

Anmeldung

Für die bessere Planung ist eine verbindliche Anmeldung nötig. Bitte geben Sie uns bis zum 15. März Bescheid, ob und mit wievielen Personen Sie teilnehmen möchten.

Ihre Teilnahme ist kostenlos!

Schreiben Sie eine formlose **E-Mail** mit Einrichtung, Namen und Anzahl der Teilnehmer, die Sie anmelden möchten, an:
info@caritashaus-reginalda.de

Sie können sich gerne auch per **Fax** anmelden:
02361 / 97921117.

Nutzen Sie dafür einfach dieses Formular.

Anzahl der Personen: ____

Namen: _____

Einrichtung: _____

Adresse: _____

Wir freuen uns auf Sie!

Der Weg zu uns:



Bürgerhaus Süd
Körnerplatz 2
45661 Recklinghausen

Anfahrt mit dem PKW

- A 2 in/aus Richtung Dortmund bzw. Oberhausen
- Auf der A 2 bleiben bis zum Autobahnkreuz Recklinghausen; dort auf die A 43 Richtung Herne
- Auf der A 43 bleiben bis zur Abfahrt Recklinghausen Hochlarmark
- Nach der Abfahrt bitte rechts abbiegen
- Der Straße „Theodor-Körner-Straße“ folgen
- Nach ca. 2 km kommt auf der linken Seite das Bürgerhaus Süd

Sie können auf dem Parkplatzgelände des Bürgerhauses parken.

Anfahrt mit dem öffentlichen Personennahverkehr

- Ab Recklinghausen Busbahnhof/Hauptbahnhof Buslinie SB 20 Richtung Herne Bhf.
- Haltestelle am Neumarkt, Fahrtzeit ca. 15 Min., Fußweg zum Bürgerhaus ca. 5 Min.

Internet: www.bahn.de
www.vrr.de



Stand: 01/2018

Mobilität im Alter



Einladung zur Informationsveranstaltung für Pflege- und Betreuungspersonal

22. März 2018

CARITASHAUS REGINALDA
RECKLINGHAUSEN

salvea
Lust auf Gesundheit



ELISABETH KRANKENHAUS
RECKLINGHAUSEN

Eine Einrichtung der St. Franziskus-Stiftung Münster
und der katholischen Kirchengemeine St. Antonius Recklinghausen





Wer rastet, der rostet! Mobilität im Alter

Informationsveranstaltung
für Pflege- und Betreuungspersonal

Donnerstag, 22. März

15.30 bis 18.30 Uhr

Bürgerhaus Süd

(Körnerplatz 2, 45663 Recklinghausen)

Ihre Teilnahme ist kostenlos!

Eine gemeinsame Veranstaltung des Elisabeth Krankenhauses Recklinghausen, des Caritashauses Reginalda und dem Reha-Zentrum „salvea“.

Sehr geehrte Pflege- und Betreuungskräfte,

Ob privat, in stationären oder ambulanten Diensten – diese Infoveranstaltung ist für alle Pflege- und Betreuungskräfte, die im Umgang mit älteren Menschen neue Kniffe lernen möchten. Wie bleiben unbewegliche Menschen länger mobil? Was kann ich als Pflege- und Betreuungskraft tun, um Bewohner und Patienten länger mobil zu halten?

Mobilität ist ein Stück Lebensqualität und wichtige Voraussetzung für gesellschaftliche Teilhabe und Selbständigkeit. Daher wollen ältere Menschen lange mobil bleiben. Ob nach einem Sturz, einem Schlaganfall, einer OP oder langer Krankheit – die Gründe für nachlassende Mobilität im Alter sind vielfältig. Um auch im Alter fit auf den Beinen zu bleiben, gilt es, das Herz zu stärken, Muskelkraft aufzubauen, Risiken und Stürzen vorzubeugen sowie die Beweglichkeit mit leichten sportlichen Aktivitäten zu verbessern. Unsere Devise lautet deshalb: Aktiv bleiben!



Dr. Thomas Günnewig
Chefarzt der Geriatrie/Neurologie
am Elisabeth Krankenhaus Recklinghausen



Christel Zynga
Leiterin Caritashaus Reginalda



Georgios Pontikas
Leiter Reha-Zentrum „salvea“ Recklinghausen

Das Programm

Mobil im Alter

Vortrag

Dr. Thomas Günnewig
Chefarzt der Geriatrie/Neurologie am Elisabeth
Krankenhaus Recklinghausen

Was schränkt die Mobilität im Alter ein? Wie bleibt ein Patient/Bewohner möglichst lange auf den eigenen Beinen? Dr. Günnewig erklärt die wichtigsten Faktoren und Risiken.

Sturzprävention

Vortrag mit praktischen Übungen

Ulrike Ebben

Physiotherapeutin und Sturzpräventionstrainerin
bei „salvea“

Was sind die Ursachen von Stürzen? Wie kann ich als Pflegekraft Stürzen vorbeugen? Ulrike Ebben klärt über die Bedeutung des körperlichen Trainings auf. Was ist nötig, um einer altersbedingten Verminderung der Muskulatur entgegen zu wirken? Dabei zeigt sie praktische Übungen und verrät Tricks.

Umgang mit Schmerz bei Demenz

Vortrag

Dr. Thomas Günnewig

Eine der größten Hürden bei der Behandlung von Schmerzen bei an Demenz erkrankten Menschen ist, festzustellen, ob sie welche haben. Wie geht man als Pflegekraft damit um?

Die neusten und besten Hilfsmittel

Die Experten vom Sanitätshaus Lückenotto informieren über neue und bewährte Hilfsmittel, die den Pflegealltag einfacher machen.

