

# Anmeldeformular



**Pflege und Beruf –  
Wege zur besseren Vereinbarkeit – AM830112ZB**

Kurstitel und -nummer

Name, Vorname Titel

Straße/Hausnummer

PLZ/Wohnort

Telefonnummer

E-Mail-Adresse

IBAN

BIC

Kreditinstitut (Name)

Kontoinhaber\*in (falls abweichend)

Die Teilnahmebedingungen der vhs erkenne ich an. Mir ist bewusst, dass sich die Gebühr mit der Gruppengröße entsprechend den vhs-Staffelgebühren verändern kann. Die Widerrufsbelehrung und die Datenschutzerklärung habe ich zur Kenntnis genommen

Mit meiner Unterschrift für die Anmeldung bestätige ich, das Hygienekonzept der vhs Marburg-Biedenkopf gelesen zu haben und mich an dessen Vorgaben zu halten.

Teilnahmebedingungen, Datenschutzerklärung und Hygienekonzept unter [www.vhs.marburg-biedenkopf.de](http://www.vhs.marburg-biedenkopf.de)

**Datum, Unterschrift**

**Veranstaltungsort** Kirchhain, Kleinseelheim,  
Dorfgemeinschaftshaus  
Zum Sportplatz 7  
35274 Kirchhain

**Termin** Mo. 21.11.22 bis Fr. 25.11.22  
jeweils von 09:00 bis 16:00 Uhr

**Dauer** 5 Tage Blockveranstaltung

**Kursnummer** AM830112ZB

**Gebühr** 75,00 € (inkl. Getränke und  
Pausensnacks)

**Anmeldefrist** 3 Wochen vor  
Veranstaltungsbeginn

**Anmeldung unter** [www.vhs.marburg-biedenkopf.de](http://www.vhs.marburg-biedenkopf.de)

**Kontakt** Frau Hinzmann  
06421 405-6725

Gefördert durch die Initiative „Gesundheit fördern, Versorgung stärken“  
des Landkreises Marburg Biedenkopf

## Impressum

**Herausgeber:** Kreisausschuss Marburg-Biedenkopf,  
Im Lichtenholz 60, 35043 Marburg

**Redaktion:** FD Volkshochschule, FD Gesundheits- und Altenplanung,  
FB Gesundheitsamt, Geschäftsstelle der Initiative  
Gesundheit fördern – Versorgung stärken

**Titelfoto:** Cevahir – stock.adobe.com

**Foto Landrat:** Markus Farnung

Marburg, Juli 2022

Der Bildungsurlaub ist unter dem Aktenzeichen  
III1A-55n-4145-0207-20-1566 vom  
Hessischen Ministerium für Soziales und Integration anerkannt



## Bildungsurlaub

**Pflege und Beruf –  
Wege zur besseren Vereinbarkeit**

**Stress verringern mit Wissen und  
Entspannungstraining**



Ein fachbereichsübergreifendes Angebot  
der Initiative „Gesundheit fördern –  
Versorgung stärken“ und dem Fachdienst  
Gesundheits- und Altenplanung  
(FB Gesundheitsamt) sowie der  
Volkshochschule des Landkreises  
Marburg-Biedenkopf.

Hessische Beschäftigte haben grundsätzlich die Möglichkeit, für fünf Tage pro  
Jahr bezahlten Bildungsurlaub in Anspruch zu nehmen

## Grußwort

Sehr geehrte Damen und Herren,

die meisten pflegebedürftigen Menschen werden von Angehörigen gepflegt, die oft vor der Herausforderung stehen, ihren Beruf mit der Pflege des Familienmitglieds zu vereinbaren. Das erfordert Umdenken, Kraft, Organisationstalent und Flexibilität, aber auch seelische und körperliche Stabilität.

Im Rahmen unserer Initiative „Gesundheit fördern – Versorgung stärken“ setzen wir Maßnahmen zur Stärkung gesundheitsfördernder Lebensverhältnisse und gesunder Lebensweisen im Landkreis um. Erklärtes Ziel ist hier auch die Förderung der Gesundheit von pflegenden Angehörigen.

Mit dem Bildungsurlaub für pflegende Angehörige bieten wir Ihnen für die Vereinbarkeit von Beruf und Pflege hilfreiches Wissen zu altersbedingten Veränderungen sowie zu finanziellen und rechtlichen Fragen an. Sie erhalten einen Überblick über regionale Entlastungs- und Unterstützungsangebote, über Unterstützungsmöglichkeiten durch den Arbeitgeber sowie die Gelegenheit, sich mit Ihrer persönlichen Situation durch fachliche Begleitung auseinanderzusetzen. Im Entspannungstraining lernen Sie, wie der Doppelbelastung durch Alltag und Beruf präventiv begegnet werden kann, um frühzeitig Stress gegensteuern zu können und leistungsfähig zu bleiben. Das Angebot wurde gemeinsam mit dem Fachdienst Gesundheits- und Altenplanung und der Volkshochschule Landkreis Marburg-Biedenkopf vorbereitet und organisiert.

Wir würden uns freuen, wenn Sie das Angebot wieder zahlreich nutzen.

Ihr



Jens Womelsdorf  
Landrat des Landkreises Marburg-Biedenkopf



## Seminarziele

- Vermittlung von Kompetenzen zur Stressreduktion
- Kennenlernen von Beratungsstellen und relevanten Hilfenetzwerken
- Kennenlernen rechtlicher und finanzieller Rahmenbedingungen
- Erwerb von Kenntnissen über Entlastungs- und Unterstützungsmöglichkeiten in der Fürsorgearbeit
- Erwerb von Kenntnissen zur Erweiterung der Pflegekompetenz und dem allgemeinem Umgang mit älteren Mitmenschen

Dieser Bildungsurlaub bietet Betroffenen auf fachlicher Ebene Unterstützung durch Vermittlung von Wissen über die häusliche Pflege, Expertenberatung und Austausch in einer Gruppe pflegender Angehöriger. Die in den Wochenplan integrierten Entspannungseinheiten helfen dabei, das eigene Wohlbefinden im Blick zu behalten, um seelisch und körperlich stabil zu bleiben.

Sollten Sie bereits in die häusliche Pflege eingebunden sein und liegt ein Pflegegrad vor, können Sie für die Zeit des Bildungsurlaubes eine Ersatzpflege oder Betreuung organisieren, die über die Leistungen der sog. „Verhinderungspflege“ oder den Entlastungsbetrag mit der Pflegekasse abgerechnet werden können. Die Pflegestützpunkte des Kreises in Biedenkopf, Marburg oder Stadtallendorf stehen für weiterführende Informationen gern zu Verfügung.



## Moderation und Durchführung

Moderation und Durchführung der Entspannungseinheiten:  
Anja Gretzschel, Diplom-Pädagogin,  
Yogalehrerin, Coachin,  
Stressmanagement nach Gert Kaluza



## Beteiligte Fachreferentinnen:

- Dr. Anna Stach,  
Geschäftsführung Marburger Verein für Selbstbestimmung und Betreuung e. V. (S.u.B.)
- Laura Exner,  
Alzheimer-Gesellschaft Marburg-Biedenkopf
- Andrea Gockel,  
Pflegestützpunkt Marburg
- Astrid Fichte,  
Pflegestützpunkt Marburg
- Julia Kunz,  
Kordinatorin des Hospizdienstes (Johanniter Marburg)
- Ursel Schneider,  
Geschäftsführung Betreuungsverein Biedenkopf e. V.