



COMMUNITY NURSING IN BERGHEIM NETZWERK: LEBEN BEGLEITEN



Finanziert von der
Europäischen Union
NextGenerationEU



ANGEBOTE COMMUNITY NURSING BERGHEIM NAH FÜR DICH. DA FÜR DICH.

Sie pflegen, betreuen oder unterstützen Angehörige, Nachbarn oder Freunde und ...

- **haben Fragen zu pflegerischen Tätigkeiten, wie z.B. Bett-Rollstuhl-Transfer, Waschen im Bett, Inkontinenzversorgung, rückenschonendes Arbeiten oder Drehen im Bett?**
Wir beraten Sie gerne und geben hilfreiche Tipps, um die Pflege zu Hause für Sie und die zu pflegende Person so angenehm wie möglich zu gestalten und eine gute Beziehung zwischen Pflegenden und der zu pflegenden Person zu fördern.
- **würden sich über einen Austausch mit Gleichgesinnten freuen und möchten sich dabei durch kleine Vorträge weiterbilden?**
Dann laden wir Sie herzlich zu unserem monatlich stattfindenden Angehörigencafé mit wechselnden Impulsvorträgen ein. Alle interessierten Personen sind herzlich willkommen.
- **fühlen sich überlastet oder überfordert und brauchen körperliche oder mentale Unterstützung im Bereich Ihrer pflegerischen Tätigkeiten?**
Wir unterstützen Sie gerne bei der Organisation einer Heimhilfe oder Hauskrankenpflege, einer stundenweisen Betreuung oder Kurzzeitpflege sowie bei der Antragstellung auf Reha. Gerne vermitteln wir auch Seniorenheimplätze sowie 24-Stunden-Hilfen im Rahmen der Möglichkeiten und Kapazitäten der jeweiligen Organisationen.
- **Ihr Angehöriger wird aus dem Krankenhaus entlassen und Sie wissen nicht, ob und wie Sie das zu Hause schaffen?**
Wir kümmern uns gerne um die Entlassung. Wir begutachten das Zuhause der zu pflegenden Person, geben Tipps zur Wohnraumgestaltung und erarbeiten gemeinsam mit Ihnen einen Plan, um die Pflege zu Hause optimal zu gewährleisten.
Auch durch kleine Schulungen zur Versorgung von z.B. Tracheostoma oder Dauerkatheter unterstützen wir Sie gerne.

Sie sind Senior/in und ...

- **wollen sich Informationen rund um das Thema Gesundheit holen?**
Wir beraten Sie gerne und zeigen Möglichkeiten auf, wie Sie lange fit bleiben und am besten ohne Einschränkungen leben können. Sie können auch unsere Vorträge zu wechselnden Themen (Ernährung im Alter, Kochworkshop, etc.) besuchen, um Impulse und Werkzeuge für die Förderung Ihrer Gesundheit zu bekommen. Nähere Infos dazu finden Sie in der Gemeindezeitung, auf der Homepage oder direkt bei uns.
- **haben eine chronische Erkrankung, wie z.B. COPD oder Diabetes mellitus?**
Wir informieren Sie gerne über diverse Krankheitsbilder, bieten kleine Schulungen an (z.B. zu Diabetes oder Bluthochdruck) und erarbeiten mit Ihnen hilfreiche Werkzeuge, um mit möglichst wenig Einschränkungen Ihr Leben gestalten zu können.



COMMUNITY NURSING IN BERGHEIM NETZWERK: LEBEN BEGLEITEN



Finanziert von der
Europäischen Union
NextGenerationEU



- **wollen Ihren Lebensstil ändern um fit zu werden und Risikofaktoren aus dem Weg räumen – sind aber überfordert mit dem Angebot bzw. fehlt die Motivation/der Plan, um dies erfolgreich umzusetzen?**
Gerne unterstützen wir Sie bei der Zielsetzung bzw. Umsetzung unter der Berücksichtigung Ihrer Wünsche und begleiten Sie Schritt für Schritt in Ihr neues Leben.
- **suchen soziale Kontakte und Gemeinschaft mit anderen?**
Dann schauen Sie bei unserem monatlich stattfindenden Seniorencafé vorbei – ein Treffpunkt für neue Kontakte und einen netten Austausch bei Kaffee und Kuchen.
- **suchen altersgerechte Bewegungsangebote?**
Gerne informieren wir Sie über Angebote in Ihrer Region (z.B. Seniorentanz oder Seniorenfitness) und helfen bei der Kursanmeldung.
- **haben spezifische Fragen zur Ernährung im Alter, möchten sich durch Gedächtnistraining geistig fit halten oder brauchen Unterstützung bei der Suche nach Physio-, Ergo- oder Psychotherapeuten?**
Wir arbeiten mit vielen unterschiedlichen Berufsgruppen zusammen und stellen gerne den Kontakt zur gewünschten Fachperson her.
- **brauchen Unterstützung bei Handy, Laptop und Co?**
Im Mai gibt es einen Workshop in Zusammenarbeit mit dem Diakoniewerk, bei dem es genau um solche Themen geht. Es werden danach regelmäßig Sprechstunden stattfinden, um Fragen rund um Handy, Laptop und Co klären zu können. Zudem bietet das Diakoniewerk auch Hausbesuche zu diesem Thema an.
- **möchten vorsorgen, wissen aber nicht genau wie und was?**
Wir beraten Sie gerne und empfehlen Ihnen hierzu auch unsere Vorsorgemappe, in der Sie bestimmte Themen bearbeiten und Ihre Wünsche festhalten können. Sie können auch unsere regelmäßig stattfindenden Vorträge mit unterschiedlichen Inhalten (z.B. Fragen an den Bestatter, Erwachsenenschutzgesetz) besuchen. Mehr Informationen dazu finden Sie auf der Homepage der Gemeinde, in der Gemeindezeitung und direkt bei uns.
- **wollen uns einfach mal Kennenlernen?**
Rufen Sie uns gerne zu den unten genannten Zeiten an und vereinbaren Sie einen persönlichen Termin. Wir freuen uns immer über neue Kontakte und einen netten Austausch.

Sie sind ein Verein, eine Firma, eine Gruppe und ...

- **wollen Ihre Mitglieder über bestimmte Themen informieren?**
Wir halten Vorträge zu bestimmten Themen, wie „Hitzewelle und Senioren“ oder „Ernährung im Alter“ und organisieren gerne auch Referenten für Ihr individuelles Thema.
- **wollen ein Projekt zur Gesundheitsförderung starten?**
Wir stehen Ihnen gerne beratend und unterstützend bei der Organisation Ihres Projektes zur Seite.



COMMUNITY NURSING IN BERGHEIM NETZWERK: LEBEN BEGLEITEN



Finanziert von der
Europäischen Union
NextGenerationEU



Sie sind eine interessierte Person und ...

- **wollen sich sozial z.B. mit Fahrtendienste, stundenweiser Betreuung (keine Pflege!) oder Besuchsdiensten engagieren?**

Dann melden Sie sich bei uns. Wir übernehmen gerne den Aufbau und die Koordination eines Freiwilligennetzwerkes und würden uns über eine Zusammenarbeit mit Ihnen sehr freuen.

- **wollen eine Aktivität für Senior/innen in Bergheim (z.B. regelmäßige Spaziergänge, Gedächtnistrainings oder eine Häkelgruppe) anbieten?**

Gerne können Sie Kontakt mit uns aufnehmen und Ihre Ideen präsentieren. Wir helfen sowohl bei der Umsetzung Ihrer Aktivität als auch bei der Organisation von Räumlichkeiten.



Kontakt:

Community Nursing Bergheim

Furtmühlstraße 2

5101 Bergheim

Maria Kalkhofer: 0676 8260 4520

Verena Lang: 0676 8260 4521

Montag bis Donnerstag: 09:00-15:00 Uhr

Freitag: 09:00-12:00 Uhr