

ALBERT SCHWEITZER INSTITUT

TRAININGS- ZENTRUM

ggz.graz.at

GRAZ
GERIATRISCHE
GESUNDHEITZENTREN

KURSE FÜR DIE PFLEGE DAHEIM

Mit unserem Kursangebot helfen wir pflegenden Angehörigen, Seniorinnen und Senioren sowie Interessierten, ihre Liebsten daheim bestmöglich zu betreuen.



ALBERT SCHWEITZER TRAININGSZENTRUM

Pflege durch Angehörige	4
Albert Schweitzer Trainingszentrum	6
Kursangebot:	
– Basis	8
– Demenz	9
– Körperpflege	9
– Bewegen und Positionieren	10
– Sicher und fit zu Hause	10
Weitere Kursangebote	11
Kontakt	12

**Fragen zu unserem Kursangebot
beantworten wir gerne unter:**

Albert Schweitzer Trainingszentrum
Albert-Schweitzer-Gasse 36, 8020 Graz
Tel.: 0316 7060-1064
ggz.trainingszentrum@stadt.graz.at

PFLEGE DURCH ANGEHÖRIGE

In Österreich werden acht von zehn pflegebedürftigen Menschen im häuslichen Umfeld durch ihre Angehörigen versorgt. Für die Pflegenden geht das oft mit reduziertem Wohlbefinden und psychischen Belastungen einher. Um die Familienangehörigen zu entlasten, bieten wir die Möglichkeit, neues Wissen zu erwerben. So können Sie auf Herausforderungen in der Pflege und Betreuung besser reagieren.



Zu Hause übernehmen Sie als Angehörige den Großteil der Pflege und sind damit gesundheitlichen Belastungen ausgesetzt. In den Trainingseinheiten im Albert Schweitzer Trainingszentrum vermittelt unser Fachpersonal Ihnen Wissen und erleichtert damit die Betreuung zu Hause. Neben simulationsbasiertem Lernen in Gruppenkursen und praktischen Übungen umfasst unser Angebot unter anderem auch Vorträge und Besichtigungen einer altersgerechten, technikunterstützten Übungswohnung.



DAS ALBERT SCHWEITZER TRAININGSZENTRUM

Ein Ort, an dem Sie Pflege und Betreuung Ihrer Liebsten in einer kleinen Gruppe erlernen.

Unter der Anleitung von PflegeexpertInnen der Albert Schweitzer Klinik üben Sie pflegerische Handlungen, wie das richtige Lagern oder das Waschen der zu pflegenden Person. Die Pflegekurse finden dabei in einer Übungswohnung statt, die wie ein typischer Haushalt aufgebaut ist. Dadurch erhalten Sie auch Informationen zur barrierefreien Gestaltung Ihrer Wohnung, weiteren Hilfsmitteln und technischen Unterstützungsmöglichkeiten.

Auf einen Blick

- Sie lernen mit herausfordernden Pflegesituationen besser umzugehen.
- Sie erweitern Ihr Wissen, um Pflegebelastungen und Gesundheitsrisiken zu reduzieren.

- Sie verbessern Ihr Sicherheitsempfinden bei Pflege und Betreuung.
- Sie erweitern Ihre pflegerischen Kompetenzen.
- Sie tauschen sich direkt mit anderen pflegenden Angehörigen aus.
- Sie lernen von ExpertInnen der Albert Schweitzer Klinik.
- Sie lernen neue unterstützende Technologien für zu Hause kennen.
- Sie werden über Beratungsstellen und Unterstützungsmöglichkeiten informiert.

BASISKURS

Grundlagen zur Pflege und Betreuung zu Hause

Der kostenlose Basiskurs ist eine gute Möglichkeit, das Trainingszentrum und die PflegeexpertInnen kennenzulernen und sich mit Ihnen über Ihre häusliche Pflegesituation auszutauschen. Sie erfahren Wissenswertes zum Thema Pflege und Betreuung zu Hause. Der Schwerpunkt liegt hier vor allem auf den rechtlich administrativen Aspekten, die rund um die häusliche Betreuungssituation entstehen.

Dauer: 1,5 Stunden
Kostenlos

PRAXISKURS 1 DEMENZ

Möglichkeiten im Umgang mit an Demenz erkrankten Menschen

In diesem Praxiskurs erfahren Sie vieles über das Thema Demenz und wie Sie Menschen mit dieser Erkrankung bestmöglich begegnen können. Durch die jahrelange Tätigkeit auf unserer Demenzstation können unsere Vortragenden Ihnen alle Fragen zu diesem Thema beantworten. Außerdem wird in diesem Kurs ein ganz großes Augenmerk darauf gelegt, wie Sie sich als pflegende/r Angehörige/r in dieser belastenden Situation schützen können.

Dauer: 2 x 3 Stunden
Kosten: € 60

PRAXISKURS 2 KÖRPERPFLEGE

Tipps zur Körperpflege von Pflegebedürftigen

Die Körperpflege und Hautpflege von pflegebedürftigen Personen spielt eine große Rolle im täglichen Pflegealltag. In diesem Praxiskurs lernen Sie, worauf Sie bei der Körperhygiene achten müssen und welche Pflegeprodukte Sie anwenden können. Durch das praxisnahe Üben lernen Sie außerdem, wie Sie bei der Körperpflege eine angenehme Atmosphäre für alle Beteiligten schaffen.

Dauer: 2 x 3 Stunden
Kosten: € 60



PRAXISKURS 3 BEWEGEN UND POSITIONIEREN

Tipps für rückschonende Pflege

Wie greifen Sie zu, wenn Sie eine Person vom Bett in einen Rollstuhl heben möchten? Wie können Sie der oder dem Betroffenen beim Aufrichten im Bett helfen? In diesem Kurs erlernen Sie das richtige Lagern und Mobilisieren der zu pflegenden Person und wie Sie dabei Ihren Rücken schonen können. Unsere PhysiotherapeutInnen zeigen Ihnen dazu praktische Handgriffe, die Sie im Kurs üben und gleich zu Hause anwenden können.

Dauer: 2 x 3 Stunden
Kosten: € 60

PRAXISKURS 4 SICHER UND FIT ZU HAUSE

Wie Sie und Ihre Angehörigen mit Tipps und Tricks einen sicheren Wohnraum schaffen können

In diesem Praxiskurs erhalten Sie Tipps zur Vermeidung und Vorbeugung von Stürzen. Unsere ExpertInnen zeigen Ihnen, welche Hilfsmittel Sie im Alltag unterstützen und wie Sie Ihren Wohnraum zuhause so anpassen, dass Sie oder die zu betreuende Person vor Stürzen sicher sind. Weiters lernen Sie moderne Medien und Hilfsmittel kennen, um Stürze zu vermeiden und rasch zu erkennen. Außerdem wird Ihnen vermittelt, wie Sie im Falle eines Sturzes schnell und richtig handeln.

Dauer: 2 x 3 Stunden
Kosten: € 60

WEITERE KURSANGEBOTE

Das Albert Schweitzer Trainingszentrum bietet neben den Kursen für pflegende Angehörige auch laufend interessante Workshops zum Thema gesundes Altern, von Internet- und PC-Kursen für SeniorInnen über Gesundheitsförderungsworkshops bis hin zu spannenden Fachvorträgen und Möglichkeiten der Besichtigungen der technikunterstützten, altersgerechten Wohnung.

Wenn Sie sich für unser erweitertes Kursangebot interessieren, dann melden Sie sich gerne bei uns oder schauen Sie auf unsere Website.

ggz.graz.at



Geriatrische Gesundheitszentren der Stadt Graz

ALBERT SCHWEITZER TRAININGSZENTRUM

Albert-Schweitzer-Gasse 36
8020 Graz
Tel.: 0316 7060-1064

ggz.graz.at
ggz.trainingszentrum@stadt.graz.at



Gedruckt nach der Richtlinie „Druckerzeugnisse“
des Österreichischen Umweltzeichens,
Geriatrische Gesundheitszentren der Stadt Graz, UW-Nr. 812