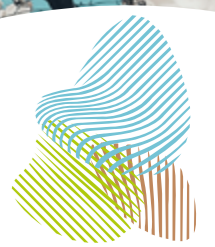




# » OFFENE INFO-REIHE FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE «



GESUNDHEITS- UND PFLEGENETZWERK PLETTENBERG-HERSCHEID

1. HALBJAHR 2025 **TERMINE**

## Letzte-Hilfe-Kurs

**Donnerstag, 03.07.2025, 16.30 Uhr**  
Kapelle (Mehrzweckraum) des radprax Krankenhauses Plettenberg, Ernst-Moritz-Arndt-Str. 17

Im Letzte-Hilfe-Kurs des Netzwerk Hospizarbeit vermittelt Hannah Franzen Basiswissen und Orientierung rund um die Themen Sterben, Tod und Trauer. Es wird u.a. über die Normalität des Sterbens, Anzeichen des Sterbeprozesses, Vorsorgeplanung und der Symptomlinderung bei sterbenden Menschen gesprochen. Wir möchten Sie in dem Kurs dazu ermutigen Sicherheit im Umgang mit schwerkranken und sterbenden Menschen sowie trauernden Menschen zu entwickeln.

- Der Kurs besteht aus 4 Modulen zu jeweils 45 Minuten:**
- 1) Sterben als Teil des Lebens
  - 2) Vorsorgen und entscheiden
  - 3) Leiden lindern
  - 4) Abschied nehmen



Gefördert von den Landesverbänden der Pflegekassen NRW

## Leistungen der Pflegeversicherung Teil 2

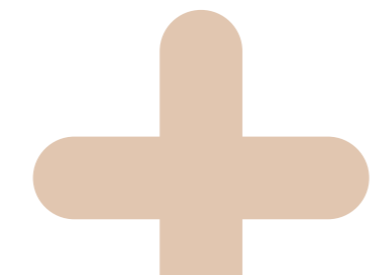
**Donnerstag, 15.05.2025, 17:00 Uhr**  
Bürgersaal Herscheid, Plettenberger Str. 27

Im zweiten Teil des Leistungsrechtes werden die Möglichkeiten Tages-, Kurzzeit- und Verhinderungspflege vorgestellt und aufgezeigt welche Veränderungen zum 1. Juli 2025 in Kraft treten. Ihre Referentin ist Simone Kuhl, Pflegeberatung Märkischer Kreis.

## Pflegen wird anerkannt - die soziale Sicherung von pflegenden Angehörigen

**Donnerstag, 12.06.2025, 17:00 Uhr**  
Ratssaal Plettenberg, Grünestr. 12

Die Continentale BKK erläutert, wie sich Arbeit und Pflege eines Angehörigen verbinden lassen, welche Rentenansprüche bestehen und wann Pflegeunterstützungsgeld gezahlt wird. Auch auf Themen wie Arbeitslosenversicherung und Familienpflegezeitgesetz wird eingegangen, sodass dieser Vortrag tiefe Einblicke in die soziale Absicherung pflegender Angehöriger bietet. Zusätzlich wird Herr Schley erläutern, was bei der Erstellung von Vollmachten und Patientenverfügungen zu beachten ist.



## Vom Antrag bis zur Begutachtung - Der Weg zum Pflegegrad

**Donnerstag, 13.03.2025, 17:00 Uhr**  
Ratssaal Plettenberg, Grünestr. 12

Der Pflegegrad ermöglicht Hilfestellungen im Alltag, wenn eine Pflegebedürftigkeit besteht. Doch wer kann überhaupt einen Antrag auf einen Pflegegrad stellen und was ist bei der Begutachtung wichtig? Diese Fragen werden durch Simone Kuhl, Pflegeberatung Märkischer Kreis, beantwortet.

## Leistungen der Pflegeversicherung Teil 1

**Donnerstag, 10.04.2025, 17:00 Uhr**  
Bürgersaal Herscheid, Plettenberger Str. 27

In diesem Vortrag klärt Simone Kuhl, Pflegeberatung Märkischer Kreis darüber auf, was sich hinter den Begriffen Pflegegeld, Sachleistung, Entlastungsbetrag oder Kombinationsleistung verbirgt und wie diese Leistungen eingesetzt werden können.

## THEMEN & TERMINE

### Bewegungstherapie - verordnungsfähiger Rehabilitationssport

**Donnerstag, 16.01.2025, 17:00 Uhr**  
Vereinsh. PTV, Ziegelstr. 23, 58840 Plettenberg

Sie erfahren an diesem Abend, was überhaupt ambulanter Rehabilitationssport ist, welche Unterschiede es gibt - also in welche Kategorien der Rehasport unterteilt wird und wie er verordnet werden kann. Wie sieht eine Verordnung aus? Muss die Verordnung überhaupt zur Krankenkasse? Diese und weitere Fragen beantworten Ihnen an diesem Abend der Plettenberger Turnverein und der Schwimmverein Plettenberg.

### Ruhe und Routine: Mit Tagesstrukturen den Schlaf von Senioren fördern

**Donnerstag, 13.02.2025, 17:00 Uhr**  
Bürgersaal Herscheid, Plettenberger Str. 27

Martin Boncek vermittelt wie ein geregelter Tagesablauf älteren Menschen helfen kann, besser zu schlafen. Mit einfachen und praktischen Tipps zeigt er, wie der Alltag so gestaltet werden kann, dass der Schlaf unterstützt wird.

» INFO-REIHE FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE «

ANMELDUNG  
Bitte ausfüllen!

Ich habe folgenden Fragen zum Infoabend:

- Zu welcher Altersgruppe gehören Sie?
- unter 40 Jahre
  - 40-60 Jahre
  - über 60 Jahre

Aus welchem Grund nehmen Sie an unserer Veranstaltung teil?

- Ich möchte mich nur informieren
- Ich pflege mein Kind
- Ich pflege ein Elternteil
- Ich pflege meinen Ehepartner
- Ich pflege jemand Anderen



# PLÖTZLICH PFLEGEBEDÜRFTIG – WAS NUN?

Offene Informationsreihe für pflegende Angehörige und alle interessierten Bürgerinnen und Bürger in Plettenberg und Herscheid

Kaum ein Thema wirft so viele Fragen und Ängste auf wie die Pflegebedürftigkeit. Gerade die häusliche Pflege durch die Partnerin, den Partner oder Angehörige erfordert ein großes Maß an Verständnis und Wissen. Dann ist es wichtig, dass man die Unterstützungsmöglichkeiten kennt und diese auch frühzeitig in Anspruch nimmt.

- > Was ist Pflegebedürftigkeit?
- > Wann und wo wird ein Pflegegrad beantragt?
- > Welche sozialen Hilfen stehen mir zu?
- > Wie gehe ich mit meiner neuen Rolle als pflegender Angehöriger um?
- > Welche praktischen Tipps und Tricks gibt es rund um das Thema Pflege?

Diese und viele weitere Fragen möchte das Gesundheits- und Pflegenetzwerk Plettenberg-Herscheid mit verschiedenen Akteuren aus dem Bereich Gesundheit und Pflege in der Veranstaltungsreihe beantworten, die pflegenden Angehörigen und alle Interessierten zu den einzelnen Themen informieren und einen Raum zum Austausch mit anderen Betroffenen bieten.

Die Veranstaltungen sind kostenlos!



Für die bessere Planung ist eine Anmeldung wünschenswert. Gerne dürfen Sie uns im Vorfeld auch Ihre Fragen zu den Themen mitteilen.

Die Anmeldung ist möglich über die Anmeldekarte auf der letzten Seite oder die Ansprechpartnerinnen:

**Frau Gerecht**

E-Mail: k.gerecht@plettenberg.de  
Telefon: 02391 923-207, oder

**Frau Yilmaz**

E-Mail: yilmaz@herscheid.de  
Telefon: 02357 9093-25

## Themen & Termine

Ich habe mich für folgende Termine angemeldet:

Bewegungstherapie - verordnungsfähiger Rehabilitationssport

**Donnerstag, 16.01.2025, 17:00 Uhr**  
Vereinsh. PTV, Ziegelstr. 23, 58840 Plettenberg

Ruhe und Routine: Mit Tagesstrukturen den Schlaf von Senioren fördern

**Donnerstag, 13.02.2025, 17:00 Uhr**  
Bürgersaal Herscheid, Plettenberger Str. 27

Vom Antrag bis zur Begutachtung - Der Weg zum Pflegegrad

**Donnerstag, 13.03.2025, 17:00 Uhr**  
Ratssaal Plettenberg, Grünestr. 12

Leistungen der Pflegeversicherung Teil 1

**Donnerstag, 10.04.2025, 17.00 Uhr**  
Bürgersaal Herscheid, Plettenberger Str. 27



Leistungen der Pflegeversicherung Teil 2

**Donnerstag, 15.05.2025, 17:00 Uhr**  
Bürgersaal Herscheid, Plettenberger Str. 27

Pflegen wird anerkannt - die soziale Sicherung von pflegenden Angehörigen

**Donnerstag, 12.06.2025, 17.00 Uhr**  
Ratssaal Plettenberg, Grünestr. 12

Letzte-Hilfe-Kurs

**Donnerstag, 03.07.2025, 16.30 Uhr**  
Kapelle (Mehrzweckraum) des radprax Krankenhauses Plettenberg, Ernst-Moritz-Arndt-Str. 17



Wir möchten einen Raum zum Austausch mit anderen Betroffenen bieten.

ICH NEHME TEIL:

- Bewegungstherapie - verordnungsfähiger Rehabilitationssport
- Ruhe und Routine: Mit Tagesstrukturen den Schlaf von Senioren fördern
- Vom Antrag bis zur Begutachtung - Der Weg zum Pflegegrad
- Leistungen der Pflegeversicherung Teil 1
- Leistungen der Pflegeversicherung Teil 2
- Pflegen wird anerkannt - die soziale Sicherung von pflegenden Angehörigen
- Letzte-Hilfe-Kurs

Mit \_\_\_\_\_ Person/en

Bitte ausreichend frankieren!

Gesundheits- und Pflegenetzwerk Plettenberg-Herscheid

Frau Meryem Yilmaz

Plettenberger Straße 27

58849 Herscheid