

## Termine

Wir bieten mehrmals im Jahr Kurse in Coesfeld, Dülmen und Nottuln an. Melden Sie sich gerne. Wir schauen gemeinsam, welcher Termin für Sie passend sein könnte.

Ein Kursblock besteht aus drei aufeinander aufbauenden Terminen und dauert jeweils drei Zeitstunden.

Wir nehmen vor Kursbeginn telefonisch Kontakt zu Ihnen auf.

**Die Kurse werden unterstützt von der AOK Rheinland/Hamburg und der AOK NordWest**



### Brückenteam



Gruppen-  
Pflegekurse  
für Angehörige

Alles Gute fürs Leben

### Kontakt:

**Team Coesfeld**  
Südring 41 | 48653 Coesfeld  
Tel.: 02541 89-47816

**Team Dülmen**  
Vollenstraße 10 | 48249 Dülmen  
Tel.: 02594 92-21342

**Team Nottuln**  
(Ansprechpartner:in für die Demenzkurse in Coesfeld, Dülmen und Nottuln)  
Hagenstraße 35 | 48301 Nottuln  
Tel.: 02502 220-47868

[www.christophorus-kliniken.de](http://www.christophorus-kliniken.de)

# Mit Hilfestellung den Alltag leichter bewältigen

## Wer kann teilnehmen?

Sie können teilnehmen, wenn Sie

- ein Angehöriger des Pflegebedürftigen sind.
- mit dem/der allgemein Pflegebedürftigen oder an einer Demenz erkrankten Person befreundet oder bekannt sind und bei der Versorgung unterstützen.
- generell an dem Thema „häusliche Pflege“ interessiert sind.
- Ihr/e Angehörige/r in einem Altenheim bzw. Pflegeheim betreut wird.

## Bitte beachten Sie:

- Die Teilnahme ist kostenfrei.
- Die Teilnahme ist unabhängig von der Kranken- bzw. Pflegeversicherung.
- Ihr pflegebedürftiger Angehöriger benötigt keinen Pflegegrad.

## Pflegende Angehörige brauchen Unterstützung

Oftmals ist die Pflegesituation zu Hause für Sie als Angehöriger sehr belastend. In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit sich mit anderen Angehörigen und den Pflegetrainern dazu auszutauschen um Strategien und Tipps für Ihre Situation zu bekommen.

Sie erlernen verschiedene Pflegetechniken, die für Sie im Umgang mit und bei der Versorgung des an Demenz erkrankten Menschen hilfreich sein können.

Anleitung  
durch erfahrene  
Pflegetrainer



## Was erwartet Sie?

Wir bieten Ihnen 2 unterschiedliche, auf die Pflegebedürftigkeit angepasste Pflegekurse an:

### Allgemein-Pflegekurs

1. Tag
  - „Anders als ich gedacht habe...“ - Veränderungen meiner Lebenssituation durch die Pflege
  - Grundlagen wichtiger Pflegetechniken zum Thema Mobilisation und Bewegung
2. Tag
  - „Wie kann ich die Pflege und Betreuung in meinem Alltag integrieren?“
  - „Muss ich alles alleine machen?“
  - Umgang mit Stuhl- und Harninkontinenz: „Wie schaffe ich das?“
  - Grundlagen Pflegeversicherung
3. Tag
  - Bettlägerigkeit und Lagerungstechniken
  - „Wie kann es weitergehen?“ Aufbau eines Pflegeumfeldes (Angehörige, Nachbarn)

### Demenz-Pflegekurs

1. Tag
  - „Anders als ich gedacht habe...“ - Veränderungen meiner Lebenssituation durch die Pflege
  - Kommunikation mit Menschen mit Demenz
2. Tag
  - „Wie kann ich die Pflege und Betreuung in meinem Alltag integrieren?“
  - „Muss ich alles alleine machen?“
  - Grundlagen zum Thema Bewegung bei Demenz
3. Tag
  - „Wie kann es weitergehen?“
  - Grundlagen Pflegeversicherung
  - Wahrnehmung und Sensibilität für die anderen Stärken
  - Bettlägerigkeit als besondere Pflegesituation Demenz-Pflegekurs

Bei allen Themen werden Ihre speziellen Wünsche und Bedürfnisse berücksichtigt.

