



# Inga Janda

ALLTAGS- UND SENIORENBETREUUNG

mit Herz und Empathie

# Für einen rundum zufriedenen Lebensabend



Viele Senioren möchten so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden leben. Oft fehlt ihnen aber zunehmend die Kraft, Vitalität und Gesundheit, um sich alleine um alltägliche Dinge wie Haushalt, einkaufen, Arzt- und Behördengänge kümmern zu können.

Auch im Seniorenheim wünschen sich ältere Menschen eine persönliche Betreuung, die dort nicht immer gegeben ist.

Und nicht immer sind Angehörige vor Ort oder haben die Möglichkeit, persönlich zu unterstützen.

Ich möchte Sie dabei unterstützen, im Lebensabend ein selbstbestimmtes und zufriedenes Leben führen zu können – mit viel Würde, Respekt und Freude.

## Inga Janda

### Entlastung für Sie und Ihre Angehörigen

#### Mein Angebot richtet sich an ...

- Senioren, die gerne selbstbestimmt zu Hause leben möchten.
- Menschen, die im Seniorenheim leben.
- Angehörige.

#### Entlastung auch für die Angehörigen

Durch meine Unterstützung und Fürsorge sollen auch Angehörige entlastet werden, um wieder mehr Freiraum und Zeit für sich selbst zu bekommen.

Jene, die sich nicht selbst um ihre älteren Familienmitglieder kümmern können, finden in mir eine zuverlässige Lösung, die sie beruhigt schlafen lässt.



## Gesellschafterin mit viel Herz und Empathie

Die Idee, mich in der Senioren-Betreuung als Gesellschafterin selbstständig zu machen, reifte über viele Jahre. Schon immer genoss ich die Gegenwart und Ausstrahlung älterer Menschen. Sie waren für mich durch ihre Lebenserfahrung stets eine Bereicherung.

So entwickelte sich der Wunsch, meine Passion zum Beruf zu machen und für Senioren da zu sein. Mit Herz, Einfühlungsvermögen und sehr viel Verständnis.

## Was mich ausmacht – und für Sie qualifiziert

### **Weltoffen und empathisch**

In meinem bisherigen Berufsleben war ich stets in der Dienstleistung tätig und arbeitete viel mit Menschen zusammen. Mich immer wieder auf ganz unterschiedliche Mentalitäten, Nationalitäten und Charaktere einzustellen, schulte mein Verständnis für individuelle Befindlichkeiten.

### **Zuverlässig und loyal**

Im Leistungssport lernte ich Disziplin und Durchhaltevermögen. Mein Wissen über den Bewegungsapparat und gymnastische Übungen ist in meiner Tätigkeit sehr hilfreich.

### **Wertschätzend, mit Respekt**

Wertschätzung und Respekt sind für mich ein hohes Gut.

### **Fachlich qualifiziert**

Die Qualifizierung zur Senioren-Assistentin nach dem Plöner Modell verleiht mir eine zusätzliche fachliche Kompetenz. In Erster Hilfe verfüge ich über den Grundkurs, welchen ich regelmäßig erneuere.

„Ich möchte mit viel Empathie,  
Herz und Humor, Freude und  
Abwechslung in Ihr Leben  
bringen und Ihnen in allen  
Lebenslagen zur Hand gehen.“

Inga Janda



## Berufliche Vita

- Hotelfachfrau mit 11 Jahren Berufserfahrung
- 10 Jahre verantwortlich für Organisation, Planung und Recherche bei einem japanischen Reiseveranstalter
- Ein Jahr in der Premium-Kundenbetreuung (Concierge-Service) in England
- Mehrjährige Tätigkeit im Tourismus und Einzelhandel auf einer ostfriesischen Insel
- Qualifizierung Senioren-Assistenz nach Plöner Modell im Jahr 2017
- Viele Jahre Vereinssport im Geräteturnen und Rudern



## Jeden Tag rundum gut betreut!

Mein Angebot deckt, individuell, alle Bereiche der Alltags-Betreuung ab und beinhaltet wichtige Bereiche wie:

- Beratung
- Aktivierung
- Begleitung
- Lebensorganisation

## Für Ihre Zufriedenheit und Wohlbefinden

**Mein Angebot dient dazu ...**

- älteren Menschen den Alltag zu erleichtern.
- das Gehirn und Gedächtnis anzuregen.
- körperliche Fähigkeiten wieder zu aktivieren.
- die Einsamkeit zu beenden oder zu mindern.
- das Seniorenheim möglichst lange hinauszuzögern.
- die Angehörigen zu unterstützen.

# Mein Angebot

– ganz auf Ihren Bedarf abgestimmt

## Organisation, Begleitung und Unterstützung

- Organisieren von Terminen und Begleitung zum Arzt, zu Behörden-gängen, zur Fußpflege oder zum Friseur
- Einkäufe und gemeinsames Kochen
- Hilfe im Haushalt
- Motivation zu guter Ernährung, Bewegung und Gesundheitsvorsorge

## Freizeit

- Begleitung zu Restaurantbesuchen und kulturellen Veranstaltungen wie z. B. zu Konzerten und ins Theater
- Organisation von Kurzreisen und Tagesausflügen sowie Begleitung
- Organisieren von privaten Feierlichkeiten
- Gemeinsame Friedhofsbesuche und Hilfe bei der Grabpflege

## Beratung und praktische Hilfe

- Hilfe beim Ausfüllen von Formularen
- Unterstützung bei Behördenangelegenheiten, Büroarbeiten und Korrespondenz



## Körperliche und geistige Aktivierung

- Gespräche über Themen, die Sie beschäftigen
- Spaziergänge
- Gemeinsames Ausführen des Hundes oder Füttern der Haustiere
- Gemeinsames Singen und Spielen
- Vorlesen von Texten Ihrer Wahl
- Gespräche, um Erinnerungen zu wecken und sie festzuhalten

Meine Dienste sind voll auf Ihren Bedarf und die individuelle Situation abstimmbare.

Gemeinsam werden wir Ihnen so lange wie möglich ein angenehmes und eigenständiges Leben in Ihrer Wohnung ermöglichen. Auch im Seniorenheim bin ich immer für Sie da.

# Mein Angebot ist von Interesse für Sie? Sie haben noch Fragen?

Ich freue mich auf Ihren Anruf oder  
Ihre Nachricht!

## **Alltags- und Seniorenbetreuung Inga Janda**

**Telefon:** 030-3931645

**Mobil-Telefon:** 0162-7088714

**E-Mail:** [mail@seniorenbetreuung-janda.de](mailto:mail@seniorenbetreuung-janda.de)

Mehr Informationen und die Preise  
meines Angebots finden Sie auf  
**[www.seniorenbetreuung-janda.de](http://www.seniorenbetreuung-janda.de)**.

Gerne informiere und berate ich Sie  
auch telefonisch.



# Inga Janda

ALLTAGS- UND SENIORENBETREUUNG