# Online-Pflegekurse nach §45 SGB XI

***Kostenfreie Kurse mit praktischen Tipps und Kniffs für eine gelingende Pflege Zuhause, die sich an pflegende Angehörige und andere Interessierte richten. Es ist keine Voraussetzung, dass schon eine Einstufung in einen Pflegegrad besteht.***

**Die folgenden Angebote sind alle kostenfrei und unabhängig von der Kassenzugehörigkeit nutzbar!**

## Online-Angebote der Angehörigenschule Hamburg:

**15.01.2025:** Orientierungskurs Demenz (10- 13 Uhr)
**22.01.2025:** Orientierungskurs Pflege & Pflegeversicherung (10-13 Uhr)
**06.02.2025:** Orientierungskurs Entlastung & Selbstfürsorge (10 – 13 Uhr)
**13.02.2025:** Orientierungskurs Demenz (10-13 Uhr)
**18.02.2025:** Orientierungskurs Pflege & Pflegeversicherung (10-13 Uhr)

Kontaktdaten:
Die Angehörigenschule
Richardstraße 45, 22081 Hamburg
Tel.: 040 - 25 76 74 5 – 0, Fax: 040 – 25 76 74 5 – 55
Email: anmeldung@angehoerigenschule.de
Internet: www.angehoerigenschule.de

## Allgemeine Online-Angebote:

Auf der Internetseite der BARMER finden Sie eine Auflistung zahlreicher Online-Kurse von weiteren Anbietern:
Themen sind u. A.: Demenz, Depressionen, Kinder zu Hause pflegen und Entlastung im Pflegealltag

Wir helfen Ihnen gerne einen passenden Kurs auszuwählen. Unter dem folgenden Link können Sie aber auch selbstständig stöbern: https://www.barmer.de/formClient/barmer-de/kursangebote/kurse-suchen/1003134/eventsearch

**Online Pflegekurse in Videoform:**

- https://www.angehoerige-pflegen.de/pflegekurs-online/

Themen: Grundlagen der häuslichen Pflege, Demenz: Alltagsgestaltung und Begleitung, Schlaganfall – Die Krankheit verstehen, Parkinson – Die Krankheit verstehen, Rechtliche Vorsorge

- https://www.aok.de/pk/nordwest/inhalt/onlinekurs-pflegen-zu-hause/



(Stand: Januar 2025)

Themen: Hilfe im Bürokratie-Dschungel, Wohnen im Alter, Stürze vermeiden, Körperhygiene, Mobilität und Lagern, Menschen mit Demenz

- https://aok-pfiff.de/pflegefilme

Themen: Pflege bei Parkinson, Pflegebedürftigkeitsbegriff leicht erklärt, Unterstützung- und Entlastungsleistungen, Die Pflegebegutachtung, Pflegeberatung, Hygiene in der Häuslichkeit, Mundpflege, Windel-/Lakenwechsel, Mobilität/Umsetzen, Kontrakturen, Körperpflege, Lagerung/Dekubitus, Essen/Trinken, Haarpflege, Augenpflege, Aufstehhilfe nach Sturz

- https://pflege.curendo.de/

Themen: Grundlagen der Häuslichen Pflege, Alzheimer und Demenz, Sicherheit im Pflegealltag, Wohnen und Pflege im Alter, Rechtliche Vorsorge für den Ernstfall, Selbstfürsorge durch Achtsamkeit, Pflegen bei Inkontinenz, Pflegen nach Schlaganfall

**Online Pflegeinformationen in Textform:**

- https://barmer-pflegecoach.de/#Themenuebersicht

Themen: Pflegeversicherung & Co, Im Notfall helfen, Essen und Trinken, Körperpflege, Bewegung wirksam unterstützen, Abschied nehmen, Toilettengeschichten, Verstehst du mich?, Ich bleiben, Essen und Trinken mit Demenz, Demenz verstehen

- https://www.tkpflegecoach.de/

Themen: Verständnis und Zuwendung, Die Pflegeumgebung, Richtig Pflegen (Körperpflege, Essen & Trinken, Atmung, An- & Auskleiden, Schlafen, Bewegung, Umgang mit Medikamenten), Selbstschutz für Pflegende