

## Sind Sie vorbereitet?

### Ihre PflegeNahVersorgerin: Wichtige Infos, Sommer-Tipps und Notfallplanung.

Liebe pflegende Angehörige,  
der Sommer ist da, und mit ihm kommen nicht nur sonnige Tage, sondern auch neue Herausforderungen in der Pflege. In dieser Ausgabe meines Newsletters möchte ich Ihnen praktische Unterstützung und wertvolle Informationen bieten, um Ihnen den Pflegealltag zu erleichtern und Ihnen mehr Sicherheit zu geben.  
Erfahren Sie alles über den Pflegescheck in Niederösterreich und welche Voraussetzungen für die Auszahlung erfüllt sein müssen. Lesen Sie meine persönlichen fünf Sommer-Pflege-Tipps, die Ihnen helfen, Ihre Liebsten auch bei hohen Temperaturen optimal zu versorgen. Und bereiten Sie sich mit unserer Schritt-für-Schritt-Anleitung zur Notfallplanung auf medizinische Notfälle vor, um in kritischen Momenten schnell und richtig handeln zu können.  
Ich hoffe, dass diese Tipps und Informationen Ihnen dabei helfen, den Sommer entspannter und sicherer zu gestalten. Wie immer bin ich hier, um Sie zu unterstützen und Ihnen die bestmögliche Pflege zu ermöglichen.

Ihre  
DGKP Barbara Willesberger  
Die PflegeNahVersorgerin



### € 1.000.- für Sie! Pflegescheck in Niederösterreich

Nutzen Sie die Möglichkeit auf finanzielle Unterstützung.

In Niederösterreich gibt es zahlreiche Unterstützungsangebote für pflegende Angehörige. Der Pflegescheck bietet eine Stütze für Pflegebedürftige.

[Blogbeitrag lesen](#)

### Meine 5 Sommerpflegetipps!

#### Entspannt durch den Sommer.

Der Sommer bringt besondere Herausforderungen für pflegende Angehörige mit sich. Hier sind meine fünf besten Tipps, um die Pflege im Sommer zu erleichtern:

- 1) Halten Sie Ihre Lieben gut hydriert, indem Sie stets ausreichend Wasser anbieten. Erstellen Sie ein Trink-Protokoll um die Übersicht zu bewahren.
- 2) Verwenden Sie leichte und atmungsaktive Kleidung, um Überhitzung zu vermeiden.
- 3) Achten Sie auf regelmäßige Pausen und kühle Rückzugsorte.
- 4) Schützen Sie Ihre Lieben vor direkter Sonneneinstrahlung mit Sonnenschutz und Schattenplätzen.
- 5) Planen Sie kühlende Aktivitäten wie Spaziergänge am frühen Morgen oder späten Abend.

Mit diesen einfachen Maßnahmen sorgen Sie für Wohlbefinden und Sicherheit in der heißen Jahreszeit.



### Notfallplanung!

#### Wie sind Sie auf medizinische Notfälle vorbereitet?

Eine gute Notfallplanung ist entscheidend, um in medizinischen Notfällen schnell und effektiv reagieren zu können. Stellen Sie sicher, dass Sie jederzeit auf unerwartete Situationen vorbereitet sind. Hier sind einige wichtige Schritte:

- 1) Erstellen Sie eine Liste mit wichtigen Notfallnummern und Kontakten.
- 2) Halten Sie alle notwendigen medizinischen Dokumente griffbereit.
- 3) Bereiten Sie eine Notfalthilfe mit Medikamenten und wichtigen Utensilien vor.
- 4) Schulen Sie alle Beteiligten, damit sie wissen, wie sie im Notfall reagieren sollen.
- 5) Regelmäßige Überprüfung und Aktualisierung Ihres Notfallplans.

Mit diesen Maßnahmen sind Sie gut gerüstet, um im Ernstfall schnell handeln zu können und die bestmögliche Versorgung sicherzustellen.



### Barbara's Empfehlung: Gut vorbereitet durch den Sommer!

#### Vergessen Sie nicht auf sich!

Liebe Leserinnen und Leser,  
der Sommer bringt nicht nur warme Tage, sondern auch spezielle Anforderungen für die Pflege Ihrer Liebsten. Als Ihre PflegeNahVersorgerin möchte ich Ihnen eine besondere Empfehlung ans Herz legen: Achtsamkeit und Selbstfürsorge.

Pflege ist eine anspruchsvolle Aufgabe, die viel Energie und Zeit erfordert. Vergessen Sie dabei nicht, auf sich selbst zu achten. Nehmen Sie sich täglich ein paar Minuten, um innezuhalten und durchzuatmen. Schaffen Sie sich kleine Oasen der Ruhe und Entspannung, sei es durch einen kurzen Spaziergang, ein gutes Buch oder eine entspannende Musik.

Nutzen Sie die frühen Morgenstunden oder den späten Abend für Aktivitäten im Freien, wenn die Temperaturen angenehmer sind. Achten Sie darauf, genug Wasser zu trinken und sich leicht und luftig zu kleiden. Und denken Sie daran, dass Pausen nicht nur für Ihre Lieben wichtig sind, sondern auch für Sie.

Mit einer guten Vorbereitung und ein wenig Achtsamkeit können Sie den Sommer genießen und gleichzeitig sicherstellen, dass Ihre Lieben bestmöglich versorgt sind.

Ihre

DGKP Barbara Willesberger  
Die PflegeNahVersorgerin

[zum Kontaktformular](#)

**ps: Teilen Sie wertvolles Wissen!** Kennen Sie andere pflegende Angehörige, die von meinen Informationen und Dienstleistungen profitieren können? Zögern Sie nicht, diesen Newsletter weiterzuleiten und auch auf meine neue, verbesserte Webseite hinzuweisen. Ihre Empfehlung kann anderen in ähnlichen Situationen helfen und Unterstützung bieten, die sie dringend benötigen.