

# Workshops

# Workshops

# Workshops

## Workshop I – Vormittag

### 1 Technische Hilfen (AAL) ermöglichen das Altwerden im Quartier

Wer möchte nicht bis ins hohe Alter selbstbestimmt leben? Möglich wird dies durch technische Hilfsmittel. Im Mittelpunkt stehen hierbei Assistenzsysteme (Ambient Assisted Living, AAL), die älteren und kranken Menschen das Leben erleichtern. Der Workshop informiert über die vorhandenen Assistenzsysteme und Geschäftsmodelle; gleichzeitig ist damit auch eine ethische Diskussion über Autonomie und Fremdbestimmung des Nutzers verbunden.

*René Reinshagen / Heinrich Recken, Hamburger Fern-Hochschule, Studienzentrum Essen*

### 2 Schmerz bei dementiell und mehrfach erkrankten Menschen: Eine „besondere“ Herausforderung!

Die Häufigkeit täglicher Schmerzen wird unterschiedlich mit 25-60 % beim geriatrischen Patienten angegeben. Die Wahrscheinlichkeit in dieser Situation überhaupt an eine irgendwie geartete Schmerztherapie zu kommen nimmt alle 5 Lebensjahre um 5% ab. So erhalten 1/3 der Patienten, die älter als 84 Jahre sind, trotz schwerer behandlungsbedürftiger Dauerschmerzen nicht ein einziges Analgetikum. Diese Zahlen belegen, dass sowohl Erkennen als auch Behandeln von Schmerzen beim geriatrischen und kommunikativ eingeschränkten Patienten erhebliche Herausforderungen für die sie betreuende Stellen und Personen sind. Diese zu erarbeiten ist Thema des Workshops.

*Dr. med. Marianne Kloke, Klinik für Palliativmedizin und Institut für Palliative Care, Essen*

### 3 Das offene Bein – ein Volksleiden oder das Leid mit der Kompression.

Nach einer allgemeinen Einführung haben die Teilnehmer Gelegenheit an mehreren Workshopstationen verschiedene Aspekte zu diesem Thema (wie zum Beispiel Dopplerdruckmessung, Kompressionsverbände, Mehrlagenverbände, Kompressionsstrümpfe) kennenzulernen und selbst anzuwenden. Hier besteht die Gelegenheit Neues zu entdecken ebenso wie die Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch.

*Marita Rauen, Contilia-Gruppe, Essen*

### 4 Ohne Six-Packs Patienten rücken schonend bewegen

Rückenerkrankungen sind weiterhin an der Spitze der Krankmeldungen in der Pflege. Was können Pflegenden bei zunehmender Belastung und zunehmender Arbeitsverdichtung rückenpräventiv tun? Im Workshop lernen und üben Sie, Patienten mit wenig Muskelkraft und kleinen Hilfsmitteln ohne „Hau-Ruck Technik“ zu bewegen und Ihren eigenen Rücken dabei zu schonen.

*Bianca Struck / Helmut Eins, Contilia Gruppe, Essen*

### 5 Wer verwirrt hier die Verwirrten?

Der Übergang zwischen den verschiedenen Einrichtungen stellt bei der Versorgung von Menschen mit kognitiven Einschränkungen eine besondere Herausforderung dar – für die „professionals“, für die Angehörigen und insbesondere für die Betroffenen! Auch und gerade hier ist Vernetzung eine mögliche Lösung: Wir möchten das „Netzwerk Demenz Essen“ und den Aufbau demenzsensibler Strukturen in Essen aus der Sicht dreier im Netzwerk kooperierende Institutionen vorstellen und Möglichkeiten mit den Teilnehmern diskutieren.

*Anke Dieberg, Kompetenzzentrum für gehörlose Menschen im Alter Essen, Sprecherin des Netzwerk Demenz Essen.*

*Claudia Trope, LVR-Klinikum Essen*

*Susanne Johannes, Alfried Krupp Krankenhaus Essen*

### 6 Freiheitsentziehende Maßnahmen – Strategien zur Vermeidung Pflege ohne FEM?

Der Gedanke, freiheitseinschränkende Maßnahmen einzusetzen, begründet sich vielfach in dem Wunsch, jeglichen Schaden für den Bewohner / Patienten abzuwenden. Pflegekräfte haben Angst, im Fall eines Schadens, verantwortlich gemacht zu werden.

Die Vermeidung freiheitseinschränkender Maßnahmen stellt jedoch eine originär pflegerische Aufgabe im Alltag der professionellen Alten- und Krankenpflege dar. Zur Reduzierung und Vermeidung freiheitseinschränkender Maßnahmen ist es unabdingbar, das eigene pflegerische Handeln zu hinterfragen und sich mutig neuen kreativen Wegen zu öffnen.

Der Workshop lädt zu einem Perspektivenwechsel ein. Hierbei werden verschiedene Haltungen und Möglichkeiten zur Reduzierung und Vermeidung von FEM vorgestellt und diskutiert.

*Irene Lambrecht, Gesundheitsamt der Stadt Essen;  
Kerstin Weber, BiG Essen*

### 7 SELBST – BEWUSST – PFLEGE

Deeskalation im Alltag: Wie bestimmt meine innere Haltung das äußere Geschehen? – Wir können etwas tun!

*Judith Karwath, Kliniken Essen-Mitte*

## Workshop II – Nachmittag

### 9 Kreative Methoden zur Selbstpflege für einzelne professionell Pflegenden und Teams

Die vielfältigen Arbeitsbelastungen in den unterschiedlichsten Organisationen des Gesundheitswesens (Ambulante Pflege, Stationäre Altenpflege, Kliniken) fordern einzelne Pflegenden und Teams in besonderem Ausmaß. Im Rahmen eines Einzel- oder Team-Coaching zur Selbstpflege kreative Methoden einzusetzen, ermöglicht Themen oder Fragestellungen mit Hilfe verschiedener Methoden wie z. B. mit Bildern und Symbolen, Form und Farbe, Imaginationen und Visualisierungen zu erarbeiten. Im Laufe des „Arbeitsprozesses“ entsteht eine zunehmende Weite, Dichte oder Konzentration, indem das Wesentliche auf unterschiedliche Weise wahrgenommen, ausgedrückt, weiterverarbeitet, neu gesehen werden kann.

*Birte Puls, DRK Schwesternschaft Essen e.V.*

### 10 Persönliche Widerstandsfähigkeit (Resilienz) stärken durch Resilienz Coaching

Trotz hoher Belastungen, komplexer Arbeitsbedingungen und ständigen Veränderungsprozessen sind Sie kraftvoll, klar und wirkungsvoll. Sie gehen aus turbulenten Situationen zum Teil noch gestärkt heraus. Wie ist das möglich? Dahinter steckt eine persönliche Ressource: die Resilienz gegenüber Krisen. Im Workshop erfahren Sie, wie Sie Ihre Widerstandskraft gegenüber belastenden Situationen steigern können und Ihre Handlungsspielräume stärker nutzen können.

*Coaching Gruppe der DRK Schwesternschaft Essen e.V.*

### 11 Ernährung

Kaum ein Thema ist in den letzten Jahren so ins Zentrum gerückt wie die Ernährung. Wie ernähre ich mich nun richtig und was braucht mein Körper bei welcher Belastung? Erfahren Sie in diesem Workshop alles über eine allgemeine Ernährung und im Besonderen auch über die Sport-Ernährung. Hier werden die Unterschiede und Besonderheiten erläutert und Lösungen für den Alltag und für die eigenen Bedürfnisse aufgezeigt.

*Marco Krämer, Bildungswerk - Essener Sportbund*

### 12 Die Slashpipe – innovatives Training for Body & Soul

Die Slashpipe ist ein transparentes, mit Wasser gefülltes Kunststoffrohr mit zwei flexibel einstellbaren Handschlaufen. Ein Gerät, das auf den ersten Blick einfach aussieht, welches aber sein ganzes Potenzial spüren lässt, sobald man es hochhebt. Denn das Wasser bewegt sich permanent im Innern der Slashpipe. Um diese schwankenden Kräfte zu stabilisieren müssen Körpergefühl, optische Reize und die Bewegungen aller beteiligter Muskeln im Sinne eines Biofeedbacks ständig koordiniert und damit trainiert werden.

*Dr. Karsten Witte und Martin Kammler, Bildungswerk - Essener Sportbund*

### 13 Atmen – eine Auszeit vom Alltag

Mit dem Atem wieder in Fluss kommen, bei sich selber ankommen, tief entspannen, über sich selbst mehr erfahren, angestaute, blockierte Energien lösen, eine neue Lebendigkeit erfahren, sich wieder verbunden fühlen, neue Wege und Perspektiven finden. Bewusstes Atmen eröffnet uns einen Weg zu emotionaler und somit auch körperlicher Gesundheit.

*Karin Stütz, Bildungswerk - Essener Sportbund*

### 14 Gesund bleiben kostet Geld, krank werden ist richtig teuer – Gesunde Mitarbeiter für mehr Erfolg

Viele Unternehmen haben dies bereits erkannt und engagieren sich inzwischen bei der Gesundheitsförderung weit über die gesetzlichen Vorgaben hinaus, weil sie vom geringeren Krankenstand sowie von motivierten, leistungsfähigen Mitarbeitern profitieren. Zudem können sie sich im Wettbewerb um Fachkräfte als attraktiver Arbeitgeber präsentieren.

Gerade in Hinblick auf den demografischen Wandel lohnt sich nachhaltiges Handeln. Fachkräfte werden mehr denn je zur wertvollen Ressource.

*Jens Redlinger, FOM, Essen*

### 15 Kollegiale Beratung für beruflich Pflegenden

Die pflegerische Praxis ist von Natur aus durch Unsicherheiten und Fragen geprägt. Im Sinne der Professionalisierung und der Qualitätsentwicklung benötigen Pflegenden zukünftig eine Möglichkeit, sich strukturiert auszutauschen. Kollegiale Beratung kann genau hier ansetzen. Statt externe Experten einzuladen, werden Praxisfragen zwischen Pflegenden in einer festen Gruppe mit gleichem Erfahrungs- und Wissenshorizont gemeinsam reflektiert und viele praxisnahe Lösungsmöglichkeiten aufgezeigt. Kollegiale Beratung dient dem regelmäßigen Austausch zwischen Kollegen sowie der eigenen beruflichen Entwicklung und fachlichen Vertiefung durch Reflexion. Sie ist ein Instrument, mit dem Pflegenden sich Selbstachtung und Selbstpflege schenken.

Im Workshop wird das Konzept der Kollegialen Beratung kurz vorgestellt und anschließend direkt praktisch geübt.

*Tanja Segmüller, Department für Pflegewissenschaft, Private Universität Witten/Herdecke*

## Workshop 8/1 und 8/2 (dieser Workshop findet in zwei Teilen am Vor- und Nachmittag statt)

### 8 Professionelle Pflege für ältere Lesben und Schwule. Ja, aber wie? Ein typischer Pflegetag einer pflegebedürftigen Lesbe oder eines pflegebedürftigen Schwulen

Was bedeutet es anders zu leben und anders zu altern und wie kann eine sensible und professionelle Pflege für alte Lesben und Schwule umgesetzt werden? In dem interaktiven Workshop werden Lebenssituationen von pflegebedürftigen Lesben und Schwulen dargestellt sowie die erforderlichen Aspekte einer professionellen Pflege gemeinsam thematisiert.

Der Austausch lebt und entsteht durch die von den Teilnehmenden angefertigten „Pflegebildern“.

*Gabi Stummer / Markus Schupp, Köln*

 essener Pflegetag e.V.

# Pflege

# 2014

„Jung und alt  
pflegt alt und jung“

# 8. Essener Pflegetag

im Rathaus Essen, Porscheplatz

Miteinander und  
voneinander lernen  
21. November 2014

unter der Schirmherrschaft des Oberbürgermeisters der Stadt Essen



- 8.30 h **Begrüßung** – Simone Spangenberg  
**Grußwort** – Bürgermeister Franz-Josef Britz
- 8.45 h **Prämierung der besten Poster – Verleihung Pflegepreise**  
Heinrich Recken, Klaus-Dieter Weiner
- 9.15 h **Pflege organisiert sich – aber wie?**  
Heinz-Günter Niehus, Förderverein Pflegekammer NRW,  
Gereon Falck, ver.di – Bezirk Essen
- 10.15 h Pause
- 10.45 h **Workshop I**
- 12.30 h Mittagspause
- 13.30 h **„Ab heute Sorge ich für mich selbst ...“**  
Siegfried Huhn
- 14.15 h Kaffeepause
- 14.45 h **Workshop II**
- 16.30 h **Abschlussplenum**
- ca. 17 h Ende der Veranstaltung

Moderation Ursula Busmann, Simone Spangenberg

Weitere Infos unter [www.pflegetag-essen.de](http://www.pflegetag-essen.de)

## „Jung und alt pflegt alt und jung“

Liebe Kolleginnen und Kollegen,  
sehr geehrte Damen und Herren,

wir freuen uns, dass wir auch in diesem Jahr alle Pflegekräfte aus den verschiedenen Einrichtungen und Bereichen beruflicher Pflege zu einem Pflegetag ins Essener Rathaus einladen können.

Unter dem Motto „Jung und alt pflegt alt und jung“ möchten wir gemeinsam den Blick auf die vielbeschworenen Herausforderungen des „demografischen Wandels“ richten: Wie können wir unseren „älter werdenden“ Klienten durch Know-how sowie stärkere Vernetzung gerecht werden und wie können wir selber im Beruf gesund und kreativ bleiben?

Darüber hinaus wollen wir uns auch anderen aktuellen Themen widmen.

Der Pflege eine Stimme geben – aber der Chor darf schon in verschiedenen Stimmen singen, deshalb wollen wir auch das Thema „Interessenvertretung“ unter verschiedenen Aspekten darstellen (lassen) sowie lebhaft diskutieren.

Auch damit wollen wir berufliche Pflege stärken, wo auch immer sie in Erscheinung tritt und die Vielfältigkeit der Pflegewelt in unserer Stadt und der Region präsentieren.

In diesem Sinne wünschen wir uns allen einen Tag, der uns und die Pflege, die wir in unseren jeweiligen Handlungsfeldern erbringen, stärker macht!

Wir freuen uns auf Sie!

Simone Spangenberg  
1. Vorsitzende  
Essener Pflegetag e.V.

## WS I vormittags

- 1 Technische Hilfen (AAL) ermöglichen das Altwerden im Quartier
- 2 Schmerz bei dementiell und mehrfach erkrankten Menschen: Eine „besondere“ Herausforderung!
- 3 Das offene Bein – ein Volksleiden oder das Leid mit der Kompression
- 4 Ohne Six-Packs Patienten rückschonend bewegen
- 5 Wer verwirrt hier die Verwirrten?
- 6 Freiheitsentziehende Maßnahmen – Strategien zur Vermeidung – Pflege ohne FEM?
- 7 SELBST – BEWUSST – PFLEGE  
Deeskalation im Alltag
- 8/1 Professionelle Pflege für ältere Lesben und Schwule. Ja, aber wie?  
  
Ein typischer Pflegetag einer pflegebedürftigen Lesbe oder eines pflegebedürftigen Schwulen

Der Workshop 8 wird am Nachmittag weitergeführt.

## WS II nachmittags

- 9 Kreative Methoden zur Selbstpflege für einzelne professionell Pflegenden und Teams
- 10 Persönliche Widerstandsfähigkeit (Resilienz) stärken durch Resilienz-Coaching
- 11 Ernährung
- 12 Die Slashpipe – innovatives Training for Body & Soul
- 13 Atmen – eine Auszeit vom Alltag
- 14 Gesund bleiben kostet Geld, krank werden ist richtig teuer – Gesunde Mitarbeiter für mehr Erfolg
- 15 Kollegiale Beratung für beruflich Pflegenden
- 8/2 Professionelle Pflege für ältere Lesben und Schwule. Ja, aber wie?

## Teilnahmegebühren:

Die Teilnahmegebühr beträgt für	
Schülerinnen / Schüler, Auszubildende in Pflegeberufen (bitte Nachweis bei der Veranstaltung vorlegen)	25,- Euro
Mitglieder des „Essener Pflegetag e.V.“	48,- Euro
Nichtmitglieder	68,- Euro

Die Teilnahmegebühr umfasst Pausengetränke, Mittagessen sowie Tagungsunterlagen.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, daher entscheidet die Reihenfolge des Eingangs der Anmeldung über die Teilnahme.

**Anmeldeschluss ist der 11. November 2014**

## Anmeldung:

Gerne nehmen wir Ihre Anmeldung „online“, als E-Mail, oder Fax entgegen.

Online: [www.pflegetag-essen.de](http://www.pflegetag-essen.de)  
E-Mail: [stephanie.rolle@krupp-krankenhaus.de](mailto:stephanie.rolle@krupp-krankenhaus.de)  
Fax: Bitte benutzen Sie das Fax-Anmeldeformular auf unserer Homepage!

Bei Fragen erreichen Sie Frau Rolle im Tagungssekretariat unter der Telefonnummer  
0201- 805-1976  
(Alfried Krupp Krankenhaus Essen Steele)