

- **Domizilbehandlungen** bei Ihnen zu Hause oder in einer Institution
- Auf der **linken Seite des Zürichsees**, im **Sihltal**, **Knonauseramt** und **Kanton Zug**
- Fachbereiche **Neurologie**, **Geriatric** und **Demenz**
- In den Sprachen **Deutsch**, **Englisch** und **Französisch**
- Auf ärztliche **Verordnung**
- Spezifisches **Kognitionstraining** in der Praxis in Zürich



Domizil-Ergotherapie

Im Mittelpunkt der Ergotherapie steht die Handlungsfähigkeit des Menschen, da sie zur Verbesserung der Gesundheit und zur Steigerung der Lebensqualität beiträgt. Sie befähigt Menschen, an den Aktivitäten des täglichen Lebens und an der Gesellschaft teilzunehmen.

(ErgotherapeutInnen-Verband Schweiz)

Als Domizil-Ergotherapeutin unterstütze ich Menschen mit einer Erkrankung, Behinderung oder nach einem Unfall direkt im Wohnumfeld oder am Arbeitsplatz.

Dies bedeutet, dass ich dort im Einsatz bin, wo der Alltag stattfindet, damit bedeutungsvolle Betätigungen wieder möglich werden.

Therapieschwerpunkte

- Betätigungsorientiertes Alltagstraining:
 - Selbstversorgung
 - Haushalten
 - Kochen inkl. Abklären der Herdsicherheit
 - Dorftraining inkl. Abklären der Strassensicherheit
 - Erledigen von Administration und Finanzen
 - Freizeitgestaltung
- Kognitionstraining im Alltag
- Erlernen neuer Technologien wie Computer, Tablets, Smartphones, etc.
- Hilfsmittelberatung und -versorgung
- Wohnraumabklärung
- Sturz-Präventionsmassnahmen
- Steigerung der Lebensqualität durch gesundheitsfördernde Aktivitäten
- Beraten von Angehörigen

Fachbereiche

Neurologie

Schlaganfall, Schädelhirn-Trauma, Hirntumore, Multiple Sklerose, Morbus Parkinson etc.

Geriatric

Reduzierte Belastbarkeit im Alter aufgrund körperlicher, kognitiver oder mentaler Einschränkungen, Altersdepression, nach neurologischen Erkrankungen

Demenz

Demenzkrankungen aller Arten wie Alzheimer, vaskuläre, frontotemporale, Lewy-Körperchen-Demenz sowie Demenz bei Morbus Parkinson

Kognitionstraining

Nach Erkrankungen des Gehirns, bei psychiatrischen Diagnosen oder reduzierter Belastbarkeit im Alter kann ein den individuellen Anforderungen angepasstes Hirnleistungstraining helfen, die betroffenen Hirnareale zu stimulieren und entsprechende Fähigkeiten zu verbessern oder zu erhalten.

Ziele

- Verbessern der Exekutivfunktionen wie Handlungsplanung, Problemlösestrategien, Denkflexibilität, Eigenkontrolle etc.
- Erhöhen der Informationsverarbeitungsgeschwindigkeit und Merkspanne
- Verlängern von Aufmerksamkeitsdauer und -fokus
- Optimieren der Merkfähigkeit
- Verbessern von Sprache und Wortfindung
- Verbessern der räumlichen Wahrnehmung und Orientierung



Methoden

- Training der Informationsverarbeitungsgeschwindigkeit sowie Merkfähigkeit mittels spezifischen Explorations- und Sortieraufgaben
- Hirnleistungstraining über die Motorik
- Computer- und App-basierte Trainings mittels ITS (Integriertes Therapie System), Rehacom etc.
- Papier & Bleistiftaufgaben aus verschiedenen Bereichen
- Training von Alltagssituationen (z.B. Lesen von Fahrplänen, Umgang mit Geld etc).
- Erarbeiten von Kompensationsstrategien bei sich nicht verbessernden Funktionen

Weitere Arbeitsbereiche

- Energiemanagement-Schulung (EMS) bei Menschen mit Fatigue (auch als Gruppenkurse)
- Kognitive Belastungssteigerung inkl. Coaching während Arbeitsintegration nach neurologischen Erkrankungen
- Unterstützung der Alltagsbewältigung bei Erledigungsblockaden und Aufschiebe-Syndrom
- Coaching im Bereich von Entspannung und Achtsamkeit im Alltag

Kontakt



Ergotherapie Lindauer

Beatrice Lindauer
Gutzenbühlstrasse 9
8135 Langnau am Albis

Tel. 076 310 38 03
ergo-lindauer@hin.ch
www.ergo-lindauer.com

Praxis 21 (keine Korrespondenz)

Rieterstrasse 21
8002 Zürich