

## Schulung Seniorenbesucher/innen „Fit im Alter – Mobil im Sozialraum“ (FAMoS)

Zur Durchführung des Projekts werden „Seniorenbesucher/innen“ durch eine Qualifizierung vorbereitet.

### Voraussetzungen, um als Seniorenbesucher/in tätig zu werden:

- soziales Engagement und Motivation
- körperliche und geistige Fitness
- Bereitschaft, mindestens einen Besuch wöchentlich zu übernehmen

### Aufgaben der Seniorenbesucher/innen:

- Anleitung von Bewegungsübungen zu Hause
- die Senior/innen für die Thematik „Gesundheit und Bewegung“ zu begeistern
- ein Vertrauensverhältnis zu den besuchten Senior/innen aufzubauen
- Motivieren, um zukünftig Gruppenangebote wahr zu nehmen

### Inhalte der Qualifizierung „Hausbesuch“:

Umfang: 5 Tage (40 UE) + Erste Hilfe-Ausbildung

- Informationen zum Projekt
- Kommunikation und Umgang mit Teilnehmenden
- Beschwerden im Alter
- Bewegung im Alter
- Mobilisation, Kraft und Gleichgewicht/Übungen im Hausbesuch
- Rechtliche Grundlagen und Wissenswertes
- Andere Akteure und Angebote

Die Seniorenbesucher/innen besuchen nach ihrer Qualifizierung einsame ältere Menschen, die nicht pflegebedürftig sind, in ihrer Häuslichkeit und erhalten eine Aufwandsentschädigung von 12 € pro Stunde.

### Termin der Schulung im Landkreis St. Wendel:

Montag, 16.05. und Dienstag, 17.05.2022 von 9 bis 14 Uhr

Mittwoch, 01.06. bis Freitag, 03.06.2022 von 9 bis 17 Uhr

DRK-Kreisgeschäftsstelle, Essener Straße 14, 66606 St. Wendel

Die Anmeldeunterlagen erhalten Sie bei:

Claudia Ruppert

DRK-Landesverband Saarland e.V.

Telefon 0681/5004-243

E-Mail [famos@drk.saarland](mailto:famos@drk.saarland)

oder:

Aline Matzenbacher

DRK-Kreisverband St. Wendel e.V.

Telefon 06851/93968-27

E-Mail: [matzenbachera@kv-st-wendel.drk.de](mailto:matzenbachera@kv-st-wendel.drk.de)