

► Programm für die seelische Gesundheit

- Gruppen- und Einzelgespräche mit Lebens- und Sozialberatern
- Übungen zur Stärkung des Selbstwertgefühls
- Entspannungs- und Wohlfühlübungen, Körperwahrnehmung
- Gespräche miteinander, Gemeinschaft und Verbundenheit erleben, Kontakte knüpfen

► Rahmenprogramm

- Aktiv in den Tag
- Wellnessangebot
- regionale Ausflüge
- Gruppenaktivitäten

Dauer und Kosten

Diese Gesundheitsaktion dauert zwei Wochen.

Die Kostenbeteiligung wird mit der Bewilligung mitgeteilt.



Orte und Termine

Die Orte und Termine erfahren Sie in Ihrem Regionalbüro und auf der SVB-Homepage: www.svb.at/termine



Information und Anmeldung

Sozialversicherungsanstalt der Bauern
Kompetenzzentrum Gesundheitsaktionen
Blumauerstraße 47, 4020 Linz
Telefonnummer: 0732 76 33-4370
E-Mail: gesundheitsaktionen@svb.at

Nähere Informationen über das Gesundheitsangebot der SVB finden Sie auch im Internet unter

www.svb.at



Medieninhaber, Herausgeber und Verleger: Sozialversicherungsanstalt der Bauern;
Alle in 1030 Wien, Ghegastraße 1, Telefon 01 797 06-2201, E-Mail: info@svb.at,
DVR-Nr. 0024147. Hersteller: Eigendruck – SVD Büromanagement GmbH, Wien.
Fotos: SVB
Stand: September 2014



Gesundheitsaktion
"Pflegerische Angehörige"

Gesund durchs Leben

Gesundheitsaktion "Pflegerische Angehörige"

In keinem Versichertenkreis werden so viele pflegebedürftige Personen zu Hause gepflegt wie im bäuerlichen Bereich. Da diese soziale Leistung durchwegs zur „üblichen“ Arbeitsbelastung hinzukommt, führt die Pflegetätigkeit oftmals zur Erschöpfung. Daher gilt für pflegende Angehörige: Es ist erlaubt und ganz wichtig, rechtzeitig auch an sich selbst zu denken!

Die Sozialversicherungsanstalt der Bauern will durch diese Gesundheitsaktion die wertvolle Arbeit der Pflege anerkennen, aber auch Hilfe und Stütze geben.



Oft reagieren die pflegenden Angehörigen noch zögernd: „Ich kann doch nicht weg!“ Die Erfahrung zeigt aber, dass sehr häufig die Großfamilie in der Lage ist, den Pflegling ausreichend zu versorgen.

Natürlich können auch Organisationen, wie beispielsweise die Caritas und das Hilfswerk, oder die Kurzzeitpflege in einem Pflege-

heim in Anspruch genommen werden. Unter bestimmten Voraussetzungen leisten Bund bzw. Länder auch einen Kostenzuschuss für die Ersatzpflege während der Gesundheitsaktion.

Indikationen für diese Gesundheitsaktion – Wer darf daran teilnehmen?

- Personen mit körperlicher und/oder seelischer Belastungssituation durch die Pflege eines Angehörigen
- Personen mit chronischem Erschöpfungs- und Ermüdungszustand

Kontraindikationen – Nicht geeignet ist das Angebot bei:

- eigener Pflegebedürftigkeit (Antragsteller);
- psychischer und/oder körperlicher Erkrankung, wodurch das vorgesehene Programm am Turnus nicht mitgemacht werden kann

Teilnahmekriterien – Voraussetzungen

Diese Gesundheitsaktion können Frauen und Männer in Anspruch nehmen, die bei der SVB

- kranken- und/oder pensionsversichert sind oder
- in der Krankenversicherung anspruchsberechtigt sind oder
- Pensionsbezieher sind.

Weiters müssen diese Frauen und Männer die Hauptlast der Pflege einer Person tragen, die Pflegegeld bezieht.

Keinen Anspruch haben Personen, die in der Pensionsversicherung mehrfach versichert und nicht bei der SVB krankenversichert sind.



Inhalte/Programme

► Fachvorträge & Beratung

- Praktisches Arbeiten (am Krankenbett, im Rollstuhl) und verschiedenste Hilfen und Tipps für die Pflege
- Beratung über Hilfsmittel und Dauerversorgung
- Vortrag zum Thema Umgang mit demenzkranken Personen



► Aktivprogramm – Körperliche Erholung

- Bewegung – Nordic Walking, Spaziergänge, Tanzen
- Wirbelsäulengymnastik, Beckenbodentraining
- Entspannungsmassagen



► Medizinisches Leistungsangebot

- Ärztliches Beratungsgespräch zu Turnusbeginn