

Selbstbestimmt Leben im Quartier

1. März 2023

Viele ältere Menschen mit Unterstützungsbedarf stellen sich die Frage: Wie gestalte ich meinen Alltag zuhause? Wie kann ich in meinem vertrauten Umfeld wohnen bleiben? Wie finde ich die passende Unterstützung? Für solche und ähnliche Fragen gibt es im Bezirk Hamburg Nord das Modellprojekt QplusAlter, das ältere und pflegebedürftige Menschen darin unterstützen soll, selbstbestimmt und selbstständig in ihrem Stadtteil zu leben.



Die Lotsinnen der Ev. Stiftung Alsterdorf helfen dabei, einen individuellen Unterstützungs-Mix aus Selbsthilfe, Technik, sozialen Netzen im Quartier und Profleistungen zu entwickeln. | © pixabay.com/congerdesign

Hauptamtliche Lotsinnen von QplusAlter begleiten Menschen ab 65 Jahren und ihre Angehörigen dabei, eine passende Mischung an Unterstützung zu planen: Was wollen und können sie selbst erledigen, zum Beispiel auch mit technischen Hilfsmitteln? Wie können Familie, Freunde oder Nachbarn sie unterstützen? Was bietet das Quartier? Welche professionellen Hilfen werden gebraucht? Wo möchten sich die älteren Menschen ihrerseits für andere engagieren?

Die Begleitung durch QplusAlter ist kostenfrei. QplusAlter ist eine Initiative der Evangelischen Stiftung Alsterdorf, unter anderem in Partnerschaft mit der Deutschen Fernsehlotterie. Mehr Infos per E-Mail an lotsinnen@qplusalter.net oder unter der Telefonnummer (0 40) 50 77 33 54.

Red

SCHLAGWORTE [QplusAlter](#) | [Begleitung](#) | [Unterstützung](#) | [Menschen ab 65 Jahren](#)