

**Samstag
2. September
10 - 15 Uhr**

Aktionswoche für Pflegende Angehörige

Sonderöffnungstag mit Programm

Vom 26. August bis 3. September findet in Bielefeld die jährlich stattfindende Aktionswoche für Pflegende Angehörige statt. Eine Woche, in der auf die Situation der Personen aufmerksam gemacht wird, die sich unermüdlich für die häusliche Pflege eines nahestehenden Menschen einsetzen.

Wir zählen zu den Unterstützern und schenken Ihnen gemeinsam mit unseren Partnern einen Sonderöffnungstag mit einem Aktionsprogramm rund um die Bereiche Pflege, Gesundheit und Versorgung:

- Durch den Pflege-Dschungel:
Aufklärung in der Pflege- und Wohnberatung
- Barrierefreies Wohnen: **Umbau von Bädern, Eingangsbereichen, Küchen und Treppen**
- **Mobil im Alltag:** Sicherer Umgang mit Rollatoren, Rollstuhl und E-Mobilen
- Kleine Kniffe, große Hilfe im Umgang mit Pflegebedürftigen:
 - **Rückenschonend Lagern und Umsetzen – unterwegs und zu Hause**
 - **Entlastendes Sitzen, Schlafen & Aufstehen**
 - **Gesichertes Blutdruckmessen**
 - **Entspannung durch Massage & Wärme**
- **Tabu-Thema Inkontinenz:** Die Möglichkeiten der Inkontinenz und Stoma-Versorgung
- Hilfsmittel bei den Mahlzeiten:
Geschirr, Trinkbecher und weitere Helfer
- Durch- und Aufatmen:
Alles zur Atemtherapie, Inhalation und Sauerstoff-Mobilität
- Smarte Pflege: **Wie moderne Sensorik pflegende Angehörige entlasten**
- **Letzte Hilfe:** Begleitung schwerkranker und sterbender Menschen
- **Freizeitgestaltung für Menschen mit Einschränkungen**
„Komm, wir gehen spazieren!“ – Bielefelder Spaziertreffs stellen sich vor
Urlaubsreisen, die besonders zugeschnitten sind



GESUND 
ZENTRUM
BIELEFELD

Südring 11 (IKEA Gelände)
33647 Bielefeld
Telefon 0521/93 84 85-0
www.gesundzentrum-bi.de
Öffnungszeiten Mo-Fr 9-18 Uhr