

A woman with curly hair, wearing a light grey blazer over a green top and a red lanyard, is smiling and shaking hands with another person. The second person is wearing a blue shirt with a colorful polka-dot pattern. The background is a blurred outdoor setting with green foliage.

DOGEW021

**UNSER
BESONDERER
SERVICE FÜR SIE**



nachbarschafts agentur

Fit sowie gesund zu bleiben und möglichst lange selbstständig in der eigenen Wohnung zurechtzukommen – das wünschen wir uns alle! Aber was mache ich, wenn dies nicht oder nicht mehr so ist? Was, wenn ich Hilfe und Unterstützung benötige? Wen kann ich um Rat fragen, wenn ich Angehörige oder einen anderen hilfebedürftigen Menschen pflege?

Unser Service für Sie:

- Informationen über gesundheitliche Vorbeugung im Alter
- Vermittlung von Entlastungs- und Hilfsangeboten
- Gespräche bei Überlastung bei der Pflege Angehöriger
- Bewegungsangebote

Unsere Expertin dafür ist:



Carola Wagener-Ernst

Krankenschwester und
Pflegewissenschaftlerin

Telefon 0172.61 93 821

E-Mail carola.wagener-ernst
@nachbarschafts-
agentur.de