



Annerose Kiefer

- AngehörigenCoach
- Alltagsbegleitung und stundenweise Betreuung von Menschen mit und ohne Demenz
- Kundalini YogalehrerIn in 3HO e.V.
- Zertifiziert nach KRI/Ikyta

www.annerose-kiefer.de • annertose-kiefer@t-online.de  
Telefon: 06438- 83 59 91 • Fax: 06438-83 59 92  
Mobil: 0177 417 58 71

### Mitglied



ALZHEIMER GESELLSCHAFT  
RHEINGAU-TAUNUS E.V.  
*Hilfe zur Selbsthilfe Demenz*



BdSAD  
Bundesvereinigung der  
Senioren-Assistenten  
Deutschland e.V.



**pflegeethik**  
**initiative**  
Deutschland e.V.

www.alzheimer-rheingau-taunus.de • www.bdsad.de  
www.hospizbewegung-Idsteiner-Land.de • www.3ho.de

### Annerose Kiefer

Schulstraße 7  
65510 Hünstetten-Beuerbach  
Mobil: 0177 417 58 71  
www.annerose-kiefer.de  
Email: annertose-kiefer@t-online.de



Annerose Kiefer



AngehörigenCoach

Alltagsbegleitung und  
stundenweise Betreuung von  
Menschen mit und ohne Demenz

Kundalini YogalehrerIn  
in 3HO e.V.

durch KRI / Ikyta  
anerkannt

## Angehörigen Coach

### Was ich für Sie tun kann?

- Umfassende Hilfe aus einer Hand.
- Mit einer kompetenten und verständnisvollen Ansprechpartnerin.

Gerne begleite ich Sie auf Ihrem neuen Weg als Pflegende Angehörige. Wir arbeiten gemeinsam an den passenden Antworten im

### AngehörigenCoaching, Ihr Motor in Ihrem Pflegealltag.

- Ist es Demenz? Wie erkenne ich Demenz? Wie gehe ich damit um?
- Was bedeuten Pflegegesetze und Pflegegrad?
- Welche Ansprüche habe ich?
- Wo bekomme ich den Antrag her?
- Unterstützen Sie mich, wenn der Gutachter kommt?

### Es ist beruhigend, wenn alles vernünftig geregelt ist.

- Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung.
- Vorsorgeregister.
- Vorsorgedatenbank.

### Netzwerk mit Hospizverein Idsteiner Land

### Netzwerk mit Pflegediensten

### Netzwerk 24StundenPflege



## Yoga für Spätberufene

### Yoga für Sie:

### Pflegende Angehörige Erkrankte Menschen Interessierte



### Ihr individuelles, persönliches Yoga, als

- Yoga für Ihr eigenes Wohlbefinden, um Kraft zu tanken und im Gleichgewicht bleiben zu können. Um die Belastungen des Alltags gut meistern zu können.
- Für mehr Beweglichkeit von Körper, Geist und Seele. Für mehr Wahrnehmung des eigenen Körpers und was er braucht, um leistungsfähig sein zu können.
- Yogatherapeutische Einzelstunde für Menschen mit der Erkrankung COPD.
- YogaCoaching für alle, die sich intensiver mit ihrem Selbst beschäftigen wollen und sich gerne auf dem spannenden Weg begleiten lassen wollen.

## Alltagsbegleitung und Betreuung

...damit jemand dabei ist, dem Sie vertrauen können:

### Alltagsbegleitung und stundenweise Betreuung und Begleitung

### Alltagsbegleitung - Hilfe zur Selbsthilfe im Alltag

... damit im Alltag für alles gesorgt ist und Ihr Angehöriger darin Halt für sein tägliches Leben findet.

Sie sind durch berufliche oder familiäre Verpflichtungen verhindert?

### Stundenweise Betreuung bei Ihnen zuhause:

- Unterhaltung, Vorlesen, gemeinsames Singen
- Biografie Arbeit, Gedächtnistraining, 10 Minuten-Aktivierung
- Yoga auf dem Stuhl, Fingeryoga zur geistigen Aktivierung und Verbesserung der Konzentration

### Stundenweise Begleitung zu Terminen:

- Arzttermin, Friedhof, Seniorennachmittag, Gemeindefeste
- gemeinsames Einkaufen, Frisör
- Freizeitaktivitäten: Spaziergang, Bummeln, Eis essen...

### In diesen Themen haben wir seit 13 Jahren Erfahrungen gesammelt

- Menschen mit und ohne Demenzerkrankung (Alzheimer Demenz, Schlaganfall, Parkinson...)
- COPD (Cronic Obstructive Pulmonary Disease), chronische Entzündung der Lungenbläschen
- Menschen mit schwierigen Lebensumständen bei psychischen Verhaltensauffälligkeiten

