



# HILFE

## für pflegende Angehörige

eine Fortbildungsinitiative der



**SELBST HILFE  
TIROL**

Zweigverein Osttirol

Die Belastungen aus der Pfl ege t ä t i g k e i t werden oft unterschätzt und führen zu Erschöpfung, ausgebrannt sein und letztendlich dazu, selbst zu erkranken. Damit das nicht passiert, ist es wichtig, rechtzeitig Hilfe in Anspruch zu nehmen und sich zu entlasten.

Ziel ist es, die Angehörigen dabei zu unterstützen Ihren Alltag trotz Belastung gut zu meistern und dadurch die Lebensqualität zu verbessern.

**Nützen Sie diese Hilfe!**

## Termine und Module

**KW 38**  
 17.09.13      Informationsveranstaltung in der jeweiligen Region  
 18.09.13      Lienz – Sparkassensaal  
 18.09.13      Matrei in Osttirol – Rettungszentrum  
 19.09.13      Abfaltersbach – Tagesbetreuung – **Beginn jeweils 19 Uhr**

Modul 1-1	Modul 1-2	Modul 1-3	Modul 2	Modul 3
Grundpflegetechniken (Teil 1 – 3)			Eigene Grenzen erkennen	Komplementäre Pflegeangebote

Modul 4	Modul 5	Modul 6	Modul 7	Modul 8
Ernährung und Nahrungsaufnahme	Pflege von Menschen mit Demenz	PflegegeldEinstufung	Umgang mit Sterben und Tod	Übersicht über die hilfebietenden Einrichtungen

**Mindestteilnehmerzahl:** 5 Personen  
**Unkostenbeitrag:** EUR 20,- / Person / Fortbildungsreihe  
 (= 8 Module + Informationsveranstaltung)  
**Anmeldung:** Selbsthilfe Tirol, Zweigverein Osttirol  
 Tel. 04852 / 606 / 290 oder 0664 / 38 56 606  
 oder per E-mail: osttirol@selbsthilfe-tirol.at