



RUNDSCHREIBEN ALTENHILFE

im Werra-Meißner-Kreis

INHALT DIESER AUSGABE

AKTIVIERENDER HAUSBESUCH
AUSSCHREIBUNG AKTION GENERTION
BROSCHÜRE „TECHNIK IM @LTER“
RÜCKSCHAU „Strategien gegen das Vergessen“
TERMINE

Der aktivierende Hausbesuch – Bewegung zu Hause

Regelmäßige Bewegung ist ein wichtiger Baustein für eine gute Mobilität und damit verbunden ein möglichst selbständiges Leben. Können übliche Bewegungsangebote, z.B. durch Sportvereine oder andere Anbieter aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr aufgesucht werden, kann der aktivierende Hausbesuch diese Lücke schließen. Er ist ein Bewegungsangebot für Menschen, die ihre Wohnung nicht oder nur schlecht verlassen können. Das betrifft manchmal auch pflegende Angehörige, die aufgrund der Pflege ihrer Angehörigen zeitlich und räumlich sehr eingeschränkt sind.

Der aktivierende Hausbesuch vereint die Komponenten Bewegung und „ins Gespräch kommen“ – eine halbe Stunde verbessern Bewegungsübungen die Mobilität und Koordination und stärken die Muskulatur, um Stürzen vorzubeugen, anschließend beschäftigt sich der auch 30ig-minütige Gesprächsteil mit Gesundheitsthemen, Alltagsorgen, Familiengeschichten, Gedächtnistraining u.v.m., um Isolation vorzubeugen und Schwierigkeiten rechtzeitig begegnen zu können.

Der Start des aktivierenden Hausbesuches erfolgt in Hessisch Lichtenau. Dort werden in Kooperation mit dem Sportkreis Werra Meißner e.V. im September Interessierte für ihren Einsatz als Bewegungspaten qualifiziert. Diese kommen ab Oktober 2016 zum Einsatz.

Nach einer kostenlosen „Schnupperstunde“ besuchen die Bewegungspaten die Senioren 1x wöchentlich für einen Unkostenbeitrag von 2,00 € pro Besuch, ein Kurs dauert 3 Monate.

Kontakt: Birgit Simon, Telefon 0176 57681988
E-Mail Birgit.Simon@fbs-Werra-Meissner.de

Ehrenamtliche gesucht

Bewegungspaten begleiten Menschen in Ihrem Zuhause mit gezielten Bewegungsangeboten zur Mobilisation und nehmen sich Zeit für Gespräche.

In einem 24stündigen Qualifizierungskurs werden die ehrenamtlichen Bewegungspaten in Kooperation mit dem Sportkreis Werra-Meißner auf die Tätigkeit vorbereitet. Er umfasst neben dem Erlernen von Bewegungsübungen die Themen Gesundheit im Alter und Kommunikation, sowie einen Erste-Hilfe-Kurs. Der Kurs startet im September 2016 in Hessisch Lichtenau.

Die ehrenamtlichen Bewegungspaten werden in ihrem Engagement von der Koordinatorin begleitet und können sich in regelmäßigen Treffen fortbilden und untereinander austauschen.

Kontakt: Birgit Simon

Tel. 0176 57681988

E-Mail: Birgit.Simon@fbs-Werra-Meissner.de

Broschüre Technik im @lter

Der demografische Wandel bringt es mit sich: Die Zahl der alleinlebenden, älteren und pflegebedürftigen Menschen wird in den nächsten Jahren signifikant ansteigen und der Bedarf an Unterstützung wird zu nehmen. Menschliche Hilfe ist kann allerdings durch technische entlastend ergänzt werden. So systeme die individuelle Selbstverbessern. Es gibt bereits eine auf dem Markt, jedoch ist es für kungen und Angehörige äußerst stehende dezentrale Informationsliegende Broschüre gibt einen stützungs-möglichkeiten in den Be-munikation und Wohnen, die auch sein können - beispielsweise Be-meldern, bei denen das Licht im schaltet wird oder ein Sessel mit der Selbständigkeit in der Mobilität. situation können verschiedene



Sicherheit erhöhen oder ein „kluger“ Tablettenspender erinnert an die Medikamenteneinnahme.

Die Beratungsstelle Technik im @lter des Werra-Meißner-Kreises hat diese und weitere Informationen in der Broschüre zusammengefasst, weitere Informationen erhalten Sie von Frau Mirijam Holhauer, 05651 302-2434, E-Mail Mirijam.Holzhauser@Werra-Meissner-Kreis.de, Bestellungen der Broschüre nimmt Frau Kerstin Lorbach unter 05651 302-2431, E-Mail Kerstin.Lorbach@Werra-Meissner-Kreis.de entgegen.

hierbei durch nichts zu ersetzen. Sie Hilfe und Assistenz sinnvoll und können altersgerechte Assistenzständigkeit und Lebensqualität Vielzahl technischer Unterstützung Senioren, Menschen mit Einschränk-schwierig, sich durch die be-vielfalt zu „kämpfen“. Die vor-Überblick über technische Unter-reichen Sicherheit, Mobilität, Kom-für jeden anderen sehr komfortabel leuchtungssysteme mit Bewegungs-Vorbeigehen automatisch einge-Aufstehfunktion zur Unterstützung Je nach individueller Lebens-Möglichkeiten des Notrufes die

Teilnahmebedingungen

Bewerben können sich Kom-munen und Gebietskörper-schaften sowie Vereine, Ver-bände und Institutionen in Zu-sammenarbeit mit der jeweili-gen Kommune.

Die Bewerbung ist schriftlich in 8-facher Ausführung bis zum **31. August 2016** an folgende Anschrift einzureichen:
Hessisches Ministerium für Soziales und Integration
Frau S. Höbig-Ohlemacher
Dostojewskistraße 4
65187 Wiesbaden
(Rückfragen bitte an [simone.hoebig-ohlemacher @ hsm.hessen.de](mailto:simone.hoebig-ohlemacher@hsm.hessen.de))

Ausschreibung Wettbewerb

Aktion Generation – lokale Familien stärken

Das Hessische Ministerium für Soziales und Integration schreibt zum zweiten mal den Wettbewerb „Aktion Generation – lokale Fa-milien stärken“ aus. Dafür stehen insgesamt 90.000 € Preisgelder zur Verfügung.

Aufgrund der demografischen Entwicklung verändern sich nicht nur die Bedürfnisse der Menschen, sondern auch das Verhältnis der Generationen zueinander wandelt sich.

Im Fokus der Ausschreibung steht das Miteinander der Generatio-nen. In den letzten Jahren haben sich zahlreiche Einzelprojekte und Initiativen (z.B. Generationenprojekte, Engagementlotsen, se-niorenbegleiter, ...) entwickelt, diese gilt es nun als Gesamtkonzept zusammen zu führen. Das eingereichte Konzept sollte regionale Angebote aufgreifen, ggf. neu und effektiver ausrichten und intelli-gent vernetzen. Das Netzwerkkonzept soll eine größere räumliche Einheit (Dorf, Stadtteil, mehrere Gemeinden, Quartier, Stadt. Regi-on) umfassen.

Weitere Informationen sind dem Informationsblatt des Hessischen Ministeriums für Gesundheit und Integration im Anhang zu ent-nehmen.

Großes Interesse an den „Strategien gegen das Vergessen“

Etwa 180 Teilnehmer erhielten bei der Veranstaltung zahlreiche Informationen und Anregungen zu Hintergründen und den Erkrankungen Demenz. Dr. arzt der Geriatrie am schilderte das Krank- zu diagnostischen und men. Eine nachgewiesen das Vergessen“ stellte der Geriatrie der Kliniken in Schwalmstadt dortigen Alzheimer Ge- „Sportbegleiter“ geschult präventive Bewegungs- aber auch um Demenz- Sportgruppen zu inter- führungen unter dem Titel



Frau Barbara Schwaiger, Psychiatrifachkrankenschwester, Validations-Trainerin und Lehrerin für Pflegebe- rufe den Teilnehmern einen Einblick in eine gelingende Kommunikation mit demenzkranken Menschen. Zum Schluss der Veranstaltung gab das Seniorenbüro/ Pflegestützpunkt Werra-Meißner noch Informatio- nen zu den bestehenden Versorgungsstrukturen des Werra-Meißner-Kreises. Flankierend konnten sich die Teilnehmer an den Ständen der ehrenamtlich im Bereich Demenz tätigen Organisationen zu deren vielfälti- gen Angeboten informieren.

Organisiert wurde die Veranstaltung vom Eschweger Fachpflegeverbund (siehe Bild) in Kooperation mit dem Werra-Meißner-Kreis, gefördert wurde sie durch die Alzheimer Gesellschaft und der Sparkassenstif- tung Werra-Meißner.

Qualifizierungen und Weiterbildung

Freiwillige Seniorenbe- gleitung in Eschwege	Pflegebotschafter	Bewegungspaten
<p>Ein gebührenfreier Kurs für interes- sierte Personen, die sich vorstellen können, ältere Menschen ehrenamtlich zu begleiten und sich auf diese Aufgabe vorbereiten möchten.</p> <p>Der Kurs findet vom 02.11.2016 bis 14.12.2016 in der Ev. Familienbil- dungsstätte Werra-Meißner statt. Am 12.10.2016, 17.00 -19.00 Uhr ist eine Informationsveranstaltung.</p> <p>Anmeldung bei der Ev. Familien- bildungsstätte Werra-Meißner, S. Bommhardt, A. Baumbach, 05651 3377001.</p>	<p>Pflegebotschafter kann jeder wer- den – in dieser dreistündigen Quali- fizierung am 28.09.2016 werden die Teilnehmer über Angebote für Pfle- gebedürftige und deren Angehörige (bes. Entlastungsangebote) infor- miert und können so diese Informatio- nen im direkten Umfeld an die Betroffenen weitergeben.</p> <p>Anmeldung bei der Ev. Famili- enbildungsstätte Werra-Meißner, A. Baumbach, 05651 3377001.</p>	<p>Bewegungspaten begleiten Men- schen in Ihrem Zuhause mit geziel- ten Bewegungsangeboten zur Mobi- lisation und nehmen sich Zeit für Ge- spräche.</p> <p>In einem 24stündigen Qualifizie- rungskurs werden die ehrenamtli- chen Bewegungspaten in Kooperati- on mit dem Sportkreis Werra- Meißner auf die Tätigkeit vorbereitet, der Kurs findet im September 2016 in Hessisch-Lichtenau statt.</p> <p>Kontakt: Ev. Familienbildungsstät- te Werra Meißner, Birgit Simon Tel. 0176 57681988, Birgit.Simon@ fbs-Werra-Meissner.de</p>



Termine und Veranstaltungen

Veranstaltungsreihe

„pflegende Angehörige stärken“

08. September 2016, 15.00 bis 17.00 Uhr

Tabakmuseum in Witzenhausen

03. November 2016, 15.00 bis 17.00 Uhr

Heilpflanzen für Nerven und Seele

01. Dezember 2016, 15.00 bis 17.00 Uhr

Weihnachtliche Stadtführung in Eschwege

Weitere Infos und Anmeldung im Seniorenbüro

Kreisseniorennachmittage

Vom 19. bis 21. September 2016,

jeweils ab 14.00 Uhr

sind alle Senioren des Werra-Meißner-Kreises ab 80 Jahren in die Stadthalle Eschwege eingeladen

Weitere Informationen /Anmeldungen erfolgen über die Stadt- und Gemeindeverwaltungen.

„Jung und Alt bewegt Demenz“

Weltalzheimerntag am 21.09.2016

von 10.00 Uhr bis 12.30 Uhr

auf dem Wochenmarkt in Eschwege

mit zahlreichen Informationen

Kontakt: Alzheimergesellschaft Werra-Meißner,
05651 3354179

Selbsthilfetag 2016

24. September 2016

Von 10.00 bis 14.00 Uhr

In der Stadthalle in Eschwege

Weitere Informationen:

Selbsthilfekontaktstelle Werra-Meißner-Kreis

05651 9592-20 oder -23,

selbsthilfekontaktstelle@werra-meissner-kreis.de

„Wenn nichts mehr zu machen ist,
können wir noch viel tun“

5. Hospiz- und Palliativtag

Werra-Meißner 2016

Im Kongresszentrum

Bad Sooden-Allendorf

Am 04. November 2016

Weitere Informationen: Hospiz- und Palliativ-
netz Werra-Meißner, 05651 9923951

In eigener Sache:

keine Außensprechzeiten im August!

Nächste Termine:

Großalmerode

am 01.09.2016, 9.30 bis 12.00 Uhr

Waldkappel

am 04.10.2016, 14.30 bis 16.30 Uhr

Kontakt: Seniorenbüro Werra-Meißner

Wir wünschen Ihnen eine schöne und erholsame
Sommer- und Urlaubszeit!