

Wie möchten Sie im Alter leben?

Der 83-jährige Herr Schmidt hat sich den Fuß gebrochen, ist im Krankenhaus und fragt sich, wie es nun zu Hause weiter gehen kann. Die 75-jährige Frau Kaufmann möchte in ihrer Wohnung wohnen bleiben, kann aber immer weniger sehen und merkt, dass sie Hilfe braucht. Und Frau Schröder ist gerade nach München gezogen und sorgt sich, weil ihre 90-jährige Mutter jetzt ganz alleine in Hamburg ist. Für ältere oder pflegebedürftige Menschen mit solchen oder ähnlichen Fragen gibt es im Bezirk Hamburg Nord seit April 2019 professionelle Unterstützung durch Lotsinnen von QplusAlter. Die Lotsinnen begleiten ältere Menschen ab 65 Jahren sowie pfle-

gende Angehörige dabei, den Alltag nach ihren Vorstellungen zu organisieren und die passende Unterstützung zu finden. Mit Blick auf alle Ressourcen, entsteht ein passgenauer Mix aus Selbsthilfe, Hilfsmitteln, sozialen Netzen und Angeboten im Quartier sowie Leistungen vom Profi.

Bisher haben sich 100 ältere Menschen oder pflegende Angehörige von den Lotsinnen beraten lassen, 40 Menschen haben eine längere Begleitung begonnen. Die Lebenssituationen und Anliegen sind vielfältig. Auch die Lösungen sind ganz unterschiedlich, die die Menschen zusammen mit den Lotsinnen entwickeln: Vom Begleitservice beim Einkaufen über eine Nachbar-

schaftshilfe im Haushalt, einen Spielepartner im Stadtteil oder einen Platz in der Tagespflege um die Ecke. Die Erfahrung zeigt: Die meisten älteren Menschen wollen in ihrer bekannten Umgebung wohnen bleiben. Die Lotsinnen

helfen dabei, passende Antworten zu finden.

Das Angebot der Ev. Stiftung Alsterdorf ist kostenfrei. Weitere Infos gibt es unter Telefon 50 77 33 54 oder per Mail unter lotsinnen@qplusalter.net.



Alena Neven (v.L.), Julia-Christin Jeske, Petra Rau und Jacqueline Johanns begleiten ältere Menschen und pflegende Angehörige.

KRIBBELN, BRENNEN, TAUBE FÜSSE?



Beratungstag Polyneuropathie

Do 12.03.2020

Jetzt anmelden und günstigen Testmonat sichern

Nur noch wenige Beratungstermine frei!

 **040/616 816**



HiTOP® 191

Elefanten Apotheke

Apothekerin Annette Sieckmann-Linck e.Kfr.

Fuhlsbüttler Str. 141 | 22305 Hamburg

Mo. - Fr. 8.00 - 19.00 Uhr | Sa. 9.00 - 16.00 Uhr



Jede Anmeldung erhält einen kostenlosen Patienterratgeber unseres Kooperationspartners gbo zugeschickt.