

Frag **ALEX!**
www.fragalex.jetzt

Aktiv im Ländlichen Ehrenamt mit Xperten
Die Freiwilligenagentur im Unstrut-Hainich-Kreis



DIE FREIWILLIGENAGENTUR

“FRAG ALEX!”

www.fragalex.jetzt



Frag ALEX!
www.fragalex.jetzt
Aktiv im Ländlichen Ehrenamt mit Xperten
Die Freiwilligenagentur im Unstrut-Hainich-Kreis



Wie Ehrenamt pflegende Angehörige entlastet.

Die Freiwilligenagentur „Frag ALEX!“ stellt sich vor

UNSERE FREIWILLIGENAGENTUR “FRAG ALEX!”

Die Freiwilligenagentur „Frag ALEX!“ ist eine Plattform, die Ehrenamtliche mit Menschen und Organisationen verbindet, die Unterstützung brauchen.

Wir fördern freiwilliges Engagement – direkt, nah und wirksam.



www.fragalex.jetzt

ÜBER UNS

Freiwilligenagentur “Frag ALEX”

Wir bringen Engagement in Bewegung!

Ob jung oder alt – bei uns findet jeder den passenden Platz, um sich einzubringen.

Neugierig auf Ehrenamt?

Wir beraten dich persönlich und helfen dir, deine Stärken dort einzusetzen, wo sie gebraucht werden.

Wir bauen Brücken.

Zwischen Menschen, die helfen wollen – und Organisationen, die Unterstützung brauchen.

Ideen willkommen!

Du hast ein Projekt fürs Gemeinwohl im Kopf?
Wir helfen dir dabei, es auf die Beine zu stellen.

Wissen, das weiterbringt.

Mit spannenden Fort- und Weiterbildungen stärken wir dein Engagement und fördern dein Ehrenamts-Know-how.



UNSERE MISSION



Wofür wir stehen

Wir stärken Ehrenamt vor Ort.
Einer unserer Schwerpunkte:
Pflegerische Angehörige entlasten und Teilhabe
ermöglichen – durch kreative Lösungen.

www.fragalex.jetzt

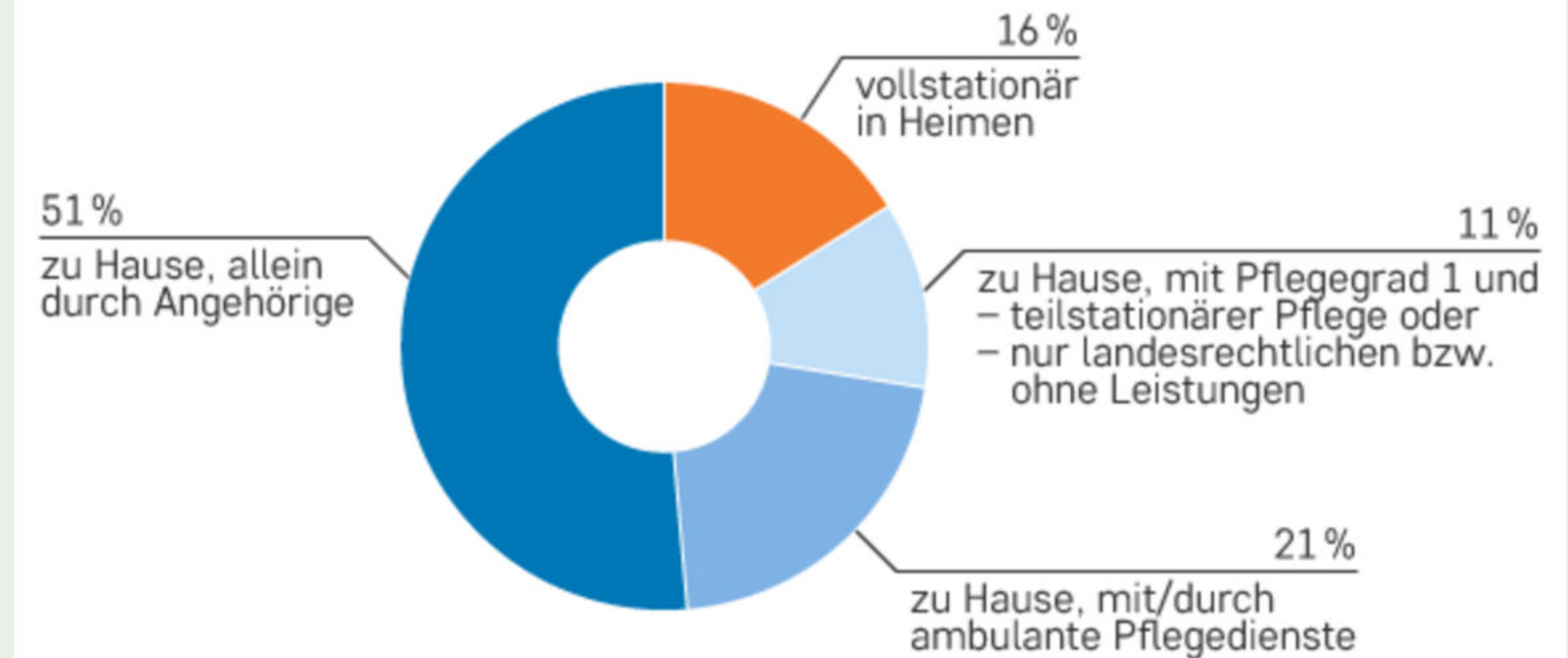
Pflegende Angehörige – oft überlastet

- Über 80 % der Pflege findet zu Hause statt
- Angehörige leisten täglich viele Stunden unbezahlter Pflege
- Erschöpfung, Isolation und Zeitmangel sind häufig
- → **Wir können Entlastung schaffen!**



Versorgung von Pflegebedürftigen

Pflegebedürftige nach Art der Versorgung, 2021



Daten: Statistisches Bundesamt; eigene Berechnungen
Grafik: Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung (2024); Bildlizenz: CC BY-ND 4.0



DER MOBILITÄTS-SERVICE
DER STIFTUNG LANDLEBEN

Mobilität bedeutet Freiheit

Unser Ehrenamts-Fahrdienst begleitet Menschen zu:

- Arztterminen
- Einkäufen
- Begegnungen & Veranstaltungen

„Dank dem Fahrservice der Stiftung Landleben kommt meine Mutter endlich wieder unter Leute.“

„Ich kann wieder regelmäßig zur Physiotherapie gehen – ohne dass mein Sohn extra anreisen muss.“

„Die Fahrten mit der Stiftung Landleben geben mir ein Stück Selbstständigkeit zurück – und meiner Familie mehr Freiraum.“

GEMEINSAM MOBIL BLEIBEN.



**Wir laden ein zum
Einkaufsbummel nach
Bad Langensalza**



organisiert von



WEITERE ANGEBOTE UND NEUE IDEEN FÜR DIE ZUKUNFT!

WEITERE ANGEBOTE

- Kaffeeklatsch
- Begleitung beim Einkaufen
- Begleitung beim Arzt
- Digital-Lotsen für Handy
- Ernährungsberatung
- Organisation von Reisen



UNSERE IDEENLISTE

- **Pflege-Pause-Partner** –
stundenweise Entlastung
- **Pflege-Post** – persönliche
Botschaften per Brief oder
Video
- **Mitkoch-Patenschaft** –
gemeinsam Mahlzeiten
zubereiten
- **Pflege-Treff mobil** –
Begegnungscafé auf Rädern

Danke und schön,
dass Sie da sind!

Ihr Team der Stiftung Landleben.



www.stiftung-landleben.de



DANKE – UND SCHÖN, DASS SIE DA SIND.

MITMACHEN:

...als Fahrdienst, Alltagshilfe
oder Gesprächspartner

TEILEN:

...erzählen Sie anderen von
den Angeboten der Stiftung
Landleben und der
Freiwilligenagentur
„Frag ALEX!“

IDEEN EINBRINGEN:

...gemeinsam gestalten wir
neue Wege der
Unterstützung

**Ihre Zeit kann ein Stück Alltag erleichtern –
machen Sie den Unterschied mit uns.**

www.stiftung-landleben.de

Frag **ALEX!**
www.fragalex.jetzt



Aktiv im Ländlichen Ehrenamt mit Xperten
Die Freiwilligenagentur im Unstrut-Hainich-Kreis

Gefördert und inspiriert von der Stiftung Landleben

Vielen Dank für das Interesse!

www.fragalex.jetzt