

VERANSTALTUNGSREIHE 2018/2019

# PERSPEKTIVEN DES ÄLTERWERDENS



# PERSPEKTIVEN DES ÄLTERWERDENS

Im Rahmen der demografischen Entwicklung gewinnen Themen des Alterns, sowohl gesellschaftlich als auch individuell, zunehmend an Bedeutung.

Mit den Veranstaltungsreihen möchten die Pflegestützpunkte Landkreis Karlsruhe in die Thematik einführende Informationen für pflegende Angehörige, Betreuungspersonen, Fachkräfte sowie alle interessierten Bürger ermöglichen.

Gemeinsam mit unseren Kooperationspartnern laden wir Sie in unserer diesjährigen Veranstaltungsreihe zu vielfältigen Themen ein. Das Leben im Alter mit seinen Chancen und Risiken wie z. B. Gutes Hören im Alter, Fit im Alter und Medikamente im höheren Lebensalter. Themen im Vor- und Umfeld von Pflege sind wie immer mit dabei: Wenn das Amt die Pflege zahlt, Wohnraumberatung, Schwerbehindertenrecht und Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung. Spezielle Themen wie Kriegskindheit im Alter und Tricks und Betrügereien an Seniorinnen und Senioren greifen aktuelle Themen im Alltag der älter werden Bevölkerung auf.

Als besonderer Schwerpunkt wird dieses Jahr an allen drei Standorten eine Themenwoche zur Situation der pflegenden Angehörigen angeboten: z. B. Rehabilitationsmöglichkeiten für pflegende Angehörige, Entspannungsworkshops, Prozessuales Malen und Tipps zum Umgang mit demenzerkrankten Angehörigen. Parallel hierzu finden teilweise Vorlesestunden für Kinder oder Betreuungsgruppen für Demenzerkrankte statt.

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei.**

→ Wir danken den Kooperationspartnern, die die Veranstaltungsreihe mit vielfältigen Vorträgen und fachkundigen Referenten mit gestalten, sowie den Städten und Gemeinden für ihre Unterstützung.



Pontatische  
Sozialdienste



**Diakonie**

STADTBIBLIOTHEK WAGHÄUSEL  
**VIELERLEIH!**

AGAPLESION  
BETHANIEN KRANKENHAUS  
HEIDELBERG

**acts**  
Rehakliniken  
Baden-Württemberg  
GmbH

Leben. Bestens begleitet.  
Caritasverband Bruchsal

**VitalWelt**  
Apothek



# ZUSTÄNDIGKEIT DER PFLEGESTÜTZPUNKTE IM LANDKREIS KARLSRUHE



# PFLEGESTÜTZPUNKT BRUCHSAL



## Pflegestützpunkt Landkreis Karlsruhe Standort Bruchsal

Rathaus am Otto-Oppenheimer-Platz 5  
Raum A 006  
76646 Bruchsal

Telefon 07251 79 199  
Mobil 0151 12588834  
Fax 07251 79 496

[pflegestuetzpunkt.bruchsal@landratsamt-karlsruhe.de](mailto:pflegestuetzpunkt.bruchsal@landratsamt-karlsruhe.de)  
[www.landratsamt-karlsruhe.de](http://www.landratsamt-karlsruhe.de)

## ANFAHRT & SPRECHZEITEN



Montag - Mittwoch	09:00 - 12:00 Uhr
Donnerstag	09:00 - 12:00 Uhr 13:30 - 18:00 Uhr
Freitag	09:00 - 13:00 Uhr

 Buslinien 182, 183 und 185  
Haltestelle Bürgerpark

 Parkhaus  
Bürgerzentrum

# VERANSTALTUNGSTERMINE

## REHABILITATIONSMÖGLICHKEITEN PFLEGENDER ANGEHÖRIGER

**Termin: 19. September 2018, 18:00 Uhr**

Ort: Rathaus am Otto-Oppenheimer-Platz 5, Seniorenbegegnungsstätte

Wer pflegt die Pflegenden? Hilfe und Unterstützung für eine fast vergessene Gruppe.

Pflegende Angehörige leisten einen für die Gesellschaft unschätzbaren Beitrag. Dabei sind die Pflegenden durch die Aufgaben nicht selten sehr stark belastet. Viele Studien zeigen, dass die Pflege eines Angehörigen die Pflegeperson an ihre Grenzen führt und das Risiko, selbst krank zu werden, deutlich steigt.

Die Politik hat dies erkannt und das Recht pflegender Angehöriger auf eine Auszeit im Rahmen einer Vorsorge- oder Rehabilitationsmaßnahme gestärkt. In der Realität nehmen jedoch nur sehr wenige Pflegende diese Möglichkeit in Anspruch. Der Bedarf ist da, doch bis zur Umsetzung ist oft ein steiniger Weg zu überwinden.

Welche Maßnahmen können in Anspruch genommen werden? Wie verläuft der Weg vom Bedarf zur Reha? Was passiert in einer „Kur für pflegende Angehörige“? Welchen Nutzen haben der Pflegende und der Pflegebedürftige?

Referentin: Bettina Asche-Matthey, cts Rehakliniken Baden-Württemberg,  
Baden-Baden

**Wir weisen Sie daraufhin, dass die Platzzahl bei allen Veranstaltungen begrenzt ist, bitte finden Sie sich rechtzeitig am Veranstaltungsort ein.**

### **Für Ehrenamtliche und Fachkräfte:**

Bei Veranstaltungen mit diesem Hinweis wird auf Wunsch eine Teilnahmebestätigung ausgestellt.

**TEILNAHME  
BESTÄTIGT**

## **JEDER WILL ES WERDEN – KEINER WILL ES SEIN: ALT.**

**Termin: 16. Januar 2019, 18:00 Uhr**

Ort: Rathaus am Otto-Oppenheimer-Platz 5, Raum B19/B20

Wir denken an Falten, graue Haare, Gebrechlichkeit und Demenz. Aber wird im Alter wirklich alles schlechter? Die Gerontologie – die „Wissenschaft vom Alter(n)“ – bietet spannende und facettenreiche Einblicke in die Möglichkeiten und Grenzen des heutigen Älterwerdens.

Referentin: Judith Schoch, Caritasverband Bruchsal



## **„WENN DAS AMT DIE PFLEGE ZAHLT...“ – EINE OFFENE FRAGERUNDE AN DIE EXPERTEN DER SOZIALHILFE – HILFE ZUR PFLEGE**

**Termin: 06. Februar 2019, 17:00 Uhr**

Ort: Atrium (Foyer) Rathaus Waghäusel, Gymnasiumstr. 1

Pflege kostet... Wenn die eigenen finanziellen Mittel nicht ausreichen übernimmt der Staat. Unter welchen Voraussetzungen und wie genau funktioniert das? Diese Frage und mehr, werden im Vortrag und der anschließenden Fragerunde geklärt.

Referenten: Susanne Fränkle und Michael Winay,  
Amt für Versorgung und Rehabilitation, Landratsamt Karlsruhe



## **MEDIKAMENTE IM HÖHEREN LEBENSALTER – WENIGER IST MANCHMAL MEHR**

**Termin: 20. Februar 2019, 16:00 Uhr**

Ort: Rathaus am Otto-Oppenheimer-Platz 5, Seniorenbegegnungsstätte

Bei vielen akuten wie chronischen Erkrankungen sind Medikamente hilfreich, weil sie Krankheitssymptome lindern und das Wohlbefinden steigern. Nicht wenige ältere Menschen nehmen deshalb täglich mehrere verschiedene Medikamente gleichzeitig ein. Dies bringt auch eine erhöhte Gefährdung mit sich – Einnahmefehler und unerwünschte Arzneimittelwirkungen treten häufiger auf. In seinem Vortrag informiert Dr. Specht-Leible darüber, was bei der Einnahme zu beachten ist, und warum es wichtig ist, dass Patienten ihren Arzt um Informationen bitten, welche Wirkungen und Nebenwirkungen bei der Einnahme der verordneten Medikamente zu erwarten sind.

Referent: Dr. Norbert Specht-Leible, Arzt für Altersmedizin  
Agaplesion Bethanien Krankenhaus Heidelberg

**WOHNRAUMBERATUNG – WIE KANN ICH MIT HILFE VON WOHNRAUMBERATUNG / WOHNRAUMVERÄNDERUNG MÖGLICHST LANGE IN DEN EIGENEN VIER WÄNDEN WOHNEN BLEIBEN?**

**Termin: 20. März 2019, 16:00 Uhr**

Ort: Rathaus am Otto-Oppenheimer-Platz 5, Seniorenbegegnungsstätte

Einer der häufigsten Wünsche ist es, so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden wohnen zu bleiben. Spätestens mit dem Älterwerden möchte man seine gewohnte Umgebung nicht mehr so schnell aufgeben. Welche Möglichkeiten gibt es, in dem eigenen Zuhause möglichst lange leben zu können?

Frau Hahn-Schäfer bietet für den Landkreis Karlsruhe Wohnberatung an und wird in ihrem Vortrag viele praktische Tipps und Ideen geben, wie jeder (Jung & Alt) präventiv sein Zuhause gestalten kann, um sich selbst den Wunsch erfüllen zu können.

Referentin: Daniela Hahn-Schäfer, Die Paritätischen Sozialdienste Karlsruhe

**„WENN DAS AMT DIE PFLEGE ZAHLT...“ – EINE OFFENE FRAGERUNDE AN DIE EXPERTEN DER SOZIALHILFE – HILFE ZUR PFLEGE**

**Termin: 03. April 2019, 16:00 Uhr**

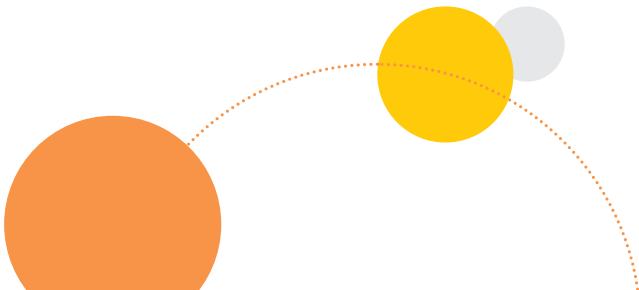
Ort: Rathaus am Otto-Oppenheimer-Platz 5, Seniorenbegegnungsstätte

Pflege kostet... Wenn die eigenen finanziellen Mittel nicht ausreichen übernimmt der Staat. Unter welchen Voraussetzungen und wie genau funktioniert das? Diese Frage und mehr, werden im Vortrag und der anschließenden Fragerunde geklärt.

Referenten: Tanja Reger und Michael Winay, Landratsamt Karlsruhe



Aufgrund der wenigen Plätze an diesem Termin wird empfohlen, ggf. auf den Vortrag am 06. Februar 2019, 17:00 Uhr im Rathaus Wäghäusel auszuweichen.



# THEMENWOCHE FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

**05. – 09. NOVEMBER 2018**

Pflegende Angehörige bewältigen den Alltag mit kranken und/oder pflegebedürftigen Menschen oft auf Kosten ihrer eigenen Bedürfnisse. Um diesen Anforderungen standhalten zu können ist es wichtig, auf sich selbst zu achten und sich immer wieder eine „Auszeit“ zu gönnen.

In der Woche vom 05.11. bis 09.11.2018 sollen die Angehörigen im Mittelpunkt stehen und Gelegenheit bekommen, sich selbst etwas Gutes zu tun. Ziel ist es, Kraft zu schöpfen, Neues auszuprobieren und langfristig vom Erlernten zu profitieren.

Für alle Angebote sind keinerlei Vorkenntnisse oder spezielles Talent erforderlich.

**Die Teilnahme ist kostenlos.** Bei Fragen oder zur Anmeldung wenden Sie sich bitte an den Pflegestützpunkt Landkreis Karlsruhe Standort Bruchsal, Telefon: 07251 79 199, E-Mail: [pflegestuetzpunkt.bruchsal@landratsamt-karlsruhe.de](mailto:pflegestuetzpunkt.bruchsal@landratsamt-karlsruhe.de).

## **ACHTSAMKEIT/SELBSTFÜRSORGE FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE**

**Dienstag 06. November 2018, 18:00 Uhr**

Ort: Rathaus am Otto-Oppenheimer-Platz 5, Seniorenbegegnungsstätte

Pflegende Angehörige werden in ihrem Alltag vielen Anforderungen gerecht. Gut für die Angehörigen zu sorgen, geht auf Dauer nur, wenn man sich selbst stärkt und wertschätzt. Der Schlüssel dazu ist, eine ausreichende Balance zwischen Liebe, Pflichtgefühl und Selbstschutz zu finden. Der Abend soll Gelegenheit geben im gemeinsamen Austausch Wege aufzuzeigen, wie man Selbstfürsorge und Achtsamkeit im Alltag umsetzen kann.

Referentin: Dagmar Jarczak, Ökumenischer Hospizdienst Bruchsal



## ZEIT FÜR MICH!

### STÄRKUNG UND ENTLASTUNG FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

#### **DEMENZ – DAS LEBEN NICHT VERGESSEN MIT PARALLELER VORLESESTUNDE FÜR KINDER AB 3 JAHREN**

**Mittwoch 07. November 2018, 17:30 Uhr**

Ort: Waghäusel, Rathaus, Atrium (Foyer), Gymnasiumstr. 1

Jeder Mensch bleibt Mensch, auch mit der Diagnose Demenz. Die Referentinnen geben Hilfestellungen und Tipps für den Umgang mit dieser Vielfalt und spannen einen Bogen von der Diagnose Demenz über das Erleben des Betroffenen bis hin zu den Chancen und Schwierigkeiten im direkten Umfeld bzw. Umgang. Der Vortrag endet mit Anregungen zu verschiedenen Entlastungsangeboten und Übungen, um das Gedächtnis zu trainieren und den Umgang mit der Erkrankung zu erleichtern.

Referentinnen: Christiane Rathgeb, Caritas und Elke Krämer, AWO

#### **Vorlesestunde für Kinder ab 3 Jahren mit Rosemarie Vogel**

Was ist mit Oma, Opa und Eichhörnchen los? Eichhörnchen ist alt geworden und vergesslich. Seit einiger Zeit hat es schreckliche Mühe, sich zu merken, wo es seine Nüsse versteckt hat. Kommt am 07.11.2018 um 17:30 Uhr in die Stadtbibliothek und ihr werdet von Rosemarie Vogel mehr erfahren.

#### **ZEIT FÜR DICH – ENTSPANNUNGSWORKSHOP**

**Donnerstag 08. November 2018, 18:00 - 20:00 Uhr**

**Freitag 09. November 2018, 09:30 - 11:30 Uhr**

Ort: Rathaus am Otto-Oppenheimer-Platz 5, Seniorenbegegnungsstätte

Dieser Workshop bietet die Möglichkeit, unterschiedliche Entspannungstechniken kennenzulernen. Benötigt werden bequeme Kleidung sowie eine Yoga- oder Isomatte, ein kleines Kissen, warme Socken und eine Decke.

**Die Teilnehmerzahl ist auf 8 Personen begrenzt. Anmeldung bitte über den Pflegestützpunkt in Bruchsal unter Telefon: 07251 79 199.**

Referentin: Martina Schneider, Entspannungstrainerin, Forst

# PFLEGESTÜTZPUNKT BRETTE



## **Pflegestützpunkt Landkreis Karlsruhe Standort Bretten**

Hermann-Beuttenmüller-Str. 6  
Raum 009  
75015 Bretten

Telefon 0721 936 71230  
Mobil 0151 52350666  
Fax 0721 936 71231

[pflegestuetzpunkt.bretten@landratsamt-karlsruhe.de](mailto:pflegestuetzpunkt.bretten@landratsamt-karlsruhe.de)  
[www.landratsamt-karlsruhe.de](http://www.landratsamt-karlsruhe.de)

## ANFAHRT & SPRECHZEITEN



Montag - Mittwoch	09:00 - 12:00 Uhr
Donnerstag	09:00 - 12:00 Uhr 13:30 - 18:00 Uhr
Freitag	09:00 - 13:00 Uhr

**S** Haltestelle „Bretten Stadtmittel“,  
Stadtbahnlinie S4

## VERANSTALTUNGSTERMINE

### **FIT IM ALTER – WELCHE ROLLE SPIELN DABEI MEDIKAMENTE, ERNÄHRUNG UND BEWEGUNG?**

**Termin: 18. September 2018, 15:00 Uhr**

Ort: vhs Veranstaltungssaal, Melanchthonstr. 3, 75015 Bretten

Fit im Alter – welche Rolle spielen dabei Medikamente und was ist bei der Einnahme zu beachten. Gibt es weitere Möglichkeiten, um lange fit zu bleiben? Welchen Stellenwert haben Faktoren wie Bewegung, Ernährung und soziale Kontakte? Gibt es einen Jungbrunnen oder Wundermittel?

Referentin: Ariane Maaß, Hirschapotheke Bretten

**Wir weisen Sie daraufhin, dass die Platzzahl bei allen Veranstaltungen begrenzt ist, bitte finden Sie sich rechtzeitig am Veranstaltungsort ein.**

#### **Für Ehrenamtliche und Fachkräfte:**

Bei Veranstaltungen mit diesem Hinweis wird auf Wunsch eine Teilnahmebestätigung ausgestellt.

**TEILNAHME  
BESTÄTIGT**

## „WENN DAS AMT DIE PFLEGE ZAHLT ...“ – EINE OFFENE FRAGERUNDE AN DIE EXPERTEN DER SOZIALHILFE – HILFE ZUR PFLEGE

**Termin: 04. Dezember 2018, 16:30 Uhr**

Ort: vhs Veranstaltungssaal, Melanchthonstr. 3, 75015 Bretten



Pflege ist teuer – der monatliche Eigenanteil, sowohl in der ambulanten als auch in der stationären Versorgung, kann schnell die regulären monatlichen Einkünfte der Betroffenen übersteigen. Wenn jedoch die gewählte Versorgung notwendig ist und unterhaltspflichtige Angehörige nicht unterstützen können, kommt „das Amt“ für die anfallenden Kosten auf. Bereits vor der Antragsstellung haben Pflegebedürftige sowie deren Angehörige viele Fragen. Kernfragen wie: „Was wird bezahlt?“ „Muss ich mein Haus verkaufen?“ können oftmals nicht einfach durch das Nennen eines bestimmten Betrages beantwortet werden. Dies führt bei Pflegebedürftigen und ihren Angehörigen häufig zu Verunsicherungen. Die Experten stehen im Rahmen einer offenen Fragerunde zu Verfügung und geben einen Überblick über die Leistungen der Hilfe zur Pflege.

Referenten: Susanne Fränkle und Michael Winay,  
Amt für Versorgung und Rehabilitation, Landratsamt Karlsruhe

## PATIENTENVERFÜGUNG

**Termin: 15. Januar 2019, 18:00 Uhr**

Ort: vhs Veranstaltungssaal, Melanchthonstr. 3, 75015 Bretten



Eine Krankheit, ein Unfall oder zunehmendes Alter können jeden von uns in die Lage bringen, die eigene Gesundheitsorge nicht mehr selbst übernehmen zu können. Wichtige Entscheidungen bezüglich medizinischer Behandlungsmethoden stehen an und der Betroffene kann seinen Willen nicht mehr kundtun. Für diesen Fall ist eine Patientenverfügung richtungsweisend und hilft Ärzten, Pflegekräften und Angehörigen bei der Entscheidungsfindung. Herr Siebler wird die Grundlagen der Patientenverfügung vorstellen.

Referent: Heiko Siebler, SKM Landkreis Karlsruhe

## WIE SIE SICH VOR TRICKS UND GAUNEREIEN SCHÜTZEN KÖNNEN

**Termin: 12. Februar 2019, 15:00 Uhr**

Ort: vhs Veranstaltungssaal, Melanchthonstr. 3, 75015 Bretten

Mit dem Zettel- und Bleistifttrick an der Haustür, dem Bettel- oder Geldwechseltrick auf der Straße, dem Enkeltrick am Telefon oder dem Anruf eines falschen Polizeibeamten schaffen es gewiefte Betrüger immer wieder, arglose Menschen zu überlisten und an ihr Geld (oder ihre Wertsachen) zu kommen. Weit verbreitet sind auch Taschen- und Trickdiebstähle unter Ausnutzung von Gedränge und Ablenkung. Wer allerdings die Tricks und Gaunereien kennt, kann sich sehr gut und wirksam davor schützen.

Referent: Remigius Kraus, Leiter Referat Prävention, Polizeipräsidium Karlsruhe

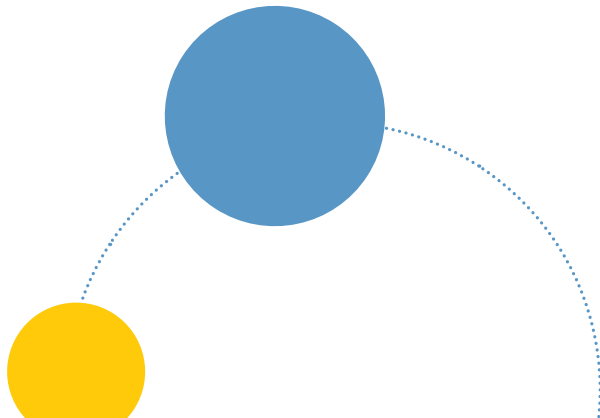
## SCHWERBEHINDERTENRECHT

**Termin: 19. März 2019, 18:00 Uhr**

Ort: vhs Veranstaltungssaal, Melanchthonstr. 3, 75015 Bretten

Was ist ein Schwerbehindertenausweis und wie beantragt man diesen? Was ist der „Grad der Behinderung“ und was sind „Merkzeichen“? Welche Vorteile hat man mit einem Schwerbehindertenausweis? All diese Fragestellungen werden innerhalb des Vortrags aufgegriffen und geklärt. Außerdem wird es Zeit für persönliche Fragen geben.

Referent: Stefan Brunner, Amt für Versorgung und Rehabilitation,  
Landratsamt Karlsruhe



## HAUTNAH – ALLES ÜBER DIE RICHTIGE PFLEGE

**Termin: 09. April 2019, 18:00 Uhr**

Ort: vhs Veranstaltungssaal, Melanchthonstr. 3, 75015 Bretten

Innere und äußere Ursachen können der Auslöser von Hautproblemen sein. Neben verschiedenen Erkrankungen spielen auch die Ernährung, die Psyche und eine den aktuellen Bedürfnissen angepasste Hautpflege eine wichtige Rolle. Manche Hautprobleme sind charakteristisch für bestimmte Lebensphasen. Im Vortrag wird speziell auf die Haut im Alter eingegangen - wie man richtig vorbeugt, behandelt und heilt. Auch für individuelle Fragen steht Frau Pohlmann zur Verfügung.

Referentin: Linda Pohlmann, Vitalweltpotheke Bretten



## VORSORGEVOLLMACHT UND BETREUUNGSVERFÜGUNG

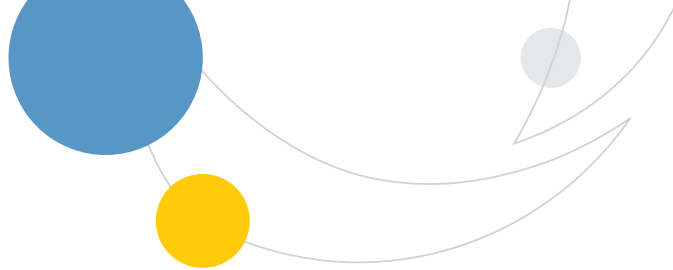
**Termin: 21. Mai 2019, 18:00 Uhr**

Ort: vhs Veranstaltungssaal, Melanchthonstr. 3, 75015 Bretten

Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung ermöglichen es, die Selbstbestimmung und Handlungsfähigkeit auch im Alter und bei Krankheit zu sichern. Um vorzusorgen besteht die Möglichkeit eine vertraute Person zu „bevollmächtigen“. Das bedeutet, dass sie im Falle des eigenen Unvermögens entscheidungsberechtigt ist und die Interessen im Sinne des Vertretenen wahrnimmt. In dieser Veranstaltung erfahren Sie die wesentlichen Grundlagen zu Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung.

Referentin: Claudia Zipf, Geschäftsführerin Diakonieverein Ettlingen  
für rechtliche Betreuungen





## **SCHREIBWERKSTATT PATIENTENVERFÜGUNG MIT HEIKO SIEBLER VOM SKM BRUCHSAL**

**Termine: 25.10.2018 und 07.02.2019**  
**jeweils 10:00 – 13:00 Uhr und 14:00 – 17:00 Uhr**

Ort: Pflegestützpunkt Bretten, Hermann-Beuttenmüller-Str. 6

Der Pflegestützpunkt Bretten bietet für alle Interessierten eine „Schreibwerkstatt Patientenverfügung“. In Kleingruppen erarbeitet Heiko Siebler vom SKM Bruchsal gemeinsam mit Ihnen Ihre individuelle Patientenverfügung.

Die Schreibwerkstatt dauert ca. 3 Stunden. Die Kosten belaufen sich auf 50 EUR p.P., die als Spende an den SKM gehen; die Ausstellung einer Spendenbescheinigung ist möglich.

Eine Anmeldung ist erforderlich unter 0721 936 71230  
oder [pflGESTUEZPUNKT.bretten@landratsamt-karlsruhe.de](mailto:pflGESTUEZPUNKT.bretten@landratsamt-karlsruhe.de).

# THEMENWOCHE FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

**05. – 09. NOVEMBER 2018**

Pflegende Angehörige bewältigen den Alltag mit kranken und/oder pflegebedürftigen Menschen oft auf Kosten ihrer eigenen Bedürfnisse. Um diesen Anforderungen standhalten zu können ist es wichtig, auf sich selbst zu achten und sich immer wieder eine „Auszeit“ zu gönnen.

In der Woche vom 05.11. bis 09.11.2018 sollen die Angehörigen im Mittelpunkt stehen und Gelegenheit bekommen, sich selbst etwas Gutes zu tun. Ziel ist es, Kraft zu schöpfen, Neues auszuprobieren und langfristig vom Erlernten zu profitieren.

Für alle Angebote sind keinerlei Vorkenntnisse oder spezielles Talent erforderlich.

**Die Teilnahme ist kostenlos.** Bei Fragen oder zur Anmeldung wenden Sie sich bitte an den Pflegestützpunkt Landkreis Karlsruhe Standort Bretten, Telefon: 0721 936 71230, E-Mail: [pflegestuetzpunkt.bretten@landratsamt-karlsruhe.de](mailto:pflegestuetzpunkt.bretten@landratsamt-karlsruhe.de).

## **WIRBELSÄULENGYMNASTIK MIT DEM TV BRETEN**

**Montag 05. November 2018, 10:00 - 11:00 Uhr**

Ort: vhs Entspannungsraum, Engelsberg 1, 75015 Bretten

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Gymnastikschuhe oder warme Socken, Isomatte und Getränk.

## **SPAZIERGANG IN DER NATUR MIT GESPRÄCHSANGEBOT DURCH DEN PFLEGESTÜTZPUNKT BRETEN**

**Dienstag 06. November 2018, 14:00 - 16:00 Uhr**

Treffpunkt: Im Brettspiel 1-3 (vor dem ehemaligen evang. Pflegeheim)

Bitte wetterfeste Kleidung tragen – wir gehen bei jedem Wetter.



# ZEIT FÜR MICH!

STÄRKUNG UND ENTLASTUNG  
FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

## PROGRESSIVE MUSKELRELAXATION MIT DEM TV BRETEN

**Mittwoch 07. November 2018, 11:00 - 11:45 Uhr**

Ort: vhs Entspannungsraum, Engelsberg 1, 75015 Bretten

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Gymnastikschuhe oder warme Socken, Isomatte und Getränk.

## PROZESSUALES MALEN MIT DER KUNSTTHERAPEUTIN UND GRAPHIKDESIGNERIN KARIN WEISS

**Donnerstag 08. November 2018, 14:00 - 17:00 Uhr**

Ort: Ergoraum/Tagesstätte Diakonisches Werk Bretten, Schulstr. 1, 75015 Bretten

## WELLNESS FÜR MICH MIT DER VHS BRETEN, ANGELIKA KURZ-GUSHURST

**Freitag 09. November 2018, 11:00 - 14:00 Uhr**

Ort: vhs Entspannungsraum, Engelsberg 1, 75015 Bretten

Mit einfachen Bewegungen zu Musik, Fantasiereisen, aromatischen Düften, Atemübungen und kurzen Massagen von Reflexzonen kann man den Alltag weit hinter sich lassen. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Gymnastikschuhe oder warme Socken, Isomatte, ggfs. kleines Kissen, eine Mandarine zum Verzehr, sowie für die Pause: Getränk und ggfs. ein kleines Vesper.

# PFLEGESTÜTZPUNKT ETTLINGEN



## **Pflegestützpunkt Landkreis Karlsruhe Standort Ettlingen**

Am Klosterle, Klostersgasse 1, 76275 Ettlingen

Telefon 07243 101 546

Mobil 0160 7077566

Fax 07243 101 8353

[pflegestuetzpunkt.ettlingen@landratsamt-karlsruhe.de](mailto:pflegestuetzpunkt.ettlingen@landratsamt-karlsruhe.de)

[www.landratsamt-karlsruhe.de](http://www.landratsamt-karlsruhe.de)

## ANFAHRT & SPRECHZEITEN



Montag - Mittwoch	09:00 - 12:00 Uhr
Donnerstag	09:00 - 12:00 Uhr 13:30 - 18:00 Uhr
Freitag	09:00 - 13:00 Uhr

**S** Haltestelle „Erbprinz“,  
Stadtbahnlinie 1 und 11,  
Buslinie 105, 107, 109, 110, 112

**Wir weisen Sie daraufhin, dass die Platzzahl bei allen Veranstaltungen begrenzt ist, bitte finden Sie sich rechtzeitig am Veranstaltungsort ein.**

### **Für Ehrenamtliche und Fachkräfte:**

Bei Veranstaltungen mit diesem Hinweis wird auf Wunsch eine Teilnahmebestätigung ausgestellt.

**TEILNAHME  
BESTÄTIGT**

# VERANSTALTUNGSTERMINE

## SCHWERBEHINDERTENRECHT

**Termin: 20. September 2018, 17:00 Uhr**



Ort: Begegnungszentrum am Klösterle, Klostergasse 1

Was ist ein Schwerbehindertenausweis und wie kann ich ihn beantragen? Was ist der „Grad der Behinderung“ und was sind „Merkzeichen“? Welche Vorteile habe ich mit einem Schwerbehindertenausweis? All diese Fragestellungen werden innerhalb des Vortrags aufgegriffen und geklärt. Außerdem wird es Zeit für persönliche Fragen geben.

Referent: Stefan Brunner, Amt für Versorgung und Rehabilitation,  
Landratsamt Karlsruhe

## „WENN DAS AMT DIE PFLEGE ZAHLT...“ – EINE OFFENE FRAGERUNDE AN DIE EXPERTEN DER SOZIALHILFE – HILFE ZUR PFLEGE

**Termin: 11. Oktober 2018, 17:00 Uhr**



Ort: Begegnungszentrum am Klösterle, Klostergasse 1

Pflege ist teuer – der monatliche Eigenanteil, sowohl in der ambulanten als auch in der stationären Versorgung, kann schnell die regulären monatlichen Einkünfte der Betroffenen übersteigen. Wenn jedoch die gewählte Versorgung notwendig ist und unterhaltspflichtige Angehörige nicht unterstützen können, kommt „das Amt“ für die anfallenden Kosten auf. Bereits vor der Antragsstellung haben Pflegebedürftige sowie deren Angehörige viele Fragen. Kernfragen wie: „Was wird bezahlt?“ „Muss ich mein Haus verkaufen?“ können oftmals nicht einfach durch das Nennen eines bestimmten Betrages beantwortet werden. Dies führt bei Pflegebedürftigen und ihren Angehörigen häufig zu Verunsicherungen. Die Experten stehen im Rahmen einer offenen Fragerunde zu Verfügung und geben einen Überblick über die Leistungen der Hilfe zur Pflege.

Referenten: Michael Winay und Angelika Rapp,  
Amt für Versorgung und Rehabilitation, Landratsamt Karlsruhe

## GUTES HÖREN IM ALTER

**Termin: 27. November 2018, 15:00 Uhr**



Ort: Begegnungszentrum am Klösterle, Klostergasse 1

Mit zunehmendem Alter lässt das Gehör bei jedem Menschen merklich nach. Nach Schätzungen einer europäischen Forschergruppe leide bereits jeder Dritte über 60 Jahren an Altersschwerhörigkeit und sie tritt bei Männern häufiger auf als bei Frauen. Der schleichende Hörverlust rührt daher, dass sich das Ohr im Gegensatz zu anderen Organen nicht regeneriert. Der Einsatz von Hörgeräten ist die häufigste Therapie zur Wiederherstellung der Hörfähigkeit bei Senioren. Dennoch werden trotz erwiesener Wirksamkeit zur Verbesserung der Lebensqualität Hörgeräte viel zu selten genutzt. Ingo Münchrath wird hierzu in seinem Vortrag eingehen und Wege zu einem besseren Hören im Alter aufzeigen.

Referent: Ingo Münchrath, Hörgeräte-Fachgeschäft Vitakustik

## KRIEGSKINDHEIT UND ALTER

**Termin: 07. Februar 2019, 17:00 Uhr**



Ort: Begegnungszentrum am Klösterle, Klostergasse 1

Krieg wird als eine der größten psychischen Belastungen für Menschen angesehen. Das Leben der Kinder und Jugendlichen im 2. Weltkrieg wurde durch Erfahrungen von Gewalt und Zerstörung, unzähligen Verlusten und existentieller Not geprägt. Bei vielen der Betroffenen beeinflussten diese Erlebnisse das spätere Leben als Erwachsene in unterschiedlicher Ausprägung.

Mit zunehmendem Alter können diese Erfahrungen wieder eine besondere Rolle spielen. Dies kann sich in dem Wunsch äußern, über das Erlebte zu sprechen. Darüber hinaus können Ängste und Unruhe in der Betreuung von dementiell erkrankten Menschen oder in der Begleitung am Lebensende durch das erneute Aufleben von Kriegserlebnissen mitbestimmt sein.

Diese Veranstaltung richtet sich an ehemalige Kriegskinder, an alle, die ältere Menschen professionell, ehrenamtlich oder innerhalb der Familie begleiten oder die ein persönliches Interesse an diesem Thema haben.

Referentin: Heike Ankele, Fachkrankenschwester für Onkologie/Palliative Care,  
Diplom Pflegepädagogin

## TRICKS UND BETRÜGEREIEN AN DER HAUSTÜR, AM TELEFON UND UNTERWEGS

**Termin: 19. März 2019, 14:30 Uhr**

Ort: Begegnungszentrum am Klösterle, Klostersgasse 1

Mit dem Zettel- und Bleistifttrick an der Haustür, dem Bettel- oder Geldwechseltrick auf der Straße, dem Enkeltrick am Telefon oder dem Anruf eines falschen Polizeibeamten schaffen es gewiefte Betrüger immer wieder, arglose Menschen zu überlisten und an ihr Geld (oder ihre Wertsachen) zu kommen. Weit verbreitet sind auch Taschen- und Trickdiebstähle unter Ausnutzung von Gedränge und Ablenkung. Wer allerdings die Tricks und Gaunereien kennt, kann sich sehr gut und wirksam davor schützen. Haben wir Ihr Interesse geweckt, dann lassen Sie sich bei einem Vortrag Ihrer Polizei umfassend informieren.

Referent: Remigius Kraus, Leiter Referat Prävention, Polizeipräsidium Karlsruhe

## VORSORGEVOLLMACHT, BETREUUNGSVERFÜGUNG, PATIENTENVERFÜGUNG

**Termin: 04. April 2019, 17:00 Uhr**

Ort: Begegnungszentrum am Klösterle, Klostersgasse 1



Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung ermöglichen es, die Selbstbestimmung und Handlungsfähigkeit auch im Alter und bei Krankheit zu sichern.

Dafür ist es erforderlich, eine vertraute Person zu „bevollmächtigen“. Diese Person ist dann im Falle des eigenen Unvermögens entscheidungsberechtigt und nimmt die Interessen im Sinne des Vertretenen wahr. Die Patientenverfügung umfasst nur den Gesundheitsbereich und ermöglicht jedem Einzelnen vorsorglich zu entscheiden und niederzuschreiben, wie er in der letzten Lebensphase medizinisch begleitet werden möchte. In Verbindung mit einer Vorsorgevollmacht ist die Patientenverfügung eine wichtige vorsorgliche Willensbekundung.

In dieser Veranstaltung erfahren Sie die wesentlichen Grundlagen zur Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung.

Referent: Mitarbeiter Amt für Grundsatz und Soziales, Landratsamt Karlsruhe

# THEMENWOCHE FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

05. – 09. NOVEMBER 2018

Pflegende Angehörige bewältigen den Alltag mit kranken und/oder pflegebedürftigen Menschen oft auf Kosten ihrer eigenen Bedürfnisse. Um diesen Anforderungen standhalten zu können ist es wichtig, auf sich selbst zu achten und sich immer wieder eine „Auszeit“ zu gönnen.

In der Woche vom 05.11. bis 09.11.2018 sollen die Angehörigen im Mittelpunkt stehen und Gelegenheit bekommen, sich selbst etwas Gutes zu tun. Ziel ist es, Kraft zu schöpfen, Neues auszuprobieren und langfristig vom Erlernten zu profitieren.

Für alle Angebote sind keinerlei Vorkenntnisse oder spezielles Talent erforderlich.

**Die Teilnahme ist kostenlos.** Bei Fragen oder zur Anmeldung wenden Sie sich bitte an den Pflegestützpunkt Landkreis Karlsruhe Standort Ettlingen, Telefon: 07243 101 546, E-Mail: [pflegestuetzpunkt.ettlingen@landratsamt-karlsruhe.de](mailto:pflegestuetzpunkt.ettlingen@landratsamt-karlsruhe.de).

## PROGRESSIVE MUSKELRELAXATION

### IMPULSE – DAS GESUNDHEITZENTRUM AM NEUEN MARKT, ETTLINGEN

**Montag 05. November 2018, 10:00 - 11:30 Uhr**

Ort: Saal im Begegnungszentrum am Klösterle, Klostersgasse 1, 76275 Ettlingen

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke, Kissen, Isomatte, Getränk, eventuell einen Pullover.

**Anmeldung erforderlich bis Mittwoch, 31.10.2018**

## WARUM LEGT OMA IHREN GELDBEUTEL IN DEN KÜHLSCHRANK? KINDERN DEMENZ ERKLÄREN.

**Montag 05. November 2018, 16:30 - 18:00 Uhr**

Ort: Gruppenraum im Begegnungszentrum am Klösterle, Klostersgasse 1, 76275 Ettlingen

Mitarbeiter der Psychologische Beratungsstelle für Eltern, Kinder, Jugendliche des Caritasverbandes Ettlingen und des Pflegestützpunktes bringen Kindern die Demenz ihrer Großeltern/Angehörigen anhand eines Kinderbuches mit anschließendem Austausch näher.

## ZEIT FÜR MICH!

STÄRKUNG UND ENTLASTUNG  
FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

### YOGA ZUR ENTSPANNUNG

**IMPULSE – DAS GESUNDHEITZENTRUM AM NEUEN MARKT, ETTLINGEN**

**Donnerstag 08. November 2018, 17:30 - 19:00 Uhr**

Ort: Saal im Begegnungszentrum am Klösterle, Klostersgasse 1, 76275 Ettlingen

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Decke, Kissen, Isomatte, Getränk

**Anmeldung erforderlich bis Montag, 05.11.2018**

**GESPRÄCHSKREIS FÜR ANGEHÖRIGE VON MENSCHEN MIT DEMENZ –  
MIT PARALLELER BETREUUNGSMÖGLICHKEIT FÜR DIE DEMENZ-  
ERKRANKTE PERSON – ARBEITSKREIS DEMENZFREUNDLICHES ETTLINGEN**

**Freitag 09. November 2018, 16:00 - 18:00 Uhr**

Ort: Kirchliche Sozialstation Ettlingen e.V., Heinrich-Magnani-Str. 2, 76275 Ettlingen

Der gegenseitige Austausch sowie das bessere Verständnis für schwierige Situationen und die Unterstützung bei Problemen stehen im Vordergrund des Gesprächskreises.

**Anmeldung für die Betreuung erforderlich bis Freitag, 26.10.2018**

## **POSTANSCHRIFT**

Landratsamt Karlsruhe  
Amt für Versorgung und Rehabilitation  
Beiertheimer Allee 2  
76137 Karlsruhe

**[www.landkreis-karlsruhe.de](http://www.landkreis-karlsruhe.de)**