

„Pflege für Zuhause – von Profis lernen“

Übersicht über angebotene Themen

1) Unterstützung für die Pflege und Betreuung zu Hause

Vortragende: Diplomsozialarbeiter:innen, Diplomierte Gesundheits- und Krankenpfleger:innen

Wenn pflegebedürftige Menschen zuhause gepflegt und betreut werden, sind die körperlichen, seelischen, zeitlichen und auch finanziellen Belastungen der An- und Zugehörigen oft enorm. Dieser Vortrag bietet eine Übersicht über finanzielle und soziale Unterstützungsangebote im Land Kärnten und wird entweder von Mitarbeitenden der Pflegenahversorgung oder des Gesundheits-, Pflege und Sozialservice (GPS) durchgeführt.

2) Umgang mit Grenzsituationen in der häuslichen Pflege

Vortragende: Psycholog:innen, Diplomierte Gesundheits- und Krankenpfleger:innen

Der Eintritt von Hilfe- und Pflegebedürftigkeit verändert das Leben aller Beteiligten. Im häuslichen Pflegealltag kommt es in Folge nicht selten zu Konflikte und Spannungen aufgrund emotionaler und körperlicher Überforderung. Dieser Vortrag zeigt Ursachen auf und beschäftigt sich mit Lösungsstrategien für pflegende An- und Zugehörige.

3) Rechtliche Angelegenheiten bei Übernahme von Familienpflege

Vortragende: Jurist:innen, Notare

In diesem Vortrag werden grundlegende Informationen in Bezug auf die rechtliche Vertretung durch Angehörige (Erwachsenenvertretung, Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht) und das Erbrecht in Grundzügen erörtert. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit, konkrete Problemstellungen mit einer Expertin/einem Experten zu besprechen. Der Vortrag wird meist vom für den Bezirkssprengel zuständigen Notariat durchgeführt (laut der aktuell gültigen Verteilungsverordnung).

4) Begleitung in der letzten Lebenszeit

Vortragende: Diplomierte Gesundheits- und Krankenpfleger:innen, Psycholog:innen

In der letzten Lebensphase eines Menschen entstehen für Angehörige oft viele Unsicherheiten. Dieser Vortrag vermittelt Wissen über den Sterbeprozess und Unterstützungsmöglichkeiten, und zeigt Wege zur persönlichen Auseinandersetzung mit Abschied und der Endlichkeit des Lebens auf. Ziel ist der Erhalt von Lebensqualität bis zuletzt und die Ermöglichung eines würdevollen Abschieds.

5) Vortragsreihe: Plötzlich Pflegekraft I II und III (auch einzeln zu buchen)

Vortragende: Diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerinnen, Physiotherapeutinnen

Vortrag I: Plötzlich Pflegekraft – wie Sie als pflegende Angehörige die ersten Schritte stressfrei organisieren können: dieser Vortrag bietet eine erste Orientierungshilfe sowie einen Fahrplan für die nächsten wichtigen Schritte

Vortrag II: Ab in die Pflegepraxis – wie stütze, begleite und mobilisiere ich richtig: ein Vortrag mit praktischen Übungen und Hilfestellungen für pflegende Angehörige

Vortrag III: Stressfrei pflegen – wieviel kann ich mir zumuten als pflegende/r Angehörige/r?
Strategien für Stressabbau und Selbstfürsorge

6) Hilfsmittel für die häusliche Pflege und Betreuung

Vortragende: Diplomierte Gesundheits- und Krankenpfleger:innen, Sanitätsfachhandel

Welche Ausstattung brauche ich zuhause, um den pflegerischen Alltag zu erleichtern? Die Gestaltung eines Krankenzimmers, vorbeugende Maßnahmen bei Bettlägrigkeit, Verwendung von Hilfsmitteln wie Gehbehelfe, Hebehilfen, Pflegebett, Lagerungskissen, Duschstühlen, Haltegriffe und vieles andere mehr sind Inhalt dieses praxisorientierten Vortrags. Gleichzeitig wird über mögliche Förderungen und Zuschüsse für gängige Hilfsmittel informiert.

7) Sturzprävention im Alter

Vortragende: Physiotherapeut:innen

Mit steigendem Alter erhöht sich auch die Möglichkeit eines Sturzes, gleichzeitig können die Folgen für ältere Menschen oft schwerwiegend sein. Doch das Sturzrisiko lässt sich in vielen Fällen durch vorbeugende Maßnahmen stark reduzieren. Dieser Vortrag beschreibt interne und externe Risikofaktoren und erklärt präventive Strategien und praktische Handlungsmaßnahmen zur Sturzvermeidung.

8) Inkontinenz – kein Tabu

Vortragende: Diplomierte Gesundheits- und Krankenpfleger:innen

Nach wie vor ist Harn- und Stuhlinkontinenz in unserer Gesellschaft trotz einer großen Anzahl von Betroffenen ein Tabuthema. Der Vortrag möchte der Sprachlosigkeit entgegenwirken und den Betroffenen und Angehörigen unterschiedliche Versorgungs- und Therapiemöglichkeiten aufzeigen.

9) Einfühlsam begleiten: Sexualität und Intimität bei der Pflege älterer Menschen

Vortragende: Sexualpädagogin und Sexualberaterin, klinische Sexologin

Dieser Vortrag widmet sich einfühlsam der Thematik der Sexualität bei betagten Menschen. Er vermittelt ein Verständnis für die Bedeutung von Intimität im Alter und bietet Einblicke in die häufig auftretenden Veränderungen der sexuellen Gesundheit. Der Fokus liegt auf der Förderung eines respektvollen Dialogs über Bedürfnisse und Grenzen betreuter Personen sowie auf der Wahrung ihrer Privatsphäre. Dabei werden auch Möglichkeiten zur Unterstützung und Ermutigung für pflegende Angehörige bereitgestellt, um einfühlsam und wertschätzend auf die Bedürfnisse älterer Menschen einzugehen, während sie gleichzeitig ihre eigenen Grenzen und die eigene Selbstfürsorge im Blick behalten.

10) Schlaganfall – was nun? Unterstützung im Pflegealltag

Vortragende: Allgemeinmediziner:innen, Diplomierte Gesundheits- und Krankenpfleger:innen

In der Veranstaltung wird auf die Krankheitsentstehung, Risikofaktoren und Symptome eingegangen sowie auf die Wichtigkeit der Früherkennung hingewiesen. Ebenso im Fokus stehen pflegerische

Techniken wie Betten und Lagern, Körperpflege, Verabreichung von Essen sowie aktivierende Maßnahmen zum Erhalt der Selbstständigkeit und Mobilität.

11) Hilfe – Ich funktioniere! Selbstfürsorge für pflegende Angehörige

Vortragende: Psycholog:innen, Psychotherapeut:innen

Angehörige zu pflegen kann ein einsamer, harter und undankbarer Job sein. Viel zu oft werden eigene Bedürfnisse zurückgestellt und Gefühle wie Wut und Aggression nicht zugelassen. In diesem interaktiven Vortrag schauen wir uns an, wie die eigene mentale und physische Gesundheit gestärkt werden kann: Was sind Belastungsfaktoren für mich? Welche Unterstützungen gibt es in meinem Umfeld? Wie schaffe ich es, auch gut für mich zu sorgen? Was hilft mir, wenn ich an meine Grenzen stoße?

12) Erste Hilfe in der Pflege

Vortragende: Sanitäter:innen, Notfallsanitäter:innen

Jederzeit kann es in der häuslichen Pflege zu medizinischen Krisen oder Unfällen kommen. In der Zeit bis zum Eintreffen der ärztlichen Versorgung gilt es, das Richtige zu tun. Inhalte dieses Vortrags sind: die richtige Verständigung und Basismaßnahmen bei akuten Notfällen, die Erstversorgung von Wunden, Brüchen und Verbrennungen, Erste Hilfe-Maßnahmen bei Kreislaufschwäche und –kollaps, sowie Interventionen bei Sturzgeschehen. Ebenso eingegangen wird auf präventive Interventionen bei körperlichen Veränderungen im Alter.

13) Die Reise ins Vergessen – Leben mit Demenz

Vortragende: Validationsanwender:innen, Psycholog:innen, Demenzexpert:innen

Sind zunehmende Vergesslichkeit und Konzentrationsschwäche im Alter bereits Anzeichen einer Demenz? Neben Informationen zum Krankheitsbild widmet sich dieser Vortrag vor allem den Begegnungsmöglichkeiten mit Menschen mit Demenz. Ursachen und Hintergründe für das oftmals schwierige und für die pflegenden Angehörigen unverständliche Verhalten der Betroffenen werden erklärt. Im Verstehen liegt der erste Schritt zu einem verständnisvolleren Miteinander und einer Erleichterung des Alltags für alle, die an dieser Reise teilhaben.

14) Umgang mit psychischen Erkrankungen in der Familie

Vortragende: Fachärzt:innen, Psycholog:innen

Belastungen und Stress führen sehr oft zu Verhaltensänderungen und münden nicht selten in psychischen Erkrankungen. Der Umgang mit psychisch Erkrankten in der Familie ist oft gekennzeichnet von Informationsmangel und großem Leidensdruck. Der Vortrag informiert über die Behandlungsmöglichkeiten der häufigsten Störungsbilder (Angsterkrankungen, Depression und Suchterkrankungen) und erfolgversprechenden Umgang mit Menschen im Ausnahmezustand.

15) Manchmal wird es schwierig – Beziehung und Demenz

Vortragende: Psycholog:innen, Psychotherapeut:innen, Diplomsozialarbeiter:innen,

Eine Demenzdiagnose und das Fortschreiten der Erkrankung selbst verändern die Beziehung zwischen (pflegenden) Angehörigen und den Betroffenen. Neben Informationen zu den häufigsten Demenzformen stehen bei diesem Vortrag vor allem die Auswirkungen des Krankheitsbildes auf das Verhalten der Betroffenen im Fokus und mögliche Strategien, die die Würde und Integrität sowohl der Pflegebedürftigen als auch der pflegenden Angehörigen erhalten. Der Schlüssel liegt im Verständnis für die Lebensrealität des anderen.

16) Validation

Vortragende: Validationslehrer:innen, Validationsanwender:innen,

Die Validation ist eine Methode, die für die Begleitung von Menschen mit demenzieller Entwicklung von der amerikanischen Sozialarbeiterin Naomi Feil entwickelt wurde. Es geht darum, das Verhalten von dementiell erkrankten Menschen zu verstehen und als gültig (valide) zu erklären, dieses zu akzeptieren und nicht zu korrigieren. Die daraus resultierende wertschätzende Haltung entspannt die Betreuungssituation sowohl für die Betroffenen als auch für die Betreuenden.

17) Körperliche und seelische Aktivierung vor dem Hintergrund von Pflegebedürftigkeit

Vortragende: Diplomierte Gesundheits- und Krankheitspfleger:innen, Psycholog:innen, Seniorentainer:innen

Die Aktivierung und Beschäftigung stellen wesentliche Aspekte der nicht-medikamentösen Maßnahmen in der Betreuung von Menschen mit Demenz dar und tragen maßgeblich zum Wohlbefinden der Betroffenen als auch ihres Umfelds bei. Ziele der gezielten Aktivierung sind es, Abwechslung im Alltag zu bieten und Fähigkeiten und Fertigkeiten trotz fortschreitender Erkrankung möglichst lange zu erhalten. Teilweise können so auch herausfordernde Verhaltensweisen reduziert werden.

18) Demenz – ein Perspektivenwechsel

Vortragende: Klinische Psycholog:innen, Diplomierte Gesundheits- und Krankenpfleger:innen, Demenzexpert:innen

Die Diagnose Demenz löst oftmals massive Ängste bei den betroffenen An- und Zugehörigen aus. Durch das Anerkennen und Würdigen der vorhandenen Sorgen kann der Blick auf die Diagnose positiv verändert werden. Ziel ist es daher, eine lösungsorientierte und sinnstiftende Begleitung der an Demenz erkrankten Menschen zu ermöglichen, die entlastend wirkt und Zuversicht schafft. Denn die Demenz macht nicht das ganze Erleben eines Menschen aus.

19) Das Herz erinnert, was der Kopf vergisst

Vortragende: Psycholog:innen, Psychotherapeut:innen, Diplomsozialarbeiter:innen

Demenz ist mehr als Gedächtnisverlust. Demenz beeinflusst sämtliche Sinnesorgane und verändert Gefühle, die gesamte Art, wie Menschen sich und ihre Welt erleben. Wie schafft man es als An- und Zugehörige/r, unerreichbar scheinende Menschen doch zu erreichen? Über das Herz! Der Vortrag zeigt Wege auf, die Erlebniswelt erkrankter Menschen besser zu verstehen und dadurch die Beziehung und den Umgang nachhaltig zu verändern.

20) „Ich esse meine Suppe nicht! Nein meine Suppe ess‘ ich nicht!“ – Nahrungsverweigerung bei Demenz

Vortragende: Diplomierte Gesundheits- und Krankenpfleger:innen

Bei einer Demenz kommt es häufig zu einer „Nahrungsverweigerung“. Ziel dieses Vortrags ist es, (pflegenden) An- und Zugehörigen sowie Interessierten die möglichen Ursachen und Hintergründe aufzuzeigen sowie pflegerische Strategien und Tipps rund um die Ernährung demenzbetroffener Menschen zu vermitteln.

21) Biographie- und Erinnerungsarbeit als Brücke zum Menschen mit Demenz

Vortragende: Diplomierte Gesundheits- und Krankenpfleger:innen

Die Biographiearbeit und ihre darauf aufbauende Erinnerungsarbeit tragen maßgeblich zum Verständnis und zum Wohlbefinden von Menschen mit Demenz und in weiterer Folge ihrer An- und Zugehörigen bei. Erinnerungsarbeit kann die Kommunikation stimulieren und bereichern, sowie zu positiven Beziehungen zwischen alternden Menschen und ihrem sozialen Umfeld beitragen. Dieser interaktive Vortrag sensibilisiert die Teilnehmenden für die Wichtigkeit der Biographiearbeit und präsentiert ihnen nützliche Instrumente zur praktischen Umsetzung.

22) Diagnose Demenz – Krankheitsbild und Verlauf

Vortragende: Fachärzt:innen Neurologie und/oder Psychiatrie, Allgemeinmediziner:innen mit Zusatzausbildung Geriatrie, Psycholog:innen

Unter dem Begriff Demenz wird eine Vielzahl von Erkrankungen zusammengefasst. Der Vortrag informiert über die unterschiedlichen Formen der Demenz, über Krankheitsentstehung und Krankheitsverlauf sowie die derzeitigen Behandlungsmöglichkeiten.

23) NEU: Geschlecht und Gesundheit – Was pflegende Angehörige wissen sollten

Vortragende: Fachärzt:innen, Allgemeinmediziner:innen

Frauen und Männer sind aufgrund ihrer Biologie und durch soziale sowie kulturelle Einflüsse („soziales Geschlecht“) „anders krank“: sie haben unterschiedliche Symptome, unterschiedliche Krankheitsverläufe und reagieren unterschiedlich auf Medikamente. Diese Unterschiede sollen aufgezeigt werden und dadurch zu einer besseren medizinischen Versorgung von allen beitragen.

24)NEU: Trauer und Demenz – Begleitung in schwierigen Zeiten

Vortragende: Demenzexpert:innen, Trauerbegleiter:innen

Dieser Vortrag beleuchtet die Herausforderungen und Besonderheiten von Trauerprozessen bei Menschen mit Demenz. Wir werden uns mit den Auswirkungen auf Betroffene und ihre Angehörigen auseinandersetzen und praxisnahe Tipps für eine sensible Begleitung anbieten. Der Vortrag soll eine informative und unterstützende Auseinandersetzung mit diesem komplexen Thema ermöglichen.

25)NEU: Schlaf – Wundermittel oder Zeitverschwendung

Vortragende: Psycholog:innen

Wozu und was passiert eigentlich beim Schlafen und steht einem gesunden und erholsamen Schlaf entgegen? Um dieses Thema ranken sich zahlreiche Mythen und Annahmen, die mittlerweile durch Forschung und Praxis immer besser erklärbar sind und im Vortrag beantwortet werden. Weitere Inhalte sind: Praktische Tipps und mentales Training für einen gesunden Schlaf im Alltag, Veränderung des Schlafverhaltens über das Lebensalter, Bedeutung des erholsamen Schlafes für pflegende Angehörige und auch Pflegekräfte, Überblick über und Behandlungsmöglichkeiten bei Schlafstörungen und mögliche Anlaufstellen in Kärnten.

Für Fragen und Buchungen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung!

Mag.^a Elisabeth Aigner, BA
+43 (0)50 536 15067
elisabeth.aigner@ktn.gv.at