

# Älter werden im Landkreis Aurich

**NEUAUFLAGE** Seniorenwegweiser bietet viele Informationen

**AURICH** - „Älter werden im Landkreis Aurich“: Unter diesem Motto hat die Kreisverwaltung jetzt die mittlerweile dritte, vollständig überarbeitete Auflage ihres beliebten Seniorenwegweisers vorgelegt. Die aktualisierte Broschüre soll eine Orientierungshilfe sein, die älteren Menschen und deren Angehörigen einen Überblick über Angebote und Dienste im Landkreis Aurich verschafft.

Der 120 Seiten starke Seniorenwegweiser, der wieder in Zusammenarbeit mit dem anCos-Verlag (Bramsche) entstanden ist, bietet eine Vielfalt an wichtigen Informationen. Dabei geht es um die zahlreichen Möglichkeiten der Freizeitgestaltung ebenso wie um Gesundheit und Krankheit, das Leben in Sicherheit, Wohnen im Alter, finanzielle Absicherung, Vorsorge und Testament oder die Frage „Pflegebedürftig – was nun?“. Wichtige Internetadressen, die Kontaktadressen zahlreicher Ansprechpartner und eine Liste der Pflegeangebote im Kreisgebiet machen den Seniorenwegweiser zu einem hilfreichen Nachschlagewerk, das in digitaler Form auch auf der Internetseite des Landkreises Aurich zu finden sein wird sowie als sogenanntes Flipbook unter <http://landkreis-aurich-senioren.ancos-verlag.de> verfügbar ist. Dort können erforderliche Aktua-



120 Seiten voller Informationen: der Seniorenwegweiser.

lisierungen jederzeit vorgenommen werden.

Der gedruckte Ratgeber ist beispielsweise im Kreishaus Aurich, in den Gesundheitsämtern Aurich und Norden, im Sozialamt Norden, den Seniorenpflegestützpunkten sowie bei den Gemeindeverwaltungen erhältlich. Er kann auch unter Telefon 04941/161002 oder der E-Mail-Adresse [rmueller-gummels@landkreis-aurich.de](mailto:rmueller-gummels@landkreis-aurich.de) angefordert werden.

Der Landkreis Aurich weist in diesem Zusammenhang auch noch einmal auf die Qualifizierung zur ehrenamtlichen Seniorenbegleitung hin, die vom Senioren- und Pflegestützpunkt Niedersachsen in Aurich und Norden an-

geboten wird.

Frauen und Männer aller Altersgruppen können an dieser kostenfreien Qualifizierungsmaßnahme teilnehmen. Themen wie „Alt werden – alt sein“, Gesprächsführung und Kommunikation, psychische Veränderungen im Alter, Sozialrecht und Selbstbestimmung oder Altersmedizin und viele andere Bereiche mehr werden im Rahmen der Qualifizierung behandelt. Auch gibt es die Möglichkeit, im Rahmen von Hospitationen in verschiedenen Einrichtungen praktische Erfahrungen zu sammeln. Interessenten können sich unter Telefon 04941/16-2222/165555 oder 04931/924200 melden.