

Abs.:



Rhein-Erft-Kreis, Der Landrat  
Amt für Betreuung, Pflege und Senioren  
Abt. Pflege und Leben im Alter  
Willy-Brandt-Platz 1  
50126 Bergheim

Rückantwort



### So erreichen Sie uns:



### Anmeldung und Kontakt

Rhein-Erft-Kreis, Der Landrat  
Abt. Pflege und Leben im Alter, Alina Baars  
Willy-Brandt-Platz 1  
50126 Bergheim

Tel.: (0 22 71) 83-15173  
Fax: (0 22 71) 83-35015

E-Mail: [pflege@rhein-erft-kreis.de](mailto:pflege@rhein-erft-kreis.de)

Alzheimer Gesellschaft  
Rhein-Erft-Kreis e.V.



## Aktive Ruhepause Prävention zur Gesundheit von pflegenden Angehörigen



© africa-studio.com, Adobe Stock



© Jacob Lund, Adobe Stock



© Mongkolchon, Adobe Stock

Auftakt  
10. Mai 2023  
Casino im Feierabendhaus  
Rhein-Erft-Saal  
Industriestraße 300  
50354 Hürth

Eintritt frei



Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.




## Projekt „Aktive Ruhepause“

Die meisten älteren und pflegebedürftigen Menschen im Rhein-Erft-Kreis werden durch Angehörige in der eigenen Häuslichkeit versorgt.

Vielfach führt diese Aufgabe zu einer psychischen und physischen Belastung der pflegenden Angehörigen, indem sie ihre eigene Gesundheit und ihre eigenen Bedürfnisse zurückstellen und über ihre Grenzen hinauswachsen. Dies kann längerfristig zu eigenen Erkrankungen der pflegenden Angehörigen führen.

Um die Bedürfnisse der pflegenden Angehörigen ins Visier zu nehmen und den Blick auf die eigene Gesundheit der Angehörigen zu stärken, führt der Rhein-Erft-Kreis gemeinsam mit der Alzheimer Gesellschaft Rhein-Erft-Kreis e.V. das Projekt „Aktive Ruhepause“ durch. Mit vielen Einzelaktionen im ganzen Kreisgebiet sollen pflegende Angehörige animiert werden, neben den pflegerischen Tätigkeiten auch auf die eigene Gesundheit zu achten und Entlastung bzw. Hilfestellung anzunehmen.

  
Marion Groß  
Dezernentin

  
Dr. Sibylle Schreckling  
Alzheimer Gesellschaft  
Rhein-Erft-Kreis e. V.

## Programm

- 14.30 Uhr Einlass sowie erster Austausch**
- 15.00 Uhr Begrüßung**
- 15.15 Uhr Vorstellung der Akteure und Funktionen**
- 15.30 Uhr „Selbstfürsorge durch Eurythmie bewusst ergreifen und wohnortnahe Hilfen nutzen“**  
Iris Poloczek-Jordan
- 15.50 Uhr Gruppe füreinander**  
**Beispiele aus der Bewegungstherapie**
- 16.00 Uhr „Demenz verstehen, Umgang mit herausforderndem Verhalten“**  
Prof. Özgür Onur  
Neurologische Universität Köln
- 16.40 Uhr Diskussionsrunde**

**Moderation: Frau Dr. Sibylle Schreckling**

Gerne werden Ihre betroffenen Angehörigen von ausgebildeten Personen während der Veranstaltung betreut.  
Wir bitten um vorherige Anmeldung.

Ich nehme an der Veranstaltung am 10.05.2023 teil.

Betreuung für Angehörige gewünscht  
Anzahl: \_\_\_\_\_ Geschlecht: \_\_\_\_\_

Folgende Personen bringe ich zu der Veranstaltung mit:

Name

Vorname

Anschrift

PLZ

Ort