

Mit ausgewählten Angeboten zu den Themen **Vorsorge, Alter** und **Pflege** wollen wir Sie frühzeitig und umfassend informieren und Beschäftigten mit Pflegeaufgaben Unterstützung bieten.

Vorträge und Workshops

Eine gute Vereinbarkeit von Beruf und Familie ist der TH Köln ein großes Anliegen. Neben der Fürsorge für Kinder kümmern sich auch zunehmend mehr Kolleginnen und Kollegen um ihre Angehörigen. Dies stellt für die meisten eine völlig neue Herausforderung dar, die zudem oft unvermittelt eintritt. Dann gilt es, rasch Entscheidungen zu fällen und das berufliche und familiäre Leben neu zu strukturieren.

Die Vorträge und Workshops richten sich an alle interessierten Beschäftigten der TH Köln sowie Beschäftigte, die bereits Pflegeverantwortung übernehmen. Die Informationsangebote sind kostenlos und werden im Rahmen der internen Fortbildung (Team 9.3) vom Familienservicebüro der TH Köln angeboten. Nutzen Sie die Gelegenheit und informieren Sie sich!

Hinweis zur Anmeldung

Zur besseren Planbarkeit bitten wir um frühzeitige und verbindliche Anmeldung, spätestens jedoch **eine Woche vor Veranstaltungsbeginn**.

Bitte nutzen Sie das Anmeldeformular »Internes Fortbildungsangebot« und senden Sie es an:

Team 9.3, Familienservicebüro, karin.oberzier@th-koeln.de

Das Familienservicebüro

Das Familienservicebüro (FSB) der TH Köln berät rund um die Vereinbarkeit von Beruf, Studium und Familie. Speziell zum Thema Pflege haben wir ausführliche Informationen auf den Seiten der Hochschulverwaltung im Internet (www.verwaltung.th-koeln.de/familien-service) in der Rubrik **Pflege von Angehörigen** zusammengestellt.

Themen:

- Pflegezeitgesetz und Freistellungsmöglichkeiten für Beschäftigte der TH Köln
- Hinweise zur Pflegeberatung
- Entlastung für pflegende Angehörige
- Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und Betreuungsrecht
- Notfallmappe

Gerne können Sie sich persönlich im Familienservicebüro beraten lassen. Die Beratung ist selbstverständlich vertraulich. Wir agieren dabei vor allem als erste Informationsstelle, die weitere Anlaufmöglichkeiten und Kontakte vermitteln kann.

Kontakt:

TH Köln
Hochschulreferat
Personalservice
Familienservicebüro
Campus Südstadt
Gustav-Heinemann-Ufer 54
50968 Köln

Laura Nohlen

T: +49 221-8275-3191
E: laura.nohlen@th-koeln.de
Raum: 064

Karin Oberzier

T: +49 221-8275-3068
E: karin.oberzier@th-koeln.de
Raum: 064

Familienservicebüro

**Technology
Arts Sciences
TH Köln**



Foto: iStockphoto.de



Family Matters

Vorausdenken

Angebote rund um Vorsorge,
Alter und Pflege

Familienservicebüro

**Technology
Arts Sciences
TH Köln**

Workshop – Eltern pflegen? Annäherung an ein schwieriges Thema

Wenn die eigenen Eltern alt werden, beginnt das Nachdenken der Kinder darüber, wie sie helfen und unterstützen können. Die zunächst als selbstverständlich empfundene Hilfe kann sich dabei schnell zu einer zeit- und kräftezehrenden Dauerbelastung entwickeln, wobei auch der damit verbundene Rollentausch für alle Beteiligten eine Herausforderung darstellt. Der Workshop bietet Ihnen die Möglichkeit, sich dem Für und Wider zu nähern, widersprüchliche Gefühle zu reflektieren und individuelle Strategien zu entwickeln, wie Sie Ihre Eltern unterstützen können, ohne sich selbst zu überfordern.

Inhalte:

- Vereinbarkeit von Beruf und Pflege: Individuelle Verantwortung oder gesellschaftliche Herausforderung?
- Wie viel kann und will ich geben? Übungen zum eigenen Zeit- und Ressourcenmanagement
- Schwierige Gespräche über Ängste, Erwartungen und Bedürfnisse führen
- »Wer macht was?« – Aufgaben- und Rollenverteilung in der Familie
- »Eltern pflegen: Ja oder Nein?« – Systemische Methode zur Entscheidungsfindung

Zielgruppe: Alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter
Referentin: **Christiane Schwager**, Systemischer Coach
Dauer: 4 Stunden, 9.00–13.00 Uhr
Dienstag, **23. Mai 2017**, Claudiusstr. 1, Raum D3.212

Vortrag – Unterhaltungspflichten im Pflegefall – der Elternunterhalt

Pflege kostet Geld. Reichen Rente, Pflegegeld und ggf. private Pflegeversicherung nicht aus und ist auch das elterliche Vermögen aufgebraucht, dann sind die Kinder in der Pflicht. Sind die Kinder nicht in der Lage, dies aus ihrem Einkommen und/oder Vermögen zu leisten, dann springt der Sozialstaat ein. Wie groß die finanzielle Belastung sein wird, hängt von vielen unterschiedlichen Faktoren ab. Ein Blick in die gesetzlichen Regelungen und die tatsächliche Praxis verschafft Klarheit bezüglich des Elternunterhalts.

Inhalte:

- Pflegekosten - wer muss wie viel tragen?
- Wann und von wem kann die Sozialhilfbehörde Unterhalt fordern?
- Die Grenzen der eigenen Leistungsfähigkeit
- Wie Geschwister mithaften
- Welches Schonvermögen wird nicht angetastet?
- Besondere Regelungen bei Schenkungen, Wohnrecht, Versorgungszusagen

Zielgruppe: Alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter
Referentin: **Claudia Eckermann-Seel**, Beratungsdienst »Geld und Haushalt«,
Dauer: 1,5 Stunden, 13.00–14.30 Uhr
Dienstag, **27. Juni 2017**, Gustav-Heinemann-Ufer 54, Raum 71

Workshop – Beim Pflegen gesund bleiben – Unterstützung für pflegende Angehörige

Berufstätige mit pflegebedürftigen Angehörigen stehen in einem Spannungsfeld zwischen Zuwendung und Abgrenzung, Fürsorge und Selbstsorge. Da sind Job, die Pflege selbst und die emotionale Belastung. Die Übernahme vielfältiger und zeitintensiver Aufgaben führt schnell zu einer chronischen Überlastung. Um dauerhaft den Anforderungen gewachsen zu sein, brauchen pflegende Angehörige Ausgleich und Hilfe von außen. Der Workshop lässt Raum für die Auseinandersetzung mit einer veränderten Lebensplanung, mit den Einschnitten im Privatleben, mit der Vereinbarkeit von Pflege mit beruflichen Anforderungen sowie den psychischen Belastungen im familiären Umfeld.

Inhalte:

- Vor- und Nachteile der häuslichen Pflege
- Das veränderte Rollenverständnis zwischen pflegebedürftigen Eltern und erwachsenen Kindern
- Grenzen der Belastbarkeit von pflegenden Angehörigen
- Entwicklung einer aktiven Selbstsorge
- Erfahrungsaustausch

Zielgruppe: Alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter
Referentin: **Silke Niewohner**, Gesundheitswissenschaftlerin und Pflegeexpertin
Dauer: 4 Stunden, 9.00–13.00 Uhr
Mittwoch, **8. November 2017**, Gustav-Heinemann-Ufer 54, Raum 48

Veranstaltungshinweise außerhalb des internen Fortbildungsangebotes:

»Still Alice – Mein Leben ohne Gestern«

Vortrag und Film

Im Rahmen von english@cologne zeigen wir zum Weltalzheimertag am 21.9.17 in englischer Sprache den Film »Still Alice – Mein Leben ohne Gestern«

Kurzinfo zum Film: Der 50-jährigen Alice (Juliane Moore) machen Erinnerungslücken und Orientierungslosigkeit zu schaffen. Der Arztbesuch bringt schreckliche Gewissheit: Alice leidet an Alzheimer. Gemeinsam mit ihrer Familie (u. a. Alec Baldwin, Kirsten Stewart) durchlebt sie den unaufhaltsamen Gedächtnisverfall. Beeindruckend gespieltes Krankheitsdrama mit Oskar-Preisträgerin Juliane Moore in der Hauptrolle als Alice.

Der Film wird mit einem Kurzvortrag (in deutscher Sprache) von Heike Georg, Dipl.-Psychologin vom Kölner Alzheimer Forum, eingeleitet.

Zielgruppe: Alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter
Referentin: **Heike Georg**, Kölner Alzheimerforum;
Birgit Pawelzik, TH Köln
Dauer: 2,5 Stunden, 16.30–19.00 Uhr
Donnerstag, **21. September 2017**, Ubierring 48, Raum 37 (Erdgeschoss)

Wie man die Pflege finanziell meistert

Externer Vortrag in Kooperation mit Family Support Uni Köln

Im Alter gut betreut zu sein, ist für jeden wichtig und vieles lässt sich frühzeitig klären. Die Veranstaltung zeigt auf, wo welche Unterstützung in Anspruch genommen werden kann, welche finanziellen Belastungen auf einen zukommen und welche Leistungen es von der gesetzlichen Pflegeversicherung gibt.

Zielgruppe: Alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter
Referentin: **Claudia Eckermann-Seel**, Beratungsdienst »Geld und Haushalt«
Dauer: 1,5 Stunden, 16.00–17.30 Uhr
Donnerstag, **5. Oktober 2017**, Kinderhaus der UZK, Weyertal 111, 50931 Köln