

Gemeinsam alt werden und gesund bleiben

„domino world“ stellt die Appartements in der Walther-Bothe-Straße in Oranienburg vor

ORANIENBURG (veb) ■ Was tut ein alter, pflegebedürftiger Mensch, wenn er zu Hause alleine nicht mehr zurechtkommt, unsicher ist und zu vereinsamen droht? Was machen die Angehörigen, wenn sich der Betroffene für den Einzug in ein betreutes Wohnen oder in ein Pflegeheim eigentlich noch zu fit fühlt? Für diese Situationen bietet die Oranienburger Pflegeeinrichtung „domino world“ mit ihren Appartements jetzt eine Alternative an.

Bei diesen handelt es sich

um ein betreutes Wohnen, das zusätzlich die Vorteile einer Wohngemeinschaft bietet. Jeder Bewohner hat sein eigenes Reich, in das er sich zurückziehen kann. Um miteinander ins Gespräch zu kommen, gibt es die gemeinsame Wohnküche und auch die Teilnahme an einer Gruppentherapie, die von erfahrenen Fachkräften angeboten wird. Das schafft Kontakte, Abwechslung und vor allem Sicherheit im Alter, die dem Alleinlebenden oft fehlt.

Um einen Eindruck vom Le-

ben und den Angeboten in den Appartements zu bekommen, sind interessierte alte Menschen und deren Angehörige für Mittwoch, 24. Oktober, von 15 bis 18 Uhr in die domino-world-Appartements in der Walther-Bothe-Straße 45 f (Weiße Stadt) eingeladen.

Bei Kaffee und Kuchen erhalten die Besucher Informationen zu Therapien, die die Gesundheit und das Wohlbefinden im Alter fördern und dazu beitragen, im Alltag wieder selbständiger zu werden.

So wird das Qi Gong aus der traditionellen chinesischen Medizin vorgestellt, das zu einer verbesserten körperlichen und seelischen Gesundheit beitragen kann. Experten demonstrieren ein Kraft- und Balancetraining, mit dem die Sturzgefahr gemindert werden kann. Informationen zur Lichttherapie, die sich positiv auf das psychische Wohlbefinden auswirkt, runden das Angebot ab. Außerdem wird eine Ernährungswissenschaftlerin über gesunde Ernährung im Alter informieren.