

Mobilisation

Wir möchten Sie dabei unterstützen, so lange wie möglich ein selbstständiges Leben in Ihrem Zuhause führen zu können. Dafür unternehmen wir eine Reihe von Maßnahmen, die wir auf Sie persönlich zuschneiden.

Zu Ihrer Sicherheit steht Ihnen unser Bereitschaftsdienst rund um die Uhr zur Verfügung. Außerdem können wir für Sie einen Hausnotruf-Dienst veranlassen.

Gemeinsam mit Ihnen stellt unsere Pflegedienstleitung Ihren ganz individuellen Pflegeplan zusammen. Dieser wird in angemessenen Abständen an Ihre Lebenssituation und Ihre Wünsche angepasst.

Wer kann das bezahlen? Wir bieten eine Vielzahl von Betreuungsleistungen an - und beraten Sie selbstverständlich, welche Leistungen von Ihrer Kranken- oder Pflegekasse bezahlt werden.

Neben dieser Information zum Thema **Mobilisation** halten wir auch Informationen über **Betreuung und Begleitung** sowie **Hilfen bei Demenz** für Sie bereit.

Fachpflegedienst für Kranke und Senioren
seit 1978

Der Pflegedienst Limbach wurde 1978 als Fachpflegedienst für Kranke und Senioren gegründet.

- Staatlich geprüftes Pflegepersonal
- Täglich 24 Stunden im Einsatz - an 365 Tagen im Jahr
- Erprobtes Fach- und Expertenwissen
- Regelmäßige Vorträge in unseren Räumen (Ankündigungen im Internet, in der Presse und telefonisch zu erfragen unter 0202 / 62 10 51)
- Moderate und angemessene Preise und - ein besonders zuverlässiger und freundlicher Service!



Fachpflegedienst für Kranke und Senioren
Heckinghauser Straße 188
42289 Wuppertal

Telefon: 0202 / 62 10 51
Telefax: 0202 / 62 10 53
E-Mail: info@pflugelimbach.de
Internet: www.pflugelimbach.de


... seit 1978

Mobilisation



Aktiv sein

Körperliche Aktivität ist ein bedeutender Faktor für die Gesundheit und das Wohlbefinden – insbesondere auch im höheren Lebensalter.

Bewegung macht Spaß und ist gesund! Es ist nie zu spät, damit anzufangen. Bis ins hohe Alter ist die positive Wirkung von Bewegung auf den gesamten Organismus nachgewiesen. Bewegung lindert Schmerzen und nimmt die Angst vor Stürzen – einfach, weil man sich wieder viel sicherer bewegt.

Sie dabei zu unterstützen, sich wieder mit Freude und schmerzfrei bewegen zu können, ist eine Aufgabe, die uns besonders am Herzen liegt. Durch gezielte Bewegungsübungen und mobilisierende Maßnahmen können wir Ihre geistigen und motorischen Fähigkeiten sowie die Organfunktionen positiv beeinflussen.

Lassen Sie uns daran gemeinsam arbeiten!

Gesundheit erhalten

Unser Mobilisations- und Wohlfühlkonzept folgt der Überlegung, dass Beweglichkeit und Wahrnehmung einander bedingen.

Darum trainieren wir nicht nur die geistige Beweglichkeit, das Reaktions- und das Erinnerungsvermögen, sondern auch die körperliche Beweglichkeit, die Sicherheit beim Gehen, Stehen und Gleichgewicht halten. Weiterhin achten wir auf eine ausgewogene Ernährung und – ganz wichtig – einen ausgeglichenen Flüssigkeitshaushalt.

Auf dieser Grundlage erstellen wir Ihr ganz persönliches Mobilisationskonzept. Mit unserem Konzept lernen Sie, sich wieder sicher und frei auf angenehme und kurzweilige Art im Rahmen Ihrer Fähigkeiten und Möglichkeiten zu bewegen. Sie bleiben mobil und haben Freude.

Durch Mobilisation zurück ins Leben

Eine Auswahl aus unserem Angebot:

- Muskeltraining mit dem Theraband
- Sitz-, Steh-, Gehübungen, Bewegungsübungen im Liegen oder Stehen
- Gymnastik
- Treppenstufen auf- und abgehen
- Bewegung an frischer Luft, angefangen bei Übungen im Pflegebett bis zu längeren Spaziergängen.

Sich wohlfühlen

Sturzprävention

Wir trainieren mit Ihnen im Rahmen Ihres persönlichen Sturzrisikos:

- Stabilität und Sicherheit beim Sitzen und Aufstehen
- Sicherheit und Gleichgewicht beim Gehen und Stehen

Außerdem beraten wir Sie zu sicherem Schuhwerk und gefahrungsfreier Bewegung in der Wohnung.

Gedächtnistraining

Wie heißt es noch gleich?

Hochmut kommt vor dem ...?

Am Abend wird der Faule ...?

Orientiert an der Schule von Dr. med. Franziska Stengel führen wir mit Ihnen kurzweilige und unterhaltsame Frage- und Antwortspiele durch, die schon nach kurzer Zeit Übungserfolge zeigen.

