

Pflege und Beruf – Wege zur besseren Vereinbarkeit

Stress verringern mit Wissen und Entspannungstraining Bildungsurlaub

Hilfen zur Verbesserung der Vereinbarkeit von Familie, Pflege und Beruf vor dem Hintergrund der demografischen Entwicklung in Deutschland. Möglichkeiten und Grenzen des Ehrenamtes in der Altenhilfe und der rechtlichen Betreuung älterer Menschen.

Perspektiven gesellschaftlicher Gesundheitsförderung.

Die demographische Entwicklung verdeutlicht, dass immer mehr Menschen von der Aufgabe betroffen sein werden, ihren Beruf mit der Pflege von Angehörigen zu vereinbaren. Das erfordert Kraft, Organisationstalent und Flexibilität, aber auch seelische und körperliche Stabilität.

Mit diesem Bildungsurlaub bieten wir Menschen, die demnächst Beruf und Pflege vereinbaren müssen oder schon damit begonnen haben, hilfreiches Wissen zu altersbedingten Veränderungen, finanziellen und rechtlichen Fragen an. Sie erhalten einen Überblick über regionale Entlastungs- und Unterstützungsangebote und erhalten Gelegenheit, sich mit Ihrer persönlichen Situation mit fachlicher Begleitung auseinanderzusetzen. Im Entspannungstraining lernen Sie, wie Sie dem Stress im Alltag präventiv begegnen können, um frühzeitig der Belastung entgegenzusteuern.

Dieser Bildungsurlaub wird finanziell durch Arbeit und Leben unterstützt.

Leiterin des Bildungsurlaubs:

Manuela Brehmen, Gesundheitswissenschaftlerin (M.Sc.) und Yoga- und Pilateslehrerin

Expertinnen: Daniela Poppe, Dipl. Soz.Päd., Leiterin der BEKO; Birgit Kurz, Dipl.-Päd., ambulanter Hospizdienst, Caritasverband Gießen; Silvia Winterstein, Vereinsbetreuerin des Vereins zur Betreuung kranker und behinderter Menschen und zur Beratung von Schuldner in Mittelhessen e.V.

Der Kursraum ist barrierefrei zugänglich.

011.2201 vhs-Haus Lich

Montag, 08. Nov. bis Freitag, 12. Nov. 2021, 09.00-16.30 Uhr, 5 Termine

166,50 € bei 6-7 Tn 125,50 € bei 8 Tn

Anmeldung/Abmeldung bis 18. Okt. 2021

Bitte mitbringen: Tagesverpflegung

Sollten Sie bereits in die häusliche Pflege eingebunden sein, so können Sie für die Zeit Ihrer Abwesenheit eine Ersatzpflege organisieren, die über die Leistungen der sog. "Verhinderungspflege" mit der Pflegekasse abgerechnet werden kann. Nähere Auskunft erhalten Sie bei der BeKo, Tel. (06 41) 979 00 90.

Wir empfehlen Ihnen, bei Ihrer Krankenkasse vorab anzufragen, ob eine Kostenerstattung möglich ist.

Information und Anmeldung: vhs Landkreis Gießen

Web www.vhs-kreis-giessen.de – E-Mail kvhs.giessen@lkgi.de – Tel. 0641/ 9390-5700

Es gelten die Teilnahmebedingungen der vhs Landkreis Gießen.