



PFLEGELEICHT

AKTIVES LEBEN UND VORSORGE

Ein Kursangebot

FRÜHJAHR 2026

 Seniorenen- und
PflegeStützpunkt
Niedersachsen

SENIOREN- UND PFLEGESTÜTZPUNKT
LANDKREIS STADE

Veranstaltungsreihe zu den Themen *Vorsorge, Alter, Pflege und Demenz*

Sie pflegen Ihren Angehörigen oder möchten sich auf die Übernahme einer Pflege vorbereiten? Sie wollen sich über Vorsorgemaßnahmen informieren oder interessieren sich für Wohnraumanpassung, Mobilität und Hilfsmittel? Sie sind ehrenamtlich oder beruflich in diesem Bereich tätig und wollen Ihre Kompetenzen erweitern? Der Senioren- und Pflegestützpunkt Landkreis Stade bietet Ihnen in Kooperation mit den Volkshochschulen Buxtehude und Stade Pflegekurse und Vorträge mit hilfreichen Informationen, praktischen Übungen und Tipps sowie einen Austausch mit Gleichgesinnten.

Wir helfen Ihnen.

*Ihr Team vom
Senioren- und Pflegestützpunkt*



Wie melde ich mich an?

Eine Kursanmeldung ist online über die Internetseiten der VHS Stade (www.vhs-stade.de) und der VHS Buxtehude (www.vhs-buxtehude.de) oder telefonisch bei den Volkshochschulen möglich.

VHS Stade, **Telefon 04141 4099-0**
VHS Buxtehude, **Telefon 04161 5014321**

Alle Veranstaltungen sind gebührenfrei!

Detaillierte Kursinformationen bekommen Sie in den Programmheften der VHS Buxtehude und der VHS Stade oder telefonisch beim Senioren- und Pflegestützpunkt Landkreis Stade.

Telefon 04141 12-5522

1

Enkeltrick & Co – sicherer Umgang mit Gefahren und Risiken

Betrugsversuche sind leider keine Seltenheit, insbesondere ältere Menschen werden oft zum Ziel von Betrügern. Doch das muss nicht sein! Erkennen Sie die Tricks der Betrüger an der Haustür, im Internet und am Telefon und lernen Sie in praktischen Übungen, wie Sie sich selbstbewusst und mit starker Stimme gegen Betrugsversuche zur Wehr setzen können

vhs Stade | Kurs: 97151
Mittwoch, 11. Februar 2026

16.00–18.15 Uhr

vhs-Haus
 Wallstr. 17
 21682 Stade

Referent: Andreas Woyth, Weißer Ring



2

Demenz – was nun?

Wie sehen die Symptome aus? Welchen Verlauf nimmt die Krankheit? Wie wird die Diagnose gestellt und welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?

In dem Vortrag werden diese und weitere Fragen, die zu Beginn der Erkrankung auftreten, beantwortet.

vhs Stade | Kurs: 97051
Mittwoch, 18. Februar 2026

16.00–18.15 Uhr

vhs-Haus
 Wallstr. 17
 21682 Stade

Referentin: Leonie de Jong

3

Pflegegrad, Pflegeversicherung, Pflege- beurteilung

Der Vortrag gibt einen Überblick zu den Leistungen der Pflegeversicherung und vermittelt Wissen rund um die Pflegegrade, die Pflegebegutachtung und Entlastungsmöglichkeiten mit ausreichend Raum für persönliche Fragen.

vhs Stade | Kurs: 97011
Dienstag, 24. Februar 2026

16.00–18.15 Uhr

Wohnpark Fredenbeck
Am Golfpark 1 c
21717 Fredenbeck

Referentin: Ina Müller

4

Wie komme ich zu einem Hilfsmittel? Beantragung, Zuschüsse und Fristen

Hilfsmittel sind Geräte und Sachmittel, die zur häuslichen Pflege notwendig sind. Was steht mir in so einer Situation zu, und woher bekomme ich Hilfsmittel? Sie bekommen Ratschläge zur Beantragung, Rezeptausstellung und zur Fristeneinhaltung.

vhs Buxtehude | Kurs: 25F98750
Mittwoch, 25. Februar 2026

15.00–17.15 Uhr

Begegnungsstätte
Hauptstraße 30
21614 Buxtehude

Referentin: Jacqueline Becker

5

Demenz – was nun?

Wie sehen die Symptome aus? Welchen Verlauf nimmt die Krankheit? Wie wird die Diagnose gestellt und welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?

In dem Vortrag werden diese und weitere Fragen, die zu Beginn der Erkrankung auftreten, beantwortet.

vhs Buxtehude | Kurs: 26F98820
Donnerstag, 26. Februar 2026

16.00–18.15 Uhr

vhs-Haus, Cafeteria
Bertha-von-Suttner-Allee 9
21614 Buxtehude

Referentin: Leonie de Jong

6

Heim oder WG?

Wenn es zu Hause nicht mehr geht!

Wenn pflegende Angehörige an ihre Grenzen kommen, können Pflegewohngemeinschaften oder -heime eine gute Alternative sein. Der Vortrag zeigt die Unterschiede zwischen den beiden Versorgungsformen auf. Sie erfahren, welche Leistungen die Pflegeversicherung übernimmt und wie Sie mögliche finanzielle Hilfen durch den Sozialhilfeträger beantragen.

vhs Buxtehude | Kurs: 26F98890

Montag, 3. März 2026

16.30–18.45 Uhr

vhs-Haus, Cafeteria

Bertha-von-Suttner-Allee 9

21614 Buxtehude

Referentin: Claudia Stein



7

Alltag leben mit Demenzerkrankten

Der Vortrag hilft, die Herausforderungen im Umgang mit Demenzerkrankten besser zu meistern. Ein demenzgerechter Umgang und Anregungen für die Alltagsgestaltung können zu Entspannung und mehr Lebensqualität führen.

vhs Stade | Kurs: 970061

Mittwoch, 4. März 2026

16.00–18.15 Uhr

vhs-Haus

Wallstr. 17

21682 Stade

Referentin: Leonie de Jong

8

Mit Alltagshelfern selbständig bleiben!

Entdecken Sie, wie haushaltsübliche Gegenstände Sie dabei unterstützen können, Ihre Mobilität und Selbstständigkeit zu bewahren. Probieren Sie diese praktischen Lösungen aus – es lohnt sich, um Ihren Alltag einfacher und selbstbestimmter zu gestalten! Nutzen Sie in Zukunft Nussknacker als Flaschenöffner, Zollstöcke als Kartenhalter und lernen Sie Fußwaschhilfen, Auswurfsteckdosen, Badebretter und vieles mehr kennen.

vhs Buxtehude | Kurs: 26F98740

Freitag, 6. März 2026

15.00–17.15 Uhr

Begegnungsstätte

Hauptstraße 30

21614 Buxtehude

Referentin: Karin Dieckmann

9

Sicher und mobil mit dem Rollator unterwegs

Ist mein Rollator richtig eingestellt? Wie bewege ich mich sicher mit meinem Rollator und vermeide Stürze? Fragen rund um den Rollator werden beantwortet, Tipps und Hinweise zur Teilnahme am Straßenverkehr gegeben und praktisch erprobt.

vhs Stade | Kurs: 97122

Dienstag, 10. März 2026

15.00–17.15 Uhr

Wohnpark Fredenbeck

Am Golfpark 1c

21717 Fredenbeck

Referent: Peter Stötzner

10

Sicher und mobil mit dem Rollator unterwegs

Ist mein Rollator richtig eingestellt? Wie bewege ich mich sicher mit meinem Rollator und vermeide Stürze? Fragen rund um den Rollator werden beantwortet, Tipps und Hinweise zur Teilnahme am Straßenverkehr gegeben und praktisch erprobt.

vhs Stade | Kurs: 97123

Mittwoch, 11. März 2026

15.00–17.15 Uhr

Seniorenresidenz Heidtmanns Hof

Schwingestraße 30

21717 Fredenbeck

Referent: Peter Stötzner

11

Alltag leben mit Demenzerkrankten

Der Vortrag hilft, die Herausforderungen im Umgang mit Demenzerkrankten besser zu meistern. Ein demenzgerechter Umgang und Anregungen für die Alltagsgestaltung können zu Entspannung und mehr Lebensqualität führen.

.....

vhs Buxtehude | Kurs: 26F98830

Donnerstag, 12. März 2026

16.00–18.15 Uhr

vhs-Haus

Cafeteria

Bertha-von-Suttner-Allee 9

21614 Buxtehude

Referentin: Leonie de Jong

12

Pflege zu Hause: Wie fördere ich Bewegungs- fähigkeit?

Durch praktische Übungen lernen Sie, die Mobilität Ihrer Angehörigen zu fördern und dabei die eigene Belastung in der häuslichen Pflege zu reduzieren. Sie erhalten Tipps, wie Sie gemeinsam effiziente Bewegungsabläufe entwickeln können, Verletzungen, Stürze und Überanstrengung vermeiden und die Pflege leichter gestalten können.

.....

vhs Stade | Kurs: 97081

Dienstag, 17. März 2026

15.00–17.15 Uhr

vhs-Haus

Wallstr. 17

21682 Stade

Referentin: Marianne Teagle-Jahnke

13

Wie gelingt Pflege zu Hause?

Sicherheit und Selbstvertrauen in der häuslichen Pflege

Pflege zu Hause stellt Angehörige oft vor große Herausforderungen. In diesem praxisnahen Pflegekurs lernen Sie, wie Sie Ihren pflegebedürftigen Angehörigen sicher, würdevoll und rückschonend unterstützen können. Themen sind u. a. Inkontinenz, Transfers und Mobilität, Körperpflege und der Hilfsmiteleinsetz im Pflegealltag.

.....

vhs Buxtehude | Kurs: 26F98860

Donnerstag, 19. März 2026

16.00–18.15 Uhr

Seniorenheim Waldburg

Stader Str. 84

21614 Buxtehude

Referentin: Jasmin Moritz

14

Sicher und mobil mit dem Rollator unterwegs

Ist mein Rollator richtig eingestellt? Wie bewege ich mich sicher mit meinem Rollator und vermeide Stürze? Fragen rund um den Rollator werden beantwortet, Tipps und Hinweise zur Teilnahme am Straßenverkehr gegeben und praktisch erprobt.

vhs Buxtehude | Kurs: 26F98710

Mittwoch, 25. März 2026

15.00–17.15 Uhr

Begegnungsstätte

Hauptstraße 30

21614 Buxtehude

Referent: Peter Stötzner

**15**

Gut vorgesorgt?!

Eigene Wünsche und Vorstellungen sollten auch noch Beachtung finden, wenn man durch Krankheit oder Pflegebedarf keine Entscheidungen mehr treffen kann. Der Vortrag unterstützt Sie dabei, die Themen Vorsorgemappe, digitaler Nachlass, Vollmachten, Erbregelungen u. v. m. anzugehen.

vhs Buxtehude | Kurs: 26F98770

Freitag, 27. März 2026

14.30–16.45 Uhr

Begegnungsstätte

Hauptstraße 30

21614 Buxtehude

Referentin: Bettina Pralow

16

Hausnotruf – der schnelle Draht zur Hilfe!

Allen, die so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden leben möchten, gibt der Hausnotruf die nötige Sicherheit. Er wird daher oft von der Pflegekasse finanziert. Ein Hausnotrufexperte informiert über Möglichkeiten, Kosten und sinnvolle Zusatzleistungen. Dabei werden Fragen wie: „Ab wann ist ein Hausnotruf sinnvoll?“ oder „Wie funktioniert das Gerät?“ besprochen.

.....

vhs Stade | Kurs: 97101
Montag, 13. April 2026

15.00–17.15 Uhr

vhs-Haus
Wallstr. 17
21682 Stade

Referent: Sven de Vries

17

Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patienten- verfügung

Sie legen Wert auf Selbstbestimmung und wollen mehr wissen über Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung? Dieser Vortrag zeigt, wie Sie sich absichern können. Nach einem allgemeinen Überblick bleibt ausreichend Platz für persönliche Fragen.

.....

vhs Stade | Kurs: 97021
Mittwoch, 15. April 2026

15.00–17.15 Uhr

Porta-Coeli-Schule
Mensa
21709 Himmelpforten

Referentin: Nina Josten-Falten

18

Hausnotruf – der schnelle Draht zur Hilfe!

Allen, die so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden leben möchten, gibt der Hausnotruf die nötige Sicherheit. Er wird daher oft von der Pflegekasse finanziert. Ein Hausnotrufexperte informiert über Möglichkeiten, Kosten und sinnvolle Zusatzleistungen. Dabei werden Fragen wie: „Ab wann ist ein Hausnotruf sinnvoll?“ oder „Wie funktioniert das Gerät?“ besprochen.

.....

vhs Buxtehude | Kurs: 26F98760
Montag, 20. April 2026

15.30–17.45 Uhr

Begegnungsstätte
Hauptstraße 30
21614 Buxtehude

Referent: Sven de Vries

19

Wie gelingt Pflege zu Hause?

Sicherheit und Selbstvertrauen in der häuslichen Pflege

Pflege zu Hause stellt Angehörige oft vor große Herausforderungen. In diesem praxisnahen Pflegekurs lernen Sie, wie Sie Ihren pflegebedürftigen Angehörigen sicher, würdevoll und rückschonend unterstützen können. Themen sind u.a. Inkontinenz, Transfers und Mobilität, Körperpflege und der Hilfsmitelesinsatz im Pflegealltag.

vhs Stade | Kurs: 97091
Donnerstag, 23. April 2026

10.30–12.45 Uhr

Seniorenheim Klosterfeld
 Kuckucksweg 26 A
 21709 Himmelpforten

Referentin: Sabine Krämer

20

Pflegegrad, Pflegeversicherung, Pflegebeurteilung

Der Vortrag gibt einen Überblick zu den Leistungen der Pflegeversicherung und vermittelt Wissen rund um die Pflegegrade, die Pflegebegutachtung und Entlastungsmöglichkeiten mit ausreichend Raum für persönliche Fragen.

vhs Buxtehude | Kurs: 26F98800
Dienstag, 28. April 2026

16.00–18.15 Uhr

vhs-Haus, Cafeteria
 Bertha-von-Suttner-Allee 9
 21614 Buxtehude

Referentin: Ina Müller

21

Beschäftigung für Senioren mit und ohne Pflegegrad

Interessante Beschäftigungen sorgen für Abwechslung und Spaß. Im Idealfall bringen sie Gehirn und Körper in Bewegung und beugen Langeweile und altersbedingtem Abbau vor. Es werden unterschiedliche Beschäftigungsideen aus den Bereichen Bewegung, Erinnerung und Kreativität vorgestellt.

vhs Stade | Kurs: 97171
Donnerstag, 7. Mai 2026

16.00–18.15 Uhr

vhs-Haus
 Wallstr. 17
 21682 Stade

Referentin: Claudia Stein



22

Enkeltrick & Co – sicherer Umgang mit Gefahren und Risiken

Betrugsversuche sind leider keine Seltenheit, insbesondere ältere Menschen werden oft zum Ziel von Betrügern. Doch das muss nicht sein! Erkennen Sie die Tricks der Betrüger an der Haustür, im Internet und am Telefon und lernen Sie in praktischen Übungen, wie Sie sich selbstbewusst und mit starker Stimme gegen Betrugsversuche zur Wehr setzen können

vhs Buxtehude | Kurs: 26F98700

Montag, 18. Mai 2026

15.00–17.15 Uhr

Begegnungsstätte

Hauptstraße 30

21614 Buxtehude

Referent: Andreas Woyth, Weißer Ring

23

Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung

Sie legen Wert auf Selbstbestimmung und wollen mehr wissen über Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung? Dieser Vortrag zeigt, wie Sie sich absichern können. Nach einem allgemeinen Überblick bleibt ausreichend Platz für persönliche Fragen.

vhs Buxtehude | Kurs: 26F98782

Mittwoch, 20. Mai 2026

15.00–17.15 Uhr

Rathaus Apensen

Buxtehuder Str. 27

21641 Apensen

Referentin: Nina Josten-Falten

24

Robotik, SmartHome, Apps & Co

Mehr Selbständigkeit im Alter durch technische Unterstützung

Zahlreiche technische Möglichkeiten und Dienstleistungen bieten schon heute eine wertvolle und bezahlbare Unterstützung im Alltag. Der Vortrag hinterfragt deren Nutzen und stellt verschiedene Hilfsmittel vor, die Ihr Leben erleichtern können. Erfahren Sie, wie Sie durch digitale Technik Ihren Alltag effizienter gestalten, Ihre Unabhängigkeit bewahren und neue Wege der Kommunikation nutzen können.

vhs Stade | Kurs: 97131
Mittwoch, 27. Mai 2026

16.30–18.45 Uhr

Porta-Coeli-Schule

Mensa

21709 Himmelpforten

Referent: Hein Peter Holst

25

Sprechen Sie dementisch?

Gut kommunizieren mit Demenzerkrankten

Mit demenzkranken Menschen erfolgreich kommunizieren. Welche Möglichkeiten es gibt, Beziehung zu ihnen aufzubauen oder aufrechtzuerhalten. Durch Beispiele aus Gesprächen und praktische Übungen mit Video-Unterstützung werden Sie ermutigt, selbst aktiv zu werden. Sie erhalten ein Vokabelheft, um die Kommunikation mit Erkrankten zu verbessern und die Freude am Miteinander wiederherzustellen.

vhs Stade | Kurs: 97031
Donnerstag, 28. Mai 2026

16.00–18.15 Uhr

vhs-Haus

Wallstr. 17

21682 Stade

Referentin: Claudia Stein

26

Am Ende des Lebens

Wie Sterbende einfühlsam begleitet und unterstützt werden können

Sterbebegleitung ist die Unterstützung und Betreuung von schwerkranken Menschen in ihrer letzten Lebensphase, die auch durch die Familie oder Nachbarschaft ermöglicht werden kann. Im Kurs wird über das Sterben als natürlichen Teil des Lebenskreises gesprochen. Es werden Informationen zur Linderung körperlicher, psychischer und sozialer Nöte vermittelt und so eine erste Orientierung gewährt.

vhs Stade | Kurs: 97161
Donnerstag, 4. Juni 2026

15.00–17.15 Uhr

vhs-Haus

Wallstr. 17

21682 Stade

Hospizgruppe Buxtehude

27

„Meine Eltern werden alt und pflegebedürftig?!“

Onlinetreffen pflegender und sorgender erwachsener Kinder

Wie ist es, wenn die eigenen Eltern mehr Unterstützung brauchen oder eine Pflegestufe nötig wird? Was ist meine Rolle als Angehörige/Angehöriger? Wie kann es mir gelingen, zwischen kümmern um die Eltern, Job und eigener Familie gesund zu bleiben? Diese und andere Fragen aus der Runde der Kursteilnehmenden wollen wir gemeinsam besprechen und Ideen für die eigene Situation sammeln.

vhs Buxtehude | Kurs: 26F98870
Donnerstag, 11. Juni 2026

18.30–20.45 Uhr

online

**Selbsthilfekontaktstelle
 des Paritätischen Stade**



28

Meine Zukunft gestalten!

Wohn- und Lebensformen im Alter im Landkreis Stade

Wie will ich im Alter wohnen? Jenseits der 60 stellt sich häufig die Frage zu zukünftigen Wohn- und Lebensformen. Je früher wir uns über unsere Wünsche und Pläne im Klaren sind, desto größer die Wahrscheinlichkeit, vieles davon auch verwirklichen zu können. Der Vortrag bietet Orientierung und stellt verschiedene Wohnformen aus dem Landkreis Stade vor.

vhs Stade | Kurs: 97111

Mittwoch, 17. Juni 2026

16.30–18.45 Uhr

Porta-Coeli-Schule
 Unterrichtsraum B4
 21709 Himmelpforten

Referentin: Sylvia Pankop

29

Sprechen Sie dementisch? Gut kommunizieren mit Demenzerkrankten

Mit demenzkranken Menschen erfolgreich kommunizieren. Welche Möglichkeiten es gibt, Beziehung zu ihnen aufzubauen oder aufrechtzuerhalten. Durch Beispiele aus Gesprächen und praktische Übungen mit Video-Unterstützung werden Sie ermutigt, selbst aktiv zu werden. Sie erhalten ein Vokabelheft, um die Kommunikation mit Erkrankten zu verbessern und die Freude am Miteinander wiederherzustellen.

vhs Buxtehude | Kurs: 26F98840

Donnerstag, 18. Juni 2026

16.00–18.15 Uhr

vhs-Haus, Cafeteria

Bertha-von-Suttner-Allee 9

21614 Buxtehude

Referentin: Claudia Stein

30

Vorbereitung auf die Pflegebegutachtung

Der Vortrag gibt Ihnen einen Überblick über alle Schritte der Pflegeeinstufung von der Antragstellung bis zum Bescheid der Pflegekasse. Sie erfahren, wie eine Begutachtung verläuft, wie Sie sich vorbereiten können, welche Unterlagen vorliegen sollten und welche Kriterien für die Beurteilung ausschlaggebend sind.

vhs Stade | Kurs: 97121

Donnerstag, 18. Juni 2026

15.30–17.45 Uhr

vhs-Haus

Wallstr. 17

21682 Stade

Referentin: Daniela Schumacher

31

Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patienten- verfügung

Sie legen Wert auf Selbstbestimmung und wollen mehr wissen über Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung? Dieser Vortrag zeigt, wie Sie sich absichern können. Nach einem allgemeinen Überblick bleibt ausreichend Platz für persönliche Fragen.

vhs Buxtehude | Kurs: 26F98790

Mittwoch, 24. Juni 2026

15.00–17.15 Uhr

Begegnungsstätte

Hauptstr. 30

21614 Buxtehude

Referentin: Nina Josten-Falten

32

Vorbereitung auf die Pflegebegutachtung

Der Vortrag gibt Ihnen einen Überblick über alle Schritte der Pflegeeinstufung von der Antragstellung bis zum Bescheid der Pflegekasse. Sie erfahren, wie eine Begutachtung verläuft, wie Sie sich vorbereiten können, welche Unterlagen vorliegen sollten und welche Kriterien für die Beurteilung ausschlaggebend sind.

.....

vhs Buxtehude | Kurs: 26F98810

Donnerstag, 25. Juni 2026

15.30–17.45 Uhr

vhs-Haus, Cafeteria

Bertha-von-Suttner-Allee 9

21614 Buxtehude

Referentin: Daniela Schumacher

33

Altersgerecht! Wie gestalte ich mein Zuhause?

Immer mehr Menschen entscheiden sich dafür, im Alter in ihren eigenen vier Wänden zu bleiben. In diesem Kurs erhalten Sie wertvolle Anregungen zur Wohnungsanpassung in Bad, Küche, Wohnräumen und im Eingangsbereich. Lernen Sie, welche Hilfsmittel Ihnen den Alltag erleichtern und wie Sie die Finanzierung dieser Anpassungen angehen können.

.....

vhs Stade | Kurs: 97071

Donnerstag, 25. Juni 2026

10.00–12.15 Uhr

vhs-Haus

Wallstr. 17

21682 Stade

Referentin: Gudrun Book-Schönau

34

Am Ende des Lebens

Wie Sterbende einfühlsam begleitet und unterstützt werden können

Sterbebegleitung ist die Unterstützung und Betreuung von schwerkranken Menschen in ihrer letzten Lebensphase, die auch durch die Familie oder Nachbarschaft ermöglicht werden kann. Im Kurs wird über das Sterben als natürlichen Teil des Lebenskreises gesprochen. Es werden Informationen zur Linderung körperlicher, psychischer und sozialer Nöte vermittelt und so eine erste Orientierung gewährt.

.....

vhs Stade | Kurs: 26F98900

Montag, 29. Juni 2026

15.00–17.15 Uhr

Begegnungsstätte

Hauptstr. 30

21614 Buxtehude

Hospizgruppe Buxtehude

Pflegecafé der Selbsthilfekontaktstelle Stade für pflegende Angehörige, Nahestehende und Interessierte zum gegenseitigen Austausch.

Die Gruppe lädt Referentinnen und Referenten ein, führt kollegiale Beratung der eigenen Pflegesituation durch oder tauscht sich zu Themen rund um die Pflege von Angehörigen aus. Die eigene Situation als pflegende Angehörige und Entlastungsmöglichkeiten für eine gute Selbstsorge können besprochen werden. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Jeden 4. Mittwoch im Monat

10.00–12.00 Uhr

Café Schöne Zeit
Poststraße 21
21682 Stade

Weitere Information:
04141 3856 oder
selbsthilfe-stade@paritaetischer.de



 **DER PARITÄTISCHE**
Stade
Selbsthilfekontaktstelle



Pflegecafé der Selbsthilfekontaktstelle Stade für pflegende Angehörige, Nahestehende und Interessierte zum gegenseitigen Austausch.

Die Gruppe lädt Referentinnen und Referenten ein, führt kollegiale Beratung der eigenen Pflegesituation durch oder tauscht sich zu Themen rund um die Pflege von Angehörigen aus. Die eigene Situation als pflegende Angehörige und Entlastungsmöglichkeiten für eine gute Selbstsorge können besprochen werden. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Jeden 3. Mittwoch im Monat

10.00–12.00 Uhr

Begegnungsstätte

Hauptstraße 30

21614 Buxtehude

Weitere Information:

04141 3856 oder

selbsthilfe-stade@paritaetischer.de



Sie möchten im Alter in Ihrer eigenen Wohnung und im vertrauten Wohnumfeld bleiben?

Wir vermitteln Ihnen auf Wunsch eine ehrenamtliche Seniorenbegleitung oder Wohnberatung.

DUO. Ehrenamtliche Seniorenbegleitung

Ehrenamtliche, die sich Zeit für Besuche, Begleitungen und gemeinsame Unternehmungen mit Ihnen nehmen, werden ausgebildet, begleitet und in Privathaushalte vermittelt.

Informieren Sie sich telefonisch und entscheiden Sie nach einem persönlichen Gespräch, ob Sie regelmäßig besucht werden möchten.

Ehrenamtliche Wohnberatung

Wir halten Vorträge und beraten Sie vor Ort über Badumbauten, stufenlose Eingangsbereiche, technische Hilfsmittel wie Badewannenlifter und Haltegriffe, aber auch über alternative Wohnformen fürs Alter.

Wir bieten an, gemeinsam mit Ihnen passende Lösungen zu entwickeln, die Durchführung von Umbaumaßnahmen zu begleiten und Sie bei der Antragstellung zu unterstützen.

Ausbildung DUO. Ehrenamtliche Seniorenbegleitung

DUO.Seniorenbegleiterinnen und -begleiter unterstützen ältere Menschen in ihrem Alltag und nehmen Anteil an ihrem Leben: Sie nehmen sich vor allem Zeit zum Reden und Zuhören oder für gemeinsame Unternehmungen.

Die Qualifizierung zur ehrenamtlichen DUO.Seniorenbegleitung umfasst 30 Unterrichtsstunden und ein 20-stündiges Praktikum. Nach Abschluss des Kurses werden Sie vom Senioren- und Pflegestützpunkt in Privathaushalte vermittelt.

Nähere Informationen erhalten Sie im Senioren- und Pflegestützpunkt unter **Telefon 04141 12 5522**.



Auftakt- und Infoveranstaltung: Frühjahr 2026



Kooperationspartner:



Volkshochschule
Stade e.V.
Wallstraße 17
21682 Stade
Telefon 04141 4099-0
info@vhs-stade.de



Volkshochschule
Buxtehude
Bertha-von-Suttner-Allee 9
21614 Buxtehude
Telefon 04161 5014321
vhs@stadt.buxtehude.de

Kurse in Stade



Kurse in Himmelpforten



Kurse in Fredenbeck



Kurse in Buxtehude



Kurse in Harsefeld



Kurse in Jork



Kurse in Horneburg



Senioren- und Pflegestützpunkt Landkreis Stade

Am Sande 2
21682 Stade
Telefon 04141 12-5522
Telefax 04141 12-5013
seniorenstuetzpunkt@landkreis-stade.de
pfligestuetzpunkt@landkreis-stade.de

www.landkreis-stade.de



LANDKREIS STADE

Stärke · Vielfalt · Zukunft