

Infokurs zur Pflege

SVS-GESUNDHEITSANGEBOT



Unser Angebot

Die Pflege eines nahen Angehörigen kann seelisch und körperlich äußerst anstrengend sein. Der Infokurs zur Pflege bietet eine kleine Auszeit in gemeinschaftlichem Rahmen, um den „Energietank“ wieder aufzufüllen.

Die Teilnahme an dem viertägigen Infokurs ermöglicht nicht nur eine kurze Verschnaufpause vom Pflegealltag, sondern bietet einen Überblick über Hilfs- und Unterstützungsangebote rund um das Thema Pflege. Oft werden durch die

intensive Pflege eines Familienmitgliedes die eigenen Bedürfnisse hintangestellt. Im Rahmen des Aufenthaltes bekommen die pflegenden Angehörigen auch Tipps von einer psychologischen Fachkraft zur Stärkung der persönlichen und organisatorischen Ressourcen.

Besonders wertvoll ist dabei der Erfahrungsaustausch mit Gleichgesinnten.

„Nur wenn es einem selbst gut geht, kann man sich auch gut um andere kümmern.“

Inhalte/Programm

Seelische Gesundheit und Entspannung

- Psychologische Gruppengespräche
 - Anforderungen der Pflege
 - Stärkung der persönlichen Ressourcen
 - Bewältigung von Herausforderungen
- Entspannungsmethoden

Fachspezifische Informationen

- Demenz und Validation
- Informationen über Hilfsangebote und Hilfsmittel für die Pflege
- Vortrag zu rechtlichen Themen
- Gesundheitskompetenz

Aktivprogramm

- Nordic Walking, Wandern, Spaziergänge

Auszeit und Gemeinschaft

Der Aufenthalt bietet die Möglichkeit zum Kontakte knüpfen und gegenseitigen Austausch. Das gemeinschaftliche Erleben stärkt und eröffnet neue Sichtweisen. Oft entsteht ein neues Netzwerk von Gleichbetroffenen, in dem man Sorgen und Freuden teilen kann.

Teilnahmevoraussetzungen

Das Angebot richtet sich an Frauen und Männer, die

- die Hauptlast der Pflege eines Angehörigen mit Bezug von Pflegegeld tragen und
- mehr Informationen und Hilfestellungen rund um die Pflege erfahren möchten.

Nicht geeignet ist das Angebot bei

- eigener Pflegebedürftigkeit.
- psychischer und/oder körperlicher Erkrankungen, die es unmöglich machen, am vorgesehenen Programm teilzunehmen.

Versicherungsrechtliche Voraussetzungen

Den Infokurs können Frauen und Männer in Anspruch nehmen, die

- bei der SVS in der Kranken und/oder Pensionsversicherung nach dem GSVG/FSVG/BSVG pflicht- oder freiwillig versichert,
- Pensionsbezieher bei der SVS oder
- in der Krankenversicherung bei der SVS anspruchsberechtigt sind.

Mehrfachversicherte müssen bei der SVS krankenversichert sein.

Dauer und Kosten

Dieses Gesundheitsangebot dauert vier Tage.

Die Kosten für den Aufenthalt übernimmt die SVS.
Eine einkommensabhängige Zuzahlung ist zu leisten.

Information und Anmeldung – österreichweit

Nähere Informationen über den Aufenthalt, Termine und Antragsformulare erhalten Sie

- im Internet unter svs.at/gesundheitsangebote oder
- im Dienstleistungszentrum (DLZ) Sicherheit & Gesundheit, welches Sie per E-Mail unter dlz.sg@svs.at oder
- telefonisch unter 050 808 808 aus ganz Österreich erreichen.

Impressum: Medieninhaber, Herausgeber und Verleger: Sozialversicherungsanstalt der Selbständigen, 1051 Wien, Wiedner Hauptstraße 84–86, Tel. 050 808 808
Hersteller: Druck - SVD-Büromanagement GmbH, Wien
Foto: ©Art_Photo - stock.adobe.com (Cover)
Damit die Texte leichter lesbar bleiben, verzichten wir auf eine Unterscheidung des Geschlechts. Entsprechende Begriffe gelten im Sinne der Gleichbehandlung geschlechtsneutral.
SG-118, Stand: 2021