

## FREUNDE HELFEN

Immer mehr ältere Menschen entscheiden sich, anstelle eines Umzuges in ein Seniorenheim, weiterhin zu Hause zu wohnen. *Freunde helfen* unterstützt Sie dabei, selbstständig und selbstbestimmt im eigenen Zuhause zu leben.

Unsere Mitarbeiter/innen wurden vor Ihrem Einsatz bei der *Elf Freunde müsst ihr sein gGmbH* zu Alltagsmanager/innen in einer fünfmonatigen Vollzeitausbildung qualifiziert. Die Qualifizierung entspricht dem vielfältigen Aufgabenspektrum eines modernen ambulanten Service für Senioren und Menschen mit Behinderung. Der Unterricht umfasst die Betreuungsarbeit z.B. auch für Menschen mit Demenzerkrankungen sowie mit typischen Alterskrankheiten wie Diabetes und degenerativen Erkrankungen des Bewegungsapparats. Weitere Themen sind Haushaltsführung, Hygiene, Zubereitung von gesunden und vollwertigen Speisen nach neuen ernährungsphysiologischen Erkenntnissen sowie Beratung und Unterstützung z.B. beim Schriftverkehr mit Behörden, Hilfe beim Ausfüllen von Formularen oder organisatorische Aufgaben. Auch barrierefreie EDV und Hilfe beim Umgang mit Smartphones gehören zur Ausbildung.

## KONTAKT

Einfach anrufen unter der Nummer:

**089 - 14 90 26 81 14**

oder senden Sie uns ein Mail:

**[kontakt@freunde-helfen.net](mailto:kontakt@freunde-helfen.net)**

oder besuchen Sie uns auf unserer Webseite

**[www.freunde-helfen.net](http://www.freunde-helfen.net)**

Wir freuen uns auf ein Kennenlernen.

### Koordinaten

„Freunde helfen“ ist ein Dienst der *Elf Freunde müsst ihr sein gGmbH*

Wilhelm-Hale-Straße 50  
80639 München

Die *Elf Freunde müsst ihr sein gGmbH* ist ein Sozialunternehmen für moderne Dienstleistungen und Bildung. Wir sind ein Unternehmen der IWL Werkstätten gGmbH. Weitere Infos unter [www.elf-freunde.net](http://www.elf-freunde.net)

*Freunde helfen* bieten auch über unsere ausgewählten Kooperationspartner vor Ort ambulante Pflegedienstleistungen an. Erfahrene Pflegedienste und das breite Angebot von *Freunde helfen* lassen keine Wünsche offen.

## AMBULANTE BETREUUNG UND HAUSHALTSNAHE DIENSTLEISTUNGEN



BETREUUNG  
HAUSHALTSNAHE  
UND VIELES MEHR

FREUNDE HELFEN



[www.freunde-helfen.net](http://www.freunde-helfen.net)

*Freunde helfen* ist eine Marke des Sozialunternehmens  
*Elf Freunde müsst ihr sein gGmbH*

## BETREUUNG

*Freunde helfen* unterstützt Sie für ein selbstständiges Leben zu Hause. Wir gehen auf Ihre individuellen Wünsche ein und sind Ihr vertrauensvoller Gesprächspartner und Begleiter im Alltag.

### Alltagsbegleitung

Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind speziell geschult auch für die Betreuung von demenzerkrankten Menschen. Wir bieten eine Tagesstruktur, motivieren durch eine aktivierende Ansprache und bieten viel Wärme und Empathie bei der Alltagsbegleitung.

### Entlastungsangebote

Wir unterstützen auch pflegende Angehörige bei ihren Pflegeaufgaben in der Familie. *Freunde helfen* wenn eine Entlastung benötigt wird, um Beruf und Freizeit mit der Pflege eines Familienangehörigen zu vereinen. Sie können sich ohne Sorgen und schlechtes Gewissen eine Auszeit nehmen. Wir kümmern uns um Ihren Familienangehörigen, leisten ihm Gesellschaft, begleiten ihn z.B. bei Arztbesuchen oder Spaziergängen, unterstützen bei der Grundpflege und halten den Haushalt in Ordnung.

Kosten-  
übernahme  
durch alle  
Pflegekassen-  
möglich

## HAUSWIRTSCHAFT

Damit Sie sich bis ins hohe Alter in ihren eigenen vier Wänden wohl fühlen, unterstützen wir Sie bei hauswirtschaftlichen Tätigkeiten.

### Reinigen, Waschen, Bügeln

Wir sorgen für ein gepflegtes und ordentliches Zuhause durch eine regelmäßige Reinigung Ihrer Wohnung bzw. Ihrem Haus. Wir waschen und bügeln Ihre Wäsche und pflegen Ihre Heimtextilien wie z.B. Vorhänge, Tischdecken oder Teppiche.

### Kochen und Einkäufe erledigen

Gerne kochen wir für Sie eine frische, gesunde und genußvolle Mahlzeit täglich oder auf Vorrat. Unsere ausgebildeten Mitarbeiter/innen sind geschult in gesunder Ernährung, Schonkost und Speisen für Diabetiker. Wir kümmern uns um Ihre Einkäufe und Vorräte. Gerne machen wir auch Besorgungen und die Essenszubereitung mit Ihnen gemeinsam.



## UND VIELES MEHR

Der Service von *Freunde helfen* umfasst neben der Betreuung und haushaltsnahe Dienstleistungen auch weitere wichtige Lebensbereiche wie Kommunikation, Geschäftsprozesse und Freizeitgestaltung.

### Computer und Smartphoneservice

Neueinsteigern helfen wir bei der Auswahl und Kauf eines neuen Gerätes sowie dessen Handhabung. Unsere EDV-Profis übernehmen Reparaturen, Installationen und Schulungen aller Art bei Ihnen vor Ort

### Schriftverkehr und Recherche

Wir unterstützen Sie z.B. beim Schriftverkehr mit Behörden und Kranken- und Pflegekassen. Wir recherchieren für Sie Ihre Anfragen z.B. zu medizinischen Themen, wo ist die nächste Yogagruppe in meiner Nähe, Telefonarife oder Schafkopfrunden.

### Wegebegleitung, Freizeit, Reisen

Wir begleiten Sie z.B. bei Arztbesuchen, Behördengängen und Einkäufen zu Fuss oder mit unserem Fahrdienst. Mit uns können Sie auch ins Kino oder Theater gehen, Ausflüge planen oder kleine und größere Reisen durchführen.

Wir beraten Sie gerne. Gemeinsam entwickeln wir mit Ihnen Ihr persönliches Angebot.