

Gratis Kurse für pflegende Angehörige



Stiftung
**HËLLEF
DOHEEM**

25
JOER

#aguddenhänn

Ziele der 5 Kurse:

Diese Kurse sind an alle Personen gerichtet, die ein Mitglied ihrer Familie zu Hause versorgen und vermitteln Informationen, Ideen und Strategien um den Alltag als pflegender Angehöriger zu erleichtern.

Gruppengröße:

6 bis 12 Personen.

Pädagogische Hilfsmittel:

PowerPoint-Präsentation, ggf. Fragebögen, Diskussionsrunde oder Erfahrungsaustausch, Situationsbeispiele.

Ort:

Im Süden des Landes: **Centre pour personnes âgées "Foyer Aalbach", 6 place des Villes Jumelées, L - 5627 Mondorf-les-Bains.**

Da unsere Kurse durch Spenden an die Stiftung Hëllef Doheem finanziert werden, möchten wir darauf hinweisen, dass bei Nichterscheinen ohne vorherige Stornierung eine Gebühr in Höhe von 20 Euro pro Kurs anfallen kann.

Die Stiftung Hëllef Doheem lädt zu ihren nächsten kostenlosen Kursen für pflegende Angehörige ein.

1. *Pflege dich selbst*

- Anzeichen von Überforderung und Müdigkeit, die alarmieren sollten
- Erkennen und respektieren der eigenen Bedürfnisse
- Die eigenen Ressourcen identifizieren und wie man sich vor Überlastung schützt

Samstag, 21.09.2024 Französisch: 09.00 – 11.30

Lux: 14.00 -16.30 Ort: Mondorf-les-Bains



Anmeldung: ADMIN.AS@SHD.lu oder Tel.: 402080-7200

2. Die Vermeidung von sekundären Risiken durch eine angepasste Pflege

- Die pflegebedürftige Person im Mittelpunkt:
 - Körperpflege
 - Ernährung: „Essen und Trinken für Körper und Geist“, die wesentliche Rolle einer individuell angepassten Ernährung?
 - Mobilität
- Wie kann man einer pflegebedürftigen Person im Bereich der Körperhygiene, Ernährung, Mobilität mit z. B. Beobachtung, Mobilitätsübungen, angepasster Ernährung, präventiven Ressourcen (sozialer, psychologischer, physischer Aspekt) helfen
- Die notwendige Unterstützung in Bezug auf sekundäre Risiken:
 - Was sind die Risiken: Dehydrierung, Unterernährung, Sturz, Schluckprobleme, Dekubitus, Kontrakturen, Thrombosen, Pneumonie, belastende Symptome (z. B. im Verdauungstrakt, im Verhalten ...), Ekel bei der Pflege ... und was kann man tun, um sie zu verringern?

Samstag, 28.09.2024 Französisch: 09.00 – 11.30 Lux: 14.00 -16.30 Ort: Mondorf-les-Bains

3. Hebetechniken „Maßnahmen, die die Mobilisierung von pflegebedürftigen Angehörigen erleichtern“

- Was ist Hebetechnik?
- Eine optimale Umgebung schaffen
- Die Verwendung von technischen Hilfsmitteln
- Die grundlegenden Helfer/Helfer-Techniken
- Stürze und ihre Folgen, Sturzprävention
- Praktische Übungen

Samstag, 05.10.2024 Französisch: 09.00 – 11.30 Lux: 14.00 -16.30 Ort: Mondorf-les-Bains

4. Kommunikation mit einer Person mit eingeschränkten kognitiven Fähigkeiten

- Die Besonderheit der Kommunikation im Rahmen verschiedener Krankheitsbilder (z.B. Demenz, Schlaganfall)
- Punkte, die auf der Ebene der Kommunikation entwickelt werden müssen (z. B. der Körperkontakt, wenn eine verbale Kommunikation nicht mehr möglich ist)
- Vorstellung von Hilfsmitteln welche die Kommunikation erleichtern oder ermöglichen
- Rollenumkehr: Wenn Kinder ihre Eltern pflegen, Bedeutung und Umgang

Samstag, 12.10.2024 Französisch: 09.00 – 11.30 Lux: 14.00 -16.30 Ort: Mondorf-les-Bains

5. Palliativpflege, Gesetzgebung, Diskussion über Sterben/Tod und Trauer

- Was bedeutet Palliativpflege?
- Gesetz Luxemburg:
 - Erklärungen zur Patientenverfügung und Euthanasie
 - Urlaub zur Begleitung eines Menschen am Lebensende
 - Vertrauensperson
- Sterbeprozess: Information für den pflegenden Angehörigen über die verschiedenen Phasen (z. Bsp. Schmerzen, belastenden Symptome) und die mögliche Unterstützung durch Hëllef Doheem
- Formalitäten nach Todesfall

Samstag, 19.10.2024 Französisch: 09.00 – 11.30 Lux: 14.00 -16.30 Ort: Mondorf-les-Bains

Anmeldung:

ADMIN.AS@SHD.lu

oder

Tel.: 402080-7200