

Der Weg hinaus

...beginnt im Gespräch!

Bei einem ersten, unverbindlichen Treffen besprechen wir ihre Bedürfnisse. Bei gegenseitigem Vertrauen entscheiden wir gemeinsam die nächsten Schritte. Der erste persönliche Kontakt findet am besten bei ihnen zu Hause statt und dauert etwa eine Stunde.



Je nach Bedarf können zusätzlich Beratung, kreative Begleitung, Ritual- und Klangarbeit eingesetzt werden. Ihre Empfindungen können ihnen dadurch bewusster und ihr Handeln kraftvoller und bestimmter werden. Dies kann eine heilsame Unterstützung in ihren Übergangs-, Ganz- und Heilwerdungsprozessen sein, ist jedoch kein Ersatz für ärztliche Behandlung.

Für Ritual- und Klangarbeit gibt es ein eigenes Angebot. Gerne gebe ich darüber Auskunft.

Tarife

Haushalts- und Ordnungscoaching, Einfache Arbeiten, Erstgespräch, Fahrzeit

Stundenansatz Fr. 50.00
Fahrspesen Fr. 0.75 / km

Kreativ – beratende Begleitung, Ritualarbeit

Stundenansatz Fr. 90.00
Fahrspesen Fr. 0.75 / km

Auf Wunsch erstelle ich gerne eine Offerte und vermittele Ihnen als Referenz den Kontakt zu anderen Klienten. Auch Pauschalpreise möglich.



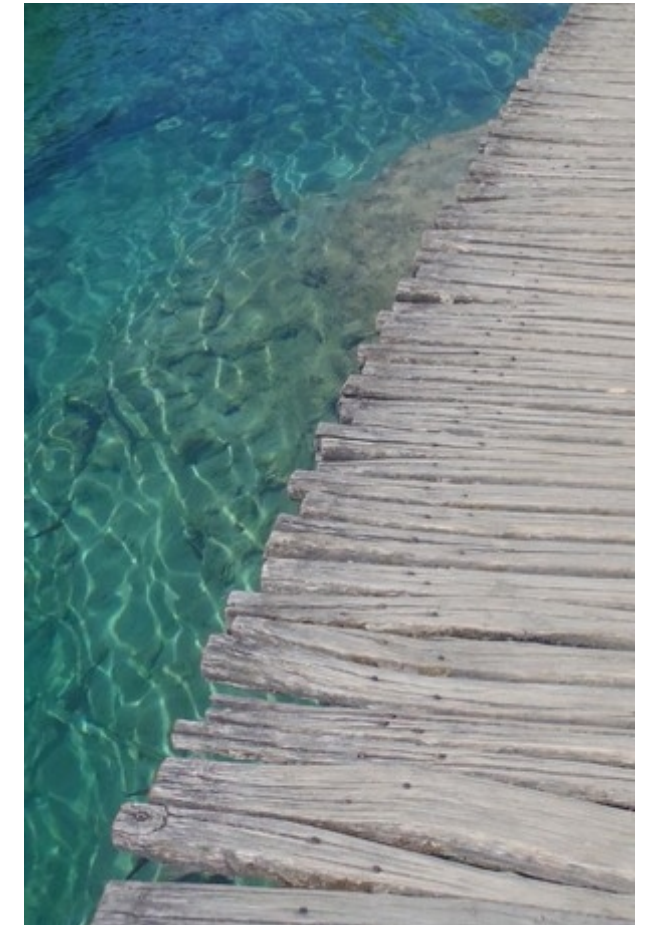
Kontakt

Lucia Miriam Gassmann

Sonnenweg 13
5102 Rapperswil
062 543 00 00
079 258 64 98
gassmann.miriam@gmail.com

Soziale Begleitung

Region Aarau–Lenzburg–Brugg



**Praktische Hilfe in Krisen
Bewältigung von Alltagsschwierigkeiten
Überbrückung in Übergangssituationen**

Lebensübergänge

bewusst erleben und gestalten!

Lebensübergänge sind unvermeidlich und natürlich. Doch sie werden oft vernachlässigt und unterschätzt. Besonders einschneidend ist es, wenn ältere Menschen gezwungen sind, ihr vertrautes Heim zu verlassen oder freiwillig in Erwägung ziehen, von der bisherigen in eine andere Wohnform zu wechseln. Für die Betroffenen und ihre Angehörigen ist das ein herausfordernder Prozess.

Je früher und selbstbestimmter ein solcher Übergang eingeleitet wird, umso weniger Stress bedeutet das für alle Beteiligten. Bewusst erlebt, ist er sogar heilsam und befreiend. Er kann richtig Freude auf das Neue wecken. Rechtzeitig Hilfe annehmen lohnt sich!

Eine einfühlsame Begleitung respektiert ihre Vergangenheit, Gefühle und Ängste und erleichtert die bevorstehenden Schritte in das neue Ungewisse. Menschen mit einer körperlichen und seelischen Beeinträchtigung können sich dadurch neue Perspektiven eröffnen.



Soziale Begleitung

kann Folgendes beinhalten:

- **Hilfe bei Standortbestimmung, Entscheidungsfindung und Umzug** in Altersheim oder andere Wohnform
- **Vermittlung** zwischen Betroffenen und Angehörigen
- **Beratende und praktische Unterstützung** beim Aussortieren, Sich Trennen von vertrauten Gegenständen und beim Packen
- **Begleitung beim Verabschieden** von Dingen, Orten und Menschen
- **Respektvolles Entsorgen** der persönlichen Sachen, wenn nötig unter Beihilfe von Dritten
- **Schrittweise Vorbereitung und Koordinieren des Umzuges**, unter Einbezug von Angehörigen, Umzugs- und Reinigungsfirma
- **Begleitung nach dem Umzug** beim Einleben und Kontaktknüpfen in der neuen Umgebung
- **Überbrückende Hilfe in Notsituationen**, wie temporäre Übernahme von einfachem Unterhalt von Haus, Garten, Post
- **Besuchsdienst** - regelmässige Aufsicht, Begleitung von hilfebedürftigen Angehörigen
- **Fahrdienst** - Begleitung bei Besorgungen, Arztbesuchen etc.
- **Haushalts- und Ordnungskoaching** bei Bewältigung von Orientierungs- und Strukturierungsschwierigkeiten in Haushaltsführung, bei Überforderung oder Desorientierung,
- **Unterstützung bei Messie-Problematik**

Ergänzende Angebote

als heilsame Unterstützung:

- **Kreativ-beratende Begleitung in Lebenskrisen** mit angeleiteten und inspirierten Tätigkeiten wie Gestalten mit Naturmaterialien, Farben, Bewegung, Klang, Naturerfahrungen im Freien und Prozess-Ritualen.
- **Einfache Rituale** als heilsame und hilfreiche Unterstützung für den Schritt in eine ungewisse Zukunft. Rituale helfen Vergangenes dankbar anzuerkennen, zu würdigen, zu verabschieden, los zulassen, Neues einzuleiten und Übergänge zu feiern. Rituale sind befreiend und zukunftsweisend.



Die soziale Begleitung beinhaltet keinen Pflegedienst, keine finanzielle Beratung und auch keine Übernahme von administrativen Aufgaben wie Steuern oder Buchhaltung.