

FAHRT MIT DER RIKSCHA - REIN INS VERGNÜGEN

Es rollt eine Rikscha durchs Ried.

Wir bieten kostenlose Rikscha-Fahrten für alle Riedstädter an, die selbst nicht mehr in die Pedale treten können.

Bei einer Demenzerkrankung sollte die Rikscha nur in Begleitung einer vertrauten Person genutzt werden.

Konkrete Absprachen treffen Sie mit Nicole Novak und Stefanie Drozdzyński.



Wir suchen RIKSCHA-PILOTINNEN UND -PILOTEN!

Wenn Sie Interesse an einem Rikscha-Ehrenamt haben, melden Sie sich einfach bei uns – wir freuen uns auf Sie!



**Ihre Ansprechpartnerin der Initiative Atempause:
Stefanie Drozdzyński und Nicole Novak**

**Beratungsstelle für ältere Menschen im Südkreis
Riedstadt und Stockstadt am Rhein**

c/o Stiftung Soziale Gemeinschaft Riedstadt

Wilhelm-Leuschner-Straße 21
64560 Riedstadt-Erfelden

Telefon 06158. 822 573 10
Telefax 06158. 37 35
Mobil 0160. 94 87 36 18
info@beratungsstelle-riedstadt.de

Beratungstermine nach Vereinbarung

www.beratungsstelle-riedstadt.de

**Sprechzeiten:
Mittwochs bis 14:30 Uhr**



© 2022 Beratungsstelle für ältere Menschen im Südkreis Riedstadt und Stockstadt am Rhein | Fotos: Theisale und Innenseite Kaffeehäuser | Stock | Innenseite Schachspieler © Vlad Sagul | unsplash | Klappseite Rikscha © haza-foto.com



BERATUNGSSTELLE
FÜR ÄLTERE MENSCHEN IM SÜDKREIS
RIEDSTADT UND STOCKSTADT AM RHEIN



**RAUS AUS DEM HAUS -
REIN INS LEBEN!**

**GRUPPENAKTIVITÄT UND BESUCHSDIENST
FÜR MENSCHEN MIT UND OHNE DEMENZ**

GRUPPENANGEBOT

DABEISEIN - TROTZDEM

Männer-Treff im Ried

DIENSTAGS VON 10.00 – 12.00 UHR

Lust auf gemeinsames Kaffeetrinken und Freude an Geselligkeit?? Unsere Atempause-Gruppe richtet sich an Männer, die

- Geselligkeit mögen und gern mal die Tapete wechseln
- mit anderen zusammen Frühstückchen möchten
- Freude haben an Bewegung, Singen und kleinen Ausflügen
- sich mit Gehirntesting fit halten möchten

WER RASTET, DER ROSTET

Vom Alltag abschalten, Kraft tanken und die Muskeln stärken / Bewegungsgruppe

MITTWOCHS VON 10.00 – 12.00 UHR

Diese Gruppe richtet sich an Menschen, die

- Freude haben an Bewegung
- etwas für die Erhaltung ihrer körperlichen und geistigen Beweglichkeit tun möchten
- ihre Standfestigkeit und ihr Gleichgewicht fördern wollen
- ihr Wohlbefinden steigern möchten

Unter der Leitung einer qualifizierten Übungsleiterin.

DRANBLEIBEN - MITTEN IM LEBEN

Aktivierungsgruppe

FREITAGS VON 14.30 – 16.30 UHR

Allein Zuhause? Lust auf Unternehmungen?

Freude an Bewegung?

Diese Atempause-Gruppe richtet sich an Menschen, die

- gesundheitlich und mobil eingeschränkt sind und nicht mehr allein aus dem Haus gehen
- Geselligkeit mögen und gern mit anderen mehr erleben möchten, z.B. bei Ausflügen
- mit Bewegung und Gehirntesting ihre Gesundheit fördern möchten



BESUCHE ZU HAUSE - ZEIT FÜREINANDER HABEN

- Sie verbringen viel Zeit alleine zuhause?
- Erzählen Sie gerne von früher oder sind interessiert zu hören, was heute so im Ort geschieht?
- Gehen Sie auch mal spazieren oder haben Lust auf Karten spielen oder kleine Unternehmungen?

Unser Angebot richtet sich an ältere Menschen, die gesundheitlich eingeschränkt oder an einer Demenz erkrankt sind.

Die ehrenamtlichen Frauen und Männer unseres häuslichen Besuchsdienstes kommen zu Ihnen nach Hause und bringen Zeit und Aufmerksamkeit mit.

Haben Sie Interesse? Wir beraten Sie gerne!

Beratungsstelle für ältere Menschen. Bei vorliegender Pflegestufe können entstehende Kosten abgerechnet werden.

Ein **häuslicher Entlastungsdienst** ist für viele betroffene Familien eine wichtige Säule in der Bewältigung der Herausforderungen im Alltag. Nach vorhergehenden Gesprächen und der Klärung der persönlichen Bedürfnisse und Wünsche vermitteln wir Ihnen stundenweise einen ehrenamtlich tätigen Mitarbeiter, der sich in dieser Zeit in der eigenen Häuslichkeit dem erkrankten zuwendet und diesem damit eine wertvolle Ansprache, Abwechslung und Aktivierung bietet. Nicht zuletzt erleben aber auch die Angehörigen durch diese Besuche eine für sie sehr wichtige Auszeit, in der sie wieder Kraft schöpfen können für ihren Alltag.



Alle Angebote finden im Großen Saal der Beratungsstelle für ältere Menschen in der Wilhelm-Leuschner-Straße 21 in Riedstadt-Erfelden statt.


INITIATIVE



Die „Atempause“ des Beratungs- und Informationszentrums der Stiftung Soziale Gemeinschaft Riedstadt richtet sich an Menschen mit gerontopsychiatrischen Erkrankungen, wie Demenz und Depressionen im Alter, sowie an deren pflegende Angehörige.

Mit Gruppenangeboten in der Einrichtung sowie mit einem häuslichen Entlastungsdienst bietet die „Atempause“ Aktivierung und Förderung für Menschen mit Demenz sowie eine Auszeit aus dem pflegerischen Alltag für die Angehörigen.

Alle Angebote der „Atempause“ sind von den Pflegekassen anerkannt, wodurch die Kosten bei Vorliegen eines Pflegegrades erstattungsfähig sind. Bei vorliegender Pflegestufe können entstehende Kosten abgerechnet werden.

Bei Bedarf ist ein Fahrdienst in Riedstadt möglich. 

Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gern!

Nicole Novak und Stefanie Drozdzyński

Wir suchen fortlaufend Menschen für eine ehrenamtliche Tätigkeit im Rahmen unserer Atempause!

Der Umfang und die Kontinuität der Angebote der Atempause werden in erheblichem Maße durch die ehrenamtliche Mitarbeit von mehr als 20 Helferinnen und Helfern gewährleistet.

Die Mitarbeit ist dabei koordiniert durch Nicole Novak vom Beratungs- und Informationszentrum. Ehrenamtliche Helfer sind über die Stiftung Soziale Gemeinschaft Riedstadt unfall- und haftpflichtversichert und erhalten eine Aufwandsentschädigung.

Regelmäßige Beratung und Fortbildung ist Voraussetzung für die Tätigkeit und wird über die Beratungsstelle gewährleistet. Am Beginn einer ehrenamtlichen Tätigkeit steht eine qualifizierte und umfangreiche Schulung in die Aufgaben.



BERATUNGSSTELLE
FÜR ÄLTERE MENSCHEN IM SÜDKREIS
RIEDSTADT UND STOCKSTADT AM RHEIN