

## Kontakt

---

### Pflegekurse für pflegende Angehörige

#### Klinikum Bielefeld Mitte

Teutoburger Straße 50  
33604 Bielefeld  
www.klinikumbielefeld.de

#### Informationen und Anmeldung:

Tel.: 05 21. 5 81 - 13 13 (Anrufbeantworter)  
E-Mail: [angehoerigentaining@klinikumbielefeld.de](mailto:angehoerigentaining@klinikumbielefeld.de)

#### Kursleitung:

Isabella Kapinos  
Manuela Hahm

Der Pflegekurs als Beratungs- und Unterstützungsangebot ist ein gemeinsames Projekt der Klinikum Bielefeld gem. GmbH, der Universität Bielefeld und der AOK-Pflegekasse.

Die Teilnahme an dem Pflegekurs ist ein **kostenfreies Angebot** der AOK Pflegekasse, das für Mitglieder aller Krankenkassen gilt. Eine Pflegestufe muss nicht vorhanden sein. Nach Beendigung des Kurses erhält jeder Teilnehmer eine Teilnahmebescheinigung.

#### Impressum

Klinikum Bielefeld gem.GmbH  
Teutoburger Str. 50 - 33604 Bielefeld  
[www.klinikumbielefeld.de](http://www.klinikumbielefeld.de)

Inhalt: Isabella Kapinos, Manuela Hahm, Sandra Knicker  
Fotos: Steffi Behrmann  
Layout: screen concept - runge  
Stand: 03.03.2015

## Pflege zu Hause - Pflegekurs für pflegende Angehörige

Informationen für  
pflegende Angehörige und Interessierte



## Herzlich willkommen



Isabella Kapinos



Manuela Hahm

### Sehr geehrte Angehörige,

immer mehr Menschen werden heute immer älter. Damit steigt auch die Zahl der Hilfsbedürftigen, deren Versorgung immer wichtiger wird. Die Pflege eines Angehörigen verändert gleichzeitig die eigene Lebenssituation. Ungefähr 70% der alten und hilfsbedürftigen Menschen werden von Familienmitgliedern gepflegt und betreut. Die häusliche Pflege eines alten oder erkrankten Familienmitgliedes ist jedoch für Angehörige sehr komplex und häufig mit Ängsten und Unsicherheiten verbunden:

- ▲ Was muss ich tun?
- ▲ Mache ich alles richtig?
- ▲ Welche Hilfsmittel brauche ich für eine angemessene häusliche Pflege?
- ▲ Wer kann mich unterstützen?
- ▲ Wie kann ich dabei meine eigene Gesundheit erhalten?

Pflegende Angehörige erleben insbesondere dann belastende Situationen und Ereignisse, wenn die Pflege nach einem Krankenhausaufenthalt neu übernommen oder mit erhöhtem Pflegebedarf weitergeführt wird. Hinzu kommt, dass sie aufgrund kürzerer Krankenhausaufenthalte wenig Zeit haben, um sich auf die neue Situation einzustellen und kaum einschätzen können, was auf sie zukommen wird.

## Wir bieten Ihnen Hilfe an

Um Ihnen die Situation zu erleichtern und Sie beim Übergang Ihres Angehörigen vom Krankenhaus in die häusliche Pflege zu unterstützen, werden im Klinikum Bielefeld seit einigen Jahren Kurse für pflegende Angehörige angeboten. Durch die Kurse werden auch Angehörige oder Interessierte, die zukünftig die Pflege eines Menschen übernehmen, geschult und angeleitet. Die Kurse wollen Angehörige nicht nur befähigen, Pflege Techniken durchzuführen. Vielmehr wird den Teilnehmern die Gelegenheit geboten, sich mit der neuen Pflegesituation und der Gestaltung des Pflegealltags bewusst auseinander zu setzen und offene Fragen zu Pflege Themen und Erkrankungen zu stellen.

### Kursinhalte:

- ▲ „Pflege will gelernt sein“: Praktisches Einüben von Pflege Techniken
- ▲ Aufbau eines Pflegenetzwerkes
- ▲ Gemeinsam Lösungen für den Pflegealltag finden
- ▲ Persönliche Entlastung durch den Erfahrungsaustausch
- ▲ Vorstellung von Hilfsangeboten und Hilfsmitteln zur Entlastung
- ▲ Individuelle Wunschthemen der Teilnehmer

### Kursleitung:

Die Pflegekurse werden von Isabella Kapinos und Manuela Hahm geleitet. Sie sind examinierte Gesundheits- und Krankenpflegerinnen mit entsprechender Weiterbildung und arbeiten im Klinikum Mitte.

### Kurstermine:

Die Pflegekurse finden an drei aufeinanderfolgenden Mittwochen von 17 bis 21 Uhr im Seminarraum (Ebene E) im Klinikum Bielefeld Mitte statt. Ein Kurs umfasst drei Termine mit insgesamt zwölf Unterrichtsstunden. Die jeweiligen Kurstermine können Sie bei uns erfragen. Bei Fragen zum Pflegekurs und zur telefonischen Anmeldung stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung. Unsere Kontaktdaten entnehmen Sie bitte der Rückseite dieses Faltblattes.