

Informationen und Anmeldungen

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Kreis Soest

Ernst-von Bayern-Str. 34, 59590 Geseke

Ansprechpartnerin: Kim Nora Skapczyk

02942-9749185, mobil: 0160-95 66 24 69

kimnora.skapczyk@malteser.org

Anmeldungen bis zum 23.02.2024

Ein Kooperationsangebot von:

STADT **LIPPSTADT**



Trägerunabhängige Pflegeberatung
der Stadt Lippstadt

LIPPSTÄDTER AKADEMIE
FÜR PFLEGE UND GESUNDHEIT

IM
ESTA
BILDUNGSWERK



PFLEGE
SELBSTHILFE
NRW

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe
Kreis Soest

 **Regionalbüros**
Alter, Pflege und Demenz

Eine gemeinsame Initiative zur Strukturentwicklung der
Landesregierung und der Träger der Pflegeversicherung NRW

REGIONALBÜRO MÜNSTERLAND

Gefördert von:

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



LANDESVERBÄNDE
DER PFLEGEKASSEN



Praxiswerkstatt „Schonendes Bewegen“



iStock ID:672340284

für pflegende Angehörige und ver-
gleichbar Nahestehende
Samstag, 02.03.2024 von 10:00 bis 13:15 Uhr

Veranstaltungsort:

ESTA-Bildungswerk gGmbH

Bahnhofsplatz 1

59555 Lippstadt

„Schonendes Bewegen“ in der häuslichen Pflege

Die Pflege eines Angehörigen stellt im Alltag für pflegende Angehörige große Herausforderungen und oft auch körperliche Anstrengungen dar. Sie helfen dem Menschen mit Pflegebedarf bei der Verrichtung alltäglicher Aktivitäten, wie z.B. beim Aufstehen, Umsetzen, Waschen. Pflegende Angehörige sorgen mit viel Einsatz für die Aufrechterhaltung einer guten Lebensqualität. Dabei gilt es auch die eigene Gesundheit im Auge zu behalten und für sich selbst gut zu sorgen.

Gerade wenn es um den Transfer und das Bewegen anderer Personen geht, fehlt es den helfenden Menschen oft an guten Techniken. Diese können schonend durchgeführt werden und das sowohl für die eigene Gesundheit als auch angenehm für die zu bewegende Person.

Diese Praxiswerkstatt gibt den Teilnehmenden die Möglichkeit schonende Transfer- und Bewegungstechniken kennenzulernen und unter fachkundiger Anleitung einzuüben.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Programm

10.00 Uhr Begrüßung und Einstieg

Kurzinformationen; Vorstellung der Kooperationspartner und der Referentin

10.15 Uhr Beginn des Workshops

Grundlagen, praktische Techniken werden gezeigt und geübt

13.00 Uhr Kurzreflexion der Teilnehmenden

13.15 Uhr Ende der Veranstaltung

Referentin: Katrin Hesse

Physiotherapeutin und Lehrkraft an einer Fachschule für Physiotherapie mit zahlreichen physiotherapeutischen Weiterbildungen. Sie ist darüber hinaus als selbstständige Physiotherapeutin in Lippstadt tätig.



Das Workshop-Angebot richtet sich an alle, die einen Angehörigen zu Hause pflegen und / oder betreuen, oder sich noch in der Entscheidungsphase befinden, ob sie die Pflege zu Hause übernehmen können und wollen.

Die Teilnahme an der Veranstaltung ist kostenlos!