

ONLINEKURS FÜR BETREUENDE UND PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

23. UND 30 NOVEMBER 2021
18.30 - 20.30 UHR (2 X 2 STUNDEN)
ANMELDUNG: SRK-GR.CH



Dies ist ein Kursangebot im Rahmen des Tag der Angehörigen vom 30.10.2021.

Immer mehr Angehörige wollen oder müssen ihre Liebsten selbst betreuen und pflegen. Oft sind dadurch betreuende und pflegende Angehörige überfordert und emotional und psychisch am Limit.

In Zusammenarbeit mit dem Gesundheitsamt Graubünden möchten wir den betreuenden und pflegenden Angehörigen einen Austausch ermöglichen, bei welchem spezifische Fragen gestellt werden können und man sich mit Gleichgesinnten austauscht. Dies soll unter anderem auch die psychische Gesundheit stärken.

Als Dank und Anerkennung für die Arbeit der betreuenden und pflegenden Angehörigen werden die Kosten für diesen Kurs vom Gesundheitsamt Graubünden, im Rahmen des Tag der Angehörigen, übernommen.

Ziele

- Psychische Gesundheit
- Wissen erweitern, Handlungsfähigkeit erhöhen

- Reflexion und Bestätigung ermöglichen

- Gespräche ermöglichen

- Erzählen als Teil der Psychohygiene nutzen

Inhalte

- Angebote rund um die Betreuung zu Hause in Graubünden

- Psychohygiene, Ressourcen und Risiken

- Belastungen erkennen

- Familiensysteme als Ressource

Kosten kostenlos (Übernahme Kosten Gesundheitsamt Graubünden)

Leitung Renata Basig-Jehli, dipl. Pflegefachfrau HF, Ausbilderin FA, Gerontologin MAS

BETREUENDE ANGEHÖRIGE
DANKE!

Veranstaltung im Rahmen des interkantonalen Tages der betreuenden Angehörigen am 30. Oktober
Vollständiges Programm der Aktivitäten 2021: www.journee-proches-aidants.ch, [facebook.com/prochesaidantsensuisse](https://www.facebook.com/prochesaidantsensuisse)