

Haben Sie Interesse am Aktivierenden Hausbesuch?

ÜbungsleiterInnen des Deutschen Roten Kreuzes kommen einmal in der Woche zu Ihnen oder Ihren Angehörigen und bringen Zeit für Gespräche und Bewegung mit.

Bei vorliegendem Pflegegrad können die Kosten für den Aktivierenden Hausbesuch nach § 45 SGB XI (Entlastungsbetrag) von Ihrer Pflegekasse übernommen werden.

Möchten Sie selbst ÜbungsleiterIn werden?

Wenn Sie Freude am Gespräch und Umgang mit Menschen in höherem Alter haben – und eine Aufgabe suchen, die viel Spaß, Bestätigung und sinnerfüllte Erfolgserlebnisse mit sich bringt –, dann werden Sie doch einfach zur „Besucherin“.

Informationen zur Ausbildung und den Möglichkeiten auch wohnortnaher Einsätze gibt Ihnen Ihr DRK-Kreisverband.



Lange gut leben.

Mit unseren Angeboten und Dienstleistungen.

- Hausnotruf
- Haushaltsnahe Dienstleistungen
- Menüservice
- Ambulante Pflege
- Gesundheitsprogramme
- Kurberatung und -vermittlung
- Dillenburger Tafel
- Therapiehunde
- Seniorenreisen
- Betreutes Wohnen
- Tagespflege
- Kurzzeitpflege
- Pflegeeinrichtungen
- Selbsthilfegruppen in der Krebsnachsorge und für Multiple Sklerose Betroffene
- Seniorentreffpunkte
- Kleiderläden



DRK-Kreisverband Dillkreis e. V.
Gerberei 4
35683 Dillenburg

Tel.: 02771 303-39
birgit.goebel@drk-dillenburg.de
www.drk-dillenburg.de

Gesundheitsprogramme

Aktivierender Hausbesuch.

Bunter, gesünder, beweglicher.



*“Bis ins höchste Alter allein leben.
Mit einiger Hilfe, aber selbstbestimmt
und – glücklich? Ist das überhaupt
möglich? Nun, wer von uns gerade wen
aktiviert, kann man oft gar nicht sagen.
Ist das nicht die allerbeste Antwort?“*



DRK-Gesundheitsprogramme

Aktivierender Hausbesuch.

Mit einem guten Gefühl für den eigenen Körper bewegt man sich sicherer durch den Alltag. Diese Selbstsicherheit kann geübt werden – am besten in der vertrauten Umgebung. Dabei wird die Beweglichkeit von Kopf und Körper gleichermaßen aktiviert. In jedem aktiv gehaltenen Muskel, erst recht in jedem verhinderten Sturz liegen gute Gründe, den Aktivierenden Besuchsdienst des Roten Kreuzes zu nutzen.

Aktiv und beweglich, realistisch und gelassen bleiben.

Mit fortschreitendem Alter geht die Beweglichkeit des Körpers durch bestimmte Verschleißerscheinungen nach und nach zurück. Das Rote Kreuz lädt dazu ein, diesen Prozess so weit wie möglich zu verzögern und ihn selbstbestimmter zu gestalten.

„Je länger man jung bleibt, desto älter wird man – trotzdem.“

Gutes Altern umfasst weit mehr, als die „Anti-Ageing-Branche“ propagiert. Das Rote Kreuz richtet sich gegen jede Form der Altersdiskriminierung und unterstützt den Bedarf nach wachsender Lebensqualität bis ins hohe Alter.

Teilhabe durch Zutrauen.

Bis ins höchste Alter die Erfahrung der eigenen Wertschätzung zu erleben und nicht über seine „alterstypischen“ Defizite definiert zu werden, ermöglicht Teilhabe bis zuletzt. Der Aktivierende Hausbesuch lässt Bewegung und Begegnung ganz selbstverständlich ineinanderfließen. Diese besondere Form des persönlichen Besuchs ist beiderseits ein Gewinn. Gemeinsam werden die Chancen und Herausforderungen des Älterwerdens angenommen.

Acht gute Gründe:



Erhalt der Alltagsbeweglichkeit



Verminderung des Sturzrisikos



Spaß am Miteinander



Förderung der Sprachkompetenzen



Steigerung der Gedächtnisleistung



Bewältigung von Beschwerden



Verminderung von Risikofaktoren



Stärkung der individuellen physischen und psychosozialen Gesundheitsressourcen