



Wir freuen uns auf  
Ihren Besuch!



**St. Elisabeth**  
am Kurpark   
*Urlaub für Senioren*

Bahnhofstraße 19  
49214 Bad Rothenfelde  
Telefon (0 54 24) 21 72-0  
Telefax (0 54 24) 21 72-5 90  
E-Mail [st.elisabeth@caritas-os.de](mailto:st.elisabeth@caritas-os.de)  
[www.seniorenerholung-st-elisabeth.de](http://www.seniorenerholung-st-elisabeth.de)



Bei Fragen stehen  
wir Ihnen selbst-  
verständlich zur  
Verfügung. Rufen Sie  
uns einfach an oder  
schreiben Sie uns – wir  
beraten Sie gern!

Aktion

## Pflegende Angehörige



## Kinaesthetics für pflegende Angehörige

01. - 06. Februar 2016

**St. Elisabeth**  
am Kurpark   
*Urlaub für Senioren*



# Kinaesthetics für pflegende Angehörige

Dieses Programm thematisiert die Entwicklung der Bewegungskompetenz im Rahmen einer privaten Pflege- oder Betreuungsaufgabe gegenüber Angehörigen oder Bekannten.

Menschen, die einen Angehörigen pflegen, bewältigen in ihrem Alltag große Herausforderungen. Diese Belastung kann die Gesundheitsentwicklung aller Beteiligten beeinträchtigen. In diesem Programm lernen die TeilnehmerInnen, ihre eigene Bewegungskompetenz zu entwickeln und diese zu nutzen, um ihre Angehörigen in ihrer Bewegungskompetenz zu fördern. Dies führt dazu, dass pflegende Angehörige bei ihrer Tätigkeit gezielter auf ihre eigene Gesundheit achten und pflegebedürftige Angehörige größere Eigenaktivität, Mobilität und Selbstständigkeit entwickeln können.

## Inhalte

- Sensibel werden für die eigene Bewegung
- Der Umgang mit Gewicht
- Bewegungsmuster verstehen
- Unterstützen als Lernangebot
- Der Lernprozess in der Familie
- Der Umgang mit Hilfsmitteln

## Ziel

Die TeilnehmerInnen entwickeln Ideen für ihre häusliche Pflegesituation, um die Selbstständigkeit des Pflegebedürftigen zu unterstützen und selbst körperliche Entlastung zu finden.

Pflegende Angehörige können allein oder mit der pflegebedürftigen Person an diesem Angebot teilnehmen. Die Kosten für Unterbringung und Verpflegung betragen im Einzelzimmer 300,00 €/im Doppelzimmer 280,00 € pro Person.

Evtl. Pflege- und Betreuungskosten werden über den Caritas-Pflegedienst organisiert und abgerechnet (Tel.: 05422 98930).



Melden Sie sich gern per Telefon oder E-Mail an.

(0 54 24) 21 72-0  
st.elisabeth@caritas-os.de