

“Bis ins höchste Alter allein leben. Mit einiger Hilfe, aber selbstbestimmt und – glücklich? Ist das überhaupt möglich? Nun, wer von uns gerade wen aktiviert, kann man oft gar nicht sagen. Ist das nicht die allerbeste Antwort?”



Aktivierender Hausbesuch

Der Aktivierende Hausbesuch ist eine Kombination aus 30 Minuten Bewegung und 30 Minuten Gespräch. Das Angebot richtet sich an Menschen, die die vertraute Umgebung nicht mehr alleine verlassen können. Er wird von einem/einer Übungsleiter/-in im häuslichen Umfeld angeboten. Durch die körperliche Aktivierung soll die Kraft in Armen und Beinen aufgebaut, die Gleichgewichtsfähigkeit, die Koordination, die geistige Flexibilität und die Beweglichkeit gefördert werden. Also die perfekte Rezeptur, um Stürze zu verhindern und Sturzfolgen zu minimieren.

Die Gespräche erhalten die Sprachgewandtheit, geben geistige Impulse, schaffen Abwechslung im Alltag, pflegen Erinnerungen und Humor und fördert die Lebensfreude.

Im Falle der Förderung durch Kommune und Pflegekasse nach § 45 SGB XI kann dieses Angebot über die Pflegekasse abgerechnet werden.

Wenn Sie DRK-Kursleiter/-in für den Aktivierenden Hausbesuch werden möchten:

Freude an körperlicher Aktivität, an Gesprächen und dem Umgang mit Menschen in höherem Alter sind die besten Startvoraussetzungen für die Ausbildung als Übungsleiter/-in für den Aktivierenden Hausbesuch. Die Ausbildung umfasst mindestens 32 UE sowie die Teilnahme an einem Erste Hilfe-Training von 9 UE. Erwartet wird die jährliche Teilnahme an einer Fortbildung von 8 UE.