

## „Aus-Zeit“ - Soziale Kontakte erhöhen die eigene Lebensqualität



Arnsberg  
sundern

Häufig fühlen sich Partner oder Angehörige von demenziell erkrankten Menschen allein gelassen. Freunde und Bekannte ziehen sich zurück oder sind selber krank. Unsere speziell ausgebildeten

Helferinnen der Aus-Zeit kennen die Probleme. Sie kommen stundenweise in die Häuslichkeit. Sie entlasten, hören zu, spenden Trost und Verständnis. Häufig können Sie kleine Tipps im Umgang mit den Patienten geben.

Aus den Berichten der Klienten wissen wir, dass viele Angehörige die Entlastung nutzen. Einige treffen sich mit Freunden, gehen zum Stammtisch, besuchen in der freien Zeit Volkshochschulkurse oder gehen einfach in Ruhe bummeln. Für die Patienten sind die Aus-Zeit Helferinnen und Helfer oft schnell vertraute Personen, die sich während ihres Einsatzes ausschließlich mit ihnen beschäftigen und Zeit und Ruhe ausstrahlen. So profitieren beide –



der Patient aber auch der pflegende Angehörige. Nur wenn es den pflegenden Angehörigen gut geht, geht es auch den erkrankten Menschen gut. Die Aus-Zeit Helferinnen und Helfer leisten einen kleinen aber wichtigen Beitrag zur Entlastung der pflegenden Angehörigen. Durch ihre Unterstützung können viele Menschen länger in der Häuslichkeit versorgt werden.

Wenn auch Sie mal wieder eine „Auszeit“ für sich benötigen, rufen Sie uns einfach an! Wir freuen uns auf Sie.

---

### KONTAKTDATEN:

Jutta Schneider-Hühn

Ringlebstr. 27

59821 Arnsberg

☎ 02931 806 470

📠 02931 806 421

✉ [tagespflege@caritas-arnsberg.de](mailto:tagespflege@caritas-arnsberg.de)