



# Beruf – Familie – Pflege – Vorsorge:

*Was kommt auf mich zu, wo und wie bekomme ich Hilfe, wenn Angehörige Betreuung brauchen?*

Eine Informationsreihe für Mitarbeitende und deren Angehörige im Generalvikariat und seinen Einrichtungen sowie am Thema Interessierte.

Wenn Menschen ihr Leben nicht mehr selbst aktiv und selbstbestimmt gestalten können, kommen auf die Angehörigen viele Fragen zu:

- Was muss ich tun, wenn die Gesundheit der Eltern im Alter abnimmt, wenn mein Partner/meine Partnerin einen Schlaganfall erlitten hat oder mein Kind schwer erkrankt ist? Worauf muss ich vorbereitet sein?
- Was ist zu tun, wenn aus Betreuung Pflege wird? Wo erhalte ich Hilfe und Beratung? Was muss geregelt werden?
- Was tun, wenn der Tod kommt?
- Wie sorge ich mit gutem Gewissen auch für mich selbst?

Die Organisation von Pflege und Betreuung muss nicht überraschend kommen, sie kann vorbereitet werden durch eine Vielzahl von Vorsorgemaßnahmen. An 4 Terminen (Dauer jeweils 60-90 Minuten) erfahren Sie, welche Schritte erforderlich, möglich, sinnvoll und hilfreich sind.



Am folgenden Vortrag nehme ich teil:

**Was muss ich tun, wenn ...?**

**Was tun, wenn die Pflegesituation absehbar oder bereits eingetreten ist?**

**Welche Vorsorge Sie treffen und was sie unbedingt regeln sollten!**

**Wir sind nicht unendlich...!  
Das letzte Fest.**

Bitte teilen Sie uns Ihre Teilnahme bis zum 20. Februar 2020 mit – gern auch per E-Mail unter [marika.heinemann@bistum-hildesheim.de](mailto:marika.heinemann@bistum-hildesheim.de) oder telefonisch unter 05121/307-414.

**Ort:** Bischöfliches Generalvikariat, Domhof 18 – 21, 31134 Hildesheim

**Leitung:** Marika Heinemann, Beauftragte „Beruf und Familie“  
Gregor Schneider-Blanc, Beauftragter Hospiz- und Palliativseelsorge, Gesundheitsförderung

**Referentinnen:** Beatrix Herrlich, Rosemarie Kurz-Krott, Rosemarie Fischer, Karin Bury-Grimm

**Moderation:** Gregor Schneider-Blanc

04. März 2020  
15.00 bis 16.30 Uhr

## Was muss ich tun, wenn ...?

Referentin: Beatrix Herrlich, Diözesanarbeitsverband

Übersicht und grundlegende Informationen zur Vorsorge und Pflege. Die Vertiefung der Themen erfolgt bei den nachfolgenden Informationsterminen

Was passiert, wenn die Eltern im Alter „an allen Ecken und Enden“ Hilfe benötigen? Wie ist das zu schaffen – die eigenen Kinder versorgen, dem anspruchsvollen Arbeitsplatz gerecht werden und sich noch um die Eltern kümmern, die hunderte von Kilometern entfernt wohnen? Oder um die Partnerin/den Partner, die/der nach einem Schlaganfall oder Herzinfarkt meine Hilfe braucht?

Mit dem Thema Pflege beschäftigt man sich erst, wenn es zu einem akuten Fall im familiären Umfeld kommt. Das Problem – man kann sich nicht vorbereiten. Niemand weiß, wann er hilfebedürftig wird. Manchmal passiert es schleichend, häufig aber stehen Betroffene und Angehörige von jetzt auf gleich vor der neuen Herausforderung.

Dann ist es wichtig zu wissen, was zu tun ist!

12. März 2020  
15.00 bis 16.30 Uhr

## Was tun, wenn die Pflegesituation absehbar oder bereits eingetreten ist?

Referentin: Rosemarie Kurz-Krott

Was müssen Sie beachten, welche (staatlichen) Hilfen können Sie in Anspruch nehmen? Was können Sie selbst tun und wo ist fachliche Unterstützung notwendig? Wie sorgen Sie für sich selbst?

**Pflegen heißt: für den anderen sorgen. Pflege bedeutet Menschlichkeit.**

Betreuung und Pflege wird immer dann notwendig, wenn die Selbstversorgung im täglichen Leben nicht mehr gewährleistet ist.

Ziel der Pflege ist immer, die Selbstständigkeit und Eigenverantwortlichkeit jedes Menschen so lange wie möglich zu erhalten, ohne dabei mehr Hilfe zu leisten als nötig – Hand anzulegen, ohne Herz und Gefühl auszublenden. Pflege ist immer ein Beziehungsprozess.

**Selbstsorge – Verlieren Sie sich nicht aus den Augen!**

Die Pflege kranker Angehöriger ist eine große Herausforderung. Wer für seine Eltern, seinen Partner oder sein Kind da ist, leistet jeden Tag Großartiges. Doch der Preis ist hoch, denn oft gehen Pflegenden an ihre Grenzen und darüber hinaus. Pflegenden Angehörige stellen eigene Bedürfnisse oft zurück und überfordern sich, ohne es selbst zu merken.

Wie gehe ich mit Pflegebedürftigen um? Wo sind meine eigenen Grenzen? Wie verhalte ich mich in schwierigen emotionalen Situationen? Die Folgen seelischer und körperlicher Überlastung können unterschiedlich sein. Trotz emotionaler Situationen nicht den Überblick verlieren!

19. März 2020  
15.00 bis 16.30 Uhr

## Welche Vorsorge Sie treffen und was Sie unbedingt regeln sollten!

Referentin: Rosemarie Fischer

Vollmachten und Verfügungen für Vorsorge, Betreuung, ärztliche Behandlung, Bank, Bestattung

Vorsorge: sich Sorgen machen? – Wir sind in der Regel dankbar für jeden Tag, an dem alles einigermaßen „normal“ abläuft. An Unfall, Krankheit und Alter denken wir in guten Zeiten nicht so gern. Doch das Leben hat auch eine andere Seite, die uns ganz schnell aus dem gewohnten Rhythmus bringt.

Vorsorge ist ein Stück Lebens-Klugheit. Es gilt in diesem Leben noch manches Wichtige zu ordnen und zu regeln! Aber ist für Krisenfälle in meinem Leben wirklich alles geregelt?

Die Frage ist, wer dann in einem solchen Ernstfall Entscheidungen treffen soll (und darf!), wenn ich – vorübergehend oder auf Dauer – dazu selbst nicht mehr in der Lage bin. Wie kann ich sicherstellen, dass meine Wünsche und Vorstellungen auch dann noch Beachtung finden?

Alles geregelt – eine Sorge weniger!

26. März 2020  
15.00 bis 16.30 Uhr

## Wir sind nicht unendlich...! Das letzte Fest auf Erden.

Referentin: Karin Bury-Grimm

Begleiten und Aushalten. Begräbnis – was Sie selber wählen und gestalten können. Trauerbegleitung für Hinterbliebene

Wie viel Verantwortung soll und will ein Mensch für sich selbst übernehmen?

Seit unserer Geburt tragen wir das Sterben mit in unserem Lebensrucksack und doch kommt es uns so vor, als seien wir unsterblich.

Dem „Sterben und Trauern ins Auge schauen – Vorbereitungen fürs Lebensende“ ist ein Angebot, sich damit auseinanderzusetzen. Das ist weder leicht noch einfach und deshalb möchten wir Ihnen die Möglichkeit geben, sich diesem anzunähern.

Der gemeinsame Weg in der Begleitung von Menschen am Lebensende ist immer auch Teil des eigenen Lebensweges. Für die Menschen aber, deren Weg zu Ende gegangen ist, beginnt nun die Reise in ein unbekanntes Land.

Habe ich Wünsche für die letzten Dinge in meinem Leben? Möchte ich vorsorgen und entlasten oder das, was nach mir kommt, anderen überlassen?