

## Kontakt



### Sprechen Sie uns gerne an:

Landkreis Hildesheim  
Bischof-Janssen-Straße 31  
31134 Hildesheim  
Amt für Sozialhilfe und Senioren

Anna Forche-Koll  
Telefon 05121 309 - 1592  
anna.forche-koll@landkreishildesheim.de

## Qualifizierung zur ehrenamtlichen DUO- Seniorenbegleitung



Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium  
für Soziales, Gesundheit  
und Gleichstellung



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.

Schnell wird die Einsamkeit zum Problem.

Seniorenbegleiter\*innen unterstützen ältere Menschen in ihrem Alltag und nehmen Anteil an ihrem Leben. Sie nehmen sich Zeit zum Reden und Zuhören oder für gemeinsame Unternehmungen.

Außerdem können sie die Begleitung zu Behörden und Ärzten anbieten oder die Erledigung von Einkäufen.

Im Gegenzug erhalten sie:

- Wertschätzung,
- Dankbarkeit und
- aufrichtige Anerkennung,

sowohl von den Betroffenen als auch von deren Angehörigen.

## Was sollten Sie für das Engagement 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.

## Die Qualifizierung

Die Qualifizierung zur ehrenamtlichen DUO-Seniorenbegleitung umfasst folgende Stunden:

- 30 Unterrichtsstunden Theorie
- 20 Stunden Hospitation

**Der Kurs schließt mit einem Zertifikat ab.**