

## Wie sind die Rahmenbedingungen für das Engagement gestaltet?

Die ehrenamtlichen DUO-Seniorenbegleiterinnen und -begleiter werden auch nach ihrer Qualifizierung regelmäßig weitergebildet und bei ihrer Tätigkeit unterstützt. Ihre Einsätze werden von den regionalen Senioren- und Pflegestützpunkten Niedersachsen (SPN) koordiniert.

Darüber hinaus lädt die Freiwilligenakademie Niedersachsen die Engagierten einmal jährlich zu einem niedersachsenweiten Austauschtreffen ein.

Die Engagierten sind während ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit unfall- und haftpflichtversichert.

## Die Qualifizierung

Die Qualifizierung zur ehrenamtlichen DUO-Seniorenbegleitung umfasst folgende Stunden:

- 50 Unterrichtsstunden Theorie und
- 20 Stunden Hospitation

Der Kurs schließt mit einem Zertifikat ab, das die Teilnehmenden als ehrenamtliche DUO-Seniorenbegleiterin bzw. ehrenamtlicher DUO-Seniorenbegleiter ausweist.

## Weitere Informationen

Die Qualifizierung ist ein Kooperationsprojekt der Senioren- und Pflegestützpunkte in Niedersachsen und der Freiwilligenakademie Niedersachsen e.V.. Sie wird von einem örtlichen Bildungsträger durchgeführt, vom Land Niedersachsen gefördert und ist für die zukünftigen Ehrenamtlichen kostenlos; die Fahrtkosten sind selbst zu tragen.

Die kostenfreie Teilnahme am Kurs ist an ein späteres freiwilliges Engagement für einen Senioren- und Pflegestützpunkt Niedersachsen gebunden.

Informationen zu den Terminen und zum Veranstaltungsort der nächsten geplanten Qualifizierungen können bei den regionalen Senioren- und Pflegestützpunkten Niedersachsen und bei der Freiwilligenakademie Niedersachsen erfragt werden.

### Sprechen Sie uns gern an:

**Frau Wilken Johannes**  
SPN Landkreis Friesland  
Tel. 04461 919 6030

**Frau Heise**  
VHS Friesland-Wittmund  
Tel. 04462 863 346

### Impressum:

Freiwilligenakademie Niedersachsen e. V.  
im üstra Kundenzentrum  
Karmarschstraße 30 – 32 · 30159 Hannover

info@freiwilligenakademie.de  
www.freiwilligenakademie.de



Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium  
für Soziales, Gesundheit  
und Gleichstellung



Senioren- und  
Pflegestützpunkt  
Niedersachsen



Freiwilligenakademie  
Niedersachsen



## DUO – ehrenamtliche Seniorenbegleitung

Die Mehrheit der älteren Menschen führt ein selbstständiges und selbstbestimmtes Leben in der vertrauten Umgebung und möchte dies so lange wie möglich beibehalten. Da das Modell „Großfamilie“ immer seltener existiert, leben viele ältere Menschen allein. Die eigenen Kinder wohnen häufig weit entfernt, und die sozialen Dienste arbeiten unter Zeitdruck und können in der Regel nur das Nötigste erledigen.

Gelegenheit für ein Gespräch oder einen Spaziergang bietet sich kaum. Schnell wird die Einsamkeit zum Problem.

Es gibt unterschiedliche Angebote und Wege, mit dieser Situation umzugehen. Eine ist die ehrenamtliche DUO-Seniorenbegleitung.

Ausgebildete ehrenamtliche DUO-Seniorenbegleiterinnen und -begleiter unterstützen ältere Menschen in ihrem Alltag und nehmen Anteil an ihrem Leben: sie nehmen sich vor allem Zeit zum Reden und Zuhören oder für gemeinsame Unternehmungen. Außerdem können sie die Begleitung zu Behörden und Ärzten anbieten oder die Erledigung von Einkäufen.

## Was sollten angehende DUO- Seniorenbegleiterinnen und -begleiter für das Engagement mitbringen?

Die Qualifizierung richtet sich an Frauen und Männer aller Altersgruppen, die Spaß und Freude im Umgang mit älteren Menschen haben und sich für eine ehrenamtliche Tätigkeit interessieren.

### Sie sollten mitbringen:

- eine positive Haltung gegenüber kranken, behinderten und alten Menschen,
- Empathie,
- soziale Kompetenzen und kommunikative Fähigkeiten,
- Beobachtungsgabe und Wahrnehmungsfähigkeit,
- Phantasie, Kreativität und Flexibilität,
- Ideen für die gemeinsame Freizeitgestaltung,
- psychische Stabilität und die Fähigkeit zur Reflexion des eigenen Handelns.

## Wie werden Interessierte auf ihr Engagement in der DUO-Senioren- begleitung vorbereitet?

Nahezu jeder Senioren- und Pflegestützpunkt Niedersachsen bietet die Qualifizierung für dieses ehrenamtliche Engagement an.

### Themenschwerpunkte sind insbesondere:

- Alt werden – alt sein
- Gesprächsführung und Kommunikation
- Tagesstrukturierung und -aktivierung, Beschäftigungsmöglichkeiten
- Psychische Veränderungen im Alter
- Sozialrecht und Selbstbestimmung
- Altersmedizin
- Steuerrechtliche und versicherungsrechtliche Konsequenzen ihres ehrenamtlichen Engagements
- Sammeln praktischer Erfahrungen im Rahmen von Hospitationen, z. B. in Besuchsdiensten, Seniorenkreisen oder Tagespflegeeinrichtungen, bei Alltagshilfen oder ambulanten Pflegediensten

Die Vermittlung von Verständnis und Einfühlungsvermögen in die Lebenswelt der Seniorinnen und Senioren steht im Mittelpunkt des Lehrgangs.

