

# Caritas

## Aufatmen Auftanken Erholungswochen für pflegende Angehörige



### Kosten

Die ÖGK unterstützt die Teilnahme von pflegenden Angehörigen wenn:

- die zu pflegende Person zu Hause gepflegt wird und eine Pflegestufe hat
- der/die pflegende Angehörige bei der ÖGK versichert ist

Der Selbstbehalt beläuft sich auf € 150,00 für die gesamte Woche.

Selbstzahlende im Einzelzimmer:

€ 665,00 VP

€ 574,00 HP (Frühstück und Abendessen)

Bei einer Stornierung nach Anmeldeschluss fallen Stornokosten in Höhe von € 150,00 an.

### Kontonummer

Bank Austria

IBAN: AT 61 1200 0850 1491 4300

Verwendungszweck: Erholungswochen + Termin  
„April, Juni oder September“

### Information und Anmeldung

#### **Doris Nikol, BSc**

Fachstelle für pflegende Angehörige

Caritas der Diözese Innsbruck

Heiliggeiststraße 16, 6020 Innsbruck

Telefon: +43 676 8730 6220

E-Mail: [erholungswochen@caritas.tirol](mailto:erholungswochen@caritas.tirol)





Landgasthaus Jäger

## Eine Woche Auszeit

Pflegende und betreuende Angehörige leisten den größten Teil der Pflege in unserem Land. Ihr täglicher Einsatz gewährleistet die Betreuung pflegebedürftiger Menschen zu Hause. Sie übernehmen die Aufgabe oft ganz selbstverständlich mit Liebe, Hingabe und Zuwendung, geraten dabei jedoch auch an ihre Grenzen.

Erholungsurlaube bieten eine vorübergehende Entlastung für pflegende und betreuende Angehörige. Sie finden Zeit für ihre eigenen Bedürfnisse. Ihre physische und psychische Gesundheit steht im Vordergrund und sie erfahren Aufmerksamkeit, Verständnis und Zuwendung.

Die Caritas der Diözese Innsbruck organisiert mit Unterstützung der Österreichischen Gesundheitskasse diese Erholungswochen.

**Gönnen Sie sich ein paar Tage, um zur Ruhe zu kommen, Menschen in ähnlichen Lebenssituationen kennenzulernen, alle Verpflichtungen hinter sich zu lassen und es einfach fein zu haben.**

## Wann und wo?

### Termine:

27. April bis 05. Mai 2024

22. bis 29. Juni 2024

14. bis 21. September 2024

### Anmeldung bis:

05. April 2024

31. Mai 2024

23. August 2024

### Landhotel Jäger\*\*\*

6413 Wildermieming

Tel.: +43 5264 622

[www.hotel-jaeger.at](http://www.hotel-jaeger.at)

## Was?

Die Woche wird von Mitarbeiter\*innen der Fachstelle für pflegende Angehörige der Caritas begleitet und beinhaltet ein vielfältiges Programm:

- Treffen in der Gruppe für Gespräche, Erzählungen und Austausch
- Einzelberatung
- Workshops
- Reichlich Zeit für sich selbst
- Spaziergänge und Ausflüge in die nähere Umgebung
- Wellnessangebot im Haus (Sauna und Infrarotkabine), Swimmingpool mit Liegewiese
- Kreatives (Malen, Schreiben, Musik, Handarbeiten, Spielen...)
- Spirituelle und kulturelle Angebote
- Freude, Spaß, Genuss und Unbeschwertheit

Die Zimmer stehen am Ankunftstag ab 14 Uhr zur Verfügung, um 16 Uhr gibt es ein erstes Treffen aller Teilnehmenden. Beim anschließenden gemeinsamen Abendessen können sich alle besser kennenlernen.

Die Abreise ist im Anschluss an ein gemeinsames Frühstück für ca. 10 Uhr geplant.