

„Gut für sich selbst zu sorgen, ist die solide, langfristig tragfähige Basis für die Pflege eines Familienmitglieds. Das Gelingen der Pflegesituation hängt von der hohen Motivation, dem unermüdlichen Engagement und der Kompetenz der Angehörigen ab. Sich präventiv beraten zu lassen und präventiv zur Erhaltung der eigenen Lebensqualität beizutragen, ist sehr wichtig.“



Anke Henkel,
Spezialistin Präventionsberatung bei compass

Was bietet Ihnen die Präventionsberatung bei compass?

Die Präventionsberatung bei compass ist ein Gesprächsangebot für Sie als pflegende*n Angehörige*n zu Beginn einer Pflegesituation. Wir hören Ihnen zu und entwickeln gemeinsam mit Ihnen Möglichkeiten für Sie in Ihrer persönlichen Situation.



Wir beraten Sie gern!

Wählen Sie unsere gebührenfreie
compass-Servicenummer

0800 101 88 00

Vereinbaren Sie einen Termin für Ihre
Pflegeberatung vor Ort, per Telefon oder
Videogespräch unter
www.compass-pflegeberatung.de
oder per E-Mail an
pflegeberatung@compass-pflegeberatung.de

Online finden Sie alle Pflegeinformationen
auf unserem Pflege Service Portal
www.pflegeberatung.de/praevention

Nutzen Sie auch gerne Ihren exklusiven
Servicebereich com.mit unter
commit.compass-pflegeberatung.de

compass private pflegeberatung,
Gustav-Heinemann-Ufer 74 C, 50968 Köln



Präventionsberatung

Für pflegende Angehörige

Herausforderung Pflegesituation gemeinsam meistern

Wenn ein Familienmitglied pflegebedürftig wird, tragen Sie als Angehörige oft Sorge für all das, was vorher selbstverständlich und selbstständig machbar war. Die Sorge um die*den Pflegebedürftige*n steht dabei für Sie im Mittelpunkt.

Damit Sie in dieser Weise für Ihre*n Angehörige*n da sein können, müssen Sie ebenso für sich selbst gut sorgen. Nur dann können Sie die Pflegesituation gemeinsam meistern.

Dabei ist es für Sie wichtig, die eigenen Bedürfnisse wahrzunehmen, Ihre körperliche und geistige Gesundheit zu stärken, Grenzen zu erkennen und Unterstützungsmöglichkeiten zu nutzen.

Wie können wir Sie konkret unterstützen?

- Bedürfnisse wahrnehmen
- (mögliche) Belastungen erkennen und reduzieren
- bewusste Entscheidungen treffen
- Kompetenzen stärken
- Entlastung erfahren
- Chancen nutzen



„**Das Gespräch hat mir enorm gut getan und Hoffnung gegeben. Ich hatte große Bedenken, meine Ängste und meinen Frust offen anzusprechen: Manchmal vermisse ich mein „altes Leben“. Nun kann ich kleine Schritte machen und mir ein Stück davon zurückerobert. So sind wir beide wieder glücklicher.**

Veronika T., Klientin

Lebensqualität verbessern

Unsere Präventionsberatung zielt darauf ab, Ihre Lebensqualität in der Pflegesituation zu erhalten und zu verbessern. Dazu beraten wir Sie gerne.

Wir kennen die Herausforderungen für pflegende Angehörige und bieten Ihnen in der Beratung die Möglichkeit, über Ihre individuelle Situation zu sprechen. Gemeinsam finden wir dann Lösungen für Sie. Wir unterstützen Sie dabei, Ihre Situation als pflegende*r Angehörige*r bewusst und aktiv zu gestalten.

Die Präventionsberatung können Sie bei compass jederzeit kostenfrei in Anspruch nehmen. Sprechen Sie uns gerne in der Pflegeberatung an, oder vereinbaren Sie telefonisch einen Termin. Wir begleiten Sie auch langfristig.

Wir sehen Ihre Situation vor Ort

Wir kommen zu Ihnen. Die Beratung kann bei Ihnen zu Hause, aber auch z.B. während eines Spaziergangs oder per Videogespräch stattfinden.

Sie erreichen uns telefonisch

Wenn es nicht möglich ist, einen passenden Ort für die Beratung zu finden, sind wir jederzeit auch telefonisch für Sie da.