



*...natürlich stark!*

## Wenn Menschen sich im Alter einsam fühlen:

Wenn Sie im Alter selbständig zu Hause wohnen, sich aber oft einsam fühlen, können geschulte Ehrenamtliche Sie besuchen.

Die Ehrenamtlichen haben Zeit für Sie und geben kleine Unterstützungen in der Alltags- und Freizeitgestaltung.

Oder haben Sie ein Interesse, selbst in der ehrenamtlichen Seniorenbegleitung aktiv zu werden um Senioren kompetent zu begleiten, zu beraten und zu unterstützen?

Informationen erhalten Sie bei der Seniorenberatung des Senioren- und Pflegestützpunktes Niedersachsen im Landkreis Gifhorn.



Der Senioren- und Pflegestützpunkt befindet sich im Kreishaus II und hat einen barrierefreien Zugang.

### Sprechzeiten:

Montag - Freitag 08:30 — 12:00 Uhr  
Donnerstag 08:30 — 17:00 Uhr

**Informationen zur  
DUO-Seniorenbegleitung:  
Telefon: 05371/ 82 558**



**IHR ANSPRECHPARTNER  
IM LANDKREIS**



**Kontakt und Information**  
Landkreis Gifhorn  
Schlossplatz 1, 38518 Gifhorn  
E-Mail: [pfligestuetzpunkt@gifhorn.de](mailto:pfligestuetzpunkt@gifhorn.de)  
Tel.: 05371 - 82 558

Stand: 02/2020

**DUO-  
SENIORENBEGLEITUNG**

[WWW.GIFHORN.DE](http://WWW.GIFHORN.DE)

## Nutzen Sie unser Angebot für Senioren, wenn Sie:

- zu Hause wohnen und sich wünschen, dass jemand Zeit für Sie hat, z.B. zum Erzählen oder Spaziergehen
- mit Unterstützung neue Kontakte aufbauen möchten
- kleine Hilfen in der Alltags- und Freizeitgestaltung benötigen, z.B. gemeinsam Einkaufen, etwas spielen



## Eine interessante und abwechslungsreiche Aufgabe, bei der Sie:

- Senioren Zeit schenken
- soziale Kontakte der Senioren fördern
- kleine Hilfen in der Alltags- und Freizeitgestaltung geben
- regelmäßige Reflexionsgespräche wahrnehmen können
- durch eine hauptamtliche Mitarbeiterin vermittelt und unterstützt werden

Möchten Sie in diesem Bereich ehrenamtlich aktiv werden, nehmen Sie Kontakt mit der Seniorenberatung des Senioren- und Pflegestützpunktes auf.

## Die Ehrenamtlichen sind in folgenden Themenbereichen geschult:

- Wandlung der Lebensbedingungen im Alter
- Glaube, Religiosität, Spiritualität
- Kontakte, Begegnungen und Gemeinschaft initiieren
- Umgang mit Trauer
- alterstypische Einschränkungen
- Umgang mit Mobilitätshilfen
- Betätigungsfelder und lokale Angebote für Senioren
- und weitere Themen

Für die Ehrenamtlichen der DUO-Seniorenbegleitung ist die Schulung verbindlich und kostenfrei.