

Neue QplusAlter-Lotsinnen in Winterhude-Uhlenhorst

Die Lotsinnen von QplusAlter beraten ältere Menschen ab 65 Jahren und Angehörige dabei, den Alltag nach ihren Vorstellungen zu organisieren und die passende Unterstützung zu finden. Sie richten dabei den Blick auf Ressourcen, sodass ein passgenaues Hilfenetzwerk entstehen kann: aus Selbsthilfe, Hilfsmitteln, sozialen Netzen, Angeboten und Profileistungen im Stadtteil. Catharina Klein und Tanja Fink sind seit kurzem als die neuen Lotsinnen in Uhlenhorst und Winterhude tätig. Was genau nochmal hinter dem kostenfreien Angebot der Ev. Stiftung Alsterdorf steckt, haben wir bei ihnen nachgefragt:

Was steckt genau hinter „QplusAlter“?

Wir beraten zu Themen wie Alltagsgestaltung, Gesundheit, Pflege und Soziales. Wir unterstützen Senior*innen dabei, die passenden Hilfen für ihren Alltag zu finden. Dazu werfen wir als Lotsinnen gemeinsam mit dem älteren Menschen einen Blick darauf, wie der Alltag im Moment aussieht. Der ältere Mensch entscheidet dann selbst, welche Art der Unterstützung die richtige ist, sodass er oder sie möglichst lange nach den eigenen Vorstellungen leben kann.

Darf sich jeder an Sie wenden?

Unser individuelles Beratungsangebot ist kostenfrei und richtet sich an ältere Menschen ab 65 Jahren und Angehörige, die im Bezirk Hamburg Nord wohnen. Einmalige Beratungen und auch mehrere Gespräche sind möglich, bei denen die Lotsin die nächsten Schritte begleitet und die Menschen unterstützt, die passenden Hilfen zu organisieren.



Tanja Fink (links) und Catharina Klein sind die neuen Lotsinnen in unserem Quartier

Hilfe zu suchen und anzunehmen, ist oft eine Herausforderung. Warum sollte man manchmal nicht zögern?

Im Leben gehören Veränderungen dazu – doch nicht für alle Umbruchsphasen kann man allein den richtigen Umgang damit kennen. Das können auch „kleine“ Veränderungen sein, wie zum

Fotos: H. Günther



Die Lotsinnen beraten ältere Menschen dabei, den Alltag nach ihren Vorstellungen zu organisieren

Beispiel zunehmende Schwierigkeiten beim Staubsaugen. Wir können aufgrund der positiven Erlebnisse unserer Klient*innen nur dazu ermutigen, sich frühzeitig über passende Unterstützung Gedanken zu machen – wir als Lotsinnen können dabei Ansprechpartnerinnen für Sie sein.

Wie könnte die Unterstützung durch QplusAlter aussehen?

Die Lösungen, die die Menschen zusammen mit uns entwickeln, sind ganz unterschiedlich: Vom passenden Rollator über eine Begleitung beim Einkaufen, eine Nachbarschaftshilfe, einen Spielpartner im Stadtteil, eine Smartphone-Sprechstunde oder der Kontakt zur Tagespflege um die Ecke. Die meisten älteren Menschen wollen in ihrer bekannten Umgebung wohnen bleiben,

und dafür gilt es kreative Lösungen zu finden. Am einfachsten ist es, uns anzurufen oder eine Mail zu schreiben. So können wir persönlich sprechen, gerne auch bei einem Hausbesuch.

Sind Sie auch im Stadtteil ansprechbar?

Ja. Manchmal ist ein Gespräch zuhause für den oder die Ratsuchende nicht das Passende. Wenn jemand keinen Hausbesuch wünscht, können wir uns auch in der Heilandskirche, im Winterhuder Weg 132 verabreden. Dort steht uns ein zeitlich flexibles Büro zu Verfügung.

Kontakt:

Catharina Klein, Tanja Fink

Telefon: 040 / 50 77 33 54

E-Mail: lotsinnen@qplusalter.net

Internet: www.q-acht.net/qplus/qplusalter

