

Die individuelle,
persönliche und
etwas andere
Unterstützung für
Senioren zu Hause
oder in Senioren-
einrichtungen



Lebensfreude
IM ALTER



© Yuri Arcurs - Fotolia.com

„Es geht nicht darum, dem Leben mehr Tage zu geben, sondern den Tagen mehr Leben.“

Cicely Saunders

Den Alltag gemeinsam gestalten

***Die normalen Dinge des Alltags gehen Ihnen nicht mehr so einfach von der Hand?
Sie benötigen Unterstützung und wünschen Gesellschaft?***

Zusammen mit Ihnen oder Ihrem Familienmitglied den Alltag zu bestreiten und so dafür Sorge zu tragen, dass Sie oder Ihr Familienmitglied weiterhin am gesellschaftlichen Leben teilnehmen ist mein Ziel.

Alltagsunterstützung bedeutet für mich, tägliche Aufgaben mit Ihnen oder Ihrem Familienmitglied zu erledigen. Dabei handelt es sich sowohl um alle Aufgaben im Haushalt aber durchaus auch um gemeinsame Aktivitäten wie z. B. kulturelle Veranstaltungen oder gemeinsame Spaziergänge.

Natürlich gibt es Ausnahmen: Wenn die körperliche und/oder geistige Verfassung es nicht zulässt, erledige ich die täglich anfallenden Tätigkeiten auch alleine.

Ich bin dabei nur eine Hilfe und gebe Ihnen oder der Ihnen nahestehenden Person Sicherheit. Das selbst bestimmte Handeln steht bei mir im Vordergrund.

Ein ausgefülltes, soziales und aktives Leben ist verantwortlich für das allgemeine Wohlbefinden und die Lebensfreude.

Schenken Sie Zeit

Sie möchten sich und Ihrem Familienmitglied etwas Schönes und Ausgefallenes schenken?

Leider holt uns der Alltag schneller ein als uns lieb ist. Da sind die Kinder, der Mann, der Haushalt, die Arbeit, die Freunde, die Eltern oder der Onkel und die Tante ...

Das alles unter einen Hut zu bekommen, ist eine große Herausforderung. Leider hat der Tag nur 24 Stunden und einen Teil davon verschlafen wir.

Sie unterstützen einen Angehörigen zu Hause oder in einer Senioreneinrichtung? Ich übernehme die Besuche, wenn Sie verhindert sind.

Sie haben wenig Zeit, da Sie weiter entfernt wohnen? Ich übernehme die Betreuung, wenn Sie nicht da sind.

Ihr Angehöriger lebt in einer Senioreneinrichtung? Ich biete zusätzliche Betreuung an.

Denn die Betreuung im Seniorenheim ist gut, aber oft zu pauschal. Das Individuum geht verloren und oftmals fehlt dem Personal einfach die Zeit, um auf die Bewohner einzugehen.

Ob im Seniorenheim oder auch zu Hause, ich kann jeden Tag zu einer schönen Erinnerung werden lassen.

So haben Sie die Möglichkeit, sich Ihre Zeit so einzurichten, dass ein Besuch Ihrer Angehörigen nicht unter Stress und Zeitdruck unternommen wird, sondern dann, wenn Sie Zeit und Ruhe haben.



„Das Leben der Eltern ist das Buch, in dem die Kinder lesen.“

Aurelius Augustinus



© tina7si - Fotolia.com

„Die Erinnerung ist das einzige
Paradies, aus dem wir nicht ver-
trieben werden können.“

Jean Paul

Wenn Dinge nicht mehr so sind, wie sie einmal waren

Sie möchten Ihren demenziell veränderten Angehörigen gut aufgehoben wissen?

Sehr viele Senioren erreichen ihr hohes Alter nicht bei geistiger Gesundheit. Ich habe mich aus diesem Grunde intensiv mit diesem Thema beschäftigt, habe viele Lehrbücher studiert und eine Weiterbildung zur Betreuungsassistentin §87b/45b absolviert.

Im Umgang mit demenziell erkrankten Menschen muss man verstehen lernen, was diese bewegt, wenn sie Dinge tun, die für uns unverständlich sind. Da es unterschiedliche Phasen der Demenz gibt, ist es wichtig, den Menschen da abzuholen, wo er gerade steht und entsprechend auf ihn einzugehen. Bestehende Fähigkeiten sind zu erhalten und zu fördern. Durch die Krankheit wird vieles vergessen, aber andere Sinne werden gestärkt. So ist die emotionale Ebene wesentlich stärker ausgeprägt als vor der Erkrankung.

Leider gehen mit einer Demenz auch andere Krankheiten einher, wie Depressionen und bedingt durch das Alter Arthrose und Diabetes. Dies müssen wir wissen und wir müssen vorbereitet sein.

Man spricht bei der Alzheimer Demenz auch von einer Familienkrankheit, da die Betreuung eines erkrankten Familienmitgliedes eine Herausforderung für die ganze Familie oder den pflegenden Ehepartner ist.

Mir liegt sehr viel an einem respektvollen Umgang mit demenziell veränderten Menschen. Ich möchte Sie bei der täglichen Betreuung des erkrankten Angehörigen oder geliebten Menschen entlasten. Für die demenziell veränderten Menschen möchte ich eine kleine Stütze im Alltag sein, wenn Sie nicht zur Verfügung stehen.

Angenehme Reise

Sie sind unternehmungslustig?

Es gibt bestimmt viele Plätze auf dieser Welt, die Sie schon bereist haben, und es sind bestimmt auch viele Erinnerungen an schöne Momente daran geknüpft. Oder es gibt Träume von Orten, die Sie bereisen und sehen möchten.

Leider ist in unserer Schnellebigkeit oft kein Platz für ein entschleunigtes Handeln. Entscheidungen müssen schnell getroffen werden, Anfragen werden über das Internet getätigt und Termine müssen eingehalten werden, um die Anschlüsse zu bekommen.

Dies sind oft Hinderungsgründe und führen zu Verunsicherungen. Gerne nehme ich diese Hindernisse für Sie und erarbeite mit Ihnen zusammen eine individuelle Reise (auch Tagesreisen), ganz nach Ihrem Geschmack, seniorengerecht und in aller Ruhe. Wagen Sie sich aus der gewohnten Umgebung und lassen Sie Erinnerungen aufleben oder machen Sie neue Erfahrungen.

Ich begleite Sie (auch mit Ihrem Partner oder Freundin / Freund), wenn Sie auch während der Reise Unterstützung benötigen.

Oft ist es ein körperliches Handicap, welches den Einsatz eines Rollstuhls notwendig macht. Ich habe einen Rollstuhl-Lehrgang absolviert und bin so in der Lage, Sie überall hin zu bringen.

Es gibt somit keine Hindernisse mehr und Sie können Ihre Wunschorte bereisen.



„Nicht in die ferne Zeit verliere
dich. Den Augenblick ergreife,
Der ist dein.“

Friedrich Schiller



© Yuri Arcurs - Fotolia.com

„Sobald der Geist auf ein Ziel gerichtet ist, kommt ihm vieles entgegen.“

Johann Wolfgang von Goethe

Die Gesundheit stärken und vorbeugen

Sie möchten nicht einrostern, sondern sich bewegen?

Die Bewegung

Die Bewegungsarmut ist zwar bequem, dafür ein aber um so gefährlicherer Risikofaktor, dessen Auswirkungen meist erst mit zunehmendem Alter unmittelbar spürbar werden.

Es gibt nur ein wirksames Gegenmittel: Absage an eine allzu große Bequemlichkeit und Bereitschaft zu vermehrter körperlicher Aktivität.

Bis zu meinem achtzehnten Lebensjahr habe ich Leistungssport betrieben und wurde vom Land NRW gefördert. Meine Liebe zum Sport ist mir bis heute erhalten geblieben, und dies teile ich gerne mit Ihnen oder Ihrem Angehörigen.

Der Spaziergang für Tierliebhaber

Meine zwei Vierbeiner „Marie“ und „Biene“ sind einfühlsame, brave und unternehmungslustige Hunde. Sie werden gerne gestreichelt und gehen für ihr Leben gerne spazieren. Dies steckt an und man bekommt von den beiden während des Spaziergangs viel Freude geschenkt (lassen Sie sich überraschen). Wir freuen uns auf Ihre Begleitung oder die Ihrer Angehörigen.

Training für den Kopf

Das Internet ist ein Medium, welches in der Lage ist, uns Erinnerungen aus der Vergangenheit, Gegebenheiten aus der Gegenwart und Visionen aus der Zukunft näher zu bringen.

Mit nur wenigen Eingaben können Sie kommunizieren, Bilder anschauen und sich informieren. Sollten Sie dieses Medium noch nicht für sich entdeckt haben, lohnt es sich bestimmt, es mit mir kennen zu lernen.

Über mich – Lebensfreude im Alter

Mein Name ist Ulrike Berens und ich bin Anfang 40. Die Aufgabe der Seniorenbegleiterin ist mir eine Herzensangelegenheit. Ich schätze und respektiere das Alter sehr. Im Mittelpunkt steht bei mir immer der Mensch.

Die Unterstützung von Senioren wurde mir schon früh durch meine Mutter ans Herz gelegt. Sie ist inzwischen über 75 Jahre alt, regelmäßig unternehmen wir etwas gemeinsam und haben viel Spaß. Sie bestätigt mir, dass all dies ohne meine Hilfe nicht möglich wäre.

Meine Organisationsfähigkeit und soziale Kompetenz begleiten mich schon mein gesamtes Berufsleben. Nach einer bewußten Findungspause habe ich mich für einen Berufswechsel entschieden und eine Weiterbildung zur Betreuungsassistentin §87b/45b absolviert.

Ich freue mich auf Ihren Anruf.



Bei meiner Dienstleistung handelt es sich um ein ganz persönliches und individuelles Angebot. Ich stelle keinen festen Stundensatz in Rechnung. Nach einem persönlichen, kostenfreien Erstgespräch erstelle ich Ihnen ein auf die Person zugeschnittenes Angebot.

Für weitere Informationen besuchen Sie mich im Internet unter: www.lebensfreude-imalter.de

Lebensfreude IM ALTER

Ulrike Berens

Zur Glessener Höhe 30a

50129 Bergheim/Glessen

Telefon: 02238 / 8 46 82 44

Mobil: 0157 / 85 03 89 04

info@lebensfreude-imalter.de

www.lebensfreude-imalter.de

„Es ist nicht wenig Zeit, die wir haben,
sondern es ist viel Zeit, die wir nicht nutzen.“

Lucius Annaeus Seneca