

Pflegefit – Ein Kurs des Jugendrotkreuzes



Monika Wild



ÖSTERREICHISCHES
ROTES KREUZ

Aus Liebe zum Menschen.

"Pflegefit - Betreuung und Pflege in der Familie"

- Der Kurs ist ein Beitrag dazu, die eigene Gesundheit und die der Familie zu fördern und wiederherzustellen. Dazu gehört das Wissen um eine gesunde Lebensweise, aber auch das Wissen um eine angemessene Pflege für kranke Menschen zu Hause.
- Bei "Pflegefit - Betreuung und Pflege in der Familie" werden Verhaltensweisen und Techniken geübt, die es möglich machen, für die eigene Gesundheit zu sorgen und Fähigkeiten zur Selbsthilfe zu entwickeln, wenn ein Krankheitsfall eintritt.



ÖSTERREICHISCHES
ROTES KREUZ

Aus Liebe zum Menschen.

Zielgruppe

- Schüler/innen ab der 8. Schulstufe und Lehrer/innen
- Mitglieder der Ö(J)RK Jugendgruppen ab 14 Jahren



ÖSTERREICHISCHES
ROTES KREUZ

Aus Liebe zum Menschen.

Inhalte des Kurses

1. Gesundheit und Krankheit
2. Veränderung im Alter
3. Kleidung und Körperpflege
4. Bewegung
- 5a. Kommunikation
- 5b. Verwirrtheit/ Demenz
6. Nahrungsaufnahme und –ausscheidung
7. Liegen und schlafen
8. Hilfe organisieren
9. Wohnformen im Alter



ÖSTERREICHISCHES
ROTES KREUZ

Aus Liebe zum Menschen.

Dauer

- 8 Doppelstunden (16 Stunden)
- Umsetzungsmöglichkeiten:
in geblockter Form (2 Tage je 8 Stunden od. 4 Tage je 4 Stunden)
eine Doppelstunde pro Woche (8 Wochen)
im Rahmen der Jugendgruppenstunden



ÖSTERREICHISCHES
ROTES KREUZ

Aus Liebe zum Menschen.

Daten und Fakten

- Im Schuljahr 2012/ 13 gab es 249 Lehrbeauftragte für diesen Kurs und insgesamt 1510 KursteilnehmerInnen.
- Im Schuljahr 2013/2014 wurden weitere 34 Lehrbeauftragte ausgebildet.
- Das Programm „Pflegetfit“ läuft wie gehabt und wurde um eine E-Learning Plattform für die Lehrbeauftragten erweitert.
- Dieses Jahr gab es die erste bundesweite Pflegetfit-Multiplikator/innen-Tagung, deren Teilnehmer/innen nun die Fortbildungen für die Lehrbeauftragten durchführen werden.



ÖSTERREICHISCHES
ROTES KREUZ

Aus Liebe zum Menschen.

Beitrag zu Pflegefit



ÖSTERREICHISCHES
ROTES KREUZ

Aus Liebe zum Menschen.