

### MEDIENDIENST DER CARITAS OBERÖSTERREICH

#### **Caritas-Erholungstage: Der Abstand vom Alltag gibt neue Kraft**

Die Caritas bietet von 8. bis 13. Oktober für pflegende Angehörige Erholungstage im Hotel Lavendel in Windischgarsten an. „Gerade für Menschen, die zu Hause ihre Angehörigen monatelang oder oft schon jahrelang betreuen, ist es wichtig, auch einmal aus dem Alltag auszusteigen. Das gibt neue Energie, von der schlussendlich beide profitieren – der Betreuende und die zu pflegende Person“, weiß Sonja Zauner, Leiterin der Caritas-Servicestelle für pflegende Angehörige. Anmeldungen sind ab sofort unter 0676 8776 2448 möglich. Anmeldeschluss ist der 20. September.

Die fünf Erholungstage bieten allen, die zu Hause einen pflegebedürftigen oder beeinträchtigten Angehörigen betreuen, die Möglichkeit, sich auf sich selbst zu konzentrieren und sich mit Menschen, die in derselben Situation sind, auszutauschen. Viele Angehörige haben auch Sorge, den zu pflegenden Menschen zurückzulassen. Die Caritas-Mitarbeiterinnen beraten gerne über praktische und auch finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten. Für den Erholungsurlaub ist zudem ein Urlaubszuschuss für die Hotelkosten von maximal 225 Euro vom Land OÖ möglich – für Teilnehmende, die zu Hause einen Angehörigen mit Pflegestufe 3 oder mehr pflegen. Der Zuschuss ist mittels Formular auf [www.pflegeinfo-ooe.at](http://www.pflegeinfo-ooe.at) unter „Finanzielles und Rechtliches“ zu beantragen. Bei den Erholungstagen können die Teilnehmenden nicht nur ausspannen und auf andere Gedanken kommen. Der Urlaub soll auch Energiequelle für die Zeit danach sein, weshalb Caritas-Mitarbeiterinnen eine thematisch passende Begleitung anbieten. Dazu gehören gemeinsame Wanderungen, viele Möglichkeiten für Gespräche, Einladungen zu Morgengymnastik, Singen, Tanzen und anderes mehr. Die Urlauber\*innen können selbst entscheiden, ob und an welchen Angeboten sie teilnehmen wollen.

Das Einzelzimmer inklusive Frühstück vom Buffet, Nachmittagsjause mit pikanten Snacks und hausgemachten Mehlspeisen vom Buffet sowie 4-Gang-Verwöhn-Wahlmenü kostet pro Nacht 104,- Euro. Das Doppelzimmer kostet 89,- Euro. Die einmaligen Kurskosten inkl. diverser Materialien sind 80,- Euro.

**Informationen und Anmeldung bis 20. September:** Caritas-Servicestelle Pflegende Angehörige, Tel.: 0676 87 76 24 48, E-Mail: [pflegende.angehoerige@caritas-ooe.at](mailto:pflegende.angehoerige@caritas-ooe.at), [www.caritas-ooe.at/pang](http://www.caritas-ooe.at/pang)