

„Körperliche Schwerstarbeit“

5. März 2008.
Gemeinsam präsentieren die führenden Köpfe der Barmer Pflegekasse und Kinaesthetics Deutschland im Rahmen einer Pressekonferenz das Konzept eines speziell entwickelten und unterstützten Grundkurses für pflegende Angehörige.

Antriani Steenebrügge: „Etwa 1,3 Millionen Menschen werden zu Hause von ihren Angehörigen gepflegt, betreut und begleitet. Ein Großteil dieser Pflegepersonen leidet an körperlicher und psychischer Überlastung. Im Hinblick auf diese Zahlen besteht dringender Handlungsbedarf.“

Birgit Fischer: „Pflege ist oft kräftezehrende körperliche Schwerstarbeit mit gesundheitlichen Folgen bei Pflegepersonen. Umso wichtiger ist ein kräfteschonender Umgang mit eigenen Ressourcen. Mit Hilfe von Kinaesthetics werden die pflegenden Angehörigen in der Wahrnehmung der eigenen Bewegung und der Bewegung von und mit Pflegebedürftigen geschult. Die Kinaesthetics-Angebote sind für alle privat Pflegenden gedacht, die zu Hause einen pflegebedürftigen Menschen in seinem Alltag hilfreich unterstützen.“

Maren Asmussen: „Kinaesthetics für pflegende Angehörige ist ein innovatives Konzept, das den betreuenden Familienmitgliedern unterschiedliche grundlegende Hilfen für ihre Pflegesituation bietet: Pflegebedürftige lernen, wie sie ihre Pflege wirkungsvoll unterstützen und somit für die Pflegeperson erleichtern können. Dies führt zur Steigerung des Selbstwertgefühls und der Lebensqualität; außerdem wird durch den Austausch mit anderen pflegenden Angehörigen die soziale Integration gefördert.“



Kinaesthetics-TrainerInnen absolvieren eine gesonderte Weiterbildung zur Durchführung der Kinaesthetics-Grundkurse für pflegende Angehörige. Sie dauert ein Jahr, damit innerhalb der Weiterbildung die gemachten Erfahrungen einfließen können.



Antriani Steenebrüggen (Vorstandsvorsitzende von Kinaesthetics Deutschland), Birgit Fischer (stellv. Vorstandsvorsitzende der Barmer) und Maren Asmussen-Clausen (Geschäftsführung von Kinaesthetics Deutschland) erläutern das Konzept auf der Pressekonferenz.

Kinaesthetics-Grundkurse für pflegende Angehörige



Aufbau der Kurse

Für den Grundkurs pflegende Angehörige ist eine Struktur von 7 Teilen mit je 3 Stunden vorgesehen:

- 1. Teil:** Sensibilisierung der eigenen Bewegung
- 2. Teil:** Gewicht
- 3. Teil:** Bewegungsmuster verstehen
- 4. Teil:** Unterstützen als Lernumgebung
- 5. Teil:** der Lernprozess in der Familie
- 6. Teil:** Umgang mit Hilfsmitteln
- 7. Teil:** Evaluation des persönlichen Lernprozesses

Bedarfsorientierte Themen.

Die TeilnehmerInnen können selbst Themenbereiche wählen wie den Umgang mit hoher Spannung/Spastiken oder den Umgang mit Sturzgefährdung, die Situation bei Halbseitenlähmung oder den Umgang mit Schmerzen. „Fortbewegungsaktivitäten“, wie beispielsweise vom Bett in den Stuhl bewegen, Positionswechsel im Liegen oder vom Fußboden aufstehen können genauso thematisiert werden wie Essen und Trinken, Ruhen und Schlafen, Verdauen und Ausscheiden oder Körperpflege.

Teilnehmen kann jede Person, die privat pflegt, unabhängig von der Pflegekasse. Kosten: 25 Euro.

Pflegende Angehörige, die Interesse an einem solchen Kurs haben, wenden sich an: www.kinaesthetics.de