

# Pflege: Wie man Überlastung vermeidet

*Infoveranstaltung für Angehörige und Pflegende im Ludwigsburger Klinikum*

**(red) – Die Zahl der pflegebedürftigen Menschen nimmt zu. Damit steigt die Belastung für die in der Pflege Beschäftigten und für pflegende Angehörige. Das Klinikum informiert am Freitag, 16. Oktober, über Hilfen für die Pflegenden.**

Das Konzept Kinästhetik macht in unterschiedlichen Bildungsfeldern ein Angebot, welches für die Pflegenden eine wichtige Hilfe darstellen kann.

Mit diesem Konzept kann erlernt werden, wie pflegebedürftige Menschen in ihren Alltagsaktivitäten wie Essen, Trinken, im Bett bewegen oder Aufstehen so

unterstützt werden können, dass sie ihre Fähigkeiten einbringen können und sich der Pflegenden vor körperlicher Überlastung schützen kann.

Dazu findet für Pflegekräfte und pflegende Angehörige am Freitag, 16. Oktober, von 10 bis 17 Uhr im Eingangspavillon des Ludwigsburger Klinikums eine Informationsveranstaltung mit Beratungsangeboten, Mitmachaktionen und Infoständen statt.

Die meisten Angehörigen von Pflegebedürftigen sind großen sozialen, finanziellen, psychischen und vor allem körperlichen Belastungen ausgesetzt und verfügen über keine pflegerische

Grundausbildung. So leiden rund 50 Prozent der pflegenden Angehörigen an körperlichen Beschwerden wie Rücken-, Schulter- und Gelenkschmerzen.

## **Berufserfahrenes Team**

Seit Jahren bietet ein berufserfahrenes Team von Pflegekräften mit der Weiterbildung zur Kinästhetik-Trainerin im Klinikum Ludwigsburg Kurse an, in denen pflegende Angehörige in Vorträgen und praktischen Übungen nützliche Informationen für die Pflege- und Betreuungsarbeit erhalten. Das Kursangebot soll die Pflegenden bei der Bewältigung ihres Alltags unterstützen.