

INITIATIVE

ATEMPAUSE
RIEDSTADT

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 und Stockstadt 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



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



BERATUNGSSTELLE
FÜR ÄLTERE MENSCHEN IM SÜDKREIS
RIEDSTADT UND STOCKSTADT AM RHEIN



ATEMPAUSE
RIEDSTADT

RAUS AUS DEM HAUS -
REIN INS LEBEN!

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

MONTAGS-TREFF IM RIED

Aktivierungsgruppe

MONTAGS VON 14.30 – 16.30 UHR

Diese Atempause-Gruppe richtet sich an Menschen, die gerne

- spezielle Übungen zum Erhalt ihrer Alltagsmobilität machen möchten
- Geselligkeit mögen und Zeit mit anderen erleben möchten, z.B. bei Ausflügen in die Region
- etwas für die Erhaltung ihrer körperlichen und geistigen Beweglichkeit tun möchten
- ihr Wohlbefinden steigern möchten.

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



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



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!

Bei vorliegender Pflegestufe können entstehende Kosten abgerechnet werden.

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!

