



# *Alltagsbegleiter als niederschwelliges Angebot*



## **Das Vorbereitungsteam**

- ***Pflegestützpunkt Konz***
- ***Malteser Besuchs- und Begleitungsdienst Konz***
- ***Lebenshilfe Kreisvereinigung Trier-Saarburg***
- ***Seniorenbeauftragter der Verbandsgemeinde Konz***

## ***Unsere Zielgruppe***

- ***Angesprochen wurden Damen und Herren, welche bereit sind auf rein ehrenamtlicher Basis älteren Menschen etwas Zeit zu schenken***
- ***Es werden keine pflegerischen oder hauswirtschaftlichen Arbeiten verrichtet***
- ***Erstattet werden max. die eigenen angefallenen Fahrtkosten***
- ***Alle sind über die jeweilige Organisation gegen Unfallfolgen und Haftpflichtansprüche versichert***
- ***Rund um die Uhr stehen gut ausgebildete Führungskräfte zur Verfügung, welche auch die „Erstkontaktgespräche“ führen.***
- ***Monatliche Treffen zum Erfahrungsaustausch und Fortbildung***

## **Unsere Referenten**

- ***Lebensberatung Saarburg***
- ***Malteser Hospizdienst Trier***
- ***Alzheimer Gesellschaft Trier***
- ***Malteser Besuchs- und Begleitungsdienst Konz***
- ***Sportgruppe Saarburg***
- ***Pflegestützpunkt Konz***
- ***Betreuungsverein Lebenshilfe Trier-Saarburg***
- ***Malteser Trauerarbeit Trier***
- ***Malteser Ausbildung Konz***

## **Vorbereitung in 8 Modulen**

- ***Gesprächsführung und Kommunikation mit älteren Menschen***
- ***Grundlagen zur Demenz, Umgang mit herausfordernden Verhaltensweisen***
- ***Beschäftigungsmöglichkeiten und Aktivierung älterer Menschen***
- ***Sturzprophylaxe und Bewegungsaktivierung***
- ***Pflegebedürftig: Was nun?***
- ***Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung und gesetzliche Betreuung***
- ***Das Leben gestalten: Bis zuletzt***
- ***Ganztägiger Erste Hilfe-Lehrgang***

# ***Modul 1 Gesprächsführung und Kommunikation***

- ***Aktives, aufmerksames, akzeptierendes Zuhören***
- ***Zeit haben, Gedanken, Gefühle und Bedürfnisse wertungsfrei akzeptieren, eigene Meinung zuerst einmal zurückhalten***
- ***Kontakt herstellen durch nonverbale Signale (Blickkontakt, Nicken, Tonfall, Mimik, Gestik etc.)***
- ***Aktuelle Gefühlslage erkennen und respektieren***
- ***Verständnis signalisieren und erst einmal auch „negative“ Bemerkungen zulassen.***

## ***Modul 2 Grundlagen zur Demenz***

- ***Was konkret verbirgt sich hinter dem Krankheitsbild „Demenz“?***
- ***Wie kann man eine „Altersvergesslichkeit“ von einer „Demenz“ unterscheiden?***
- ***Welche Hilfen und Unterstützungsmöglichkeiten für Demenzkranke und deren Angehörige gibt es?  
Wie ist das „Innen-Erleben“ dieser Menschen?***
- ***Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es und wie kann ich einem Erkrankten hilfreich begegnen?***

## ***Modul 3 Beschäftigungsmöglichkeiten***

- ***Im Vordergrund sollten möglichst praxisnahe Beispiele niederschwelliger Beschäftigungsmöglichkeiten stehen.***
- ***(gemeinsame Vorbereitungen zum Kochen  
Kartoffel- oder Gemüse schälen, Salat waschen etc.)  
Gesprächsaustausch über alte Kochrezepte, Basteln, einfache  
Bewegungsübung.***



## ***Modul 4 Sturzprophylaxe/Bewegung***

- ***Definition „Sturz“ Zahlen zur Häufigkeit in %***
- ***Äußerliche Einwirkungen, sowie körperliche Einschränkungen die zum Sturz führen können.***
- ***Teste zur Erkennung einer Sturzgefährdung aus motorischer Sicht***
- ***Möglichkeiten zum ständigen, gezieltem Training mit Übungen***

## ***Modul 5 Pflegebedürftig: Was nun?***

- ***Aufbau der Pflegeversicherung***
- ***Pflegegrade***
- ***Leistungsanspruch aus dem jeweiligen Pflegegrad***
- ***Voraussetzungen für die Anerkennung eines Pflegegrads***
- ***Begutachtung durch den medizinischen Dienst***
- ***Evtl. Widerspruchsverfahren***

## ***Modul 6***

### ***Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, gesetzliche Betreuung***

- ***Durch Unfall, Krankheit oder Alter kann jeder in eine Situation geraten, die ihm selbstständiges Handeln und Entscheiden unmöglich macht, wer handelt dann für mich?***
- ***Rechtzeitige Vorsorge schafft Klarheit und kann evtl. eine gesetzliche Betreuung verhindern.***

## ***Modul 7 Das Leben gestalten: Bis zu letzt***

- ***Krankheit und Sterben sind ein Teil des Lebens***
- ***In der Begleitung von „palliativ“ erkrankten Menschen geht es vor allem darum, die Lebensqualität so lange wie möglich zu erhalten.***
- ***Im Vordergrund stehen immer Informationen zu Palliativ-medizinischen Leistungen und der Umgang mit schwerkranken Patienten und deren Angehörigen.***

## ***Modul 8 Erste Hilfe***

- ***In einem ganztägigen Erste Hilfe Lehrgang wurde besonders auf Erkrankungen und Notfälle eingegangen, die bei älteren Menschen auftreten Anzeichen zum Erkennen von Herz-Kreislauf-Erkrankungen (Herzinfarkt oder Schlaganfall) etc.***
- ***Diabetes mellitus***
- ***Stürze (erneute Hinweise zur Sturzprophylaxe etc.)***

***Fragen ?***

***Vielen Dank  
für Ihre  
Aufmerksamkeit***