

GROSSE HILFE,  
GANZ NAH.



HILFSWERK



# PFLEGE UND BETREUUNG LEICHT GEMACHT

**Praxisnahes Schulungsangebot für  
pflegende und betreuende Angehörige**

**Hilfswerk Salzburg  
2019**



## PFLEGE- UND BETREUUNG IM ALLTAG

### **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 Partners um? Menschen, die ihre Angehörigen zuhause pflegen, stehen täglich vor Herausforderungen. Hier setzt nun das Hilfswerk an: Mit 2019 werden im neuen Bildungszentrum am Standort Puch-Urstein Trainings für pflegende Angehörige angeboten.

### **Trainings für Angehörige**

Ziel der Schulungsreihe mit fünf Modulen ist es, pflegende Angehörige mit Fertigkeiten auszustatten, die ihren Betreuungsalltag erleichtern. Die Schulung wird in der sogenannten **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. Zudem steht ein weiterer Schulungsraum für die theoretische Wissensvermittlung zur Verfügung.

Die Trainingsmodule finden - mit Ausnahme des Basismoduls - in Kleingruppen (max. 10 Personen) statt, um den individuellen Bedürfnissen der Teilnehmer/innen genügend Zeit und Raum bieten zu können. Die Workshops sind in sich abgeschlossen und können auch einzeln gebucht werden.

### **Lernen mit Gleichgesinnten**

Die Wohnwerkstatt ist mehr als nur ein Lernort. Sie dient auch als Ort der Begegnung für pflegende Angehörige. Unter professioneller Anleitung werden hier einerseits praktisches Wissen vermittelt, gleichzeitig können aber auch persönliche Erfahrungen des Betreuungsalltags ausgetauscht werden.



### **Vorteile für pflegende und betreuende Angehörige**

- Herausforderungen im Betreuungsalltag gut meistern
- Belastungen und eigene Gesundheitsrisiken reduzieren
- Pflegerische Kompetenzen erweitern
- Unterstützende Technologien für zuhause kennenlernen
- Direkter Austausch mit anderen pflegenden Angehörigen

# TRAININGSMODULE



## Basismodul | Betreuung und Pflege zuhause

Grundlagen zu Pflege und Betreuung zuhause sowie Informationen zu (finanziellen) Entlastungsmöglichkeiten, Angeboten des Hilfswerks und Inhalte bzw. Ziele der weiteren Trainingsmodule.

**TERMINE**      **Mi, 08.05.2019 | 18.00-20.00 Uhr**      **20 TN**  
                     **Do, 26.09.2019 | 18.00-20.00 Uhr**      **20 TN**

## Stolperfallen erkennen - Stürze vermeiden

Praxistipps zur Sturzvermeidung bzw. Tipps zu Verhalten und Maßnahmen nach einem Sturz sowie Mobilisation und präventive, kräftigende Bewegungsübungen.

**TERMINE**      **Fr, 07.06.2019 | 16.00-19.00 Uhr**      **10 TN**  
                     **Fr, 18.10.2019 | 16.00-19.00 Uhr**      **10 TN**

## Demenz verstehen - Beziehung gestalten

Grundlagen zum Thema Demenz, Informationen zu möglichen Kommunikationswegen und erfolgreichen Konfliktregelungen sowie Tipps zur Selbstfürsorge und eigenen Entlastung.

**TERMINE**      **Fr, 28.06.2019 | 16.00-19.00 Uhr**      **10 TN**  
                     **Fr, 29.11.2019 | 16.00-19.00 Uhr**      **10 TN**

## Den Alltag Erleichtern

Ausprobieren unterschiedlicher Hilfsmittel die den Betreuungsalltag erleichtern und Kennenlernen von technischen und assistierenden Produkten (Smart-Home).

**TERMINE**      **Fr, 12.07.2019 | 16.00-19.00 Uhr**      **10 TN**  
                     **Fr, 15.11.2019 | 16.00-19.00 Uhr**      **10 TN**

## Heben, Stützen und Begleiten

Training für rückschonende und ergonomische Transfers sowie Information zum richtigen Lagern und Positionieren der Gepflegten bzw. Betreuten.

**TERMINE**      **Fr, 26.07.2019 | 16.00-19.00 Uhr**      **10 TN**  
                     **Fr, 13.12.2019 | 16.00-19.00 Uhr**      **10 TN**



# INFORMATION & ANMELDUNG

## NEUES SCHULUNGSANGEBOT FÜR

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

## SCHULUNGSORT

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

## KOSTEN

Die Trainingsmodule können gesammelt oder einzeln besucht werden.  
Das Basismodul ist kostenlos. Kosten je weiteres Trainingsmodul: 25,00 Euro

## UNVERBINDLICH INFORMIEREN ODER GLEICH ANMELDEN

Für Informationen steht das Team des Hilfswerks Salzburg gerne zur Verfügung:  
Telefon 0662 434702  
Mail [bildung@salzburger.hilfswerk.at](mailto:bildung@salzburger.hilfswerk.at)

## ANREISE

**Auto:** Autobahn A10 bis Abfahrt Puch/Urstein, im Kreisverkehr Richtung Puch, nach 200 Meter Zufahrtsstraße zur Rechten, Zufahrt bis zum hinteren Gebäudeteil zu den gekennzeichneten Parkplätzen zur Linken.

**Öffentlicher Verkehr:** S-Bahn S3 und die Buslinien 160 und 165. Jeweils Haltestelle Puch bei Hallein Urstein.

Kostenlose Parkmöglichkeiten vor Ort sind vorhanden.

