

ProVita CHECKLISTE

Wenn Eltern alt werden

So erkennen Sie, dass Ihre Eltern mehr Unterstützung benötigen

Beweglichkeit:

Haben Ihre Eltern Probleme beim Aufstehen oder Herumlaufen?

Wie kann ich helfen?

Arrangieren Sie bestimmte Elemente im Wohnraum Ihrer Eltern um, wodurch sich die Beweglichkeit verbessert.

Ernährung:

Verlieren Ihre Eltern an Gewicht, sind dehydriert, kochen nicht mehr, vergessen zu essen oder ernähren sich ungesund?

Wie kann ich helfen?:

Beauftragen Sie einen „Essen auf Räder“- Service oder vielleicht können Sie selber für Ihre Eltern mitkochen.

Vergesslichkeit:

Werden Ihre Eltern langsam vergesslich?

Wie kann ich helfen?:

Unterstützen Sie Ihre Eltern persönlich bei wichtigen Terminen. Bei vermehrten Anzeichen vereinbaren Sie am besten einen Arzttermin bezüglich einer möglichen Demenzerkrankung.

Soziales Umfeld:

Sind Ihre Eltern noch unternehmenslustig oder ziehen sie sich mehr und mehr sozial zurück?

Wie kann ich helfen?:

Reden Sie mit Ihren Eltern und motivieren Sie sie zu bestimmten Aktivitäten.

Hygiene:

Achten Ihre Eltern noch genügend auf Ihr Äußeres?

Wie kann ich helfen?:

Suchen Sie das Gespräch mit Ihren Eltern. Versuchen Sie herauszufinden woran es liegt und wie die beste Lösung sein könnte.

Persönlichkeit:

Haben sich die Charaktereigenschaften Ihrer Eltern verändert?

Wie kann ich helfen?:

Eventuell kann hier ein Psychologe weiterhelfen.

Gesundheit:

Leiden Ihre Eltern zunehmend an Krankheiten oder körperliche Behinderung (Sturz-Gefahr)?

Wie kann ich helfen?:

Ein Notruf kann nicht nur für mehr Sicherheit bei Ihren Eltern sorgen, sondern auch Sie dahingehend beruhigen, dass in einem Notfall jemand für Ihre Eltern da ist.

Wohnraum:

Wie aufgeräumt und sauber ist die Wohnung Ihrer Eltern oder liegt vieles herum?

Wie kann ich helfen?:

Hier kann eine Alltagsassistentin für mehr Entlastung sorgen.