

Rahmenbedingungen

- **Unbürokratisch:** Kostenfreies Angebot durch Kostenübernahme. Bis zu 4 Stunden Coaching ohne Antrag möglich. Dauer je Training: 1-2 h.
- **Hilfreich:** Ideal ab Pflegegrad 2 bis 5. Sinnvoll auch zusätzlich zu einem ambulanten Pflegedienst und als Alternative zu einem Pflegekurs.
- **Effektiv & individuell:** Wir üben bei Ihnen zu Hause und können so besser und schneller individuelle Lösungen für Sie als Familie finden.
- **Unkompliziert & wohnortnah:** Keine Fahrtwege. Individuelle Terminabsprache.

Zu meiner Person

Andrea Gesell

- Dipl.-Pflegepädagogin
- Exam. Krankenschwester
- Pflegeberaterin (§ 45 SGB XI)
- Trainerin/Praxisbegleiterin für Basale Stimulation nach Prof. Dr. Andreas Fröhlich® und rückenentlastendes Arbeiten in der Pflege
- Mehr als 25 Jahre Erfahrung in der Schulung und Begleitung von Pflegekräften und anderen Berufsgruppen.

Kontakt



**Sie haben Fragen?
Sie interessieren sich für das Angebot?**

Dann setzen Sie sich gerne unverbindlich für ein kostenfreies Telefonat mit mir in Verbindung.
Ich freue mich auf Ihre Anfrage.

Andrea Gesell
Dipl.-Pflegepädagogin, exam. Krankenschwester
Tel.: 0176-3916 1449
Email: Info@andrea-gesell.de
Mehr Informationen unter:
www.andrea-gesell.de

Die Pflege-Coaching (nach §45 SGB XI) biete ich in Münster und der näheren Umgebung an.

Information für pflegende Angehörige

unbürokratisch
ohne Antrag

Individuelles Pflege-Coaching

in häuslicher Umgebung

- Die eigene Pflegekompetenz stärken -



**Kostenübernahme durch
die gesetzlichen Krankenkassen**

DAK, IKK classic, BARMER, TK, u.a.

Liebe Angehörige!

Wenn Ihr Familienmitglied nach schwerer Erkrankung oder altersbedingt Unterstützung im Alltag benötigt, kann dies für Sie als pflegende Angehörige in vieler Hinsicht oftmals eine große Herausforderung darstellen.

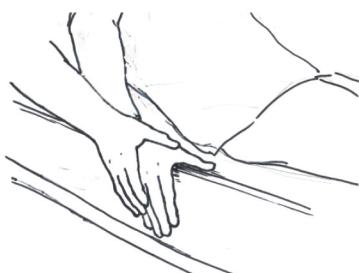
Denn: **Wer einen Angehörigen zu Hause versorgt und betreut, benötigt dafür eine Menge praktisches Wissen aus der Pflege.**

Um den Pflegealltag zu entlasten, biete ich betroffenen Familien Unterstützung durch ein individuelles Pflege-Coaching in der eigenen häuslichen Umgebung an. Dabei geht es um das **Erlernen von praktischen und gut umsetzbaren Pflegetechniken**.

Ihre Situation

Ihr Familienmitglied hat z.B. **beim Bewegen** kleinere oder größere **Einschränkungen?** Sie können dann von **einfach zu lernenden Handgriffen** profitieren, die seine Wahrnehmung unterstützen und die **Transfers** und das Bewegen **für Sie beide leichter machen.**

Auswahl an Beispielen:



Bettkante bewusst spüren - mehr Sicherheit beim Drehen auf die Seite



Handgriffe zur Unterstützung beim Essen und Trinken



Verschiedene entlastende Mobilisationstechniken

Pflege-Coaching

Hier kann ein Pflege-Coaching Sie unterstützen

- **Mobilisation:** z.B. Sitzen an die Bettkante, Umsetzen, Drehen oder höher Rutschen im Bett, rückenschonendes Bewegen; Sturzprophylaxe
- Ausprobieren von **Hilfsmitteln zur Mobilisation***
- Entlastende **Lagerungstechniken**
- **Essen und Trinken** und Mundpflege erleichtern
- Hilfe bei der **Körperpflege** und beim Umziehen
- **Entspannung** und **Aktivierung für Bettlägerige**
- Umgang mit herausforderndem Verhalten (u.a. Unruhe, Rückzug, Muskelanspannung)

Das Pflege-Coaching basiert u.a. auf Erkenntnissen der Basalen Stimulation nach Prof. Dr. Fröhlich® und rückenentlastenden Arbeitstechniken in der Pflege.

Basale Stimulation

Basale Stimulation ist ein pflegetherapeutisches Konzept. Es fördert Pflegebedürftige in ihrer Wahrnehmung und ihrer Bewegungsfähigkeit.

- Die Angebote ermöglichen **Entspannung, mehr Aktivität, Sicherheit und Wohlbefinden.**
- Heutzutage ist Basale Stimulation Teil der pflegerischen Versorgung in Krankenhäusern und Pflegeeinrichtungen. Es entlastet Pflegende bei ihrer Arbeit.
- Die Techniken können **ohne zeitlichen Mehraufwand** in die alltägliche Pflege wie z.B. Körperpflege, Versorgung im Bett oder Laufen am Rollator integriert werden.

Kostenübernahme

Die Krankenkassen möchten Sie in Ihrer Tätigkeit unterstützen. Durch meine **Kooperation mit den Krankenkassen** (DAK, TK, IKK classic, BARMER,***) ist das Coaching **kostenlos** und **ohne Antrag** möglich!

* „Kleine“ Hilfsmittel für die Mobilisation im Rahmen der Hilfsmittelversorgung sind z.B. Rutschbretter, Gleittücher, Mobilisationsgürtel, Drehscheiben, Bettzügel.

** Weitere Krankenkassen auf Anfrage

Übrigens:

Auch schon bei kleineren pflegerischen Situationen (z.B. Aufstehen vom Stuhl, am Rollator laufen) kann das Angebot hilfreich sein und Sie als Familie entlasten.