

Wie ist die DUO-Seniorenbegleitung organisiert?

Ihr regionaler Senioren- und Pflegestützpunkt unterstützt Sie nach der Fortbildung in Ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit. Sie werden vor Ort vermittelt und beim Einstieg begleitet. Ihre Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner beantworten Ihre Fragen und beraten Sie gern.

Bei Treffen mit anderen Seniorenbegleitungen können Sie sich – auch überregional – über Ihre Erfahrungen im Ehrenamt austauschen.

Dranbleiben mit Workshops

Ihre Kenntnisse als DUO-Seniorenbegleitung können Sie später in Workshops vor Ort auffrischen, erweitern oder vertiefen.

Gut zu wissen: Während Ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit sind Sie unfall- und haftpflichtversichert.

Wie und wo kann ich mich anmelden?

Die Fortbildung wird vor Ort von Ihrem Senioren- und Pflegestützpunkt organisiert und mit Unterstützung durch einen Bildungsanbieter (z.B. VHS) durchgeführt.

Die Freiwilligenakademie Niedersachsen koordiniert und vernetzt die Beteiligten.

Den nächsten Termin in Ihrer Nähe finden Sie im Internet unter www.freiwilligenakademie.de in der Kursübersicht.

Ihr Senioren- und Pflegestützpunkt vor Ort berät Sie außerdem mit Informationen rund um die Fortbildung und nimmt Ihre Anmeldung entgegen.

Kontakt:

Landkreis Stade – Senioren- und Pflegestützpunkt
Am Sande 2 · 21682 Stade
Tel. 04141 12-5522
seniorenstuetzpunkt@landkreis-stade.de

LEB Regionalbüro
Am Hafen 5
27432 Bremervörde
Tel. 04761 866970
bildungszentrum-brv@leb.de



Impressum:

Freiwilligenakademie Niedersachsen e.V.
Im Werkhof
Schaufelder Straße 11
30167 Hannover
fan-kontakt@freiwilligenakademie.de
www.freiwilligenakademie.de



DUO - ehrenamtliche Seniorenbegleitung Was ist das?

Als ehrenamtliche DUO-Seniorenbegleitung unterstützen Sie ältere Menschen in ihrem Alltag und nehmen Anteil an deren Leben. Sie schenken vor allem Zeit zum Reden und Zuhören oder für gemeinsame Unternehmungen. Möglich ist auch die Begleitung zu Behörden und Ärzten oder die gemeinsame Erledigung von Einkäufen.

Zielsetzung:

Sie helfen mit, älteren Menschen ein selbstständiges Leben in der vertrauten Umgebung zu ermöglichen.

Wer allein lebt, dem bieten sich kaum Gelegenheiten für Gespräche oder einen Spaziergang. Hier setzt die DUO-Seniorenbegleitung an: Sie beugt der Einsamkeit vor und lässt Seniorinnen und Senioren teilhaben und aktiv bleiben.

Die DUO-Seniorenbegleitung ist eine freiwillige und ehrenamtliche Tätigkeit. Eine praxisnahe Fortbildung bereitet Sie auf diese Aufgabe vor.

Wie werde ich zur DUO-Seniorenbegleitung?

Um als DUO-Seniorenbegleitung ehrenamtlich tätig zu werden, nehmen Sie zunächst an der Fortbildung teil. Im Anschluss werden Sie an ältere Menschen vermittelt, und Sie bilden zusammen ein DUO.

Die Fortbildung richtet sich an Personen aller Altersgruppen, die Spaß und Freude im Umgang mit älteren Menschen haben und sich für eine ehrenamtliche Tätigkeit interessieren.

Sie sollten mitbringen:

- eine positive Haltung gegenüber alten Menschen, die eventuell krank oder eingeschränkt sind
- Empathie
- soziale Kompetenzen und kommunikative Fähigkeiten
- Phantasie, Kreativität und Flexibilität
- Ideen für die gemeinsame Freizeitgestaltung
- psychische Stabilität und die Fähigkeit zur Beobachtung des eigenen Handelns

Welche Inhalte lerne ich in der Fortbildung? Und wie lange dauert sie?

Im Mittelpunkt der Fortbildung steht die Vermittlung von Verständnis und Einfühlungsvermögen für die Lebenswelt der Seniorinnen und Senioren.

Sie erhalten die wichtigsten Grundkenntnisse, um für die ehrenamtliche Aufgabe vorbereitet zu sein. Ein kurzes Praktikum zum Sammeln von Erfahrungen rundet die Fortbildung ab.

Insgesamt umfasst die Fortbildung 30 Unterrichtsstunden Theorie und 20 Stunden Praxis.

Themenschwerpunkte:

- Älter werden - alt sein
- Gesprächsführung und Kommunikation
- Aktivierung und Beschäftigungsmöglichkeiten
- Veränderungen im Alter
- Selbstbestimmung, gesetzliche Regelungen
- Möglichkeiten der Teilhabe
- Rolle und Selbstverständnis im Ehrenamt

