

Neues von der Eber-schafts-Hilfe

Liebe Mitglieder der Eber-schafts-Hilfe und Interessierte, dieses Jahr sind wir viel zu Hause geblieben und haben telefoniert, aus dem Fenster geschaut, Spaziergänge gemacht, Garten und Haustiere mit mehr Aufmerksamkeit bedacht als die Jahre zuvor. Wir waren dennoch nachbarschaftlich sehr aktiv und haben neben Begleitung zu Terminen oder Einkauf auch Impftermine gebucht und begleitet, regelmäßig Kontakt per Telefon gehalten und uns gefreut als es wieder so warm wurde, dass wir in kleinen Gruppen Angebote draußen machen konnten. Eine Führung über den Waldkunstpfad, einen Kinofilm und viele Konzerte konnten wir anbieten, was auch begeistert wahrgenommen wurde. Wichtig für unsere Aktivitäten war das Büro als Schaltzentrale und Stütze, dass seit diesem Jahr – dank der Unterstützung der Dotter-Stiftung - fünf Tage je Woche erreichbar ist. Für nächstes Jahr haben wir – selbstredend – wieder optimistische Pläne, um mit Ihnen Neues zu erkunden oder einfach sich zu einem Plausch zu treffen. Wir informieren Sie kurzfristig, ob z. B. der Besuch der Narhalla-Sitzung stattfinden kann. Gerne möchten wir einen Leihladen für Gegenstände, die man nur selten benutzt, einrichten und suchen nach einem geeigneten Raum in Eberstadt. Wenn Sie eine Idee haben, rufen Sie uns doch an.

Wir freuen uns über das stetig wachsende Interesse nachbarschaftliche Hilfe anzubieten und wünschen Ihnen allen schöne Feiertage, Gesundheit und gute Laune. Bleiben Sie nachbarschaftlich engagiert!

Aus Notfallmappe wurde Wichtig Mappe

Notfallmappe, in der man alle wichtigen Informationen für den Fall eines Notfalls zusammentragen kann heißt nun Wichtig-Mappe. Hat sich Wesentliches geändert??

Das Layout ist durch mehr Rubriken übersichtlicher geworden. Es gibt nun mehr zum Ankreuzen als zum Ausfüllen. Themenchecklisten helfen den Überblick zu bekommen. Interessante neue Seiten sind: Haustiere, Steuerberater*in, Rechtsanwält*in, Notar*in und Finanzamt, Dokumentenchecklisten Digitales, Vorsorge, Verfügungen und Vollmachten Wohnung Versicherungen und Eigentum Kraftfahrzeuge und Finanzen, ein Biografiebogen bzgl. Vorlieben, Abneigungen und Gewohnheiten, Lieblingsmenschen, nahestehende Personen.

Die blaue Notfallmappe hat ihre Aktualität nicht verloren, aber Sie können sich gerne bei uns melden, wenn Sie die neue Wichtig Mappe für Ihre Vorsorge nutzen möchten.

Die Aktiven im Büro

Hier stellen sich Ihnen die Aktiven unseres Büroteams vor.



Kerstin Carls, 56 Jahre, verheiratet, 1 Tochter und seit März 2021 im Büro tätig. Ich wollte mich ehrenamtlich engagieren, vor allem in Eberstadt. Wenn man spürt und genau merkt wie wir Leuten mit unserer Arbeit helfen, das macht Spaß!



Claudia Ritsert-Clark Endlich im Vorruhestand angekommen, kann ich nach 35 Jahren Vollzeit Berufstätigkeit im Bereich der internationalen Kommunikation nicht einfach die Hände in den Schoß legen. Auf der Suche nach einer passenden Herausforderung bin ich auf die Eberschaftshilfe gestoßen. Als Wahl-Eberstädterin seit 2009 passt das Konzept nachbarschaftlichen Unterstützung für mich großartig, und ich möchte gerne tatkräftig dazu beitragen, dass die Eberschaftshilfe weiterwachsen kann.



Aus Eberstadt

Nachlese: Umgang mit Demenz

Frau Harth und Frau Kießling-Wirth vom Demenzforum haben im November einen interessanten Vortrag zum Umgang mit Demenz gehalten. Für Angehörige ist es meist sehr schwer, sich auf die Demenz eines nahen Menschen einzustellen. Als kleine Richtschnur nannten sie 10 Verhaltensweisen, die hilfreich sein können:

1. Lassen Sie fünf gerade sein! Schluss mit dem Perfektionismus! Von Ihnen ist jetzt hohe Flexibilität gefordert. Vieles von dem, was Sie immer miteinander auf eine bestimmte Weise gemacht haben, geht so jetzt nicht mehr. Vielleicht funktioniert es anders?
2. Bleiben Sie ruhig und geduldig!
3. Konfrontieren Sie nicht! Gehen Sie höflich und freundlich über Defizite und Fehler hinweg und zeigen Sie Trost und Mitgefühl
4. Vertrauen Sie auf nonverbale Kommunikation: Blickkontakt, Mimik und Gestik!
5. Argumentieren Sie nicht, wenn Sie etwas erreichen wollen!
6. Sprache wird unwichtig – (gemeinsames) Tun wird wichtig!
7. Vermitteln Sie Sicherheit! Der Mensch weiß nicht, wo er sich befindet und was er dort soll. Teilweise erkennt er die Personen um ihn herum nicht mehr.
8. Rituale und Langsamkeit sind Trumpf!
9. Altes wird länger erinnert als neue Informationen.
10. Sie können einen Menschen mit Demenz fordern, um seine Fähigkeiten zu erhalten. Aber überfordern Sie ihn nicht!

Wenn Sie mehr erfahren möchten, können Sie sich gerne wenden an:

DemenzForumDarmstadt e. V.
Heinheimer Straße 41/DA
Tel. 06151/96 79 96

Weihnachtspause im Büro:
23.12.2021 bis 09.01.2022.



Burkhold Menzel ist 71 Jahre alt, hat 1 Sohn, 1 Tochter und 3 Enkelkinder. Sie war vor ihrer Rente 40 Jahre lang als Sekretärin tätig und wohnt seit 35 Jahren in Eberstadt. Um als Rentnerin etwas Sinnvolles und Soziales zu begleiten, findet sie die Idee der ESH sehr gut. Es macht ihr Spaß, hier zu arbeiten und neue Leute und Aufgaben kennenzulernen.



Andrea Wilson: Ich lebe seit 4 Jahren im schönen Eberstadt, habe einen erwachsenen Sohn und finde es schön, neben meinem stressigen Schreibtischjob ab und zu für andere Menschen in der Nachbarschaft da zu sein.

Impressum:
Eberschafts-Hilfe e.V.
Kirnbergerstraße 12
64297 Darmstadt

Noch Fragen?

Gerne können Sie sich an uns wenden während der Bürozeiten:

Montag - Donnerstag 10:00 – 12:00 sowie Freitag 16:00 – 18:00 Uhr

in der Kirnbergerstraße 12

oder per Telefon/Anrufbeantworter unter 06151 – 501 609 23

oder per Mail info@eberschaftshilfe.de

