

## Das Quartiersbüro

In unserem Letzlinger Quartiersbüro in der Magdeburger Straße 24 beraten wir Sie zu den Angeboten des Helferkreises und zum ehrenamtlichen Engagement.

### Öffnungs- und Sprechzeiten:

Dienstag & Donnerstag 9 – 17 Uhr  
Mittwoch 10 – 18 Uhr

### Telefonisch erreichen Sie uns:

Montag bis Freitag 9 – 17 Uhr

Pfeiffersche Stiftungen  
Ambulant im Quartier  
Magdeburger Straße 24  
39638 Letzlingen  
[facebook.com/quartierletzlingen](https://facebook.com/quartierletzlingen)

## Ihre Ansprechpartnerin



Sophie Schönemann  
Quartiersmanagerin

Telefon: 0173 4678467  
E-Mail: [sophie.schoenemann@pfeiffersche-stiftungen.de](mailto:sophie.schoenemann@pfeiffersche-stiftungen.de)

## Der Helferkreis Altmark unterstützt Sie im Alltag

Beratung und Begegnung für Senioren





## Nachbarschaftshilfe im Alltag

Im eigenen Haushalt alt werden und am gesellschaftlichen Leben teilhaben. Wer wünscht sich das nicht?

Auf fremde Unterstützung angewiesen zu sein – altersbedingt oder aufgrund einer gesundheitlichen Einschränkung – ist meist der Hauptgrund für den Umzug in ein Pflegeheim.

Durch fachliche Beratung, Gesellschaft und kleine Alltagshilfen lässt sich der Schritt ins Pflegeheim jedoch verzögern.

Im eigenen Zuhause alt werden und das Leben wieder genießen. Unser Helferkreis unterstützt Sie dabei. Alle Mithelfenden sind professionell geschult und von der Pflegekasse zugelassen.

Mit Pflegegrad können Sie bis zu 7 Stunden im Monat kostenfrei in Anspruch nehmen. Selbstverständlich können Sie unsere Angebote auch ohne Pflegegrad nutzen.

## Unsere Angebote

### **Für Menschen mit Unterstützungsbedarf**

#### Betreuungsgruppe

- stundenweise Betreuung zur Teilhabe am gesellschaftlichen Leben

#### Unterstützung im Alltag

- Hilfe im Haushalt
- Begleitung zu Einkäufen und Terminen

#### Betreuung zu Hause

- Entlastung pflegender Angehöriger in gewohnter Umgebung

### **Beratung für Pflegebedürftige und Angehörige**

- Beratung rund um das Thema aktives Altern, Pflege sowie Barrierefreiheit in der Häuslichkeit

### **Begegnung in der aktiven Dorfgemeinschaft**

#### Bildungsangebote

- Lesungen, Vorträge und Sprachkurse

#### Geselliger Austausch

- Sonntagscafé, Nachbarschaftsgrillen und kulturelle Abende
- Spielenachmittage
- Kreativgruppe

#### Sport und Prävention

- Bewegungs- und Entspannungsangebote
- Gesundes Kochen