

Unser Angebot

Auszeit vom Alltag gibt neue Kraft und Energie. Die Pflege eines nahen Angehörigen kann seelisch und körperlich äußerst anstrengend sein. Oft unbemerkt geraten die Pflegenden in eine Spirale von Vernachlässigung der eigenen Bedürfnisse. Die Teilnahme an der Gesundheitsaktion „Pflegerische Angehörige“ ermöglicht eine Verschnaufpause vom Pflegealltag, um sich einfach einmal bewusst Zeit für sich nehmen zu können.

Während des Aufenthaltes steht die Gesundheit der Pflegepersonen in Form von körperlicher und seelischer Erholung im Vordergrund.

Als besonders bereichernd erleben die Bäuerinnen und Bauern den Erfahrungsaustausch mit Gleichbetroffenen.

Außerdem vermitteln Fachreferentinnen und –referenten praktische Tipps und Hilfen rund um das Thema Pflege.

Dieses Gesamtpaket an Erholung, Weiterbildung und gelebte Gemeinschaft trägt jedenfalls dazu bei, die oft leeren Energietanks wieder aufzufüllen. Nach der Teilnahme an diesem speziellen Präventionsangebot sind die Frauen und Männer wieder gestärkt, um den Pflegealltag zu meistern und auch für sich selbst Sorge zu tragen!

„Nur wenn es einem selbst gut geht, kann man sich auch gut um andere kümmern.“



Dauer und Kosten

Diese Gesundheitsaktion dauert 15 Tage.

Für die Teilnahme ist eine Kostenbeteiligung zu leisten.

Orte und Termine

Die Orte und Termine erfahren Sie in Ihrem Regionalbüro und auf der SVB-Homepage: www.svb.at/termine

Information und Anmeldung - österreichweit

SOZIALVERSICHERUNGSANSTALT DER BAUERN

Blumauerstraße 47, 4020 Linz

Telefonnummer: 0732 76 33-4370

E-Mail: gesundheitsaktionen@svb.at

Nähere Informationen über den Aufenthalt finden Sie auch im Internet unter www.svb.at/gesundheitsaktionen



Gesundheitsaktion



Inhalte/Programm

Beratung und Fachvorträge

- Gruppen- und Einzelberatung durch eine psychosoziale Fachkraft
- Vorträge rund um das Thema Pflege
- Vortrag zum Thema Stressbewältigung
- Praktisches Arbeiten am Krankenbett
- Beratung über Hilfsmittel, Pflegegeld und Dauerversorgung

Aktiv- und Rahmenprogramm

- Aktiv in den Tag
- Ausdauerbewegung - Nordic Walking, Wandern, Spaziergänge, Tanzen
- Wirbelsäulengymnastik, Beckenbodentraining
- Entspannungsmassagen



Gesund durchs Leben

Pflegende Angehörige

Zeit für Gemeinschaft

Der Aufenthalt bietet die Möglichkeit zum Kontakte knüpfen und gegenseitigen Austausch. Verschiedene Gruppenaktivitäten sorgen für einen sehr gemeinschaftlichen Rahmen.

Daneben bleibt auch Zeit für sich selber und zum Seele baumeln lassen.

Teilnahmevoraussetzungen

Das Angebot richtet sich an

- Personen mit körperlicher und/oder seelischer Belastungssituation durch die Pflege eines Angehörigen
- Personen mit chronischem Erschöpfungs- und Ermüdungszustand

Nicht geeignet ist das Angebot bei

- eigener Pflegebedürftigkeit (Antragsteller)
- psychischer und/oder körperlicher Erkrankung, wodurch das vorgesehene Programm am Turnus nicht mitgemacht werden kann



Versicherungsrechtliche Voraussetzungen

Diese Gesundheitsaktion können Frauen und Männer in Anspruch nehmen, die bei der SVB

- kranken- und/oder pensionsversichert sind oder
- in der Krankenversicherung anspruchsberechtigt sind oder
- Pensionsbezieher sind.

Darüber hinaus müssen diese Frauen und Männer die Hauptlast der Pflege eines Angehörigen tragen, welcher Pflegegeld bezieht.

Keinen Anspruch haben Personen, die in der Pensionsversicherung mehrfach versichert und nicht bei der SVB krankenversichert sind.

