

## Assistenz für selbständiges Wohnen gesucht!

---

Mein Name ist Jan Cookman. Ich bin 33 Jahre alt und habe Cerebral Parese, weshalb ich ganztägig auf meinen Elektrorollstuhl angewiesen bin. Ich kommuniziere über meinen Computer und kann so ausdrücken, was ich fühle und was ich brauche. Ich schreibe gerne Geschichten und drehe YouTube-Videos und schwimme sehr gerne und fahre sehr gerne Velo.



Seit **Juni 2023** wohne ich in einer eigenen **Wohnung im Kreis 5 in Zürich**, unterstützt durch Persönliche Assistenz. Nun bin auf der Suche nach einer neuen Assistenzperson, die zweimal pro Woche einen Dienst übernimmt. **Diese sind unter der Woche jeweils am Abend und am Wochenende tagsüber wie auch am Abend.**

### Deine Aufgaben sind:

- Unterstützung beim Essen
- Mahlzeiten planen und zubereiten
- Psychosoziale Begleitung, vor allem in schwierigeren Zeiten
- mit auf Ausflüge kommen
- Haushaltspflege (Wäsche waschen, putzen, usw.)
- Dienste an Wochenenden zu leisten
- auch mal Ferienassistenz zu machen
- Begleitung bei sportlichen Aktivitäten
- Allgemeine Unterstützung im Alltag
- Unterstützung bei der Körperpflege (dies wird hauptsächlich von der Spitex übernommen)

### **Wichtig / erforderlich ist für mich:**

- wenn du ein bisschen Humor mitbringst, sodass wir auch mal zusammen lachen können
- wenn du etwas Spontaneität und Flexibilität in der Tasche hast, um auch mal ganz spontan was Verrücktes zu machen
- Freude an Bewegung
- wenn du dein Herz am rechten Fleck trägst und einfach eine nette Person bist, mit der ich gut plaudern kann
- Emotionale Belastbarkeit, Feinfühligkeit und respektvoller Umgang
- Bereitschaft, an Wochenenden zu arbeiten (mindestens jedes zweite Wochenende)
- Tiefgang, um auch mal tiefgreifende Gespräche zu führen
- Sensibilität in Bezug auf das Leben mit Assistenz
- Die Fähigkeit, meine Lebensweise und meine Vorstellung vom Leben zu akzeptieren

### **Stellenantritt:**

- Ende Juli / Anfang August

### **Stellenprozente:**

- ca. 10-15 % (ca. 20-30h monatlich / zwei Dienste pro Woche à ca. 4 Stunden)

Falls du noch mehr über mich wissen willst, besuche doch meine Homepage:  
[www.jancookman.ch](http://www.jancookman.ch).

Bei Fragen bitte einfach eine Mail an folgende Adresse schreiben:  
[assistenz@jancookman.ch](mailto:assistenz@jancookman.ch)

**Bitte sende deine vollständige Bewerbung inkl. Lebenslauf und Foto an  
[assistenz@jancookman.ch](mailto:assistenz@jancookman.ch)**

Ich freue mich dich kennenzulernen!