

# Hamburger Angehörigenschule

**Kursprogramm 2. Halbjahr 2019** Stand 20190715

## ***Wenn Kinder mehr als Aufmerksamkeit brauchen***

### **Info und Anmeldung:**

Telefon: 040 /416 24 651

E-Mail: [info@hamburgerangehoerigenschule.de](mailto:info@hamburgerangehoerigenschule.de)

Internet: [www.hamburgerangehoerigenschule.de](http://www.hamburgerangehoerigenschule.de)

Kontaktadresse:

Hamburger Angehörigenschule g GmbH, Kleiner Schäferkamp 43, 20357 Hamburg

---

### **Basiskurs für die Betreuung von Kindern mit Pflege-/ Unterstützungsbedarf**

Sind Sie Verwandte, Nachbarn oder Bekannte von Familien mit Kindern, die mehr als Aufmerksamkeit brauchen? Sie würden gern einmal helfend bei der Betreuung einspringen, sind aber im Umgang mit dem Kind unsicher? Dann sind Sie in unserem Basiskurs genau richtig. Darin vermitteln wir Ihnen Grundfertigkeiten, die Sie für eine Betreuung brauchen. Sie erhalten Anregungen, wie Sie die gemeinsame Zeit gestalten können.

#### **Langenhorn**

K1- 219, 1x Samstag, **28.09.2019**; 10:00-15:00

Sozial- und Diakoniestation Langenhorn, Timmweg 8, 22415 Hamburg

K2- 219, 1x Samstag, **19.10.2019**; 10:00-15:00

Sozial- und Diakoniestation Langenhorn, Timmweg 8, 22415 Hamburg

### **Erste Hilfe für Säuglinge und Kinder- „Im Notfall richtig handeln“**

Dieses Angebot richtet sich an Eltern, Großeltern und alle, die im Engagement mit Kindern mit Pflege- bzw. Unterstützungsbedarf zu tun haben. Der Kurs ist lebendig gestaltet und baut auf fundiertem Hintergrundwissen auf. Notfallversorgung, Unfallschwerpunkte und dazugehörige Vorbeugung werden aufgezeigt.

#### **Hoheluft**

EH1- 219, 1x Samstag, **21.09.2019**; 10:00-15:00 Uhr

St. Markus Seniorenzentrum, Gärtnerstr. 63, 20253 Hamburg

### **Aromapflege - "Die aromatische Hausapotheke"**

Ätherische Öle in ihrer Vielfalt berühren Körper und Seele. Ihr Nutzen im Alltag.

#### **Hoheluft**

K3- 219 1x Donnerstag, **14.11.2019**; 16:30 -20:30 Uhr

St. Markus Seniorenzentrum, Gärtnerstr. 63, 20253 Hamburg

### **Besser leicht bewegt, als schwer getragen**

Den Rücken schonen, Ressourcen nutzen, individuelle Lösungen finden.

#### **Barmbek**

K4- 219 1x Mittwoch, **16.10.2019**; 17:00 – 20:00 Uhr

Hauspflegestation Barmbek Uhlenhorst, Humboldtstraße 103,

Zu diesem Kurs können Sie das Kind gern mitbringen.

## Selbstfürsorge

„Was mir gut tut ...“

### „Kleine Auszeiten im Pflegealltag- Was kann ich für mich tun?“

Wahrnehmen und Achten der eigenen Bedürfnisse. Bewegungs- und Entspannungstechniken kennenlernen und in den Alltag integrieren. In belastenden Situationen für sich sorgen können.

#### **Bergedorf**

S1-219, 1x **Mittwoch, 30.10.2019**; 17:00 -20:00 Uhr

SeniorPartner Diakonie Bergedorf, Alte Holstenstr. 65-67, 21029 Hamburg

#### **Finkenwerder**

SF1-219, 1x **Donnerstag, 12.09.2019**; 17:00 -20:30 Uhr

SF2-219, 1x **Donnerstag, 14.11.2019**; 17:00 -20:30 Uhr

Inselperle, Kinder-, Jugend- und Familienzentrum, Norderschulstr. 7, 21129 Hamburg

#### **Rahlstedt**

S2-219, 1x **Freitag, 15.11.2019**; 10:00 -13:00 Uhr

Martha Haus, Am Ohlendorffturm 20- 22, 22149 Hamburg

#### **Sternschanze**

S3-219, 1x **Donnerstag, 05.09.2019**; 17:00 -20:30 Uhr

Elisabeth Alten-und Pflegeheim, Keiner Schäferkamp 43, 20357 Hamburg

### Biorhythmus und Tagesstruktur- Kraft durch Rituale

Wie finde ich meinen Rhythmus, wie integriere ich Rituale?

Muntermacher und heilsames bei Stress und Erschöpfung.

#### **Alsterdorf**

S4-219, 1x **Samstag, 16.11.2019**; 14.00 -17.00 Uhr

Ritter Krankenpflegedienst, Alsterdorferstr. 268, 22297 Hamburg

### Umgang mit den eigenen Gefühlen bei Pflege und Unterstützung kranker Menschen

Was hat es auf sich mit Wut, Ohnmacht und Trauer? Wie kann man damit umgehen?

Information und Austausch.

#### **Alsterdorf**

S5-219, 1x, **Samstag, 10.08.2019**; 14:00 -17:30 Uhr

S6-219, 1x, **Samstag, 07.12.2019**; 14:00 -17:30 Uhr

Ritter Krankenpflegedienst, Alsterdorferstr. 268, 22297 Hamburg

#### **Sternschanze**

S8-219, 1x, **Samstag, 02.11.2019**; 10:00 -14:00 Uhr

S9-219, 2x, **dienstags, 19.11., 26.11.2019**; 17:00 -20:00 Uhr

Elisabeth Alten-und Pflegeheim, Kleiner Schäferkamp 43, 20357 Hamburg

### Pflege mit allen Sinnen- Aromatherapie

Aromatherapie für die Pflege zu Hause und Selbstpflege für die Angehörigen.

#### **Alsterdorf**

S10-219, 1x, **Dienstag, 19.11.2019**; 16:30 -20:30 Uhr

Ritter Krankenpflegedienst, Alsterdorferstr. 268, 22297 Hamburg

---

### Kein passendes Angebot gefunden?

Es werden laufend neue Kurse geplant. Rufen Sie uns gern an.

Telefon: 040 / 416 246 51