

Angebot SeniorenBegleitung

Einkaufen – Organisation – Gesellschaft – Begleitung

Gemeinsames Tun und Sein macht einfach mehr Freude,
ist schöner, leichter und weniger einsam.



Einkaufen

Ich kaufe für Sie ein

- Lebensmittel, Kleidung, Geschenke, Arzneimittel etc.
- mit Ihnen gemeinsam oder
- als Serviceleistung bis zu Ihrer Haustür oder in Ihre Wohnung



Organisation

Wir organisieren gemeinsam und ich unterstütze Sie bei der Umsetzung

- helfe beim Erledigen Ihres privaten und behördlichen Schriftverkehrs rund um Pflege, Kranken-/Pflegekasse, Versicherungen etc.
- plane Termine bei Ärzten, Therapeuten, Behörden
- unterstütze Sie im Haushalt und bei „kleinen“ Gartenarbeiten – bei Tätigkeiten, die Sie nicht mehr leisten können oder die Ihnen schwerfallen. Hier ist die gemeinsame Zeit und die Begegnung im Fokus, in der ganz nebenbei notwendige Alltagsdinge erledigt werden, wie z. B. Böden säubern, Wäsche aufhängen etc.
- bereite mit Ihnen alles Notwendige vor für einen Urlaubs-, Krankenhaus- oder Reha-Aufenthalt
- plane Besuche bei Familie, Freunden, Bekannten oder die Begleitung zu einer Veranstaltung
- halte Kontakt mit Ihren Angehörigen, die nicht in der Nähe leben, und informiere auf Wunsch regelmäßig über gemeinsame Aktivitäten und das Befinden

- plane mit Ihnen Ihren Geburtstag oder ein anderes schönes Fest
- helfe beim Aufräumen und Strukturieren, Loslassen und Sich-Trennen von Altem
- unterstütze Sie bei der Wahl eines Pflegedienstes, einer Haushaltshilfe oder eines Handwerkers



Gesellschaft und in Beziehung sein

Wir können reden und plaudern oder einfach mal still sein

- wir reden über Themen, die Sie erfreuen, erleichtern, belasten oder einfach interessieren
- Sie können in schönen oder auch schwierigen Erinnerungen schwelgen und haben eine aufmerksame ZuhörerIn
- wir gehen spazieren oder bewegen uns in der Natur
- gemeinsam führen wir für Sie passende Atem-/Bewegungsübungen durch
- ich lese Ihnen vor, wir hören gemeinsam Ihre Lieblingsmusik oder schauen einen schönen Film
- wir spielen, basteln, dekorieren, gehen gemeinsam Ihrem Hobby nach oder entdecken es vielleicht wieder ganz neu
- „ertüfteln“ seniorenrecht die neuen Medien – den Umgang mit dem PC, Tablet, Handy, Smartphone



Begleitung

Je nachdem, was gerade ansteht oder Sie (mal wieder) tun möchten, ich begleite Sie gern dorthin

- zu Ärzten, Therapeuten und sonstigen medizinischen Einrichtungen
- zum Friseur, zur Fußpflege, zur Senioren-Gymnastik oder in den Verein
- zur Kirche, zum Friedhof, zu Veranstaltungen, Theater oder Kino
- in Ihr Lieblingscafé oder -restaurant



Was wünschen Sie sich vielleicht außerdem noch?

Ich freue mich auf Sie - nehmen Sie gern Kontakt mit mir auf!