

altenpflege.de Edition

Kratki udžbenici za obrazovanje u nezi - Fokus na negu starih osoba

Theo Ahrens

Mere za unapređenje zdravlja u nezi
starih lica

presented by

YES
ARCH
ITEC
TURE.

Bibliografski podaci

Theo Ahrens – Kratka biografija

Teo Arens, rođen 1979. godine u blizini Minhena, je nastavnik za negovateljske profesije i posvećen pedagoškim poslovima u nezi. Nakon dobrovoljne socijalne godine u bolnici, završio je obuku za zdravstvenog i bolničkog negovatelja i stekao dragoceno profesionalno iskustvo na intenzivnoj nezi. Ponesen željom da prenosi znanje, studirao je pedagoške nauke u negi i 2009. godine počeo da radi kao nastavnik u stručnoj školi u Minhenu. Teo je poznat po svom praktičnom i empatičnom pristupu u nastavi, kroz koji priprema buduće negovatelje za njihov zahtevni posao. Privatno živi sa svojom ženom i dvoje dece u Berlinu i volontira za bolje uslove u obrazovanju za negu.

Ovaj kratki udžbenik je formulisan iz nastavnih planova njegovih predavanja uz korišćenje KI. Prevod je izvršen automatski.

Izdavač altenpflege.de

Cena DE/AT: 3,90 €

CH: 5 Fr

Copyright 2024 altenpflege.de

Napomene i predloge za poboljšanje šaljite na team@altenpflege.de.

1/1-2412181528

Sadržaj

1	Uvod	4
1.1	Značaj promocije zdravlja u nezi starih osoba	4
1.2	Uloga zdravstvenih radnika u unapređenju zdravlja	4
2	Osnove unapređenja zdravlja	6
2.1	Ciljevi unapređenja zdravlja	6
2.2	Razlike između prevencije i unapređenja zdravlja	6
2.3	Teorijski modeli zdravstvenog unapređenja	7
2.4	Značaj promocije zdravlja za stanare, negovatelje i društvo	8
3	Promocija zdravlja prema Ottavskoj povelji	9
3.1	Opšte o Ottavskoj povelji	9
3.2	Oblasti delovanja Otaške povelje	9
3.3	Primena Ottawske povelje u nezi starih lica	10
3.4	Primeri iz prakse za unapređenje zdravlja prema Ottavskoj povelji	11
4	Promocija zdravlja kod stanara u ustanovama za stara lica	13
4.1	Održavanje i poboljšanje mobilnosti	13
4.2	Podsticanje samostalnosti i kompetencije za samostalnu negu	14
4.3	Podsticanje socijalnog učešća	15
4.4	Saveti o ishrani i podsticanje zdrave ishrane	16
4.5	Podsticanje kognitivnog zdravlja	17
5	Podsticanje kretanja i mobilnost	19
5.1	Značaj mobilnosti za zdravlje u starosti	19
5.2	Programi vežbi za poboljšanje mobilnosti	20
5.3	Pomagača za unapređenje mobilnosti	21
5.4	Faktori rizika za nepokretnost	22
5.5	Primeri iz prakse za podsticanje mobilnosti u nezi	23
6	Podsticanje ishrane i zdrava ishrana	25
6.1	Značaj ishrane za zdravlje u starosti	25
6.2	Potrebe za ishranom u starosti (nutrijenti, potreba za tečnošću)	25
6.3	Saveti o ishrani i prilagođavanje ishrane kod posebnih potreba	26
6.4	Podsticanje unosa tečnosti	27
6.5	Praktični primeri za podsticanje zdrave ishrane u nezi starih lica	28
7	Podsticanje psihosocijalnog zdravlja	30
7.1	Opšte informacije o psihosocijalnom zdravlju i njegovom značaju u starosti	30
7.2	Podsticanje mentalnog zdravlja	30
7.3	Podsticanje socijalnih kontakata	31
7.4	Uloge negovatelja u unapređenju psihosocijalnog zdravlja	32
7.5	Primeri iz prakse za unapređenje psihosocijalnog zdravlja	33
8	Kognitivna aktivacija i mentalno zdravlje	35
8.1	Značaj mentalne aktivnosti u starosti	35
8.2	Metode za kognitivnu aktivaciju	35
8.3	Primena digitalnih tehnologija za kognitivnu aktivaciju	36
8.4	Podsticanje mentalnog zdravlja kod osoba sa demencijom	37
8.5	Primeri iz prakse za unapređenje kognitivnog zdravlja	39
9	Podsticanje zdravlja sna	41
9.1	Značaj sna za zdravlje u starosti	41
9.2	Poremećaji sna kod starih osoba	41
9.3	Mere za unapređenje zdravlja sna	42
9.4	Postupanje sa problemima spavanja kod osoba sa demencijom	43
9.5	Primeri iz prakse za unapređenje zdravlja sna	44
10	Podsticanje zdravlja kože	46
10.1	Značaj zdravlja kože u starosti	46
10.2	Podsticanje zdravlja kože kroz negu tela i zaštitu kože	46
10.3	Mere za prevenciju dekubitusa	47
10.4	Postupanje sa oboljenjima kože	48
10.5	Primeri iz prakse za podsticanje zdravlja kože	48
11	Promocija zdravlja kroz prevenciju	50
11.1	Vrste prevencije	50
11.2	Mere prevencije za sprečavanje bolesti	50
11.3	Sprečavanje padova	51
11.4	Prevencija infekcija	52
11.5	Primeri iz prakse za prevenciju u gerijatrijskoj nezi	53
12	Samonega o sebi i zdravstveno obrazovanje	55
12.1	Definicija i značaj kompetencije za samonegu	55
12.2	Podsticanje sposobnosti samonege kod stanovnika	55
12.3	Zdravstveno obrazovanje i edukacija pacijenata	56
12.4	Uloga negovatelja u podsticanju kompetencije za samonegu	57
12.5	Primeri iz prakse za podsticanje kompetencije samonege	58
13	Uključenje rodbine u promociju zdravlja	60
13.1	Značaj rodbine za unapređenje zdravlja korisnika	60
13.2	Uključivanje rodbine u mere za unapređenje zdravlja	60
13.3	Obuke za članove porodice	61
13.4	Komunikacija sa članovima porodice o merama za očuvanje zdravlja	62
14	Samonega i unapređenje zdravlja negovatelja	64
14.1	Značaj samonege za negovatelje	64
14.2	Mere za prevazilaženje stresa	64
14.3	Ravnoteža između posla i privatnog života i upravljanje pauzama	65
14.4	Zdrava ishrana i kretanje za negovatelje u staračkoj nezi	67
14.5	Psihološka podrška i supervizija	68
15	Etčki i pravni aspekti unapređenja zdravlja	69
15.1	Samostalnost i autonomija stanara pri merama za unapređenje zdravlja	69
15.2	Uzimanje u obzir kulturnih i verskih aspekata	70
15.3	Pravni osnovi promocije zdravlja (SGB V, SGB XI)	70
15.4	Odgovornost negovatelja u oblasti unapređenja zdravlja	71
16	Primeri slučajeva i praktične primene	73
16.1	Studijski slučaj: Sprovođenje podsticanja pokreta u ustanovi za negu	73
16.2	Studijski slučaj: Povećanje unosa tečnosti kod stanovnika sa rizikom od dehidracije	74
16.3	Primer: Mere za prevenciju dekubitusa	75
16.4	Refleksija prakse nege na osnovu studija slučajeva	76

1 Uvod

1.1 Značaj promocije zdravlja u nezi starih osoba

Promocija zdravlja u nezi starih lica ima za cilj trajno poboljšanje kvaliteta života starijih osoba. Sa starenjem se povećava rizik od hroničnih bolesti i gubitka funkcija. Mere koje promovišu zdravlje suprotstavljaju se tome jačanjem fizičkih, psihičkih i socijalnih resursa. Centralni cilj je očuvanje samostalnosti. Na taj način stanari mogu duže ostati aktivni u društvenom životu i sačuvati svoje dostojanstvo.

Prevenција i promocija zdravlja smanjuju incidenciju bolesti i time dugoročno smanjuju troškove nege. Oni rasterećuju zdravstvene sisteme i doprinose ekonomskoj stabilnosti. Na individualnom nivou, promocija zdravlja smanjuje potrebu za negom i poboljšava dobrobit. Mere kao što su programi vežbanja i savetovanje o ishrani pomažu članovima porodice koji pružaju negu da se bolje izbore sa svakodnevnim izazovima.

Psihosocijalni faktori kao što su socijalna integracija i mentalno zdravlje imaju odlučujući uticaj na dobrobit. Kroz izgradnju podržavajućih mreža i podsticanje socijalnih aktivnosti smanjuje se usamljenost i jača mentalno zdravlje. Stanari dobijaju emocionalnu podršku, što smanjuje prevalenciju depresije i anksioznosti.

Značaj promocije zdravlja ogleda se u poboljšanom kvalitetu života i povećanom zadovoljstvu. Negovatelji igraju integrativnu ulogu ovde, tako što motivišu i inspirišu stanare da učestvuju u programima promocije. Oni deluju kao posrednici i podrška, koji se prilagođavaju individualnim potrebama.

Ukratko, promocija zdravlja u nezi starih lica doprinosi kako povećanju životne radosti stanara, tako i optimizaciji procesa nege. Ona je suštinski deo holističkog pristupa nezi.

1.2 Uloga zdravstvenih radnika u unapređenju zdravlja

Negovatelji su ključni akteri u promociji zdravlja u ustanovama za negu starih lica. Njihova uloga obuhvata nekoliko ključnih aspekata: procenu, planiranje, sprovođenje i evaluaciju mera za unapređenje zdravlja.

Procena je prvi korak u kojem negovatelji analiziraju zdravstveno stanje stanara. Oni ispituju fizičke, psihičke i socijalne potrebe. Ova analiza predstavlja osnovu za formulaciju individualnih ciljeva za promociju zdravlja.

U fazi planiranja, negovatelji razvijaju mere prilagođene pojedincima. One su usmerene prema individualnim potrebama i životnoj stvarnosti stanara. U tom procesu, oni se oslanjaju na interdisciplinarnu saradnju, na primer sa lekarima i terapeutima. Ovo garantuje da su planirane mere sveobuhvatne i holističke.

Sprovođenje zahteva koordinisan pristup. Negovatelji deluju kao direktne kontakt osobe koje integrišu mere u svakodnevni život stanara. Oni motivišu i podržavaju stanare da aktivno učestvuju. Ovo zahteva empatiju, sposobnost komunikacije i sposobnost da se izgradi poverenje.

Za evaluaciju, negovatelji kontinuirano proveravaju efikasnost mera. Oni posmatraju stanare, dokumentuju napredak i prilagođavaju strategije po potrebi. Ova povratna petlja je presudna za postizanje održivih poboljšanja.

Osoblje za negu takođe ima zadatak da uključi članove porodice u proces. Oni informišu i savetuju kako bi obezbedili optimalnu podršku stanaru. Negovatelji se staraju da članovi porodice razumeju kako mogu doprineti zdravom načinu života.

Pored toga, oni su uzori u oblasti promocije zdravlja. Time što sami negovatelji praktikuju zdravstveno svesne obrasce ponašanja, stvaraju podržavajuće okruženje za stanare. Njihovo ponašanje odražava važnost promocije zdravlja i podstiče stanare da samoinicijativno preduzmu mere.

U obuci i daljem obrazovanju, negovatelji moraju kontinuirano biti školovani kako bi ostali u toku sa najnovijim metodama i konceptima promocije zdravlja. Samo sa aktuelnim znanjem, oni mogu efikasno ispunjavati svoju ulogu i sveobuhvatno unaprediti kvalitet života stanara.

2 Osnove unapređenja zdravlja

2.1 Ciljevi unapređenja zdravlja

Zdravstvena promocija u nezi starih lica ima za cilj očuvanje i unapređenje fizičkog, mentalnog i socijalnog zdravlja stanovnika. To podrazumeva poboljšanje dobrobiti i kvaliteta života jačanjem resursa i minimiziranjem rizika. Ključna stvar je podsticanje samostalnosti kako bi se stanovnicima omogućio aktivan i samostalan život.

U fokusu je produženje godina zdravog života. Preventivne mere treba da spreče bolesti povezane sa starošću i podrže stabilnost stanovnika. Pri tome je važno uzeti u obzir individualne potrebe i sposobnosti. Ciljanim informacijama i podrškom jača se odgovornost stanovnika.

Još jedan cilj je osiguranje socijalne participacije. Socijalna interakcija i zajedničke aktivnosti pomažu u izbegavanju izolacije i izgradnji ili očuvanju socijalnih mreža. Promocija pokreta i kognitivna aktivacija podržavaju mobilnost i mentalno zdravlje, što je ključno za autonomiju.

Konačno, zdravstvena promocija doprinosi smanjenju opterećenja zdravstvenog sistema odlaganjem potreba za negom i smanjenjem pojave hroničnih bolesti. To podstiče individualno blagostanje, kao i društvenu korist kroz povećan kvalitet života u poznijim godinama.

2.2 Razlike između prevencije i unapređenja zdravlja

Prevencija i promocija zdravlja su usko povezane, ali pokazuju važne razlike. Prevencija se fokusira na sprečavanje bolesti ili njihovog napredovanja. Cilj je smanjenje faktora rizika i izbegavanje specifičnih oboljenja. Preventivne mere su uglavnom reaktivne i često se primenjuju kada je već identifikovan zdravstveni rizik. Tipični primeri su vakcinacije, pregledi za rano otkrivanje bolesti ili mere za prevenciju padova.

Promocija zdravlja, s druge strane, je proaktivna i sveobuhvatnija. Cilj joj je jačanje opštih zdravstvenih resursa i sposobnosti pojedinca ili zajednice. Umesto da se samo fokusira na odbranu od bolesti, ona promoviše holističko poboljšanje fizičkog, psihičkog i socijalnog blagostanja. Promocija zdravlja naglašava autonomiju i mogućnost svesnog uticaja na sopstvene životne okolnosti.

Osnovna razlika leži i u odgovornosti: prevenciju uglavnom iniciraju profesionalci u oblasti zdravstva, dok promocija zdravlja zahteva aktivno uključivanje i suodgovornost pojedinca. Pored toga, promocija zdravlja se oslanja na širok spektar pristupa koji uključuju ponašanje, okruženje i životne uslove.

Praktičan primer ilustruje razliku: dok prevencija u kontekstu nege starijih podrazumeva pružanje programa za prevenciju padova, promocija zdravlja bi mogla da obuhvati oblikovanje okruženja koje podstiče kretanje i olakšava socijalnu participaciju, kako bi se poboljšalo opšte blagostanje. Oba pristupa su važna u nezi starijih i dopunjuju se u praksi kako bi se obezbedila holistička nega.

2.3 Teorijski modeli zdravstvenog unapređenja

Teorijski modeli nude korisne okvire za razvoj i primenu promocije zdravlja. Neki od najvažnijih modela su model salutogeneze, model zdravstvenog uverenja, trans-teorijski model promene ponašanja i ekološki medicinski model.

Model salutogeneze Aarona Antonovskog fokusira se na nastanak zdravlja umesto na prevenciju bolesti. Istražuje šta ljude održava zdravima uprkos stresnim okolnostima. Ključni pojam u njemu je osećaj koherentnosti, koji se sastoji od tri komponente: razumljivost, upravljivost i smislenost. Jak osećaj koherentnosti podržava upravljanje stresom i time zdravlje.

Model zdravstvenog uverenja se bavi individualnim uverenjima kao determinantama ponašanja u vezi sa zdravljem. Zasniva se na pretpostavci da ljudi sprovode ponašanje vezano za zdravlje kada se osećaju podložnim zdravstvenom problemu, smatraju ga ozbiljnim, imaju pozitivna očekivanja od mere i vide prepreke kao savladive. Model se koristi za objašnjavanje i predviđanje ponašanja kao što su vakcinacije ili preventivni pregledi.

Trans-teorijski model opisuje faze promene ponašanja: nedostatak namere, formiranje namere, priprema, delovanje i održavanje. Uzimajući u obzir da ljudi prolaze kroz različite faze pre nego što postignu trajnu promenu ponašanja, intervencije bi trebalo prilagoditi odgovarajućoj fazi kako bi povećale šanse za uspeh.

Ekološki medicinski model ističe značaj okoline za zdravlje. Naglašava ulogu fizičkih, socijalnih i kulturnih faktora. Promocija zdravlja oslanja se ovde na modifikaciju okruženja kako bi se olakšalo zdravo ponašanje. Ovo naglašava potrebu za interdisciplinarnim pristupima.

Ovi modeli zajedno nude širok spektar metoda i perspektiva za promociju zdravlja. Pomažu u rešavanju složenih zdravstvenih izazova i nude praktične pristupe za poboljšanje blagostanja u nezi starijih osoba. Korišćenjem ovih modela, negovatelji mogu delovati ciljano i implementirati efikasne strategije za promociju zdravlja.

2.4 Značaj promocije zdravlja za stanare, negovatelje i društvo

Zdravstvena promocija u nezi starih osoba pozitivno utiče na stanovnike, negovatelje i društvo u celini. Za stanovnike, zdravstvena promocija pre svega znači poboljšanje kvaliteta života. Mere za unapređenje zdravlja podržavaju očuvanje samostalnosti i smanjuju rizik od zdravstvenih ograničenja. Aktivnim učešćem u programima za promociju zdravlja, starije osobe mogu duže voditi samostalan i ispunjen život.

Negovatelji takođe imaju koristi od strategija za promociju zdravlja. Zdravija sredina stanovnika smanjuje fizičko i psihičko opterećenje u svakodnevnom radu. Kroz preventivne i resursno orijentisane pristupe, smanjuju se naponi u nezi, jer se javlja manje akutnih zdravstvenih problema. Pored toga, negovatelji proširuju svoje stručne kompetencije i jačaju svoje profesionalno zadovoljstvo putem zdravstvene promocije. Obuke u zdravstvenoj promociji poboljšavaju kvalifikacije i pripremaju za složene situacije u nezi.

Sa društvenog stanovišta, zdravstvena promocija doprinosi održivom olakšanju zdravstvenog sistema. Smanjenje hroničnih bolesti i potreba za negom snižava troškove u zdravstvenom sektoru. Mere promocije zdravlja podstiču društvenu participaciju i smanjuju izolaciju i isključenost starijih osoba. Takođe, ohrabruju kulturu prevencije i brige, što deluje i šire nego unutar pojedinačnih ustanova.

Na kraju, zdravstvena promocija predstavlja situaciju u kojoj svi dobijaju i integralni je deo održive nege starih osoba. Jačanjem zdravlja i dobrobiti starijih osoba i onih koje se o njima brinu, rešava se osnovni društveni izazov koji postaje sve značajniji sa starenjem populacije. Promocija zdravih stilova života i okruženja stoga ima centralnu ulogu u merama nege za starije osobe

3 Promocija zdravlja prema Ottavskoj povelji

3.1 Opšte o Otavskoj povelji

Otaška povelja usvojena je 1986. godine na prvoj Međunarodnoj konferenciji o promociji zdravlja u Otavi, Kanada. Ona predstavlja prekretnicu u promociji zdravlja. Povelja naglašava da zdravlje nije samo odsustvo bolesti. Ono obuhvata fizičko, mentalno i socijalno blagostanje.

Cilj Otaške povelje jeste stvaranje uslova da svi ljudi postignu visok nivo autonomije nad svojim zdravljem. Povelja postavlja pet ključnih strategija delovanja za to: razvoj politike koja promoviše zdravlje, stvaranje okruženja koje podstiče zdravlje, jačanje rada zajednice, razvoj ličnih sposobnosti i nova orijentacija zdravstvenih usluga.

Ove strategije imaju za cilj omogućavanje sveobuhvatne promocije zdravlja, koja ide dalje od prevencije. Pritom paralelnost mera igra važnu ulogu, jer samo međusobno povezano delovanje vodi ka održivim rezultatima.

Povelja takođe ističe važnost odgovornosti za zdravlje na svim društvenim nivoima. Pojedinci, zajednice, organizacije i vlade su pozvani da doprinesu promociji zdravlja. Centralni koncept je "Zdravlje u svim politikama", što zahteva razmatranje zdravstvenih uticaja u svim društvenim procesima odlučivanja.

Otaška povelja ostaje dinamičan okvir koji se prilagođava promenjivim društvenim uslovima i pruža dragocen vodič za mere promocije zdravlja i u domenu nege starih osoba.

3.2 Oblasti delovanja Otaške povelje

Mere za zdravstveno unapređenje u okviru Otava povelje obuhvataju različite oblasti delovanja koje imaju za cilj da obezbede sveobuhvatno blagostanje. Te oblasti delovanja su:

Razvoj politika za zdravstveno unapređenje

Zdravstveno unapređene politike uključuju donošenje smernica i zakona koji promovišu zdravlje u svim životnim oblastima. U nezi starih lica to znači razvijanje standarda koji promovišu zdravlje i blagostanje stanovnika, istovremeno podržavajući osoblje za negu. Ovo se može postići poboljšanjem uslova rada ili obezbeđivanjem dovoljno resursa.

Izgradnja životnih sredina za zdravstveno unapređenje

Životne sredine za zdravstveno unapređenje stvaraju okruženje koje direktno podržava zdravlje stanovnika. U ustanovama za negu to znači dizajniranje prostora koji promovišu mobilnost i socijalnu interakciju. Primeri uključuju građevinske standarde bez barijera, zone za odmor i zajedničke prostore koji pozivaju na boravak i interakciju. Jednako je važna i uključenost u zajednicu kako bi se podstakli socijalni kontakti.

Podrška zajedničkim akcijama za zdravstveno unapređenje

Rad u zajednici ima za cilj da podstakne aktivno učešće stanovnika i njihovih porodica. Ovo obuhvata inicijative koje omogućavaju razmenu ideja i zajedničko rešavanje društvenih izazova. U nezi starih lica, ovo znači davanje glasa stanovnicima, na primer, kroz savete stanovnika ili zajednički planirane aktivnosti za slobodno vreme koje uključuju i komšiluk.

Razvoj ličnih kompetencija

Jačanje ličnih kompetencija obuhvata obrazovne i podržavajuće programe koji pomažu stanovnicima da aktivno oblikuju svoje zdravlje. U ustanovama za negu, radionice o zdravoj ishrani, kretanju ili upravljanju stresom mogu starijim stanovnicima preneti nove veštine i ojačati njihovu samoučinkovitost.

Preraspodela zdravstvenih usluga

Zdravstvene usluge treba više da budu usmerene na prevenciju i pacijenta. U nezi starih lica, ovo znači razvijanje koncepata nege koji se prilagođavaju individualnim potrebama stanovnika i osiguravaju holistički pristup. Saradnje između ustanova za negu, lekara i drugih pružalaca zdravstvenih usluga mogu obezbediti kontinuiranu negu i olakšati prelaz između različitih oblika nege i lečenja.

Ove oblasti delovanja se međusobno prožimaju i jačaju sposobnost nege starih lica da odgovori na različite zdravstvene potrebe stanovnika. One pružaju strukturiran pristup stvaranju podržavajućeg okruženja koje stavlja dobrobit stanovnika u središte pažnje.

3.3 Primena Ottawske povelje u nezi starih lica

Za sprovođenje Otavske povelje u nezi starih lica, integracija njenih pet strategija delovanja u svakodnevicu nege je od suštinskog značaja. Zdravstveno-promotivna politika unutar ustanova za negu može se ostvariti redovnim evaluacijama i prilagođavanjem koncepata nege trenutnim zdravstveno-političkim spoznajama. U ovom procesu ključna je uključenost negovatelja u procese donošenja odluka kako bi se uzelo u obzir opterećenje na radu i obezbedili zdraviji radni uslovi.

Oblikovanje zdravstveno-promotivnih životnih sredina moguće je stvaranjem bezbedne, bezbarijerne i socijalno podsticajne okoline. Ovde su podjednako važni građevinski zahvati kao i sprovođenje programa koji podstiču socijalne interakcije, poput zajedničkih aktivnosti sa volonterima iz zajednice ili redovnih kulturnih događaja.

Podrška zajedničkom radu zahteva aktivno uključivanje stanovnika i njihovih rođaka u procese odlučivanja. Uspostavljanje saveta u kojima su stanovnici saslušani i gde mogu izneti predloge podstiče participaciju. Inicijative poput pomoći u susedstvu ili međugeneracijskih projekata doprinose stvaranju osećaja zajedništva.

7 Ovo je samo pregled

Celokupna knjiga je dostupna na <https://www.altenpflege.de> za registrovane korisnike. Registracija i korišćenje su besplatni. Ko ne želi da se registruje, može uplatiti iznos naveden na stranici 2 putem Paypala na buchhaltung@factsoft.de i pri tome navesti i naslov knjige i adresu e-pošte. Nakon toga će PDF biti poslat putem e-pošte.

Pored besplatnog pristupa kratkim udžbenicima, registracija na [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de) omogućava direktno apliciranje za poslove. Takođe, i postavljanje besplatnih oglasa za posao. Postanite i vi deo [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de) zajednice.