

Entspannung

Progressive Muskelentspannung (PME) im Sitzen

- Psychisches Wohlbefinden durch An- und Entspannen bestimmter Muskelgruppen
- Dauer: 45 min
- I.d.R. wöchentlich
- Anmeldung an Rezeption Haus Odeborn

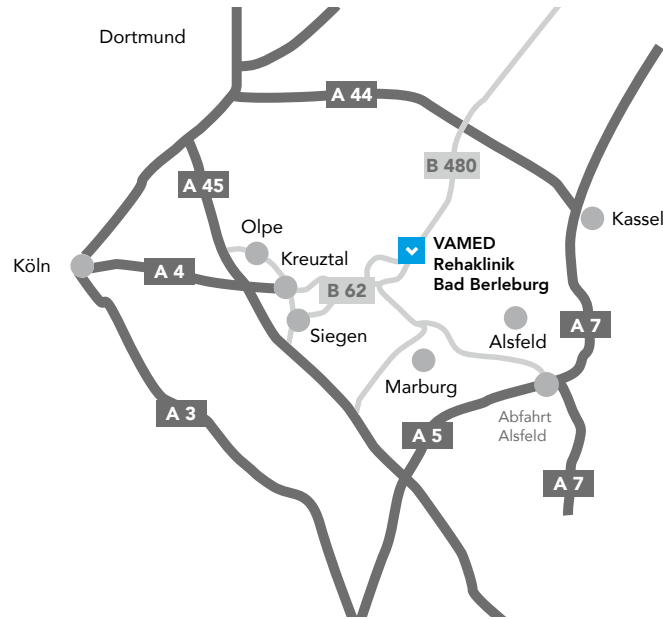
➔ Schulungsraum D.4.091



Waldbaden

- Kurze Spaziergänge durch Wald oder Park
- Stressgedanken abschalten
- Achtsamkeits-/Entspannungsübungen
- Dauer: 90 min
- I.d.R. 14-tägig
- Anmeldung an Rezeption Haus Odeborn

➔ Treff: Rezeption Haus Odeborn



Unsere Angebote
für Begleitpersonen

VAMED Rehaklinik Bad Berleburg

Am Schloßpark 11
57319 Bad Berleburg

T +49 2751 88-0
F +49 2751 88-1999

info@vamed-gesundheit.de
www.vamed-gesundheit.de/reha/bad-berleburg

IMPRESSUM

Verleger: VAMED Rehaklinik Bad Berleburg GmbH
Am Schloßpark 11, 57319 Bad Berleburg
Druckerei: print24, Friedrich-List-Straße 3, 01445 Radebeul



REHABILITATION



Sie sind als Begleitperson Ihres Angehörigen mit zur Reha angereist und möchten die Zeit für sich konstruktiv nutzen?

Mit den folgenden Angeboten möchten wir Sie darin unterstützen, Ihre persönlichen Ressourcen zu stärken.

- Alle Angebote sind kostenfrei.
- Die jeweiligen Termine entnehmen Sie bitte den aktuellen Aushängen.
- Zu allen Veranstaltungen ist eine Anmeldung an Rezeption Haus Odeborn erbeten (bis Vortag 12:00).
- Gern verweisen wir auch auf die Angebote unserer Klinikseelsorge sowie die Veranstaltungen des Touristikvereins Bad Berleburg (siehe Aushänge).



Initialpflegekurs

- (Pflegen) Lernen in der Gruppe
- 12 Module an vier Tagen
- Themen: Pflegeversicherung, Selbstfürsorge, Finanz- und Rechtssituation, Hilfsmittel u.a.
- Anmeldung an Rezeption Haus Odeborn
- I.d.R. 14-tägig

▶ Schulungsraum D.4.091

Individuelles Pflege training

- Positionierung, Transfer, Grundpflege, Ernährung, Einsatz von Hilfsmitteln, u.a.
- Beratungsgespräche rund um die „Häusliche Pflege“
- Nach Bedarf und Absprache

▶ Patientenzimmer

Gesprächskreis

- Informationen rund um das Thema Pflege
- Erfahrungsaustausch mit Menschen in einer ähnlichen Lebenssituation
- Anregungen und neue Perspektiven
- Verständnis und Ermutigung zur eigenen psychischen Entlastung
- Dauer: 90 min
- I.d.R. 14-tägig
- Anmeldung an Rezeption Haus Odeborn

▶ Schulungsraum D.4.091



*Wir müssen bereit sein,
uns von dem Leben zu lösen,
das wir geplant haben,
damit wir das Leben finden
das auf uns wartet.*

Joseph Campbell (1904–1987),
amerikanischer Professor und Autor