ALBERT SCHWEITZER INSTITUT

TRAININGS-ZENTRUM

ggz.graz.at

GRAZ
GERIATRISCHE
GESUNDHEITSZENTREN

KURSE FÜR DIE PFLEGE DAHEIM

Mit unserem Kursangebot helfen wir pflegenden Angehörigen, Senior:innen sowie Interessierten, ihre Liebsten daheim bestmöglich zu betreuen.

© Foto: 2DreamProductions

© Foto: Die Abbilderei

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 pflegebedürftige 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, damit sie auf Herausforderungen in der Pflege und Betreuung besser reagieren können.

© Foto: 2DreamProductions

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.

© Fotos Stadt Graz/Fischer

DAS ALBERT SCHWEITZER TRAININGSZENTRUM

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

Unter der Anleitung von Pflegeexpert:innen 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 Ihres Wohnraums, 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.

© Foto: 2DreamProductions

BASISKURS

Grundlagen zur Pflege und Betreuung zu Hause

Der kostenlose Basiskurs ist eine gute Möglichkeit, das Trainingszentrum und die Pflegeexpert:innen 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 rechtlichen und administrativen Aspekten, die rund um die häusliche Betreuungssituation entstehen.

Dauer: 2 Stunden
Kostenlos

PRAXISKURS 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: € 63

PRAXISKURS 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: € 63

PRAXISKURS BEWEGEN UND POSITIONIEREN

Tipps für rückenschonende 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 Physiotherapeut:innen zeigen Ihnen dazu praktische Handgriffe, die Sie im Kurs üben und gleich zu Hause anwenden können.

Dauer: 2 x 3 Stunden
Kosten: € 63

PRAXISKURS SICHER UND FIT ZU HAUSE

Tipps und Tricks für einen sicheren Wohnraum

In diesem Praxiskurs erhalten Sie Tipps zur Vermeidung und Vorbeugung von Stürzen. Unsere Expert:innen 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: € 63

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 Senior:innen 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

© Foto: Manuela Schwarz

Geriatrische Gesundheitszentren der Stadt Graz

PA Pflegende Angehörige

ALBERT SCHWEITZER TRAININGSZENTRUM

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

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

ALBERT SCHWEITZER INSTITUT
Institut für Geriatrie und Gerontologie

© Foto: GGZ