



Liebe Leserin, lieber Leser!

„Rentnerin in hilfloser Lage aufgefunden“, „Alleinlebender Witwer liegt nach Schenkelhalsbruch zwei Tage in seiner Wohnung“: So oder so ähnlich lauten die Schlagzeilen zu den Nachrichten, auf die man in den Medien immer wieder stößt. Ein Sturz lässt sich leider nicht hundertprozentig verhindern und dass man in dieser Situation auch noch alleine ist, leider auch nicht. Aber vorbeugen kann man nicht nur – man sollte es auch! Zum Beispiel durch einen Hausnotruf, wie wir ihn seit Jahren anbieten. Der Hausnotruf ist eine sinnvolle Maßnahme, wenn man im Alter alleine lebt. Lesen Sie mehr darüber auf dieser Seite der Herbstausgabe unserer Hauszeitung GEPFLEGT ZU HAUSE.

Wir wünschen Ihnen, dass Sie reichlich Gelegenheit haben, das wunderbare Licht der Herbstsonne zu genießen.

**Waltraud Wilhelm**  
Geschäftsführerin

**Karin Hemberger**  
Pflegedienstleiterin



Foto: © Kzenon\_fotolia.com

## SICHER UND SELBSTSTÄNDIG DURCH HAUSNOTRUF

### Schnelle Hilfe im Notfall

**Vorurteile sind erstaunlich langlebig. So erleben wir es immer wieder, dass ein älterer Mensch von einem Hausnotruf deshalb nichts wissen will, weil er die technische Hilfe für ein Zeichen von Schwäche und Unselbstständigkeit hält. Das Gegenteil ist der Fall: Ein Hausnotruf schafft Sicherheit und unterstützt die Selbstständigkeit, die sich Menschen, die im Alter alleine leben, so sehr wünschen.**

**EIGENTLICH WOLLTE** Frau Meyer schnell noch duschen, um dann

gemütlich fernzusehen. Es war ein schwüler Tag und die Arbeit in ihrem kleinen Haushalt hatte sie ins Schwitzen gebracht. Beim Verlassen der Duschkabine passierte es: Sie blieb mit dem Fuß an der Duschwanne hängen und fiel der Länge nach auf den Badezimmerboden. Benommen blieb sie liegen. Was war passiert? Sie versuchte vorsichtig, sich zu bewegen. Es schien alles heil zu sein. Doch den Versuch, aufzustehen, brach sie gleich wieder ab als sie von einem starken Schwindel erfasst wurde. Siedend heiß machte sich Panik breit: Sie lebte ja alleine im Haus. Was sollte sie tun? Dankbar fiel ihr der Hausnotruf ein, den sie ja sogar beim Duschen an einer Kette um den Hals trug. Eine Idee ihrer Tochter, die sie vor längerer Zeit mehr oder weniger hatte geradezu überreden müssen, den Hausnotruf der Sozialstation in Anspruch zu nehmen. Wie hatte sie sich zuerst dagegen gestäubt: schließlich fühlte sie sich mit ihren 75 Jahren ja noch richtig fit. Jetzt drückte sie auf den Knopf ihres Senders – die Hilfe ließ nicht lange auf sich warten.

**SO WIRD'S GEMACHT:** Mit einem Knopfdruck auf den Handsender, der als Uhr am Arm oder als Kette um den Hals getragen wird, steht man mit der Hausnotrufzentrale in direkter Verbindung. Gibt es Angehörige,

Freunde, Nachbarn oder die Sozialstation, die einen Schlüssel zur Wohnung haben, werden diese von der Hausnotrufzentrale informiert und kommen sofort zur Hilfe. Die Hausnotrufzentrale benötigt deshalb mindestens vier Rufnummern von Bezugspersonen in der näheren Um-



Foto: © Gisa Sanders\_fotolia.com

*Immer dabei:  
Hilfe auf  
Knopfdruck*

gebung. Gibt es diese nicht, stehen wir mit der Rufbereitschaft der Sozialstation rund um die Uhr zur Verfügung. Der Handsender, der wasserdicht, stoßunempfindlich und somit immer funktionstüchtig ist, kann und soll auch mit unter die Dusche oder in die Badewanne genommen werden. Die Reichweite des Senders reicht vom Dachboden bis in den Keller, vom Balkon bis zur Terrasse. Hausnotruf – eine rundum sichere Sache! |

 **Sparkasse  
Neckartal-Odenwald**  
Gut für unsere Region.

## Wir stellen uns vor

### Gisela Sauer | Verwaltungskraft



Als gelernte Großhandelskauffrau bin ich seit 2008 in der Verwaltung der Kirchlichen Sozialstation tätig. Mein Aufgabengebiet umfasst allgemeine Verwaltungsarbeiten sowie die Buchhaltung, die Leistungsabrechnung mit den Kranken- und Pflegekassen und Selbstzahlern. Unseren Patienten und ihren Angehörigen sowie anderen Hilfesuchenden stehe ich bei Fragen am Telefon oder im Büro gerne zur Verfügung. Es macht mir besondere Freude, zusammen mit allen Mitarbeitenden der Sozialstation für unsere Patienten da zu sein. Der direkte Kontakt mit Menschen in Verbindung mit der Verwaltungstätigkeit macht meine Arbeit abwechslungsreich und so gehe ich jeden Tag mit neuem Spaß ins Büro. |

Als gelernter Großhandelskauffrau bin ich seit 2008 in der Verwaltung der Kirchlichen Sozialstation tätig. Mein Aufgabengebiet umfasst allgemeine Verwaltungsarbeiten sowie die Buchhaltung, die Leistungsabrechnung mit den Kranken- und Pflegekassen und Selbstzahlern. Unseren Patienten und ihren Angehörigen sowie anderen Hilfesuchenden stehe ich bei Fragen am Telefon oder im Büro gerne zur Verfügung. Es macht mir besondere Freude, zusammen mit allen Mitarbeitenden der Sozialstation für unsere Patienten da zu sein. Der direkte Kontakt mit Menschen in Verbindung mit der Verwaltungstätigkeit macht meine Arbeit abwechslungsreich und so gehe ich jeden Tag mit neuem Spaß ins Büro. |



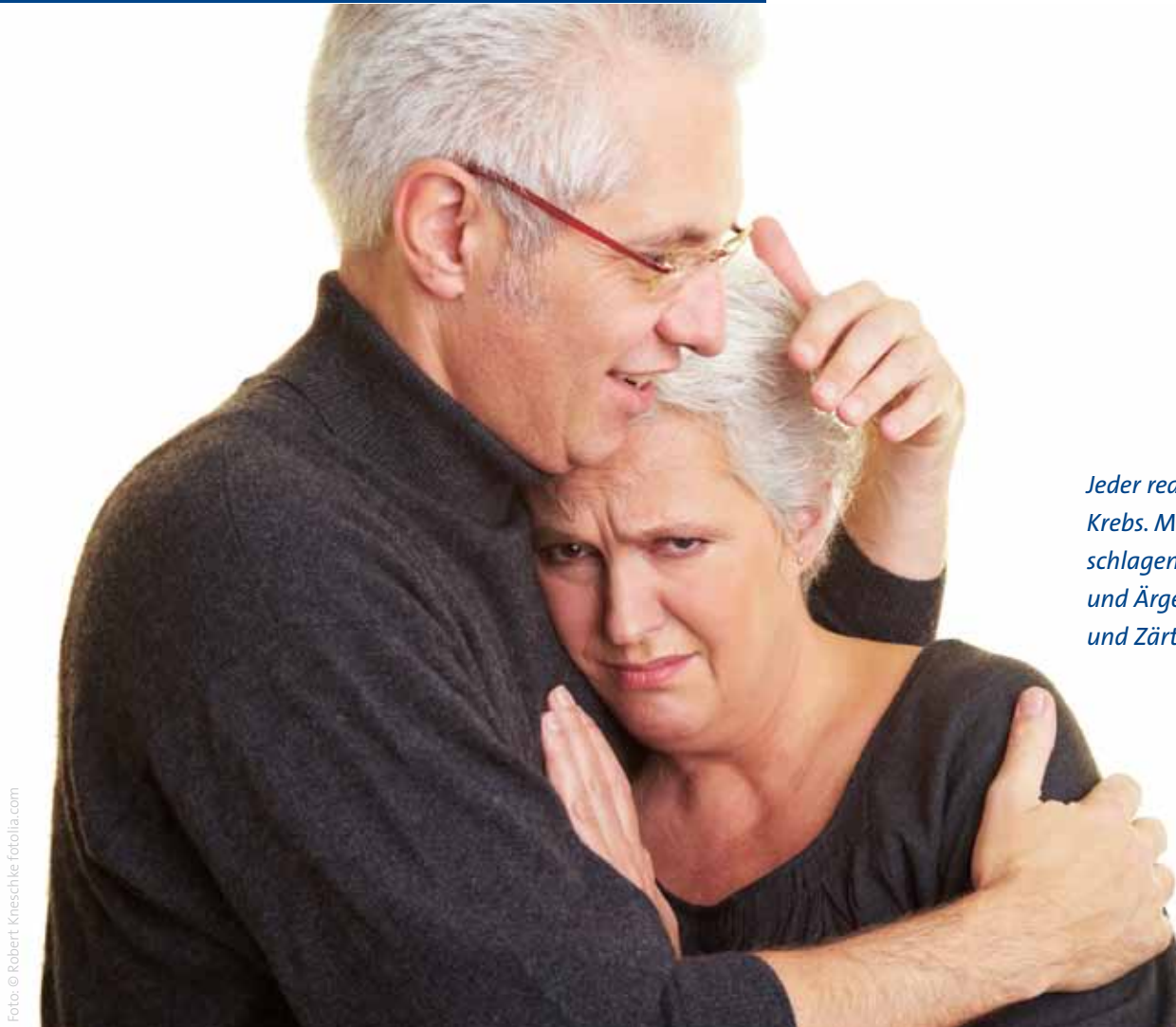


Foto: © Robert Kneschke fotolia.com

*Jeder reagiert anders auf die Diagnose Krebs. Manche Menschen sind niedergeschlagen und mutlos, andere zeigen Wut und Ärger. Auch das Bedürfnis nach Nähe und Zärtlichkeit kann extrem schwanken.*

## Wie können Angehörige helfen?

**Wenn ein Mensch an Krebs erkrankt, dann ist nicht nur er selbst betroffen – auch für den Partner und die ganze Familie ändert sich das Leben. Was können Angehörige für das kranke Familienmitglied tun? Wie können sie die schwierige Zeit meistern? Und was ist mit ihren eigenen Ängsten und Bedürfnissen?**

**MIT DER KRANKHEIT KREBS** ändert sich das Leben schlagartig. Viele Menschen erleben die Diagnose als einen „Sturz aus der Wirklichkeit“, schreibt die Fachschwester für Intensiv- und Anästhesie-Pflege Corinna Kohröde-Warnken. „Letztlich wird unsere Täuschung, wir seien unsterblich, in diesem Moment zerbrochen.“ Doch nicht nur die Betroffenen selbst, auch die Angehörigen sind extrem belastet und müssen lernen, mit der neuen Situation zurechtzukommen. Zum einen geht es um ganz praktische Veränderungen. Die

Patienten haben oft nicht mehr die Kraft, ihren normalen Alltag zu bewältigen, Aufgaben müssen neu verteilt werden. Noch schwieriger als die Organisation ist häufig der Umgang mit den Gefühlen, vor allem mit der Angst. Krebs zu haben bedeutet oft, sich zwischen Todesangst und Lebensmut hin- und hergerissen zu fühlen.

### OFFENHEIT HILFT

Aber jeder Betroffene reagiert anders – manche Menschen sind niedergeschlagen und mutlos, andere zeigen Wut und Ärger. Deshalb gibt es auch kein Patentrezept für Angehörige. Psycho-Onkologen raten jedoch, immer wieder zu fragen „Was brauchst du?“ und „Was kann ich für dich tun?“. Dabei können Angehörige auch die eigene Unsicherheit offen zeigen. Um die Betroffenen nicht zusätzlich zu belasten, behalten viele ihre Empfindungen für sich. Das kostet Kraft und erschöpft. Der Krebsinformationsdienst empfiehlt deshalb vor allem eine offene Kommunikation. Dabei tun sich natürlich Menschen leichter, die vor der Krankheit schon gelernt haben, über Probleme zu reden. Für andere ist diese Offenheit

neu und muss erst trainiert werden. In vielen Situationen ist es für den Partner beruhigend, wenn er weiß, woran er ist, beispielsweise wenn sich Betroffene zurückziehen oder ihr Bedürfnis nach Nähe und Zärtlichkeit extrem schwankt. Ein offenes Gespräch kann verhindern, dass der Angehörige die Schuld oder den Fehler bei sich sucht, obwohl die Ursache vielleicht ganz woanders liegt. Und schließlich ist die Krankheit ein Wendepunkt im Leben vieler Krebspatienten. Sie entwickeln neue Werte und krempeln ihr Leben

um. Diese Umstellungen können den Angehörigen viel abverlangen und auch hier hilft Offenheit.

### NICHT NUR KRANK – RAUM FÜR ANDERES

Ein Mensch, der an Krebs erkrankt ist, ist nicht nur krank. Experten empfehlen, der Krankheit nicht mehr Raum zu geben als nötig. Angehörige können dabei helfen, dass sich der Krebskranke auch seinen gesunden Seiten zuwendet, indem sie beispielsweise über gute Zeiten sprechen: Ferienerleb-

### Regionale Adressen

#### Krebstelefon

Tumorzentrum Heilbronn-Franken  
07131/494248 • Mo bis Fr 10 bis 15 Uhr

#### Frauenselbsthilfe nach Krebs

www.frauenselbsthilfe.de  
0228/33889400

#### Forum pflegender Angehöriger

68723 Schwetzingen • 06202 27680

#### Pflegeschulung für Onkologie

Regina Franke, Ev. Sozialstation  
Wertheim  
09342 22880 • info@ev-sw.de



Foto: © Heby Me. fotolia.com

*Die gesunden Seiten stärken – etwas zusammen unternehmen.*



nisse, Familienfeste, berufliche Erfolge, Hobbys. Ebenso sollten die alltäglichen Abläufe und Aufgaben nur so weit verändert werden, wie es wirklich notwendig ist. Ein kranker Mensch bekommt so die Chance, weiterhin gebraucht zu werden und in das Alltagsgeschehen eingebunden zu sein. Allerdings ist dabei Flexibilität gefragt, weil die Leistungsfähigkeit eines an Krebs Erkrankten sehr schwankend sein kann.

#### ALS ANGEHÖRIGER AUCH AUF SICH SELBER ACHTEN

Auch Angehörige sollten Hilfe und Trost annehmen, sie müssen nicht alles alleine regeln. Wenn sie immer im Einsatz sind und sich keine Ruhepausen gönnen, kommen sie leicht an die Grenzen ihrer Belastbarkeit. Es ist für Angehörige besonders wichtig, auf ihre Bedürfnisse zu achten und sich auch Zeit für sich zu nehmen. Sei es, dass sie einen Spaziergang machen, den Kontakt zu Freunden und Bekannten pflegen oder ein gutes Buch lesen. Für Angehörige, denen es schwer fällt, auf sich zu achten, bieten sowohl die Kirchlichen Sozialstationen als auch die Krebsberatungsstellen Hilfen an.

#### WISSEN HILFT GEGEN DIE ANGST

Nach Erfahrungen der Deutschen Krebshilfe beschäftigen sich zwei Drittel der Patienten irgendwann mit so genannten komplementären Behandlungsmethoden – also Therapiemöglichkeiten, die abseits der Schulmedizin in Frage kommen. Neben hilfreichen und wirksamen ergänzenden Methoden gibt es viele alternative Therapien, „die die Ängste und das Suchen nach dem richtigen Weg schamlos ausnutzen“, warnt die Verbraucherzentrale NRW und empfiehlt Patienten und Angehörigen, äußerst kritisch zu sein bei Berichten über Wunderheilungen sowie bei Warnungen vor der Schulmedizin und bei unlauteren Heilversprechen, wie etwa nur diese Methode sei die richtige.

#### WAS IST PSYCHO-ONKOLOGIE?

Die Psycho-Onkologie oder auch psychosoziale Onkologie\* ist ein relativ junges Fachgebiet der Krebstherapie, das seit Anfang der 1980er-Jahre Beachtung findet. Als Pionier gilt der amerikanische Radiologe und Facharzt für Onkologie Dr. Carl Simonton. Er war der erste klassisch-medizinische Krebspezialist, der davon überzeugt



Offenheit hilft – und auch die Frage: „Was brauchst du?“

#### Infos im Internet

- Die Deutsche Krebshilfe hat einen umfassenden Ratgeber mit dem Titel „Hilfen für Angehörige“ herausgebracht. Sie können den Ratgeber kostenlos im Internet downloaden unter [www.krebshilfe.de](http://www.krebshilfe.de) Dort finden Sie auch viele weitere nützliche Informationen.
- Unter [www.krebsinformationsdienst.de](http://www.krebsinformationsdienst.de) finden Sie viele hilfreiche Informationen, unter anderem eine komfortable Suche nach psychosozialen Krebsberatungsstellen in Ihrer Nähe.
- Das Internet-Forum für Angehörige und Freunde von Krebspatienten verzichtet bewusst auf die fachliche Betreuung durch einen Arzt und setzt auf (virtuellen) Erfahrungsaustausch: [www.krebsforum-fuer-angehoerige.de](http://www.krebsforum-fuer-angehoerige.de)

#### Lesenswert



#### Ratgeber für die Begleitung von Krebspatienten

Zwischen Todesangst und Lebensmut von Corinna Kohröde-Warnken

Schlütersche Verlagsgesellschaft, 2011, ISBN 978-3-89993-280-5, 24,95 Euro



#### Plädoyer gegen falsche Wundermittel

Die Broschüre „Wie ernähre ich mich bei Krebs?“ gibt fachlich fundierte, seriöse Informationen und Tipps, welche Ernährungsweise sinnvoll ist, und ist ein Plädoyer gegen falsche Wundermittel und Heilversprechen.

Verbraucherzentrale NRW, Versandservice, Aderstraße 78, 40215 Düsseldorf [www.vz-ratgeber.de](http://www.vz-ratgeber.de), 9,90 Euro zzgl. Versandkosten



#### Kosmetische Beratung für Frauen mit Krebs

Das Buch „Mit Veränderungen umgehen“ beantwortet nicht nur einfühlsam die Fragen zur Kosmetik, die sich Frauen angesichts von Narben, Hautveränderungen, Verlust von Haaren, Wimpern und Augenbrauen stellen, sondern zeigt mit vielen Fotos auch die Wirkung von Farben und erklärt die Anwendungsschritte.

Klarigo Verlag, 2011, ISBN 978-3-98 13066-2-0, 9,80 Euro

war, dass Psychotherapie krebserkrankten Menschen hilft – nicht nur beim Bewältigen der emotionalen Folgen, sondern auch bei der Behandlung der Krankheit selbst. Eine Reihe von empirischen Untersuchungen bestätigen heute seine Grundannahmen. Psycho-Onkologen unterstützen bei-

Regel miteinbezogen. Die Angebote reichen von unterstützenden Einzel-, Paar- und Gruppengesprächen über Krisenintervention und kreative Angebote bis hin zur sozialrechtlichen Beratung. Die psycho-onkologischen Angebote in Krebsberatungsstellen, Akut- und Reha-Kliniken sind in der Regel



Das hebt die Stimmung: an gute Zeiten erinnern und über gemeinsame Erlebnisse sprechen.

spielsweise bei der Linderung krankheitsbedingter Symptome, bei der Bewältigung des emotionalen Stresses, bei Problemen mit einem (zerstörten) Körperbild und der Sexualität, beim Umgang mit bedrohlichen Themen wie Rezidiv und Sterben. Dabei werden Partner und Angehörige in der

für Patienten und Angehörige kostenfrei oder mit den allgemeinen Behandlungskosten bereits abgedeckt. |

\* Onkologie ist die Wissenschaft, die sich mit Krebs befasst.

Text: Sabine Anne Lück, Bad Honnef

Redaktion: GRIESHABER Redaktion + Medien, Bonn



## ALTENPFLEGE – BERUF MIT ZUKUNFT

# Wir bilden aus!

Altenpflegerinnen und Altenpfleger sind überall in Deutschland äußerst begehrte Fachleute. Kein Wunder: Der Anteil der Menschen, die alt werden, nimmt zu und damit auch die Wahrscheinlichkeit, dass sie im hohen Alter pflegebedürftig werden. Man kann deshalb heute schon sagen: Wer Altenpflege gelernt hat, kann sich seinen Job aussuchen.



Theorie und Praxis gehen in der Altenpflegeausbildung Hand in Hand.



Ihre Entscheidung, Altenpflege zu lernen, hat Jasmin noch keine Sekunde bereut.

## IMPRESSUM

### HERAUSGEBER

ViSdP: Evangelische Sozialstation Bad Rappenau – Bad Wimpfen e.V., Bad Rappenau  
Telefon 07264 91950  
Diakonie-/Sozialstation Brackenheim-Güglingen, Brackenheim  
Telefon 07135 986120  
Kirchliche Sozialstation Eberbach e.V., Eberbach • Telefon 06271 2487  
Kirchliche Sozialstation mit Selbständig Wohnen • Telefon 06221 763832  
Sozialstation Krumme Ebene gGmbH, Gundelsheim-Obergriesheim  
Telefon 07136 95330  
Evangelische Diakoniestation Heidelberg  
Telefon 06221 4379299  
Kirchliche Sozialstation Hockenheim e.V., Hockenheim • Telefon 06205 9433-33  
Evangelische Sozialstation Mannheim Nord  
Telefon 0621 770030  
Evangelische Sozialstation Mannheim Süd  
Telefon 0621 476747  
Kirchliche Sozialstation Elsenzthal e.V., Meckesheim • Telefon 06226 2099  
Kirchliche Sozialstation Schwetzingen e.V.  
Telefon 06202 27680  
Sozialstation Sinsheim e.V., Sinsheim  
Telefon 07265 911560  
Evangelische Sozialstation Wertheim e.V., Wertheim • Telefon 09342 22880  
**Auflage 10.160 Exemplare**  
**Konzept, Redaktion, Produktionsmanagement:**  
GRIESHABER Redaktion + Medien, Bonn  
Grafik: ImageDesign, Köln

„**ICH BEKOMME JEDEN TAG** ein Dankeschön von den Patienten“, freut sich Altenpflegeschülerin Jasmin F. im Gespräch über ihre Ausbildung. Jasmin arbeitet in einer Diakoniestation im Landkreis Heidelberg und ist im zweiten Ausbildungsjahr. Ihre Entscheidung, Altenpflege zu lernen, hat sie noch keine Sekunde bereut.

Inzwischen aber verfügen ausbildende Sozialstationen über Praxisanleiterinnen und Praxisanleiter, die die Schülerinnen und Schüler während der Ausbildung begleiten.

Die berufliche Altenpflege hat sehr gute Zukunftsperspektiven – auch mit Blick auf das breite Spektrum der Weiterbildungsangebote und Aufstiegs-

men und nicht zuletzt ein ausgeprägtes Dienstleistungsverständnis. Für Hanna alles kein Problem: Die Arbeit mit alten und pflegebedürftigen Menschen macht ihr Spaß. Sie sind oft von Herzen dankbar für ihre Freundlichkeit und für die Zeit, die sie bei ihnen ist.

### BESONDEREN DANK AN PATIENTEN UND ANGEHÖRIGE

Für die Ausbildung ist das Zusammenspiel von Altenpflegeschule, Sozialstation und Pflegehaushalten wichtig. In der Ausbildungspraxis sind die Sozialstationen auf das Mitwirken von Patienten und Angehörigen vor allem bei praktischen Prüfungen der Schülerinnen und Schüler angewiesen. Das ist für die Pflegehaushalte oft eine zusätzliche Belastung – weshalb wir uns auch an dieser Stelle dafür sehr bedanken! |

### Altenpflege-Ausbildungsumlage

Eine Rechtsverordnung der Landesregierung vom Oktober 2005 regelt die Finanzierung der Altenpflegeausbildung neu. Sie gilt für rund 3.000 Pflegeanbieter in Baden-Württemberg. Das Land will damit einen Mangel an ausgebildeten Pflegefachkräften verhindern.

Kern der Rechtsverordnung ist das Ausgleichsverfahren für die Ausbildungskosten. Der Kommunalverband für Jugend und Soziales (KVJS) führt das Ausgleichsverfahren durch, erhebt und verwaltet die Beträge.

Jede Pflegeeinrichtung ist verpflichtet, für das Verfahren notwendige Daten an den KVJS zu liefern. Hieraus wird jährlich neu die Höhe der Ausbildungsumlage pro Hausbesuch ermittelt.

Viele Diakonie- und Sozialstationen in unserer Region bilden inzwischen selbst Altenpflegefachkräfte aus – eine Reaktion auf den so genannten Fachkräftemangel in der Pflege. Es ist allerdings noch gar nicht so lange her, dass ambulante Pflegedienste als Ausbildungsbetriebe zugelassen wurden.

möglichkeiten. Gewiss – Altenpflege ist alles andere als ein leichter Job. Die Arbeit fordert ein vergleichsweise großes Maß an körperlichem Einsatz, seelischer Gesundheit und Herzblut. Gefordert sind neben pflegerischem Wissen und Können Einfühlungsvermögen, Fürsorge, freundliche Umgangsfor-

**Sie haben Interesse an einer Ausbildung in der Altenpflege? Wir informieren Sie gerne ausführlich. Sprechen Sie uns an. Die Adresse der Sozialstation an Ihrem Ort finden Sie in jeder Ausgabe von GEPFLEGT ZU HAUSE unten auf der ersten Seite.**