



Die Katholische Landfrauenbewegung der Erzdiözese Freiburg bietet in Zusammenarbeit mit der AOK-Pflegekasse eine Qualifizierung

### „Häusliche Betreuung in der Altenhilfe“

an, die insbesondere auf den ländlichen Raum zugeschnitten ist.

Ältere und pflegebedürftige Menschen haben den Wunsch, so lange wie möglich in ihrer vertrauten Umgebung leben zu können. Diese Kurse geben Hilfe zur Selbsthilfe. Sie richten sich an Familienangehörige und an Helferinnen von Nachbarschaftshilfe-Vereinen.

Das Ziel ist, den Teilnehmer/innen Grundkenntnisse und praktische Erfahrungen für die Betreuung, Pflege und den Umgang mit älteren Menschen zu vermitteln.

Der Austausch über eigene Erfahrungen und das persönliche Gespräch mit anderen in der Gruppe soll auch Pflegenden helfen, mit ihren eigenen psychischen Belastungen in dieser Situation besser umzugehen.

Die Qualifizierung besteht aus drei Teilen und umfasst 18 Abende.

### Teil 1: Der Mensch im Alter (6 Abendtermine) Anthropologische, soziale und theologische Aspekte (Alterspsychologie)

Inhalte:

1. Wie begegnet mir Alter? Wie erlebe ich es? (Eigene Lebenserfahrungen aufzeigen)
2. Körperliche Veränderungen im Alter. Geistig-seelische Veränderungen der Persönlichkeit.
3. Soziale und familiäre Situation alter Menschen (z.B. Rolle, Beruf, Partner, Familie, Einsamkeit, Isolation, Abhängigkeit). Hilfen im Umgang und in der Begegnung mit alten Menschen.
4. Besonderheit der Medizin im Alter.
5. Umgang mit Menschen in unterschiedlichen Lebenssituationen.
6. Abschiedsprozess verstehen / Sterbeprozess und Trauer.

### Teil 2: Häusliche Krankenpflege (6 Abendtermine)

Inhalte:

1. Der Kranke und seine Umgebung. Ankommen in der eigenen Wohnung. Ständiges Gebundensein.
2. Was bleibt, wenn Hören und Sehen beeinträchtigt sind. Medikamente richten, verabreichen und aufbewahren. Zusammenhang von Bewegung und Gesundheit.
3. Krankenbeobachtung, Verdauung und Ausscheidung, Kontrollverlust über Urin und Stuhl.
4. Damit sich Vater/Mutter wohl fühlt: Körperpflege im Bett, Pflegemittel, Einreibungen, Zweiterkrankungen verhindern.
5. Demenz und Alzheimer
6. Einführung in Kinästhetik (Bewegungsunterstützung für pflegende Angehörige)