



Liebe Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer,

herzlichen Dank für Ihr Interesse und Ihre Treue an unseren Angeboten.

Sie finden in dieser Kursübersicht vielfältige Angebote, die Sie in Ihrer persönlichen Lebenssituation unterstützen. Wir begleiten Sie und Ihre Familie durch den Alltag und möchten dazu beitragen, ihn positiv zu bereichern.

Das DRK - Familienbildungswerk KV Grevenbroich e.V. ist eine anerkannte Einrichtung der Weiterbildung nach dem Weiterbildungsgesetz NRW.

Neben den bewährten Kursangeboten haben wir den Schulungsbereich für haupt- und ehrenamtliche Kräfte aus dem psychosozialen und pflegerischen Bereich ausgebaut.

In diesem Programmheft wird ebenfalls das Gesamtangebot des DRK-Kreisverbandes vorgestellt.

Unsere Arbeit bereichern wir durch Fortbildungen, Netzwerkarbeit und Qualitätsmanagement. An dieser Stelle möchten wir unseren Referenten und Kooperationspartnern danken, die dieses Angebot erst ermöglichen.

Sie möchten ein geplantes Angebot an einem anderen Standort buchen? Sie suchen Unterstützung und Beratung? Sprechen Sie uns an.

Weitere Bildungsangebote/Projekte sind in Planung. Für ausführliche Informationen zu unseren Angeboten stehen wir Ihnen gerne persönlich zur Verfügung.

Wir sind sicher, dass auch für Sie etwas dabei ist und wünschen Ihnen schon jetzt viel Spaß und Erfolg bei Ihrer Kursteilnahme!

Aktuelle Informationen finden Sie auf unserer Homepage unter www.drk-grevenbroich.de

Ihr Team vom Familienbildungswerk

Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis	2
Kontaktaten Familienbildungswerk	3
Gesamtangebot Kreisverband	4
Allgemeine Geschäftsbedingungen	5
Kursangebot – Gesamtverzeichnis	7
Familie: Eltern und Kinder	8
Familie: Gesundheit und Lebensgestaltung	17
Referentenverzeichnis	42
Leitbild DRK-Familienbildung	43
Beratung über Hilfen im Alter	45
Hausnotruf	46
Pflegedienst	47
Ehrenamtliche Seniorenbegleitung	49
Helfende Hände in Jüchen	50
Reparaturcafé Jüchen	51
Demenznetz Grevenbroich	52
Selbsthilfe- und Beratungsangebote	53

Kontakt Daten Familienbildungswerk

DRK Familienbildungswerk
Kreisverband Grevenbroich e.V.
Am Flutgraben 63

41515 Grevenbroich

Leitung Familienbildungswerk

Joachim Seidel, Dipl. Sozialarbeiter (HPM)
Tel: 02181-65 00 - 15
Mail: j.seidel@drk-grevenbroich.de

Anja Peltzer, Dipl. Sozialpädagogin (HPM)
Tel. 02181-65 00 - 24
Mail: a.peltzer@drk-grevenbroich.de

Verwaltung

Susanne Wolff
Tel. 02181- 65 00 – 0

Homepage: www.drk-grevenbroich.de
Mail: info@drk-grevenbroich.de

Impressum: DRK Kreisverband Grevenbroich e.V.

Datenschutz

Datenschutzbeauftragter Horst Leis

Mail: datenschutz@drk-grevenbroich.de

Gesamtangebot Kreisverband

Ambulanter Pflegedienst

Blutspendedienst

Betreutes Wohnen

Erste-Hilfe-Lehrgänge

Familienbildungswerk

Hausnotruf

Kleiderladen

Rettungsdienst/ Krankentransport

Sanitäts- und Betreuungsdienste

Seniorenberatung

Soziales Ehrenamt

Informationen unter: Tel. 02181 – 65 00 0

Ihr Deutsches Rotes Kreuz
Kreisverband Grevenbroich e. V.
Am Flutgraben 63
41515 Grevenbroich

Internet: www.drk-grevenbroich.de

E-Mail: info@drk-grevenbroich.de

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Anmeldung

Die Anmeldung zu den Kursen kann telefonisch oder schriftlich, per Mail, Fax oder auf dem Postweg erfolgen. Die Kurse können nur mit mindestens 10 Teilnehmern durchgeführt werden.

Die Anmeldung ist auch über www.drk-grevenbroich.de möglich.

Eine Unterrichtsstunde dauert 45 Minuten. Eine Zeitstunde dauert 60 Minuten.

Kursgebühren

Die Teilnehmergebühren werden bei Kursbeginn entgegengenommen.

Rücktritt

Bei einem Rücktritt bis 14 Kalendertage vor Kursbeginn fallen keine Stornogebühren an. Bei einem Rücktritt unter 14 Tagen fällt die gesamte Teilnehmergebühr an. Können Kursteilnehmer aus persönlichen oder sonstigen Gründen einzelne Kurseinheiten nicht besuchen, kann leider kein Ausgleich erfolgen. Diese Rücktrittsbedingungen gelten auch bei Krankheit.

Haftung

Die Teilnahme an Kursen erfolgt auf eigene Gefahr. Für Schäden und Verluste kann keine Haftung übernommen werden. Für die Garderobe können wir keine Haftung übernehmen.

Datenschutz

Durch die Anmeldung erklärt sich der Teilnehmer mit der Speicherung und Verarbeitung personenbezogener Daten einverstanden. Die Bereitstellung der Daten ist für den Vertragsabschluss und die Dienstleistungserbringung erforderlich. Eine Nichtbereitstellung hat zur Folge, dass kein Vertrag geschlossen werden kann. Die Verarbeitung erfolgt auf Grundlage des Art. 6 (1) lit. b DSGVO und ist für die Erfüllung eines Vertrags mit Ihnen erforderlich. Eine Weitergabe Ihrer Daten an Dritte ohne Ihre ausdrückliche Einwilligung erfolgt nicht. Ausgenommen hiervon sind Dienstleistungspartner, die wir zur Abwicklung des Vertragsverhältnisses benötigen oder Aufsichtsbehörden, die für die Erfüllung des Vertragsverhältnisses erforderlich sind. Neben den in den jeweiligen Klauseln dieser Datenschutzerklärung benannten Empfängern sind dies

Allgemeine Geschäftsbedingungen

beispielsweise Empfänger folgender Kategorien: Ämter, Bezirksregierung, freiberufliche Lehrkräfte, IT-Dienstleistungserbringer. In allen Fällen beachten wir strikt die gesetzlichen Vorgaben.

Der Umfang der Datenübermittlung beschränkt sich auf ein Mindestmaß. Soweit wir gesetzlich oder per Gerichtsbeschluss dazu verpflichtet werden, geben wir Ihre Daten an auskunftsberechtigte Stellen weiter.

Nach vollständiger Vertragsabwicklung werden die Daten zunächst für die Dauer der gesetzlichen Dokumentationszeiträume, z. B. aus Vorgaben der Ausbildungsgesetzgebung oder steuer- und handelsrechtlicher Aufbewahrungsfristen gespeichert und dann nach Fristablauf gelöscht, sofern Sie der weitergehenden Verarbeitung und Nutzung nicht zugestimmt haben.

Sonstiges

Änderungen der Kursausschreibung behalten wir uns vor, dies gilt auch für einen kurzfristigen Wechsel der Kursleitung. Druckfehler im Programmheft, insbesondere zu den Kursgebühren, können eine nachträgliche Berichtigung erfordern. Beachten Sie bitte auch Ankündigungen in der örtlichen Presse.

Gebührenermäßigung

Personen in besonderen Problemsituationen gewähren wir eine Gebührenermäßigung, sofern uns ausreichende Landesmittel zur Verfügung stehen.

Kursangebot – Gesamtverzeichnis -

Grevenbroich:

Erste Hilfe am Kind – Schnupperkurs	8
Erste Hilfe am Kind	8
Homöopathie für die Familie	9
Erste Hilfe / Erste Hilfe Fortbildung	18
Gesund bis ins hohe Alter	19
Leben mit Demenz	20
Patientenverfügung, Vollmachten	23
Menschen mit Depressionen begleiten	24
Menschen mit Demenz begleiten	25
Prävention und Umgang mit Diabetes	26
Depressionen in Pflege und Betreuung	27
Kommunikation in Betreuung und Pflege	28
Biografiearbeit	29
Abhängigkeitsproblematiken	30
Psychohygiene und Selbstfürsorge	31
Sterbe – und Trauerbegleitung	32
Traumata im Alter	33
Demans ile yasamak	34
Kalp unutmaz – Das Herz vergisst nicht	35
Qualifizierungskurs Alltagsbegleiter	36

Meerbusch

Eltern und Babys im ersten Lebensjahr	10
Eltern-Kind Gruppe	12
Eltern-Kind Gruppe – Familienzentrum -	14
Erste Hilfe für Kinder –Familienzentrum -	15
Mutter-/Vater-Kind-Kur	16

Jüchen/ Korschenbroich/Rommerskirchen/Dormagen

Erste Hilfe / Erste Hilfe Training	18
Leben mit Demenz	20

Familie: Eltern und Kinder

Erste Hilfe am Kind - Schnupperkurs

Das Angebot richtet sich an frischgebackene Eltern, die ihr Kind im St. Elisabeth Krankenhaus Grevenbroich entbunden haben.

Es werden erste Grundlagen der Unfallverhütung vermittelt.

Gleichzeitig wird die kostenpflichtige intensive Schulungsreihe „Erste Hilfe am Kind“ vorgestellt.

Der Vortrag findet in Kooperation mit der Barmer Ersatzkasse in Grevenbroich statt und ist kostenlos.

Grevenbroich

**DRK- Kreisgeschäftsstelle
Am Flutgraben 63**

Leitung:

Andreas Denker
Ausbilder, Lehrrettungsassistent

► 330050- 330070

Termine auf Anfrage

Erste Hilfe am Kind

Dieses Kursangebot richtet sich an Alle, die erlernen möchten, wie sie verletzten Kindern schnell und sachgerecht helfen können.

Schwerpunkte dieses Kurses sind u. a. Unfallverhütung, bedrohliche Blutungen, Schock, Verbrennungen, Atembeschwerden, praktisches Erlernen der Herz - Lungen - Wiederbelebung und richtiges Verhalten im Notfall.

Grevenbroich

**DRK- Kreisgeschäftsstelle
Am Flutgraben 63**

Leitung:

Andreas Denker
Ausbilder, Lehrrettungsassistent

► 330080- 330100

Termine auf Anfrage

Familie: Eltern und Kinder

Homöopathie für die Familie – Hilfe zur Selbsthilfe

Homöopathische Mittel werden seit über 200 Jahren eingesetzt. Sie sollen die Gesundheit und das Wohlbefinden natürlich unterstützen.

Lernen Sie die Grundprinzipien der Homöopathie kennen und erfahren Sie die Anwendungsfelder homöopathischer Arzneimittel in der Selbstbehandlung.

Dieser Vortrag findet in Kooperation mit der Erft-Apotheke, Ostwall Apotheke und Elben Apotheke in Grevenbroich und der Deutschen Homöopathie-Union in Karlsruhe statt und ist **kostenfrei**.

Grevenbroich

DRK- Kreisgeschäftsstelle

Am Flutgraben 63

NN

Leitung:

► **360290 – 330330**

Termine auf Anfrage

Familie: Eltern und Kinder

Eltern und Babys im ersten Lebensjahr – (EiBa)

Dieses Kursangebot richtet sich an Mütter oder Väter mit ihren Babys ab der 4.Lebenswoche bis zum Ende des 1. Lebensjahres. Die EiBa-Gruppe ermöglicht Eltern in gemütlicher Atmosphäre neue Kontakte zu knüpfen, unterstützt und begleitet die Babys in ihrer Entwicklung und sorgt für Entlastung und Entspannung für Mütter/Väter und Kinder im Alltag. Die jeweiligen Gruppen werden altersentsprechend gebildet.

Inhalte:

Zeit und Raum für Gemeinsamkeiten

- Gemeinsame Erlebnisse
- Kontakte für mich und mein Baby
- Spiel, Spaß und Bewegung

Zeit und Raum zum Wachsen

- Berühren und berührt werden
- Entwicklung des Babys
- Elterliche und kindliche Bedürfnisse wahrnehmen

Begleiten in die neue Lebenssituation

- Stärkung der elterlichen Fähigkeiten
- Entlastung und Entspannung
- Vernetzungsangebote

Meerbusch **Bürgerhaus, Wittenberger Str.21**
MB-Lank

Kurstage: **Montag oder Mittwoch**

Leitung: Silke Hülsemann , EiBa-Kursleiterin

▶ 320010	07.01.-01.04.	12x 09:00-10:30	86,40 €/24 Ustd.
▶ 320020	07.01.-01.04.	12x 10:30-12:00	86,40 €/24 Ustd
▶ 320090	09.01.-27.03.	12x 09:00-10:30	86,40 €/24 Ustd.
▶ 320100	09.01.-27.03.	12x 10:30-12:00	86,40 €/24 Ustd
▶ 320030	29.04.-01.07.	9x 09:00-10:30	64,80 €/18 Ustd.
▶ 320040	29.04.-01.07.	9x 10:30-12:00	64,80 €/18 Ustd
▶ 320110	08.05.-03.07.	9x 09:00-10:30	64,80 €/18 Ustd.
▶ 320120	08.05.-03.07.	9x 10:30-12:00	64,80 €/18 Ustd
▶ 320050	02.09.-30.09.	5x 09:00-10:30	36,00 €/10 Ustd.
▶ 320060	02.09.-30.09.	5x 10:30-12:00	36,00 €/10 Ustd
▶ 320130	04.09.-02.10.	5x 09:00-10:30	36,00 €/10 Ustd.
▶ 320140	04.09.-02.10.	5x 10:30-12:00	36,00 €/10 Ustd

Familie: Eltern und Kinder

▶ 320070	28.10.-09.12.	7x 09:00-10:30	50,40 €/14 Ustd.
▶ 320080	28.10.-09.12.	7x 10:30-12:00	50,40 €/14 Ustd
▶ 320150	30.10.-11.12.	7x 09:00-10:30	50,40 €/14 Ustd.
▶ 320160	30.10.-11.12.	7x 10:30-12:00	50,40 €/14 Ustd

**Bürgerhaus, Wittenberger Str.21
MB-Lank**

Kurstag:

Freitag

Leitung:

Sonnja Frenkel, Dipl. Sozialpädagogin,
EiBa Kursleiterin

▶ 320340	11.01.-12.04.	14x 09:00-10:30	100,80 €/28 Ustd.
▶ 320350	11.01.-12.04.	14x 10:30-12:00	100,80 €/28 Ustd.
▶ 320360	03.05.-12.07.	9x 09:00-10:30	64,80 €/18 Ustd.
▶ 320370	03.05.-12.07.	9x 10:30-12:00	64,80 €/18 Ustd.
▶ 320380	06.09.-11.10.	5x 09:00-10:30	36,00 €/10 Ustd.
▶ 320390	06.09.-11.10.	5x 10:30-12:00	36,00 €/10 Ustd
▶ 320400	08.11.-20.12.	7x 09:00-10:30	50,40 €/14 Ustd.
▶ 320410	08.11.-20.12.	7x 10:30-12:00	50,40 €/14 Ustd

Familie: Eltern und Kinder

Eltern-Kind-Gruppe (1-3 Jahre)

Ein Treffen für Mütter oder Väter mit ihren Kindern im Alter von 1 bis 3 Jahren.

Die Gruppe trifft sich einmal wöchentlich. Das Angebot richtet sich nach dem Entwicklungsstand der Kinder:

- altersgerechte, entwicklungsbegleitende Angebote
- Umgang mit verschiedenen Materialien
- Anregung von Bewegung, Fantasie und Kreativität
- Kontakte zu anderen Kindern und deren Eltern
- Hilfen und Anregungen für den Erziehungsalltag

Meerbusch **ev. Gemeindezentrum Nierster Str. 56**
MB-Lank

Kurstag: **Dienstag**
Leitung: Sonja Frenkel, Dipl. Sozialpädagogin

▶ 320170 08.01.-10.04. 14x 09:00-10:30 84,00 €/28 Ustd.

▶ 320180 08.01.-10.04. 14x 10:30-12:00 84,00 €/28 Ustd.

▶ 320190 30.04.-09.07. 11x 09:00-10:30 66,00 €/22 Ustd.

▶ 320220 30.04.-09.07. 11x 10:30-12:00 66,00 €/22 Ustd.

▶ 320210 03.09.-08.10. 7x 09:00-10:30 42,00 €/14 Ustd.

▶ 320220 03.09.-08.10. 7x 10:30-12:00 42,00 €/14 Ustd.

▶ 320230 29.10.-17.12. 9x 09:00-10:30 54,00 €/18 Ustd.

▶ 320240 29.10.-17.12. 9x 10:30-12:00 54,00 €/18 Ustd.

Meerbusch **Bürgerhaus, Wittenberger Str.21**

MB-Lank

Kurstag: **Donnerstag**
Leitung: Sonja Frenkel, Dipl. Sozialpädagogin

▶ 320250 10.01.-11.04. 14x 09:00-10:30 84,00 €/28 Ustd.

▶ 320260 10.01.-11.04. 14x 10:30-12:00 84,00 €/28 Ustd.

▶ 320270 02.05.-11.07. 10x 09:00-10:30 60,00 €/20 Ustd.

▶ 320280 02.05.-11.07. 10x 10:30-12:00 60,00 €/20 Ustd.

Familie: Eltern und Kinder

▶ 320300	05.09.-10.10.	6x 09:00-10:30	36,00 €/12 Ustd.
▶ 320310	05.09.-10.10.	6x 10:30-12:00	36,00 €/12 Ustd.
▶ 320320	31.10.-19.12.	9x 09:00-10:30	54,00 €/18 Ustd.
▶ 320330	31.10.-19.12.	9x 10:30-12:00	54,00 €/18 Ustd.

Familie: Eltern und Kinder

Kooperation Familienzentren

Folgende Veranstaltungen finden in Kooperation mit Familienzentren statt bzw. können von Ihrer Einrichtung als Inhouse-Veranstaltung gebucht werden. Gerne erstellen wir Ihnen individuelle Angebote in den Bereichen:

- Eltern und Kinder
- Gesundheit und Lebensgestaltung
- Fortbildung für Ihr Fachpersonal

Eltern-Kind-Gruppe (1-3 Jahre)

Ein Treffen für Mütter oder Väter mit ihren Kindern im Alter von 1 bis 3 Jahren.

Die Gruppe trifft sich einmal wöchentlich. Das Angebot richtet sich nach dem Entwicklungsstand der Kinder:

- altersgerechte, entwicklungsbegleitende Angebote
- Umgang mit verschiedenen Materialien
- Anregung von Bewegung, Fantasie und Kreativität
- Kontakte zu anderen Kindern und deren Eltern
- Hilfen und Anregungen für den Erziehungsalltag

Meerbusch **ev. Gemeindezentrum Nierster Str. 56
MB-Lank**

Kooperationspartner: ev. Familienzentrum, Schulstr. 2-4, Meerbusch-Lank

Kurstag: **Dienstag**
Leitung: Sonja Frenkel , Dipl. Sozialpädagogin

Meerbusch **ev. Gemeindezentrum Nierster Str. 56
MB-Lank**

Kurstage: **Dienstag oder Donnerstag**
Leitung: Sonja Frenkel, Dipl. Sozialpädagogin

▶ 320170 08.01.-10.04. 14x 09:00-10:30 84,00 €/28 Ustd.
▶ 320180 08.01.-10.04. 14x 10:30-12:00 84,00 €/28 Ustd.

▶ 320190 30.04.-09.07. 11x 09:00-10:30 66,00 €/22 Ustd.
▶ 320220 30.04.-09.07. 11x 10:30-12:00 66,00 €/22 Ustd.

Familie: Eltern und Kinder

▶ 320210	03.09.-08.10.	7x 09:00-10:30	42,00 €/14 Ustd.
▶ 320220	03.09.-08.10.	7x 10:30-12:00	42,00 €/14 Ustd.
▶ 320230	29.10.-17.12.	9x 09:00-10:30	54,00 €/18 Ustd.
▶ 320240	29.10.-17.12.	9x 10:30-12:00	54,00 €/18 Ustd.

Heranführung an die Erste Hilfe für Kinder

Anhand von Geschichten werden Gefahrensituationen analysiert, die Möglichkeit diese Gefahren zu vermeiden besprochen und nötige Hilfsmaßnahmen geübt. Einfache Handgriffe aus der Ersten Hilfe, wie z. B. Aufbauen eines Warndreiecks, Notruf, Verbände anlegen, Unterlegen einer Decke werden geübt.

Kinder erfahren mehr Sicherheit im Umgang mit Notfallsituationen, Berührungängste können abgebaut werden.

Meerbusch

▶ Inhouse Veranstaltung

Termine, Dauer und Kosten werden in Absprache festgelegt.

Weitere mögliche Projektthemen nach Absprache.

- Kräuterwissen für die Gesundheit
- Homöopathie in der Schwangerschaft
- Homöopathie für Kinder
- Den Wald entdecken (für Eltern- und Kinder)
- Bilder aus Naturmaterialien gestalten
- Vegetarisches Essen für die Familie

Weitere Informationen:

Dipl. Soz. Päd. Anja Peltzer
Tel. 02181- 65 00 24
a.peltzer@drk-grevenbroich.de
www.drk-grevenbroich.de

Familie: Eltern und Kinder

Kooperation Familienzentren

Ein Schritt in die richtige Richtung: Ihr Weg zur Mutter-/Vater-Kind-Kur

Schlaflos, müde, gestresst? Häufig das Gefühl krank zu sein? Konzentrationsmangel, chronische Bronchitis, Allergien, Immunschwäche...?

Probleme mit dem Kind bzw. den Kindern: ADHS, Neurodermitis?

In unserer Informationsveranstaltung für Eltern von Kindern im Alter von 1 ½ bis 12 Jahren erfahren Sie, wie die erfolgreiche Antragstellung einer Mutter/Vater-Kind-Kur gelingt.

Meerbusch Familienzentrum

Leitung: NN

► 370080 Termin auf Anfrage

Weitere Informationen:

Dipl. Soz. Päd. Anja Peltzer
Tel. 02181- 65 00 24
a.peltzer@drk-grevenbroich.de
www.drk-grevenbroich.de

Familie: Gesundheit und Lebensgestaltung

Ziele familienorientierter Gesundheitsbildung

Eine familienorientierte Gesundheitsbildung nimmt stets die heranwachsenden Generationen und die Auswirkungen des individuellen Handelns für die Gestaltung einer Gesellschaft in den Blick.

Gesundheitsförderung in der Familienbildung stellt die Frage nach einer entwicklungsgerechten Gestaltung kindlicher Lebensbedingungen sowie nach gesundheitsfördernden Kinder- und familienfreundlichen Wohn-, Umwelt- und Lebensgestaltungen.

Die „Vorbildfunktion des Gesundheitshandelns“ von Erwachsenen spielt dabei eine entscheidende Rolle.

Unsere Stärken:

- Ganzheitlicher Ansatz
- Förderung der Regeneration für Familien und für den Beruf (Arbeitsplatz)
- Motivation, Begleitung und Unterstützung
- Hilfe zur Selbsthilfe
- Förderung von Gesundheitsbewusstsein und Eigenverantwortung
- Persönlicher Kontakt und Austausch
- Qualifizierte Kursleitung

Ihr Nutzen:

- Abbau von Stress
- Gesunderhaltung des Bewegungsapparates
- Bewusste Körperwahrnehmung
- Stärkung des Immunsystems
- Abbau von Risikofaktoren
- Ganzheitliches Wohlbefinden
- Steigerung von Leistungsfähigkeit und Lebensfreude
- Schaffung von Gesundheitsbewusstsein
- Abwechslung und neue Impulse
- Vorbildfunktion für Andere
- Positive Auswirkung auf die Familie und im Berufsleben

Familie: Gesundheit und Lebensgestaltung

Erste Hilfe/ Erste Hilfe Fortbildung **Lehrgänge im Rhein Kreis Neuss**

In jeder erdenklichen Situation können Notfälle passieren. Sie möchten wissen, wie Sie im Notfall richtig reagieren und z.B. die Herz-Lungen-Wiederbelebung erlernen?!

Wir bieten:

Erste-Hilfe–Ausbildung für Führerscheinbewerber, für Ersthelfer im Betrieb (DGUV Grundsatz 304-001) und alle Interessierten.

Erste-Hilfe- Aus-und Fortbildung für Personal in Bildungs- und Betreuungseinrichtungen und für alle die beruflich mit Kindern zu tun haben.

Erste-Hilfe–am-Kind für Eltern, Geschwister, Großeltern, Babysitter und allen denen das Wohl unserer kleinen Entdecker am Herzen liegt.

Einige Lehrinhalte dieser Lehrgänge sind:

- Eigenschutz
- Auffinden einer Person
- Kontrolle der Vitalfunktionen
- Helmabnahme
- Stabile Seitenlage
- Wiederbelebung und Defibrillation
- Blutungen
- Wundversorgung
- Erste Hilfe bei Akuten Erkrankungen
- und vieles mehr

► **360130-360260**

Termine/ Kosten

www.drk-grevenbroich.de

Die Teilnahme an einem Erste Hilfe Kurs wird mit 9 Ustd. (Unterrichtsstunden) angerechnet:

Qualifizierung „Alltagsbegleiter“ (siehe auch Seite 35)

Fördermitglieder des DRK - Kreisverbandes Grevenbroich e.V. erhalten einen Preisnachlass in Höhe von 5,-€.

Bitte bringen Sie Ihren Mitgliedsausweis mit.

Familie: Gesundheit und Lebensgestaltung

Gesund und fit bis ins hohe Alter

Wie erhalte ich meine Beweglichkeit und Leistungsfähigkeit im Alter?

Die Rolle gesundheitsbewusster Ernährung:
Richtige Fettauswahl, schützende Nahrungsmittel, muskelaufbauende Eiweißstoffe sind gerade ab 65 wichtig!

Gezielte und gesundheitsbewusste Ernährung und regelmäßiges leichtes Training auch für Anfänger erhöhen die Lebenserwartung.

Für schon von Krankheiten betroffene ältere Menschen ist es noch wichtiger, auf gute Inhaltsstoffe wie zum Beispiel die richtige Fettauswahl, auf frische und hochwertige Lebensmittel und die Einschränkung von industriell erzeugtem Zucker, Zusatzstoffen und der Menge tierischer Fette zu achten.

Die in frisch zubereiteten, überwiegend pflanzlich erzeugten Gerichten enthaltenen sekundären Pflanzenstoffe beeinflussen zudem das Immunsystem, können den Knochen- und Gelenkstoffwechsel positiv verändern und senken bei folgerichtiger Umsetzung auch das allgemeine Krebsrisiko.

Es profitieren sofort von einer Ernährungsumstellung Menschen mit Diabetes, Menschen mit Arthrose und / oder Rheuma und Menschen mit Übergewicht.

Der Vortrag ist kostenfrei.

Ort **auf Anfrage**

Kurstag: **Donnerstag**

Leitung: **Renate Gähl**

Ärztin für Ernährungsmedizin, Ärztin für Gesundheitsförderung

► 360270

16.05. 1x 17:00-18:00 / 1 Zstd.

Familie: Gesundheit und Lebensgestaltung

Leben mit Demenz

In NRW leben ca. 300.000 Menschen mit einer Diagnose Demenz. Die Symptome, die mit dieser Erkrankung einhergehen, fordern den Betroffenen und ihren Angehörigen ab, den Alltag neu zu organisieren und auf krankheitsbedingte Veränderungen abzustimmen. Demenz kann ein Verhalten zur Folge haben, das einem gesunden Menschen unlogisch erscheint. Die Kommunikation funktioniert nicht mehr. Der Betroffene wird zu einem Fremden, seine Persönlichkeit ist nicht mehr vertraut. Hinzu kommen zunehmend pflegerische Aufgaben. Die Möglichkeiten, sich „Auszeiten“ zu nehmen, schwinden.

Mit einem Menschen zu leben, der an Demenz erkrankt ist, ist eine beachtliche Herausforderung. Inzwischen gibt es eine Vielzahl an Hilfeangeboten. Betroffene und Angehörige stehen vor der Aufgabe, passende Hilfen für sich zu finden.

Das Projekt „Leben mit Demenz“ unterstützt mit seinen Schulungs- und Informationsangeboten Angehörige und Interessierte bei der Bewältigung dieser Herausforderungen und Aufgaben.

In acht Einheiten à 90 Minuten wird Angehörigen die Möglichkeit gegeben, sich über das Krankheitsbild Demenz und die damit einhergehenden Herausforderungen zu informieren und auszutauschen:

- Medizinische Aspekte der Demenz
- Menschen mit Demenz verstehen
- Gelingender Umgang mit den Betroffenen (u.a. mit herausforderndem Verhalten“)
- Krisenbewältigung für Pflegende
- Entlastungsmöglichkeiten für Pflegende
- Rechtliche und finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten
- Demenz zuhause bewältigen (Erfahrungsaustausch)

Familie: Gesundheit und Lebensgestaltung

Die „Leben mit Demenz“ Schulungskurse werden in deutscher, türkischer und russischer Sprache angeboten und von erfahrenen Referenten geleitet.

Die Teilnahme ist **kostenlos**.
(Für Mitglieder aller Krankenkassen)

Dieses Projekt findet in Kooperation mit dem Landesverband der Alzheimer Gesellschaften NRW e.V. und der AOK Rheinland /Hamburg statt.

Entlastung durch ehrenamtlich Tätige

Qualifizierte bürgerschaftlich engagierte Einzelpersonen, sog. „Ehrenamtler“, können anspruchsberechtigte Menschen mit Demenz betreuen. Hierfür zahlt die Pflegekasse in der Regel eine kleine Aufwandsentschädigung. Angehörige finden so Entlastung und können sich notwendige Auszeiten von der Pflege nehmen. Durch die Teilnahme an einem Leben mit Demenz Schulungskurs werden „Ehrenamtler“ für Ihre Tätigkeit qualifiziert und erhalten ein Zertifikat.

Eine Betreuung Ihres Angehörigen während der Seminarzeit ist möglich. Bitte sprechen Sie uns an!

Grevenbroich DRK- Kreisgeschäftsstelle
Am Flutgraben 63
Kurstag: Donnerstag
Leitung: Referenten Alzheimergesellschaft

- ▶ **360310** 24.01.; 31.01.; 07.02.; 07.03. 4x 17:00-20:00
(16 Ustd.)
- ▶ **360320** 09.05.; 16.05.; 23.05.; 13.06. 4x 17:00-20:00
(16 Ustd.)
- ▶ **360330** 12.09.; 19.09.; 26.09.; 10.10. 4x 17:00-20:00
(16 Ustd.)
- ▶ **360340** 21.11.; 28.11.; 05.12.; 12.12. 4x 17:00-20:00
(16 Ustd.)

Familie: Gesundheit und Lebensgestaltung

Jüchen **Netzwerkbüro Haus Katz**
Alleestr., 41363 Jüchen
Leitung: Referenten Alzheimergesellschaft

▶ 360350 -
360360 Termine auf Anfrage

Rommerskirchen

Leitung: Referenten Alzheimergesellschaft

▶ 360370 -
360380 Termine auf Anfrage

Dormagen / Kaarst/ Korschenbroich
Termine auf Anfrage!

Familie: Gesundheit und Lebensgestaltung

Patientenverfügung, Betreuungsverfügung und Vorsorgevollmacht

Wer denkt schon, wenn es ihm gut geht daran, dass sich alles von heute auf morgen ändern könnte. Ein Unfall oder eine schwere Krankheit können jeden von uns in eine Situation bringen, in der ein selbstverantwortliches Handeln verwehrt ist und sinnvolle Entscheidungen nicht mehr getroffen werden können. Nicht jedem ist es vergönnt, auch in der späten Lebensphase noch alles selbstständig regeln zu können. Was wird, wenn ich auf die Fürsorge anderer angewiesen bin? Wer handelt für mich, wer entscheidet? Wer regelt Bankgeschäfte, nötige ambulante Hilfen, fällt Entscheidungen bei Operationen oder medizinischen Maßnahmen? Freunde oder Fremde? Bedenken Sie, auch Familienangehörige, Ehepartner und Kinder, können nur mit Vollmacht - mit Ihrer schriftlichen Willenserklärung für Sie handeln.

Sie sollten deshalb in Ruhe und gut durchdacht, ggf. mit fachlicher Beratung, Vorsorgeregungen für Ihre persönliche Zukunft treffen.

Hierzu gehört neben der Vorsorgevollmacht, die Patientenverfügung und/oder die Betreuungsverfügung.

Der Vortrag findet in Kooperation mit dem Netzwerk 55 plus in Jüchen, dem Caritasverband Rhein Kreis Neuss e.V. und der Betreuungsstelle statt.

**Grevenbroich DRK- Kreisgeschäftsstelle
Am Flutgraben 63**

Leitung: NN

► 330030 – 330040

Termine auf Anfrage

Familie: Gesundheit und Lebensgestaltung

Menschen mit einer Depression begleiten

Depressionen gehören neben einer demenziellen Beeinträchtigung zu den häufigsten psychischen Veränderungen im Alter.

Der Verlust nahestehender Personen, nachlassende soziale Kontakte, Krankheiten und mangelnde Selbstständigkeit belasten die Seele. Die Pflege eines depressiven Menschen bedeutet eine ganz besondere Herausforderung – für die tägliche Betreuung und auch die eigene Psyche. Menschen mit Depressionen sind oftmals nicht in der Lage, ihren Alltag zu meistern. Sie sind antriebslos und verspüren ein Gefühl innerer Leere.

Wie kann eine Begleitung hilfreich sein und an die vorhandenen Möglichkeiten anknüpfen?

Inhalte des Praxisseminars:

- Symptome und Ursachen von Depressionen im Alter
- Bedürfnisse von Menschen mit einer Depression
- Förderliche / Hinderliche Aspekte der Begleitung
- Kommunikation
- Selbstpflege und eigene Grenzen

**Grevenbroich DRK- Kreisgeschäftsstelle
Am Flutgraben 63**

Kurstag: Mittwoch
Leitung: Monika Thöne
Diplom Theologin und Pädagogin,
Integrative Tanztherapeutin(DGT) und
Leiterin einer Begegnungsstätte

► **360110 19.02. 1x 09.00-16:00 80,-€/8 Ustd**

Für DRK-Mitarbeiter und DRK-Ehrenamtliche des DRK KV Grevenbroich e.V. ist die Teilnahme kostenfrei.

Für die Teilnahme können **8** Fortbildungspunkte für examinierte Pflegekräfte angerechnet werden.



Familie: Gesundheit und Lebensgestaltung

Menschen mit einer Demenz begleiten

Demenzen gehören zu den häufigsten psychischen Einschränkungen im Alter.

Im Verlauf der Beeinträchtigung werden die beziehungs- und Interaktionsfähigkeit, die Fähigkeit der selbstständigen Lebensführung und die Lebensqualität beeinflusst.

Wie kann eine Begleitung hilfreich sein und an die vorhandenen Möglichkeiten anknüpfen?

Inhalte des Praxisseminars:

- Krankheitsbild Demenz
- Bedürfnisse von Menschen mit einer Demenz
- Förderliche / Hinderliche Aspekte der Begleitung
- Kommunikation
- Biografiearbeit
- Selbstpflege und eigene Grenzen

Grevenbroich DRK- Kreisgeschäftsstelle

Am Flutgraben 63

Kurstag:

Mittwoch

Leitung:

Monika Thöne

Diplom Theologin und Pädagogin,
Integrative Tanztherapeutin(DGT) und
Leiterin einer Begegnungsstätte

► 360120

03.09. 1x 09.00-16:00 80,-€/8 Ustd

Für DRK-Mitarbeiter und DRK-Ehrenamtliche des DRK KV Grevenbroich e.V. ist die Teilnahme kostenfrei.

Für die Teilnahme können **8** Fortbildungspunkte für examinierte Pflegekräfte angerechnet werden.



Familie: Gesundheit und Lebensgestaltung

Prävention und Umgang mit Diabetes

Diabetes mellitus gehört zu den häufigsten nicht-übertragbaren Erkrankungen in Deutschland. Insgesamt sind etwa 7,2 % der Erwachsenen im Alter von 18 bis 79 Jahren betroffen. Der größte Teil der Betroffenen leidet unter Typ 2 Diabetes - einer Form, die neben einer genetischen Vorbelastung und höherem Alter vor allem durch Lebensstil Faktoren wie körperlicher Inaktivität, ungesunder Ernährung und Übergewicht/Adipositas mitbedingt wird.

Vermittelt werden vor allem Kompetenzen, um die Pflegeanamnese sowie die Maßnahmenplanung diabetesbezogen zu erheben und zu gestalten.

Zudem geht es darum, Notfälle, Komplikationen und Folgeerkrankungen im Zusammenhang mit einer Diabeteserkrankung zu vermeiden oder zu minimieren.

In diesem Vortrag erfahren Sie, welche Verhaltensweisen eine Erkrankung verhindern können.

**Grevenbroich DRK- Kreisgeschäftsstelle
Am Flutgraben 63**

Leitung: **Dr. Simone van Haag**
Fachärztin für Innere Medizin, Ärztin für
Endokrinologie und Diabetologie

► **360270 Weitere Informationen auf Anfrage**

Für DRK-Mitarbeiter und DRK-Ehrenamtliche des DRK KV Grevenbroich e.V. ist die Teilnahme kostenfrei.

Für die Teilnahme können **2** Fortbildungspunkte für examinierte Pflegekräfte angerechnet werden.



Familie: Gesundheit und Lebensgestaltung

Depressionen - Umgang in Pflege- und Betreuungssituationen

Antriebslosigkeit, Niedergeschlagenheit, Interessenverlust, Angst – typische Symptome einer Depression. Besonders bei älteren, pflegebedürftigen Menschen ist diese psychische Erkrankung keine Seltenheit.

Der Verlust nahestehender Personen, nachlassende soziale Kontakte, Krankheiten und mangelnde Selbstständigkeit belasten die Seele.

Die Pflege depressiver Menschen ist für die Pflegenden meist sehr belastend, denn die Hoffnungslosigkeit der Betroffenen schlägt auch ihnen häufig aufs Gemüt. Darüber hinaus können auch bei den alltäglichen Aktivitäten Probleme aufgrund der Erkrankung auftreten.

Modul 1: Ursachen und Symptome einer Depression

Modul 2: hilfreicher Umgang

Modul 3: Psychohygiene - Strategien

Grevenbroich DRK- Kreisgeschäftsstelle

Am Flutgraben 63

Kurstag:

Mittwoch

Leitung:

Monika Thöne

Diplom Theologin und Pädagogin,
Integrative Tanztherapeutin(DGT) und
Leiterin einer Begegnungsstätte

▶ **360010 Modul 1 09.01. 1x 13.00-14:30 20,-€/2 Ustd**

▶ **360020 Modul 2 06.02. 1x 13.00-14:30 20,-€/2 Ustd**

▶ **360030 Modul 3 06.03. 1x 13.00-14:30 20,-€/2 Ustd**

Für DRK-Mitarbeiter und DRK-Ehrenamtliche des DRK KV Grevenbroich e.V. ist die Teilnahme kostenfrei.

Für die Teilnahme können 2 Fortbildungspunkte pro Modul für examinierte Pflegekräfte angerechnet werden.



Familie: Gesundheit und Lebensgestaltung

Kommunikation in Betreuung und Pflege

Als Angehöriger oder Betreuer erlebt man tagtäglich Irritationen, Gefühlsausbrüche und Belastungen.

Wie gehe ich damit um und wie erreiche ich, dass durch eine entsprechende Haltung und Kommunikation die vorhandenen Fähigkeiten bei meinem Angehörigen erhalten und bewahrt werden?

Wie lassen sich durch Hintergrundwissen und Akzeptanz viele schwierige Situationen meistern und sorgen so für weniger Spannungen und für entspannte Zeiten?

Modul 1: Grundlagen der Kommunikation und Validation

Modul 2: Vertiefung der Grundlagen - Fallübung

Grevenbroich DRK- Kreisgeschäftsstelle

Am Flutgraben 63

Kurstag:

Mittwoch

Leitung:

Monika Thöne

Diplom Theologin und Pädagogin,
Integrative Tanztherapeutin(DGT) und
Leiterin einer Begegnungsstätte

► **360040 Modul 1 03.04. 1x 13.00-14:30 20,-€/2 Ustd**

► **360050 Modul 2 08.05. 1x 13.00-14:30 20,-€/2 Ustd**

Für DRK-Mitarbeiter und DRK-Ehrenamtliche des DRK KV Grevenbroich e.V. ist die Teilnahme kostenfrei.

Für die Teilnahme können **2** Fortbildungspunkte pro Modul für examinierte Pflegekräfte angerechnet werden.



Familie: Gesundheit und Lebensgestaltung

Biografiearbeit – der rote Faden im Leben **- Schlüssel zum Verstehen –**

In der Betreuung und Begleitung von Menschen, besonders aber auch von Menschen mit Demenz, ist es erforderlich, möglichst viel über das jeweilige Leben und dessen Besonderheiten zu wissen.

Dies kann nur feinfühlig und mit der notwendigen Wertschätzung geschehen und beinhaltet mehr als nur das reine Abfragen von Daten und Fakten.

Möglichst früh begonnen, kann die Biografiearbeit im Gespräch mit dem Menschen, um den es geht, erarbeitet werden und schafft oft ungeahnte Einblicke in ein Leben, von dem uns Vieles unbekannt ist.

Viele oft unverständene Situationen bekommen eine andere Bedeutung und werden dadurch besser verstanden.

Grevenbroich DRK- Kreisgeschäftsstelle
Am Flutgraben 63

Kurstag: Mittwoch
Leitung: Monika Thöne
Diplom Theologin und Pädagogin,
Integrative Tanztherapeutin(DGT) und
Leiterin einer Begegnungsstätte

► **360060 05.06. 1x 13.00-14:30 20,-€/2 Ustd**

Für DRK-Mitarbeiter und DRK-Ehrenamtliche des DRK KV Grevenbroich e.V. ist die Teilnahme kostenfrei.

Für die Teilnahme können **2** Fortbildungspunkte für examinierte Pflegekräfte angerechnet werden.



Familie: Gesundheit und Lebensgestaltung

Abhängigkeitsproblematiken

Suchtprobleme (vor allem Alkohol- und Medikamentenmissbrauch) können die Lebensqualität der Betroffenen einschränken und fordern Pflege- und Betreuungskräfte, Ehrenamtliche und pflegende Angehörige heraus.

Inhalte:

- Gründe einer Abhängigkeit im höheren Alter
- Was ist Co-Abhängigkeit?
- Möglichkeiten der Suchtprophylaxe
- Wie grenze ich mich von Suchtverhaltensweisen ab?

**Grevenbroich DRK- Kreisgeschäftsstelle
Am Flutgraben 63**

Kurstag: Mittwoch
Leitung: Monika Thöne
Diplom Theologin und Pädagogin,
Integrative Tanztherapeutin(DGT) und
Leiterin einer Begegnungsstätte

► **3600700** **04.09. 1x 13.00-14:30 20,-€/2 Ustd**

Für DRK-Mitarbeiter und DRK-Ehrenamtliche des DRK KV Grevenbroich e.V. ist die Teilnahme kostenfrei.

Für die Teilnahme können **2** Fortbildungspunkte für examinierte Pflegekräfte angerechnet werden.



Familie: Gesundheit und Lebensgestaltung

Psychohygiene und Selbstfürsorge in Betreuung und Pflege

Die Begleitung von Menschen, die körperlich und/oder geistig eingeschränkt sind, kann eine große Herausforderung sein. Zusätzlich können weitere Anforderungen im Beruf und in der Familie Auswirkungen auf die eigene körperliche und psychische Gesundheit haben.

Lernen Sie erste Schritte kennen, wie Sie gut auf sich achten können und welche Unterstützungsmöglichkeiten es gibt.

Letztendlich können wir nur anderen Menschen dann gut begleiten, wenn wir selbst für uns gut sorgen.

**Grevenbroich DRK- Kreisgeschäftsstelle
Am Flutgraben 63**

Kurstag: Mittwoch
Leitung: Monika Thöne
Diplom Theologin und Pädagogin,
Integrative Tanztherapeutin(DGT) und
Leiterin einer Begegnungsstätte

► **360080 02.10. 1x 13.00-14:30 20,-€/2 Ustd**

Für DRK-Mitarbeiter und DRK-Ehrenamtliche des DRK KV Grevenbroich e.V. ist die Teilnahme kostenfrei.

Für die Teilnahme können **2** Fortbildungspunkte für examinierte Pflegekräfte angerechnet werden.



Familie: Gesundheit und Lebensgestaltung

Sterbe- und Trauerbegleitung in Betreuung und Pflege

Am Ende des Lebens befinden sich Pflegende und Begleiter oft in einem Spannungsfeld zwischen den erforderlichen Arbeitsabläufen einerseits und den individuellen Wünschen des Betroffenen andererseits. Häufig ist die Phase auch von Ängsten und Gefühlen der Hilflosigkeit auf beiden Seiten begleitet.

Wie kann eine Begleitung bei diesen Übergangsprozessen hilfreich sein?

Welche zusätzlichen Unterstützungsmöglichkeiten gibt es sowohl für den Betroffenen als auch für den Begleitenden?

Grevenbroich DRK- Kreisgeschäftsstelle

Am Flutgraben 63

Kurstag:

Mittwoch

Leitung:

Monika Thöne

Diplom Theologin und Pädagogin,
Integrative Tanztherapeutin(DGT) und
Leiterin einer Begegnungsstätte

► **360090**

06.11. 1x 13.00-14:30 20,-€/2 Ustd

Für DRK-Mitarbeiter und DRK-Ehrenamtliche des DRK KV Grevenbroich e.V. ist die Teilnahme kostenfrei.

Für die Teilnahme können **2** Fortbildungspunkte für examinierte Pflegekräfte angerechnet werden.



Familie: Gesundheit und Lebensgestaltung

Traumata im Alter

Viele ältere Menschen, die vor, während oder nach dem Zweiten Weltkrieg geboren wurden, haben in ihrer Kindheit und Jugend Traumatisches erlebt:

Bombenangriffe, Hunger, Gewalt, den Tod von Freunden und Verwandten, schließlich Flucht und Vertreibung.

Diese Erlebnisse wurden damals häufig nicht verarbeitet, sondern verdrängt. Im Alter funktionieren diese Abwehrmechanismen nicht mehr bzw. können durch aktuelle Situationen reaktiviert werden.

Wie begegne ich dem Schrecken und Trauma anderer Menschen und wie kann ich hilfreich da sein? Welche Unterstützungsmöglichkeiten gibt es?

Für DRK Mitarbeiter und DRK-Ehrenamtliche des KV Grevenbroich e.V. ist die Teilnahme kostenfrei.

**Grevenbroich DRK- Kreisgeschäftsstelle
Am Flutgraben 63**

Kurstag: Mittwoch
Leitung: Monika Thöne
Diplom Theologin und Pädagogin,
Integrative Tanztherapeutin(DGT) und
Leiterin einer Begegnungsstätte

► **360100 04.12. 1x 13.00-14:30 20,-€/2 Ustd.**

Für DRK-Mitarbeiter und DRK-Ehrenamtliche des DRK KV Grevenbroich e.V. ist die Teilnahme kostenfrei.

Für die Teilnahme können **2** Fortbildungspunkte für examinierte Pflegekräfte angerechnet werden.



Familie: Gesundheit und Lebensgestaltung

Demans ile yaşamak

Almanya'da yaklaşık 1,4 milyon insan demans hastası yaşamaktadır (Kuzey Ren-Vestfalya Eyaliti'nde 300.000). Bunun anlamı hasta yakınlarının veya hastanın bakımını üstlenen diğerleri için hastalıktan kaynaklanan yaşamlarında oluşan büyük değişim ve üzerlerinde oluşan büyük baskıdır.

"Demans ile yaşamak" seminer serisinin amacı, genel olarak demans hastalığı hakkında, bu bilgilendirmeler yapılmaktadır:

- Demans hastalığının nedenleri ve türleri
- Hastanın genel davranışlarını anlamak, hastalar ile nasıl ilişkide bulunulması gereken alternatif eylemleri tanımak
- Hastalığın hukuki ve ekonomik destekler boyutu hakkında hasta yakınlarını bilgilendirmek
- Hasta yakınlarının demans ile ilgili diğer güncel konular ve yükünü hafifletebilmesi hakkında rahatlama seçeneklerini tanınması
- Stresle baş etmek

Demans hastalığının seyrini daha iyi anlaşılır kılabilmek için, bilgilendirme toplantısından hariç, beş kerelik modül (10 saat'ten) oluşan ücretsiz kurs programı düzenlenecektir. Bu ücretsiz kurslar Kuzey Ren Vestfalya Eyaleti (NRW) Alzheimer Derneği'nin ve sağlık sigorta AOK Rheinland/Hamburg bölgesel yönetimleri ile birlikte yapılan ortak bir projedir.

Ayriyeten ek olarak, „Demans ile yaşamak“ eğitim konsepti ücretsiz düzenlenecektir. Bilgilendirme toplantısı ve eğitim serisi Türkçe olarak sunulacaktır.

Katılımınızı memnuniyetle bekliyoruz!

Konuşmacılar: **Serin Alma**,
AH/MFA, Dozentin im Gesundheits-
wesen, Entspannungspädagogin,
Referentin Landesverband der Alzheimer
Gesellschaften NRW e.V., Moderatorin
Anja Peltzer,
Dipl. Sozialpädagogin

► 360390 - 360400

Termine auf Anfrage

Familie: Gesundheit und Lebensgestaltung

Kalp unutmaz – Das Herz vergisst nicht

Die Veranstaltung findet zweisprachig statt

Der Film beschreibt zwei türkischstämmige Familien aus dem Ruhrgebiet, in denen jeweils ein Familienmitglied an Demenz erkrankt ist und Zuhause gepflegt wird.

Im Zentrum des Films steht die Bedeutung der Demenzerkrankung für alle Generationen in den Familien.

In Interviews gehen die Familienangehörigen ausführlich auf ihren Umgang mit den Erkrankten ein.

Im Anschluss an den Film werden Fragen beantwortet und weitere Hilfsangebote vorgestellt.

Der Vortrag ist **kostenfrei**.

Leitung: **Serin Alma**,
AH/MFA, Dozentin im Gesundheits-
wesen, Entspannungspädagogin,
Referentin Landesverband der Alzheimer
Gesellschaften NRW e.V., Moderatorin
Anja Peltzer,
Dipl. Sozialpädagogin

► **360390- 360400 Termine auf Anfrage**

Familie: Gesundheit und Lebensgestaltung

Qualifizierungskurs Alltagsbegleiter

Anerkannt nach der AnFöVo §45 a Absatz 1 SGB XI

Jeder Mensch hat den Wunsch eines selbstbestimmten Lebens - auch in Krankheits- und Pflegesituationen.

Aufgrund von demenzbedingten Fähigkeitsstörungen, geistigen Behinderungen, psychischen Erkrankungen oder auch körperlichen Beeinträchtigungen können Menschen in ihrer Alltagskompetenz auf Dauer erheblich eingeschränkt sein. Sie benötigen Unterstützung und Begleitung im Alltag.

Mit dieser Qualifizierung werden Sie befähigt, die Begleitung und Betreuung an den individuellen Wünschen und Bedürfnissen zu orientieren und die Lebensqualität und Autonomie zu verbessern.

Gleichzeitig lernen Sie Methoden zum Stressmanagement kennen, damit sie eine achtsame und gute Begleitung anbieten können und dabei auch gut auf sich selbst zu achten.

Die Qualifizierung steht auch jedem interessierten Bürger zur Verfügung, und stellt auch für pflegende Angehörige und / oder ehrenamtlich Tätige eine fachliche Bereicherung dar.

Thematische Schwerpunkte

- Einführung, Grundkenntnisse Demenz, Depression und Parkinson
- Kommunikation und Validation
- Biografiearbeit, Aktivierung und Beschäftigung
- Umgang mit Konflikten und besonderen herausfordernden Verhaltensweisen (z.B. Aggressionen, Rückzug, Trauer, Angst)
- Die Situation der pflegenden Angehörigen
- Rechtliche Grundlagen
- Krisenbegleitung, Psychohygiene, Selbstschutzstrategien
- Grundlagen der Sterbe- und Trauerbegleitung
- Grundlagen Ernährung und Hauswirtschaft
- Grundlagen weiterer altersspezifischer Erkrankungen

Familie: Gesundheit und Lebensgestaltung

- Grund- und Notfallwissen im Umgang mit Pflegebedürftigen
- Unterstützungsangebote vor Ort, Auswertung, Abschluss

Referentenpool u.a.:

Regine Hofmeister, Diplom-Sozialarbeiterin,
Master of Science „Integrierten Gerontologie“,

Monika Thöne, Diplom Theologin und
Pädagogin, Integrative Tanztherapeutin(DGT) und
Leiterin einer Begegnungsstätte

Andreas Denker, Ausbilder, Lehrrettungs-
assistent

Joachim Seidel, Diplom-Sozialarbeiter, Demenz-
begleiter

Anja Peltzer, Dipl. Sozialpädagogin

Kursort Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband
Grevenbroich, Am Flutgraben 63, 41515
Grevenbroich

Kursgebühr: 180,-€ / 31 Ustd. - je Kurs und Person
Plus EH-Kursgebühren

► **370110** Kurs 1:
Freitag 08.02.2019 16:00 - 21:00 h
Samstag 09.02.2019 09:00 - 15:30 h
Freitag 15.02.2019 16:00 - 21:00 h
Samstag 16.02.2019 09:00 - 15:30 h
Samstag 23.02.2019 09:00 - 15:30 h

► **370060** Kurs 2:
Freitag 06.09.2019 16:00 - 21:00 h
Samstag 07.09.2019 09:00 - 15:30 h
Freitag 13.09.2019 16:00 - 21:00 h
Samstag 14.09.2019 09:00 - 15:30 h
Samstag 21.09.2019 09:00 - 15:30 h

Wichtig:

Im Rahmen dieser Qualifizierung ist die Teilnahme an einem Erste-Hilfe-Kurs (Seite 17) erforderlich (oder es muss eine aktuell gültige Bescheinigung - nicht älter als 1 Jahr - vorgelegt werden). **Der Erste-Hilfe-Kurs muss beim DRK-Kreisverband Grevenbroich durchgeführt**

Familie: Gesundheit und Lebensgestaltung

werden (sonst ist eine Anerkennung für den Alltagsbegleiter nicht möglich).

Die Termine können unter www.drk-grevenbroich.de eingesehen und kostenpflichtig gebucht werden.

Die Teilnahmebescheinigung „Alltagsbegleiter nach AnFöVo § 45 a Absatz 1 SGB XI“ wird erst bei Teilnahme aller erforderlichen Module (inkl. Erste Hilfe) ausgestellt.

Bitte beachten Sie die regelmäßige Fortbildungspflichten für Alltagsbegleiter gemäß der AnFöVO.

Für DRK Mitarbeiter und DRK-Ehrenamtliche des KV Grevenbroich e.V. ist die Teilnahme kostenfrei.

Für die Teilnahme können **16** Fortbildungspunkte für examinierte Pflegekräfte angerechnet werden.



Familie: Gesundheit und Lebensgestaltung

Krisenintervention – Grundlagen psychosozialer Notfallversorgung (PSNV)

Jeder kann im Alltag mit Leiden, Sterben und Tod konfrontiert werden. Wie können wir Betroffenen hilfreich begegnen und zugleich mit einer eventuell selbst empfundenen Belastung umgehen?

Der Grundlagenlehrgang berücksichtigt hierbei die elementaren Formen der Begegnung. Die Grundhaltungen eines jeden Helfers haben hier eine besondere Bedeutung im Umgang mit Personen, die sich in akuten Belastungssituationen befinden. Wertschätzung und einfühlsames Verstehen des Gegenübers sind ebenso wichtig, wie die Echtheit des Helfers und die Verschwiegenheit über das Gesprochene.

Der Begriff der Psychosozialen Notfallversorgung wurde durch die Konsensus-Konferenz 2008 geprägt und 2010 bestätigt. „Der Begriff Psychosoziale Notfallversorgung (PSNV) beinhaltet die Gesamtstruktur und die Maßnahmen der Prävention sowie der kurz-, mittel- und langfristigen Versorgung im Kontext von belastenden Notfällen bzw. Einsatzsituationen.“¹ Durch den Begriff der PSNV wurden die verschiedenen Dienste und Systeme zusammengefasst, so auch die klassischen Dienste wie Notfallseelsorge oder Notfallbegleitung, aber auch die Fürsorgedienste für Einsatzkräfte finden sich in diesem Begriff wieder. Nach dem Flugschauunglück von Ramstein 1988 und dem Zugunglück von Eschede 1998 wurde besonders klar, dass nicht nur physische Verletzungen der Versorgung bedürfen, sondern auch die psychischen Folgen extrem belastender Ereignisse.² Es wurde erkannt,

¹ Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (BBK), Psychosoziale Notfallversorgung: Qualitätsstandards und Leitlinien Teil I und II, Rheinbach³ 2012, S. 20.

² Vgl. Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (BBK), Psychosoziale Notfallversorgung: Qualitätsstandards und Leitlinien Teil I und II, Rheinbach³ 2012, S. 1.

Familie: Gesundheit und Lebensgestaltung

dass gerade auch die unverletzt betroffenen Personen einer psychischen Unterstützung bedürfen. Hierzu soll der Lehrgang eine erste allgemeine Grundlage bilden, um den Helfern ein erstes Verständnis für die menschliche Kommunikation und einfache Hilfestellungen zu geben.

Erste Maßnahmen für den Helfer in der Begleitung liegen in vermeintlich gewöhnlichen Dingen, wie das für den Anderen „da sein“, das Zuhören als eines der Grundelemente der Unterstützung kennenzulernen. Die Art und Weise, wie Formulierungen dargestellt werden und wie schnell wir als Helfer Floskeln verwenden. Aber auch die Grenzen der „Einsatzmöglichkeiten“ werden in dem Lehrgang aufgezeigt. Die Unterstützung von unverletzt Betroffenen kann immer nur ein Angebot sein, eine Person, die eine belastende Situation erlebt hat, wird nicht unmündig, sondern kann auch weiterhin für sich entscheiden, was ihr gut tut, dieses gilt es auch für den Helfer zu erkennen und zu unterstützen. Hierbei gilt ebenfalls, dass jede Reaktion in dieser nicht normativen Situation als „normal“ angenommen werden kann.

Das Kommunikationsmodell nach Schulz von Thun (1981) zeigt den Teilnehmern, wie die menschliche Kommunikation zu verstehen ist. Dieses Modell gilt bis heute als Urmodell der Kommunikation und stellt auf anschauliche Art und Weise die Schwierigkeiten innerhalb der Kommunikation dar. Um Missverständnissen in der Kommunikation vorzubeugen, gilt es entsprechende Kommunikationsformen und Kommunikationshaltungen einzuüben. Hierbei wird den Teilnehmern auch die Gewichtung der verbalen und nonverbalen Kommunikation im menschlichen Miteinander verdeutlicht.

Diese in vielen theoretischen Stunden erlernten Elemente werden dann praktisch erprobt und eingeübt. In den anschließenden Fallbesprechungen werden dann die verschiedenen Fallstricke und positiven Aspekte der Übung besprochen, so dass die Helfer nach und nach kleine Hilfestellungen für ihr Handeln erhalten.

Zum Abschluss des Lehrgangs wird den Teilnehmern bewusst gemacht, dass es wichtig ist, auch auf sich selbst zu achten und für sich selbst eigene Ruhemöglichkeiten zu finden. Selbstschutz, dieses ist besonders im Umgang mit

Familie: Gesundheit und Lebensgestaltung

der Psyche ein wichtiges Thema, welches sehr gerne als Selbstverständlichkeit angesehen und somit schnell vergessen wird.

Zielgruppe: Ehren- und Hauptamtlich Tätige aus den sozialen und pflegerischen Bereichen, alle am Thema interessierte Teilnehmer.

Für DRK Mitarbeiter und DRK-Ehrenamtliche des KV Grevenbroich e.V. ist die Teilnahme kostenfrei.

**Grevenbroich DRK- Kreisgeschäftsstelle
Am Flutgraben 63**

Leitung: NN

► **weitere Informationen auf Anfrage**

Für die Teilnahme können **10** Fortbildungspunkte für examinierte Pflegekräfte angerechnet werden.



Referentenverzeichnis

Serin Alma
AH/MFA, Dozentin im Gesundheitswesen, Entspannungspädagogin, Referentin Landesverband der Alzheimer Gesellschaften NRW e.V., Moderatorin

Andreas Denker,
Ausbilder, Lehrrettungsassistent

Sonnja Frenkel
Dipl. Sozialpädagogin, Elba-Kursleiterin, Entspannungspädagogin

Renate Gähl
Ärztin für Ernährungsmedizin, Ärztin für Gesundheitsförderung

Hans Hensen
Erwachsenenbilder, Entspannungspädagoge, Achtsamkeitstrainer

Regine Hofmeister
Diplom-Sozialarbeiterin, Master of Science „Integrierten Gerontologie“, Referentin Landesverband der Alzheimer Gesellschaften NRW e.V.

Silke Hülsemann
ElBa Kursleiterin

Anja Peltzer, Dipl. Sozialpädagogin

Joachim Seidel
Diplom-Sozialarbeiter, Demenzbegleiter

Monika Thöne, Diplom Theologin und Pädagogin,
Integrative Tanztherapeutin(DGT)

Dr. Simone van Haag Fachärztin für Innere Medizin, Ärztin für Endokrinologie und Diabetologie

und weitere Fachreferenten

Leitbild der DRK - Familienbildung

Menschen im Beziehungsnetz Familie

Im Mittelpunkt unserer Arbeit stehen Menschen, die Erziehungsverantwortung übernehmen. Dabei berücksichtigen wir Ihre unterschiedlichen Lebensphasen und Lebenslagen. Unter Einbeziehung der facettenreichen Familienwirklichkeiten stärken und unterstützen wir die individuellen Kompetenzen und die Entwicklung von neuen Fähigkeiten.

Das bedarfsorientierte Angebot

Unsere Grundhaltung basiert auf Akzeptanz, Toleranz und Wertschätzung. Unabhängig von Nationalität, Rasse, Religion, Geschlecht und gesellschaftlichen Strukturen bieten wir Hilfe zur positiven sozialen Entwicklung, Hilfen zur Selbständigkeit und nach dem Maß der Not.

Unsere Leistungen

Wir sind ein sozialer Dienstleister mit bedarfs- und nachfragegerechten Angeboten. Wir fördern die Gesundheit und verbessern die Lebensqualität der Menschen aller Altersgruppen, die sich uns anvertrauen.

In Form von familiengerechten Bildungsangeboten unterstützen wir Familien nach dem Kinder- und Jugendhilfegesetz. Dabei haben Hilfe zur Selbsthilfe und Prävention Vorrang. Wir bieten Erwachsenen ein vielfältiges Angebot zur Fort- und Weiterbildung. Die Kinder und Jugendlichen werden durch ein breites Spektrum aus den Lernfeldern Bildung und Erziehung gefördert.

Wir erbringen die Arbeit effizient und wirtschaftlich.

Im Zeichen der Menschlichkeit

Unsere Angebote sind stets nach den Grundsätzen des Roten Kreuzes ausgerichtet. Das beinhaltet Schutz der Schwachen und das Einschreiten gegen Intoleranz. Unterschiedliche Wertevorstellungen beziehen wir aktiv in die Bildungsarbeit ein. Für die Familienbildung bedeutet das, die Begleitung, Unterstützung und Motivation zur Selbständigkeit und Selbstbestimmung.

Leitbild der DRK - Familienbildung

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der Familienbildung

Die DRK - Familienbildung arbeitet mit engagierten und qualifizierten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Dies wird kontinuierlich durch Fort- und Weiterbildung unterstützt.

Mitgestaltung bei Entscheidungen, sowie Transparenz prägen unsere Zusammenarbeit.

Unsere Stärken

Unsere Arbeit basiert auf traditionellen Werten und gewachsenen Strukturen. Wir bieten qualitativ hochwertige Weiterbildung an, die einer ständigen Qualitätskontrolle unterliegt und am Bedarf der jeweiligen Zielgruppe orientiert ist. Im Rahmen unseres Leistungsangebotes entwickeln und erproben wir neue Konzepte und Modelle mit Vorbildcharakter.

Diese werden an laufend fortgeschriebenen Qualitätsstandards gemessen. Durch unsere Kundennähe und Beweglichkeit führt unser innovatives und koordiniertes Handeln zu einer Einbindung in das Gemeinwesen.

Wir sind sowohl intern als auch extern mit einer Vielzahl von Arbeitsfeldern vernetzt, die für Familien in ihrem Erziehungsalltag relevant sind. Die Qualität unserer Arbeit wird durch klare Strukturen transparent und durch fachlichen Austausch gestärkt.

Wir ermöglichen den Zugang zu den anderen Angeboten des Roten Kreuzes und vermitteln eine Vielzahl von Hilfen.

Das Netzwerk – Unser Verhältnis zu Anderen

Zur Durchführung unseres bedarfsgerechten Angebotes nutzen wir interne, kommunale und regionale Strukturen. Wir arbeiten mit anderen Bildungsträgern und Institutionen konstruktiv zusammen und integrieren uns in bestehende Netzwerke.

Es ist uns wichtig, neue Netze zu knüpfen, zu gestalten und zu stabilisieren und wir sind offen für Kooperationen. Dabei bewahren wir unsere Unabhängigkeit.

Wir kennen unsere Stärken und wissen wo unsere Grenzen sind. Falls unsere Angebote die Nachfragewünsche nicht voll erfüllen, leiten wir an andere Institutionen weiter.

Transparenz ist die Grundlage unseres Netzwerkes.

Beratung über Hilfen im Alter

Ein Leistungsangebot der Verbände der freien Wohlfahrtspflege und des Rhein-Kreises Neuss.

Die Unterstützungsangebote für ältere Menschen sind vielfältig. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Beratungsstellen im Rhein Kreis Neuss informieren Sie daher über das vollständige Angebot und überlegen mit Ihnen gemeinsam, welche Maßnahmen der Vorsorge oder welche Angebote in aktuellen Notsituationen für ihre individuelle Lebensplanung die Richtigen sind.

Beratungsbereiche:

- Antragstellung (Behörden, Pflege- und Krankenkassen)
- Lebensplanung und Vorsorge
- Aktuelle Lebenskrisen
- Wohnen im Alter (Wohnraumanpassung, Altenwohnungen, Betreutes Wohnen, Altenpflegeheim)
- Sicherung der Haushaltsführung (z.B. Hausnotruf, Haushaltshilfe)
- Gesundheit und Pflege
- Demenz
- Beratung für ältere Menschen aus anderen Herkunftsländern

Der schnelle Weg zu einer Beratung führt über die Beratungshotline. Weitere Informationen :

Tel. 01805 - 555210

www.rhein-kreis-neuss.de/soziales

Der im DRK-Kreisverband Grevenbroich zuständige Mitarbeiter für die Seniorenarbeit, Herr Joachim Seidel, ist unter **02181-65 00-15** zu erreichen.

Hausnotruf

Ein Hausnotruf Gerät ermöglicht Ihnen auch bei Krankheit, Behinderung oder anderen Einschränkungen ein weitestgehend selbständiges und unabhängiges Leben zu Hause.

Wir bieten Ihnen zwei Varianten im DRK-Kreisverband Grevenbroich an:

Basisdienst:

Sie benennen uns mind. drei Bezugspersonen, die einen Schlüssel zu Ihrer Wohnung haben. Diese drei Personen sind für uns die Kontaktpersonen, die im Falle eines Notrufes von der DRK-Zentrale informiert werden. Diese Zentrale ist 24 Stunden täglich und 365 Tage im Jahr besetzt.

Hintergrunddienst:

Für die Städte und Gemeinden Grevenbroich, Dormagen, Korschenbroich, Meerbusch, Jüchen und Rommerskirchen bieten wir einen Hintergrunddienst an. Das bedeutet, wenn Sie einen Notruf tätigen, auf Ihren Wunsch hin, unser Bereitschaftsdienst kommt und Ihnen hilft. Dafür ist eine Schlüsselhinterlegung bei uns erforderlich.

Leistungen und Preise auf Anfrage.

Weitere Informationen:

Herr Joachim Seidel

Tel.: 02181-6500-15
j.seidel@drk-grevenbroich.de
www.drk-grevenbroich.de

Pflegedienst

Behandlungspflege

u.a.

- Injektionen
- Blutzucker- und Blutdruckkontrollen
- Verbände
- Sonden- und Stomapflege
- Katheterpflege
- Dekubitusbehandlung und andere Wundversorgungen, die ärztlich verordnet sind
- Portversorgung
- Unterdrucktherapie bei Wunden

Grundpflege und Hauswirtschaftliche Versorgung

u.a.

- Körperpflege
- Betten und Lagern
- An- und Auskleiden
- Hilfe bei der Zubereitung von Mahlzeiten und Nahrungsaufnahme
- Entlastung der Angehörigen bei der Pflege des kranken oder alten Menschen
- Erstbesuch, bei denen der Hilfsbedarf ermittelt und eine individuelle Pflegeplanung erstellt wird
- Verhinderungspflege
- Pflichteinsätze der Pflegeversicherung § 37.3 SGB XI
- Hilfe bei Reinigen der Wohnung, Wäschepflege etc.

Pflegedienst

Demenzbegleitung/ Alltagsbegleitung

- Stundenweise Betreuung Ihres Angehörigen (ggfs. mit Kostenerstattung durch die zuständige Pflegekasse)

Leistungskatalog für private Leistungen

Für ein unbeschwertes Leben zu Hause, möchten wir Ihnen Angebote und Unterstützung unterbreiten, die ggfs. nicht durch die Leistungen der Pflegekasse abgedeckt sind:

u.a.

- Verordnungs- und Rezeptmanagement
- Rezeptbestellung
- Individuelle kleine Dienstleistungen:
Briefkasten leeren, Rollläden hochziehen, Zimmer lüften etc.
- Hilfe bei Anträgen und Widersprüchen
- Sondereinsätze außerhalb der normalen Touren

Sprechen Sie uns an. Wir sind für Sie da!

Weitere Informationen:

Pflegedienstleitung: Frau Alexandra Langhorst
Tel. 02181-65 00 23
a.langhorst@drk-grevenbroich.de
www.drk-grevenbroich.de

Ehrenamtliche Seniorenbegleitung

Sie möchten sich gerne ehrenamtlich engagieren?

Immer mehr ältere Menschen haben nur wenige Kontakte, d. h., sie haben keine Angehörige, Bekannte oder Menschen, die sich um sie umfassend kümmern könnten.

Deshalb sucht unser DRK-Kreisverband Grevenbroich e.V. ehrenamtliche Bürger und Bürgerinnen, die eine sinnvolle Aufgabe übernehmen möchten.

Bestimmt ist auch für Sie etwas dabei:

- Begleitung bei Arztbesuchen, Behördengänge,
- Friedhofsbesuche, Konzerte usw.
- Frühstücks- oder Kaffeerunden
- Freizeitgestaltung in Form von
- Gesellschaftsspielen, Vorlesen, Spaziergänge
- Mitwirkung oder Leitung bei Gymnastikkursen,
- Gedächtnistraining usw.

Gerne können eigene Vorstellungen eingebracht werden. Werden Sie zum Herzstück der ehrenamtlichen Betreuung von alten und hilfebedürftigen Menschen.

Mit Ihren individuellen Kompetenzen bereichern Sie die umfassende Versorgung der älteren Menschen. Sie unterstützen und ergänzen die familiären und freundschaftlichen Strukturen und tragen entscheidend zum körperlichen, geistigen und seelischen Wohlbefinden der Senioren bei.

Damit Sie sich in Ihrem Engagement sicher fühlen, bieten wir Ihnen verschiedene kostenfreie Fortbildungen an. Daneben finden regelmäßige Austauschtreffen statt. Termine und Themen nach Absprache.

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Weitere Informationen:

Dipl. Soz. Päd. Anja Peltzer
Tel. 02181- 65 00 24
a.peltzer@drk-grevenbroich.de
www.drk-grevenbroich.de

Soziales Ehrenamt: Helfende Hände Jüchen

Ehrenamtliche helfen Jung und Alt – Im Jüchen

Die Helfenden Hände in Jüchen stehen Bürgerinnen und Bürgern aus Jüchen für Aufgaben zur Verfügung, die in guter Nachbarschaft üblich sind:

- Kleinere Handreichungen im Haushalt
- Wechseln von Leuchtmitteln, Dichtungen usw.
- Begleitung zu Behörden
- Hilfe beim Ausfüllen von Formularen
- Tipps bei kleineren PC Problemen
- Einstellen von TV Geräten oder Handys
- Begleitung bei Einkäufen

Ob Ihnen die Helfenden Hände ehrenamtlich helfen können, klären Sie bitte mit den Koordinatoren:

Tel.: 02165 / 915 - 5100
Montags bis Freitags 10.00- 16:00 Uhr

Mail: helfende-haende@netzwerk-juechen.de
Homepage: www.netzwerk-juechen.de

Jeden **1. Dienstag** im Monat treffen sich alle ehrenamtlich Engagierten und Interessenten:

Haus Katz, Netzwerk Büro
(linker Eingang Torbogen)
Ab 09.30 Uhr

Die aktuellen Termine erfahren Sie Internet.

Tel.: 02165 / 915 - 5100
Mail: helfende-haende@netzwerk-juechen.de
Homepage: www.netzwerk-juechen.de

Kooperationsprojekt:

Caritasverband Rhein-Kreis-Neuss e.V., Senioren Netzwerk 55 plus Jüchen, Türkisch-Deutscher Freundeskreis Jüchen e.V. und dem DRK-Kreisverband Grevenbroich e.V.

Soziales Ehrenamt: Reparatur Café Jüchen



Was macht man mit einem Stuhl, an dem ein Bein kaputt ist?

Mit einer Kaffeemaschine, die nicht mehr funktioniert?

Mit einem CD-Player, der sich nicht mehr öffnen lässt?

Wegwerfen? Denkste? Reparieren Sie es im Reparatur Café!

Im Reparatur Café

- versuchen wir gemeinsam defekte Gegenstände zu reparieren
- Steht Ihnen fachkundige Begleitung und Hilfe zur Seite
- Lernen Sie nette Menschen kennen und für das leibliche Wohl ist ebenfalls gesorgt (Kaffee, Tee)

Treffpunkt:

Jeden ersten Donnerstag im Monat um 16.30 Uhr in der „Begegnungsstätte“, Jülicher Str. 36 in 41363 Jüchen

Kooperationsprojekt:

Stadt Jüchen, Komm-An NRW, Nationale Klimaschutz Initiative, Grevenbroich Tafel Existenzhilfe e.V.; Helfende Hände Jüchen, Caritasverband Rhein-Kreis-Neuss; Netzwerk 55 plus Jüchen und dem DRK Kreisverband Grevenbroich e.V.

Demenznetz Grevenbroich

Das Demenznetz Grevenbroich ist ein Zusammenschluss von Initiativen, Dienste und Einrichtungen, die Unterstützung für Menschen mit Demenz, ihre Familien und Betreuungspersonen anbieten.

Das Demenznetz bietet ein Forum des Austauschs, der Vernetzung und des gemeinsamen Handelns.

Ziele sind, die Versorgungsstrukturen zu analysieren und zu vernetzen, über Angebote und Möglichkeiten in Grevenbroich zu informieren und Vorschläge zur Weiterentwicklung der Strukturen zu erarbeiten.

Der DRK Kreisverband Grevenbroich e.V. ist aktiver Partner des Demenznetzes.

Weitere Informationen:

Dipl. Soz. Päd. Anja Peltzer
Tel. 02181- 65 00 24
a.peltzer@drk-grevenbroich.de
www.drk-grevenbroich.de

Dipl. Soz. Arb. Joachim Seidel
Tel. 02181- 65 00 15
j.seidel@drk-grevenbroich.de
www.drk-grevenbroich.de

Selbsthilfe- und Beratungsangebote

Oft hängen Gesundheitsstörungen und soziale Probleme zusammen. Stress in der Familie und Belastungen am Arbeitsplatz sind Beispiele dafür.

Gespräche und Austausch in vertrauensvoller Atmosphäre mit Gleichgesinnten und anderen betroffenen Menschen wirken befreiend und helfend, ergänzt durch fachlichen Rat und gesundheitsfördernde Maßnahmen wie Entspannungstraining, Übungen zur körperlichen und geistiger Fitness.

Die Selbsthilfe - Arbeitsgemeinschaften im Rhein-Kreis Neuss und die Selbsthilfe - Kontaktstelle des Rhein-Kreises Neuss sind immer zu diesen Themen erreichbar.

Sprechen Sie uns an!

Selbsthilfe-Kontaktstelle in Grevenbroich
Renate Gähl 02181 / 601-5327

Selbsthilfe-Kontaktstelle in Dormagen
Renate Gähl 02133 / 268- 242

Themen, die oft nachgefragt werden:

Burnout/ Depressionen
Zuckerkrankheit Diabetes bei Kindern und Erwachsenen
Rheuma
Erkrankungen des Bewegungssystems
Schmerz-Syndrome
Angsterkrankungen
Sucht-Störungen
Asthma
Familienprobleme
Nervensystemstörung
Gefäßkrankungen
Krankhaftes Übergewicht
Nahrungsmittelunverträglichkeit