



DGKS Maria Gramer

Akad. gepr. Lehrerin für Gesundheits- und Krankenpflege
Qualitätskordinatorin im Gesundheitswesen
Zertifizierte Erwachsenenbildnerin (wba)
Tel.: +43-(0)732-7676-5752 (Mi und Do, 7.00-15.00h)
E-Mail: maria.gramer@elisabethinen.or.at



DGKS Anneliese Dunzinger-Hinterhölzl

Lehrerin für Gesundheits- und Krankenpflege
Ausbildung in Palliativ Care
Praxisanleiterin, Kinästhetics-Trainerin Stufe 1
Tel.: +43-(0)732-7676-5747 (Mo bis Mi, 7.00-15.00h)
E-Mail: anneliese.dunzinger@elisabethinen.or.at

Kontakt / Anmeldung

Montag - Donnerstag, 07:00 - 15:00 Uhr



Pflegewerkstatt der Elisabethinen Linz

Ausbildungszentrum 2. Stock
Elisabethstraße 15-19, 4010 Linz
Tel.: +43-(0)732-7676-5750 (Sekretariat)
Fax: +43-(0)732-7676-5756



Allgemein öffentliches Krankenhaus
Elisabethinen Linz

Krankenhaus der Elisabethinen Linz GmbH
Fadingerstr. 1, A-4020 Linz
Tel. +43-(0)732-7676-0, Fax: +43-(0)732-7676-2106
krankenhaus@elisabethinen.or.at, www.elisabethinen.or.at



Allgemein öffentliches Krankenhaus
Elisabethinen Linz



Pflegewerkstatt für pflegende Angehörige

Erlernen von Pflegetätigkeiten für
die derzeitige Lebenssituation





Die Pflegewerkstatt ist offen für alle Menschen, die ihre Angehörigen zu Hause pflegen.

Sie werden hier in ihrer derzeitigen Lebenssituation unterstützt. Pflegerisches Wissen und Fertigkeiten können erlernt werden. Wir bieten Ihnen...

1. Individuelle Schulung von pflegenden Angehörigen

Hier wird auf individuelle Fragestellungen in der Betreuung der/des Angehörigen zu Hause eingegangen. Praktisches Üben unter Anleitung einer erfahrenen Pflegeperson hilft Sicherheit für den häuslichen Alltag zu gewinnen. Dies kann notwendig sein, um den alten, kranken oder beeinträchtigten Angehörigen z. B. beim Aufsitzen im Bett, beim Aufstehen, bei der Körperpflege, beim Baden, bei der Inkontinenzversor-

gung oder beim Anlegen eines einfachen Verbandwechsels zu unterstützen. Oft kann es hilfreich sein, Maßnahmen zu kennen, um ein Wundliegen zu verhindern.

Liegt ihr/e Angehörige/r in unserem Krankenhaus, kommen wir auch gerne direkt ans Krankenbett.

Die Pflegewerkstatt steht allen pflegenden Angehörigen als kontinuierliche Anlaufstelle zur Verfügung und ist für diese kostenlos und unverbindlich nutzbar.

Rufen Sie uns an und vereinbaren Sie einen Termin.

2. Kurs „Dich betreuen und mich nicht vergessen“

An **6 Abenden** lernt die / der pflegende Angehörige:

- pflegerische Grundfertigkeiten: Körperpflege, alternative Pflegemethoden
- auch für sich selbst zu sorgen: Entspannungstechniken, erkennen eigener Grenzen, usw.
- Pflege- und Heilbehelfe kennen
- rücken- und gelenkschonendes Arbeiten
- den Umgang mit verwirrten Menschen
- Gleichgesinnte kennen

Der Kurs wird mehrmals im Jahr öffentlich ausgeschrieben und ist kostenpflichtig.



3. Kinästhetics Grundkurs für pflegende Angehörige

Ziel des Kurses ist, die Bewegungsfähigkeit der Betreuenden sowie auch der pflegebedürftigen Familienmitglieder zu erweitern. Pflegebedürftige lernen und erleben, wie sie manche Aktivitäten wieder selbst übernehmen können. Belastendes Heben und Tragen der pflegenden Angehörigen soll durch achtsames gemeinsames Bewegen ersetzt werden. Auf die Bedürfnisse der TeilnehmerInnen wird dabei speziell eingegangen.

Der Kurs wird in sieben Lernphasen zu je drei Stunden angeboten und ist kostenpflichtig.

