verschiedensten Belastungen (Arbeit, Familie, Freizeit) gestärkt gegenüber treten zu können. Wichtig ist es gerade in herausfordernden Zeiten, in denen man einen lieben Angehörigen umsorgt, betreut und pflegt, auch auf sich und seine Krafttanks bzw. körperlichen Reserven zu achten. Je mehr man sich in seiner eigenen Mitte befindet, desto zugewandter und auf Augenhöhe kann man dem pflegebedürftigen Angehörigen begegnen. Durch praktische Übungen für die eigene Gelassenheit und Selbstsorge sollen unterschiedliche Methoden geübt werden, die einen den herausfordernden Alltag gut meistern lassen können.

Vortrag: **Ernährung im Alter**

Dieses Modul widmet sich der Ernährung im Alter als Gesamtes. Mit dem Alter verändert sich der Körper. Es verändern sich sowohl der Energie- und Nährstoffbedarf, als auch das Durstempfinden, die Sinneswahrnehmungen, die Kauleistung und auch die Verdauung selbst. Daher müssen Ernährungsgewohnheiten gerade im Alter angepasst werden, denn Gesundheit und Wohlbefinden sind Grundvoraussetzung für eine hohe Lebensqualität. Mit der richtigen Ernährung kann man körperliche Entwicklungen positiv beeinflussen und das Risiko für alterstypische Erkrankungen reduzieren. Wie viel und was sollte man trinken, wie viel und was sollte man essen? Mit diesen beiden Fragestellungen beschäftigt sich dieser Vortrag - relevant besonders für Menschen ab dem 65 Lebensjahr.

Vortrag: **Medikamente und Wechselwirkungen**

Dieses Modul gibt einen Überblick über die häufigsten verwendeten Medikamente und deren Wirkstoffe. Unterschiedliche Medikationsformen sowie der Einsatz von Generika werden näher beleuchtet. Werden zwei oder mehr Medikamente verschrieben, dann besteht die Möglichkeit, dass sich die enthaltenen Wirkstoffe gegenseitig beeinflussen. Ärzt*innen und Apotheker*innen sprechen dabei von „Wechselwirkungen“. Damit gemeint sind unerwünschte Interaktionen. Was Sie wissen müssen, beachten können und wie Sie sich Beratung und Unterstützung holen können, ist Inhalt dieses Trainingsmoduls.

In diesem Modul erhalten Sie Informationen zum Thema Inkontinenz und bekommen einen Überblick zur Angebotspalette der unterschiedlichen Hilfsmittel für Männer und Frauen. Gisela Schön, Expertin auf dem Gebiet der Inkontinenzberatung meinte: „Wir alle kommen zu 100% inkontinent auf die Welt, gewinnen dann die Kontrolle und verlieren sie im Alter möglicherweise wieder“. Dass uns diese Fähigkeit mitunter wieder abhandenkommt und wir ungewollt Harn oder Stuhl verlieren – also inkontinent werden – kann verschiedene Ursachen haben. Auch, wenn es vielen Menschen anfangs schwerfällt, sich den Schwächen ihres Körpers zu stellen: Die meisten fühlen sich erleichtert, wenn sie offen darüber sprechen können. Denn es gibt viele Möglichkeiten zur Vorbeugung, Behandlung und Unterstützung von Inkontinenz, die den Alltag und die Lebensqualität Betroffener enorm verbessern. In diesem Modul zeigen wir Ihnen, was Sie selbst zur Besserung beitragen und wie Sie Ihre Angehörigen gut unterstützen können. Sie erfahren, welche Hilfsmittel es dafür gibt, und lernen praktische Tipps für Ihren Alltag kennen.



Experteninfo: Fragen an die Notarin Patientenverfügung, Testament, Vorsorge

Mit diesem Vortrag werden die unterschiedlichen Möglichkeiten der Vorsorge in Hinblick auf die Pflege und Betreuung, vorgestellt. Darüber hinaus erfahren Sie Details und Hintergründe zu Vorsorgevollmacht, Testament und Patientenverfügung.

Für Fragen und Antworten steht eine Expertin der Notariatskammer Salzburg zur Verfügung. Gemeinsam können Beispiele aus dem Alltag der Teilnehmer*innen besprochen und bearbeitet werden.

Experteninfo: Fragen an den Bestatter Informationen rund um den Tod und die Beerdigung

In diesem Modul wird Ihnen ein ortsansässiger Bestatter Ihre Fragen rund um das Thema Ableben und die Organisation einer Beerdigung beantworten. Was ist alles im Vorfeld einer Beerdigung zu beachten, was kann man selbst schon vorbereiten und welche Fragen hat man sich so noch nie fragen getraut und möchte man in einem offenen Austausch beantwortet bekommen. Dieses Trainingsmodul bietet die Möglichkeit offen und professionell über Ihre Fragen und Anliegen zu sprechen.

Pflege training: Stützen, Begleiten und Mobilisieren

Im Pflegealltag kommt es zu vielen Situationen, in den Angehörige mobilisiert und „von A nach B“ begleitet oder bewegt werden müssen. Damit pflegende Angehörige nicht selbst zu Pflegefällen werden, ist eine ergonomische Arbeitsweise von besonderer Bedeutung. In diesem Modul lernen Sie unter professioneller Anleitung, wie Sie rückenschonende Transfers durchführen können. Theoretische Inhalte werden durch praktische Anleitungen und Übungen ergänzt. Durch das gemeinsame Üben und den Erfahrungsaustausch können individuelle Lösungen für herausfordernden Alltagssituationen im Betreuungs- und Pflegealltag gefunden werden.

12 **Pflegetraining: Diabetes im Alter**

Haben Sie Angehörige mit Diabetes und möchten Sie diese bestmöglich unterstützen? Oder sind Sie vielleicht selbst davon schon betroffen und möchten in einem praxisnahen Modul alles Wichtige rund um das Thema Diabetes im Alter erfahren: Von Ernährungstipps und Blutzuckerkontrolle bis hin zu Hilfsmitteln und Alltagsgestaltung. Unser Experte gibt Ihnen wertvolles Wissen und praktische Anleitungen an die Hand, um den Alltag rund um das Thema Diabetes leichter zu machen.

13 **Pflegetraining: Psychische Störbilder im Alter**

Grundlagen zu Störungsbildern im Alter – Wissen, das verbindet. Der Umgang mit älteren Menschen erfordert nicht nur Empathie, sondern auch Wissen über deren psychische und soziale Bedürfnisse. In diesem Kurs lernen Sie die zentralen psychosozialen Grundlagen sowie die häufigsten Störungsbilder im Alter kennen. Sie erfahren, wie Sie dieses Wissen praktisch anwenden können, um Ihre pflegerische Betreuung zu optimieren und die Lebensqualität Ihrer Angehörigen zu fördern. Explizit wird das Thema Demenz hier nicht aufgegriffen, dafür gibt es eigene Module und Angebote.

14 **Pflegetraining: Gedächtnistraining**

Unser Kurs bietet Angehörigen und Betroffenen die Möglichkeit, gemeinsam aktiv etwas für die geistige Fitness zu tun. Mit abwechslungsreichen Übungen fördern wir spielerisch die Konzentration, das Erinnerungsvermögen und die Denkflexibilität. Gleichzeitig erhalten Sie wertvolle Tipps, wie Sie Gedächtnistraining in den Alltag integrieren können, um die kognitive Gesundheit langfristig zu unterstützen.

Tun Sie gemeinsam etwas für Kopf und Herz – melden Sie sich jetzt an!

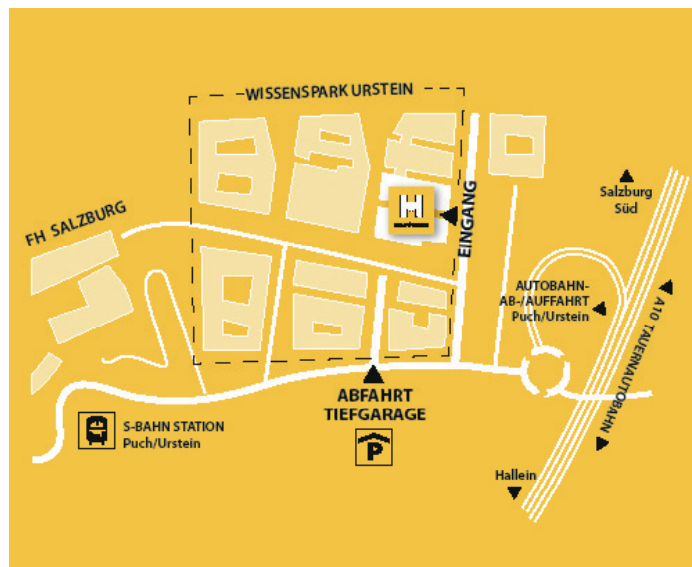
Schulungsort

Die Trainings werden überwiegend in der Wohnwerkstatt im Bildungszentrum des Hilfswerks Salzburg abgehalten. Die Wohnwerkstatt ist eine realitätsgetreue und voll ausgestattete Musterwohnung und bietet die Möglichkeit, Pflege- und Betreuungssituationen im häuslichen Umfeld zu simulieren und unter professioneller Anleitung einfache Lösungen zu entwickeln.



Adresse und Anfahrt

Hilfswerk Salzburg
Bildungszentrum
Wissenspark Urstein
Urstein Süd 19/1/1
5412 Puch bei Hallein





Kosten für Workshops und Vorträge

Die Trainingsmodule des Hilfswerks können gesammelt oder einzeln besucht werden.

Das Basismodul ist kostenlos.

Kosten je weiteres Trainingsmodul bzw. Vortrag: 25,00 Euro

Bei Bedarf kann für Ihren Workshop-Besuch ein Fahrdienst und/oder eine Betreuung Ihres Angehörigen organisiert werden.

Das Sozialministeriumsservice gewährt seit dem 1.1.2023 für pflegende Angehörige unter bestimmten Voraussetzungen (Pflegegeld und Einkommensnachweis) einen Zuschuss für Pflegekurse. Nähere Informationen erhalten Sie unter <https://sozialministeriumservice.at>

Information und Anmeldung

Für Informationen steht das Team des Hilfswerks gerne zur Verfügung.

Gerne nehmen wir Ihre verbindliche Anmeldung telefonisch oder

per Email entgegen: 0662 434702

bildung@salzburger.hilfswerk.at

- Bitte geben Sie bei der Anmeldung Name, Adresse, Telefonnummer und Email-Adresse bekannt.
- Nach dem Trainingsmodul bzw. dem Vortrag erhalten Sie eine Rechnung inklusive Zahlschein und eine Teilnahmebestätigung für das Sozialministeriumsservice.
- Wir behalten uns vor, Veranstaltungen aufgrund von unvorhersehbaren Ereignissen abzusagen oder zu verschieben. In diesem Fall werden Sie ehestmöglich von uns darüber informiert.
- Mit Anmeldung akzeptieren Sie die allgemeinen Geschäftsbedingungen des Hilfswerks Salzburg (www.hilfswerk.at/salzburg).

Alle Kurse mit aktuellen Terminen finden Sie online unter:
www.hilfswerk.at/salzburg/pflegetraining



GROSSE HILFE,
GANZ NAH.



GROSSE HILFE, GANZ NAH.

Das Hilfswerk Salzburg ist bundeslandweit der größte Anbieter im Bereich der mobilen Pflege und Betreuung und unterstützt Menschen aller Generationen bei den kleinen und großen Herausforderungen des Lebens. Von der Hauskrankenpflege und Heimhilfe über Kinderbetreuung und Jugendarbeit bis hin zu sozialer Beratung in den Regionalstellen. Jährlich begleiten wir rund 8.000 Salzburger*innen durch den Alltag.

HILFSWERK SALZBURG

Landesgeschäftsstelle
Wissenspark Urstein Süd 19/1/1
5412 Puch bei Hallein

Telefon 0662 434702
Mail office@salzburger.hilfswerk.at
Web www.hilfswerk.at/salzburg

Das Pflegetraining wird unterstützt von:

