



Liebe Leserin,
lieber Leser,

„Der eine wartet, dass die Zeit sich wandelt, der andere packt sie an und handelt.“ An den Spruch von Dante Alighieri müssen wir immer mal wieder denken, wenn die Dämonen der demografischen Entwicklung an die Wand gemalt werden.

Kein Zweifel, die Zahl der pflegebedürftigen Menschen steigt und wird weiter steigen, damit wächst zugleich der Bedarf an Menschen, die sie beruflich pflegen – nicht zuletzt, um berufstätige Angehörige zu entlasten, die die enorme Doppelbelastung von Job und häuslicher Pflege stemmen müssen. Aber: Wir können der Entwicklung etwas entgegensetzen und dafür auch öffentlich werben, nicht zuletzt an dieser Stelle in unserer Hauszeitung GEPFLEGT ZU HAUSE. Das Thema Pflegeausbildung haben wir ganz oben auf die Agenda gesetzt: Wir wollen Menschen Mut machen, sich dem Thema Altenpflege zuzuwenden und sich bei uns ausbilden zu lassen.

Packen wir's gemeinsam an!

Madeleine Stocker

Stellvertretende Teamleitung WEST II



GRÖSSTER AMBULANTER AUSBILDUNGSBETRIEB IN DER REGION

Wir pflegen die Zukunft!

Wussten Sie, dass die Zahl der pflegebedürftigen Menschen in den nächsten zwei Jahren auf fast drei Millionen steigen wird? Dass 2030 fast eine halbe Million Pflegefachkräfte fehlen werden? Und dass 2060 jeder Dritte über 70 Jahre alt sein wird? Diese Entwicklung stellt uns alle vor große Herausforderungen.

WAS ALSO TUN? Wir meinen: Die ambulante Pflege muss als Ausbildungseinrichtung für den Pflegeberuf absoluten Vorrang bekommen.

SOZIAL ENGAGIERTE MENSCHEN für den Beruf der Pflege zu begeistern – das haben wir uns deshalb seit 2011 zum Ziel gesetzt und uns mittlerweile als größten ambulanten Ausbildungsbetrieb für den Beruf der Pflege weit über den Landkreis Freiburg hinaus etabliert. Die Qualität unserer Ausbildung hat einen entscheidenden Anteil daran. Zum Beispiel werden unsere Auszubildenden in einer 1:1-Betreuung von hochqualifizierten Praxisanleitern für mindestens 20 Stunden im Monat begleitet. Den gesetzlich geforderten Umfang der fachlichen Anleitung von mindestens 25 Stunden pro Schulhalbjahr übertreffen wir damit deutlich. Neben einer qualitativ hochwertigen Ausbildung bieten wir unseren Auszubildenden gute und sichere Karrierechancen und zahlreiche Beschäftigungsmöglichkeiten. Allein in diesem Jahr beschäftigen wir 54 Auszubildende. Zehn von ihnen werden ihre Ausbildung am Jahresende abgeschlossen haben und einen Arbeitsplatz bei uns finden.

DAMIT IST ES uns nicht nur möglich, die häusliche Pflege von über eintausend Menschen, die wir derzeit in Freiburg betreuen, zu gewährleisten, sondern auch neue Angebote für pflegebedürftige Menschen zu entwickeln. So bieten wir seit Mai dieses Jahres eine Tagespflege für 18 Tagesgäste im Stadtteil Mooswald an. Bereits 2017 haben



Vorstand Inge Boitz-Gläßel
verantwortet den Fachbereich Pflege, QM und Ausbildung.

wir die ambulante Versorgung für die Stadtteile am Tuniberg übernommen und sind somit in mittlerweile sechs Pflegeteams im Freiburger Stadtgebiet aktiv.

BEGONNEN WIRD derzeit mit dem Neubau einer Pflegewohngruppe in Freiburg St. Georgen. Dort können ab dem Frühjahr 2020 zwölf pflegebedürftige Menschen rund um die Uhr in ihrem Stadtteil versorgt werden. Etwa ein Jahr später ist der Start einer zweiten Pflegewohngruppe für die Stadtteile am Tuniberg geplant, womit wir unser Angebot auch dort weiter ausbauen.

TROTZDEM: Die Versorgungslücke wird kommen, aber wir wollen die Auswirkungen so gut es geht abmildern. Pflege zu lernen lohnt sich! |

Ausbildung



Altenpflege lernen? Ja, unbedingt!

Wer als Profi in der Altenpflege arbeiten will, lässt sich auf eine anspruchsvolle Qualifizierung ein. Drei Jahre dauert die duale Ausbildung. Dual, das heißt: In der Ausbildung werden sowohl theoretisches Wissen als auch praktische Kompetenzen zeitlich so

vermittelt, dass das eine das andere ergänzt. Allein die schulische Ausbildung umfasst 2.100 Unterrichtsstunden. Themen sind u.a. Altenpflege-Konzepte, medizinisches Wissen und Einblicke in rechtliche und institutionelle Zusammenhänge. Die praktische Ausbildung wird in einer Pflegeeinrichtung absolviert. Dafür sind rund 2.500 Stunden vorgesehen. Unter Anleitung von erfahrenen Praxisanleitern, Pflegepädagogen und -fachkräften lernen die Auszubildenden die Beratung, Begleitung und Betreuung von alten Menschen.

→ Sie wollen mehr wissen? Sprechen Sie uns an – wir bilden aus!





Foto: © Kzenon, fotolia.com



© scusi, fotolia.com

VERBRAUCHERSCHUTZ IN DER PFLEGE

Wie komme ich zu meinem Recht?

Verbraucher sind schutzbedürftig – das gilt ganz besonders für alte und kranke Menschen im Bereich der Pflege. Sie sind häufig mit der Situation überfordert und kaum in der Lage, ihre Rechte wahrzunehmen. Im Sinne des Verbraucherschutzes gibt es jedoch einige Angebote und Möglichkeiten.

MAGDALENA AMBERGER* hält einen Bescheid ihrer Krankenkasse in den Händen. Die Verordnung für häusliche Krankenpflege wurde abgelehnt. Jetzt ist die alte Dame unsicher, was zu tun ist. Schließlich greift sie zum Hörer und ruft die Krankenkasse an. Am Telefon erzählt ihr eine Mitarbeiterin, dass solche Verordnungen für die Krankenkassen immer teurer würden. Und wenn ihre Tochter doch Pflegegeld bekomme? Könnte die dann nicht helfen? Als Magdalena Amberger auflegt, denkt sie sich, es wird schon irgendwie gehen. Wie genau, weiß sie nicht. Klar ist nämlich, dass ihre Tochter ihr in diesem Fall nicht helfen kann. Möglich wäre jetzt ein schriftlicher Widerspruch, aber dieses Vorgehen überfordert die alte Dame.

VIELE VERBRAUCHERSCHUTZRECHTE sind in unseren Gesetzen verankert. Aber wenn es um die Pflege geht, sind die betroffenen Menschen oft nicht in der Lage, ihre Rechte wahrzunehmen. Aufgrund von Alter und Krankheit wächst ihnen die Situation leicht über den Kopf. Im besten Fall können pflegende Angehörige einspringen und die Rechte durchsetzen, aber viele müssen bereits einen anstrengenden Pflegealltag und den Beruf unter einen Hut bekommen. Für „Papierkrieg“ ist dann kaum noch Kraft übrig.

HILFE DIREKT VOR ORT

Ganz generell beruht der Verbraucherschutz auf der Annahme, dass der Verbraucher gegenüber Herstellern oder anderen Institutionen benachteiligt

ist. Er hat in der Regel geringere Fachkenntnisse und verfügt über weniger Informationen und Ressourcen, beispielsweise Geld. Diese Unterlegenheit soll sinnvoll ausgeglichen werden. Dabei helfen zuallererst Informationen, beispielsweise: Was muss ich tun? Wie muss ich es tun? Was steht mir zu? Für Fragen im Bereich der Pflege wurden dafür die sogenannten Pflegestützpunkte eingerichtet. Sie sind Anlauf- und Beratungsstellen für Pflegebedürftige und ihre Angehörigen. In Baden-Württemberg gibt es pro Landkreis, also im Schnitt für je 260.000 Bürger, ein bis zwei Pflegestützpunkte. Hier könne man nachbessern, sagen Kritiker, denn oft können alte oder pflegebedürftige Menschen eine Beratung nur wahrnehmen, wenn die Beratungsstellen und Informationen vor Ort erreichbar sind. Und nur dann können sie ihr Recht überhaupt ausüben. Der Bundesverband der Verbraucherzentralen und viele Sozialverbände fordern, dass die Kommunen insgesamt stärker Verantwortung für pflegebedürftige Menschen übernehmen sollen.

*Verordnung abgelehnt – und jetzt?
Fragen Sie die Kirchliche Sozialstation
an Ihrem Ort!*

**RECHTSBERATUNG IST
AUSBAUFÄHIG**

Bis dahin bieten die Pflegestützpunkte und teilweise auch die Verbraucherzentralen Beratung und helfen, wenn Betroffene mit Entscheidungen der Kranken- oder Pflegekasse nicht einverstanden sind. Häufig dreht es sich dabei um die Eingruppierung in einen Pflegegrad. In diesem Fall haben Pflegebedürftige das Recht, innerhalb eines Monats formlos Widerspruch einzulegen. Wird der Einwand angenommen, kommt erneut ein Gutachter des Medizinischen Dienstes der Krankenversicherung (MDK), um die Einstufung zu überprüfen.

■ Führt der Widerspruch nicht zum Ziel, können die Betroffenen vor dem Sozialgericht klagen. Mit einer solchen Klage fühlen sich viele alte oder kranke Menschen erst recht überfordert und strengen sie deshalb nicht an. Helfen kann hier eine Mitgliedschaft in einem Sozialverband, der für seine Mitglieder nicht nur Widerspruch einlegt, sondern auch Verfahren vor den Sozialgerichten führt. Für die Zukunft fordert der Verbraucherzentrale Bundesverband ergänzend zu den Pflegestützpunkten ein flächendeckendes Netz an unabhängigen Rechts-



Foto: © Andrey Popov, fotolia.com

beratungsstellen – auch, um Interessenkonflikte zu vermeiden, da die Pflegestützpunkte ja zum größten Teil von den Kranken- und Pflegekassen getragen werden.

- Als Kirchliche Sozialstation helfen wir bei der Formulierung von Widersprüchen gegen Entscheidungen der Pflegekassen/des MDK – zum Beispiel durch Musterwidersprüche sowie durch Begleitung und Unterstützung während des MDK Besuchs durch unsere Pflegefachkräfte.

- Wir geben außerdem Adressen von spezialisierten Anwälten weiter und nennen neutrale Beratungsstellen.

DAMIT DIE EINGRUPPIERUNG in einen Pflegegrad möglichst gut gelingt und erst gar kein Anlass zum Widerspruch entsteht, gibt die Verbraucherzentrale Tipps, worauf beim Besuch des Medizinischen Dienstes zu achten ist:

- Es ist hilfreich, mindestens 14 Tage lang festzuhalten, wie viel Zeit für die Pflege verwendet wird – am besten bezogen auf die Lebensbereiche, die etwas über die Selbstständigkeit des Pflegebedürftigen aussagen: Mobilität, geistige und kommunikative Fähigkeiten, Verhaltensweisen und psychische Probleme, Körperpflege, Ernährung, Umgang mit Krankheit und Therapie sowie die Gestaltung des Alltags und der sozialen Kontakte.

- Um die Krankengeschichte zu belegen und einen entsprechenden Pflegeaufwand erklären zu können, sollten Sie sich alle Unterlagen und Berichte von Fachleuten besorgen, zum Beispiel vom Haus- oder Facharzt, dem Pflegedienst, Therapeuten oder der Krankenkasse.

- Pflegepersonen, ob Angehörige oder Kräfte eines Pflegedienstes, sollten beim Begutachtungstermin dabei sein. Sie können den Betroffenen unterstützen und wichtige ergänzende Informationen liefern.

TRANSPARENZ BEI PFLEGEDIENSTEN

Auch wenn es um die Auswahl von ambulanten Pflegediensten geht, hat der Gesetzgeber ein Instrument zum Schutz der Verbraucher eingeführt. Der sogenannte Transparenzbericht soll helfen, den richtigen Pflegedienst zu finden. Dafür wird jeder Anbieter einmal im Jahr vom MDK geprüft. Das Ergebnis dieser Prüfung wird in Form von Schulnoten dargestellt und dann veröffentlicht. Natürlich können Sie



Foto: © auremar, hamohikundcevalhirs7, fotolia.com

Wir erstellen Ihnen ein detailliertes Angebot mit Kostenvoranschlag. So können Sie einschätzen, ob die bewilligten Mittel der Pflegekasse ausreichen.

unseren Transparenzbericht jederzeit bei uns einsehen. Über diese gesetzliche Maßnahme hinaus tun wir jedoch noch viel mehr, um kranke und pflegebedürftige Menschen bestmöglich zu betreuen:

- Wir beraten Sie vorab bei einem Hausbesuch ganz persönlich, hören Ihnen zu und informieren Sie ausführlich über unsere Leistungen.

- Wir erklären Ihnen die unterschiedlichen Abrechnungsverfahren und erstellen Ihnen ein detailliertes An-

gebot mit Kostenvoranschlag. So können Sie einschätzen, ob die bewilligten Mittel der Pflegekasse ausreichen.

- Bei uns wissen Sie genau, wer Sie betreut. Wir arbeiten mit einem professionellen Team aus pflegerischen und hauswirtschaftlichen Fachkräften sowie Ehrenamtlichen, die in der Region leben.

MIT DIESEN MASSNAHMEN setzen wir den Verbraucherschutz bereits in unserem täglichen Handeln um. Für



uns ist ein vertrauensvolles Miteinander enorm wichtig und wir tun alles für eine menschenwürdige Pflege, die das Wohl der Betroffenen in den Mittelpunkt stellt.

**Name von der Redaktion geändert*

© GEPFLEGT ZU HAUSE | Autorin Sabine Anne Lück
GRIESHABER Redaktion + Medien | Bonn
www.grieshaber-medien.de



ZITRONE – DAS GELBE MULTITALENT

Sauer macht lustig – der Spruch kommt nicht von ungefähr. Die Säure zum Beispiel einer frisch gepressten Zitrone belebt, regt den Appetit an und bringt die Verdauung in Schwung. Die Zitrone ist ein Multitalent unter den Hausmitteln: Sie enthält viel Vitamin C, stärkt das Immunsystem und lindert Erkältungen. Wer mit einer Mischung aus Zitronensaft und Wasser mehrmals täglich gurgelt, kann selbst Halsschmerzen wirkungsvoll bekämpfen.

REZEPT

Zitrontee mit Minze und Ingwer

Schale und Saft von vier unbehandelten Zitronen, 25 g frischen Ingwer und ein Bund Minze mit etwa 1 Liter kochendem Wasser übergießen und 10 Minuten zugedeckt ziehen lassen. Wer's mag, kann den Tee mit Honig süßen.

In Fragen der Pflege



Foto: © Picture-Factory, fotolia.com

Transparenzberichte über ambulante Pflegedienste werden im Internet veröffentlicht:

- www.aok-pflegedienstnavigator.de
- www.bkk-pflegefinder.de
- www.der-pflegekompass.de
- www.pflegelotse.de

Pflegeberatung

Einen umfassenden Überblick über alle Beratungsstellen bietet das Zentrum für Qualität in der Pflege: <https://bdb.zqp.de>

Auch die Verbraucherzentralen halten viele Informationen bereit:

- www.verbraucherzentrale.de > **Gesundheit und Pflege**

Pflegerechtsberatung und -vertretung leisten die Sozialverbände für ihre Mitglieder:

- www.vdk.de
- www.sovd.de

AUCH MIT EINSCHRÄNKUNGEN MÖGLICHST SELBSTSTÄNDIG DURCHS LEBEN

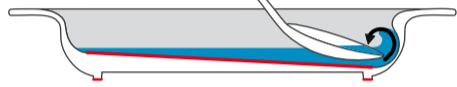
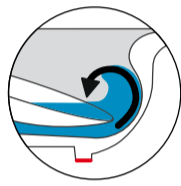
Kleine Helfer für den Alltag

Zeitung lesen, eine Flasche Wasser öffnen, essen – alles ganz alltägliche Dinge, die aber im Alter oder bei Krankheit schwerfallen können. Doch zum Glück gibt es Hilfsmittel, die mit intelligenten Ideen und kleinen Tricks den Alltag wieder leichter machen. Hier finden Sie eine kleine Auswahl.



1 Teller mit schiefer Ebene

Menschen mit zitterigen oder unbeweglichen Händen können aus diesem Teller bequem selbstständig essen. Er hat einen zum Rand hin abgeschrägten Innenboden und einen unauffälligen Überhang, der dafür sorgt, dass das Essen leicht auf den Löffel oder die Gabel rutscht. Auch einhändig lässt sich gut daraus essen, weil ein Antirutsch-Ring am Tellerboden zusätzlich für sicheren Stand sorgt. Die Farbvariante mit dem leuchtend roten Rand schafft Orientierung und ist für Menschen mit Demenz noch sehr lange gut zu erkennen. Darüber hinaus soll die Farbe appetitanregend wirken. (www.ornamin.de)



2 Hilfsmittel für Ästheten

Dieses Besteck mit Kugelgriff ist für Menschen mit alters- oder krankheitsbedingten Einschränkungen gedacht, die Wert darauf legen, dass ihre Hilfsmittel nicht gleich als solche erkennbar sind und schön aussehen. Das Design ist ganz an klassische Bestecke angelehnt. Messer, Löffel und Gabel lassen sich einfach von der Handfläche umschließen und sind dadurch bequem zu halten. Der schmale Übergang von Kugel zu Besteckhals macht verschiedene Haltepositionen möglich. (www.thomashilfen.de)



3 Sesam, öffne dich!

Wenn Ihre Kräfte nicht mehr ausreichen, um den Deckel einer Getränkeflasche aufzudrehen, unterstützt Sie dieser Öffner. Er ist aus rutschfestem Material und bietet einen kuppelförmigen, gepolsterten Griff, der sich verschiedenen Größen und Formen anpasst und dadurch die Kraft der Hand unterstützt. Arzneimittelflaschen, Gläser mit Deckelverschluss, Schrankgriffe, Wasserhähne und Türdrehgriffe lassen sich damit leichter öffnen. Wenn Sie zusätzlich eine Anti-Rutsch-Matte unter die Flasche oder das Glas legen, lassen sich viele Behältnisse sogar mit nur einer Hand öffnen. (www.thomashilfen.de)

4 Durchblick garantiert

Die Lupe ist ideal für Kleingedrucktes. Mit einer Vergrößerung von bis zu 300 Prozent ist das Lesen von kleinen Buchstaben in Verträgen, Zeitungen, Zeitschriften, Büchern oder Landkarten wieder gut möglich. Die Lupe kann entweder auf den Text gestellt oder um den Hals gehängt werden, damit die Hände frei beweglich sind. Vier standfeste Füße und eine Umhängevorrichtung werden mitgeliefert. Mit den eingebauten LED-Lichtern wird der Text gut beleuchtet. (www.wenko.de)

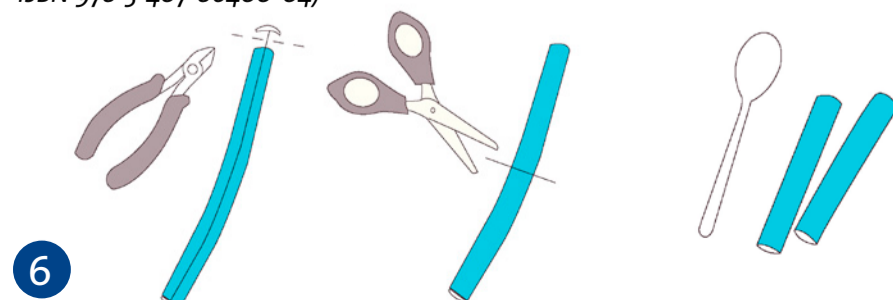


5 Reinschlüpfen, ohne zu schnüren

Mit elastischen Schnürsenkeln ist das An- und Ausziehen von Schuhen ohne Bücken möglich. Die Schnürsenkel werden einmal passend zusammengebunden und dehnen sich dann bei jedem An- und Ausziehen, sodass Sie in Ihre Schnürschuhe einfach hineinschlüpfen können. Mit einem verlängerten Schuhlöffel wird das Anziehen noch bequemer. (www.thomashilfen.de)

6 Do it yourself

Ihre Enkel oder Kinder basteln gern? Dann können Sie das gewohnte Essbesteck mit einem kleinen Trick auch noch weiter benutzen, wenn Ihre Hände nicht mehr so gut greifen: Im Drogeriemarkt Papilloten kaufen, den innenliegenden Draht mit der Kneifzange durchschneiden und herausnehmen. Dann die Lockenwickler quer in zwei gleiche Hälften schneiden und jeweils eine Hälfte über den Griff von Messer, Gabel und Löffel stecken. (aus: Anneke Goertz, „Ich helf dir“, ISBN 978-3-407-86400-04)



Papilloten sind spülmaschinenfest

IMPRESSUM

HERAUSGEBER

Evangelische Sozialstation
Freiburg im Breisgau e.V.
Maienstraße 2 • 79102 Freiburg
Telefon 0761 27130-0 • Fax 0761 27130-135
sozialstation@evsozialstation-freiburg.de

Vorstand Johannes Sackmann
Pflegedienstleitung Inge-Dorothea Boitz-Gläßel

Sparkasse Freiburg Nördlicher Breisgau
IBAN: DE24 6805 0101 0002 0010 14

Auflage 3.100 Exemplare

Konzept, Redaktion,
Produktionsmanagement:
GRIESHABER Redaktion + Medien, Bonn
Grafik: imagedesign, Köln