

## Online-Pflegekurs unterstützt pflegende Angehörige

11. Mai 2020

Pflegebedürftige werden meist zu Hause betreut:

Online-Pflegekurs unterstützt pflegende Angehörige

Die AOK PLUS versichert in Sachsen und Thüringen 244.234 Menschen mit Pflegebedarf. Das ist ein Anstieg um 7,4 Prozent innerhalb eines Jahres (Stand 31. Dezember 2019). In Sachsen gibt es 154.643 und in Thüringen 82.714 pflegebedürftige Menschen. Die meisten davon, knapp 80 Prozent, werden zu Hause versorgt.

Um das notwendige Grundwissen für die richtige Pflege zu Hause zu erlernen, bietet die AOK PLUS ab sofort einen kostenfreien Online-Pflegekurs an. Das neue Angebot der Gesundheitskasse richtet sich sowohl an Menschen, die sich auf die Pflege eines Angehörigen vorbereiten möchten, als auch an Personen, die bereits pflegen und ihr Wissen vertiefen wollen.

"Nicht jedem pflegenden Angehörigen ist es auf Grund von Entfernungen zum eigenen Wohnort oder zeitlich möglich, an einem unserer jährlich rund 330 Pflegekurse teilzunehmen, die wir überall in den Ländern Sachsen und Thüringen mit unseren Partnern durchführen. Gerade jetzt, wo die Kurse vor Ort nicht stattfinden können, ist es gut, pflegende Angehörige auch auf diesem Weg zu unterstützen", sagt Hannelore Strobel, Pressesprecherin der AOK PLUS über das neue Online-Angebot der Krankenkasse. "Der Online-Pflegekurs bietet einen ganz praktischen Einstieg in eine Pflegesituation zu Hause, kann aber natürlich nur bedingt pflegepraktische Handgriffe vermitteln. Auch der Austausch mit anderen Betroffenen ist wichtig, und deshalb verstehen wir den Online-Kurs als sinnvolle Ergänzung zu den Pflegekursen vor Ort."

Der Kurs unterstützt pflegende Angehörige zum jeweils persönlich passenden Zeitpunkt beim Erlernen der wichtigsten Fähigkeiten für die häusliche Pflege. Er besteht aus mehreren Themenmodulen, wie beispielsweise "Wohnen im Alter" und "Stürze vermeiden". Themen wie "Demenz" oder "Körperhygiene" sind bereits geplant.

Unter [plus.aok.de/pflege/onlinekurse](https://plus.aok.de/pflege/onlinekurse) ist eine Anmeldung zum kostenfreien Online-Kurs möglich. Hier ist eine einmalige Registrierung mit der E-Mailadresse und einem selbstgewählten Passwort notwendig, um den Kurs zu jedem beliebigen Zeitpunkt starten, unterbrechen und beenden zu können.