

GEPFLEGT *zu Hause*

Hauszeitung der Evangelischen Sozialstation Freiburg i.Br. • Pflegeteam WEST I



Liebe Leserin, lieber Leser!

Wenn Sie sich jetzt fragen, ob diese Frühjahrsausgabe von GEPFLEGT ZU HAUSE anders aussieht als sonst: stimmt! Wir haben unsere Hauszeitung ein wenig aufgefrischt. Das neue, helle und freundliche Layout löst die bisherige Optik nach neun Jahren ab und wir freuen uns, wenn es Sie zum Lesen lockt!

Während sich bei GEPFLEGT ZU HAUSE damit nur das Äußere verändert hat, haben wir unseren Internetauftritt von Grund auf neu gestaltet. Auf allen Endgeräten lesbar, macht es Ihnen unsere neue Website leicht, sich über uns und unsere Leistungen zu informieren. Wenige Klicks führen Sie zu allen wissenswerten Informationen rund um unsere Pflegeangebote und – darauf legen wir bei aller Digitalisierung viel Wert – zu den Kontaktdaten unserer Mitarbeitenden vor Ort.

Daniela Gabriel
Teamleitung WEST I



AUSGABE 27 | 2020

UNSERE THEMEN

- **Autofahren im Alter**
Sind Sie noch fahrtüchtig?
- **Wohngruppe Oberried**
Wir sind Pflegepartner

Unsere neue Internetpräsenz – komfortabel auch auf dem Tablet

Unser Webauftritt: aktuell, informativ und barrierearm

Neu im Netz

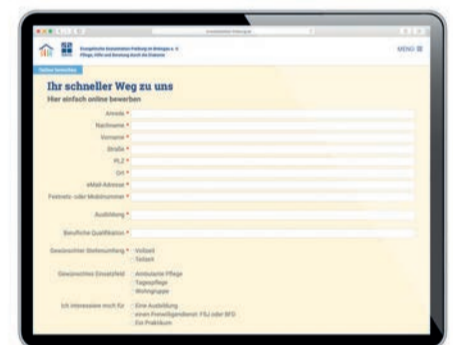
Nach intensiver Vorarbeit hieß es im Dezember: Vorhang auf für unsere neue Website! Wir haben nicht nur das äußere Erscheinungsbild geändert, sondern vor allem Inhalte und Informationen grundlegend überarbeitet.

Die Dinge im Internet verändern sich schnell. Dies betrifft sowohl die Technik im Hintergrund von Smartphone, Tablet und PC als auch unsere veränderten Gewohnheiten, im Internet unterwegs zu sein. So sind die kleinsten Computer heute nicht nur die größten Alleskönner, sie werden auch am meisten verwendet: Allein in Deutschland nutzen über 57 Millionen Menschen ein Smartphone. Folglich müssen die Informationen, die eine Website zu bieten hat, vor allem auf den handlichen Geräten mit wenigen Wischs & Klicks zur

Verfügung stehen. Wir wissen außerdem: Waren es bislang vor allem Kinder und Enkel, die nach Infos für die Pflege zu Hause, nach Angeboten in der Tagespflege oder für eine Beratung gesucht haben, nutzen inzwischen zunehmend ältere Menschen selbst das Netz, wenn es darum geht, Alltagshilfen oder einen Pflegedienst zu finden.

Vor diesem Hintergrund haben wir unseren Internetauftritt von Grund auf neu konzipiert, um ihn aktueller, informativer und leichter zugänglich zu machen. Ein schneller Überblick über alle Informationen unseres Leistungsangebots, die benutzerfreundliche Präsentation aktueller Daten sowie eine endgeräteunabhängige Optimierung waren unser Ziel für den Dialog mit Ihnen – unseren Patienten, Kunden, Kollegen und Kooperationspartnern.

Beim Besuch der neuen Website fällt zuerst das strukturierte, offene Design ins Auge, das es leicht macht, die gesuchten Infos zu finden. Aber nicht nur das äußere Erscheinungsbild hat sich geändert. Auch die Inhalte sind grundlegend überarbeitet. Interessenten können sich so einfach und



Blitzschnell bewerben – auf unserer Homepage jetzt ganz einfach

schnell über unsere Leistungen informieren, Informationen zum Thema Pflege abrufen und sich über aktuelle Veranstaltungen und Entwicklungen auf dem Laufenden halten.

Wer sich bei uns ausbilden lassen will oder Interesse an einem unserer attraktiven Arbeitsplätze hat, findet bei uns informative Ausschreibungen sowie ein Bewerbungsformular, über das sich Bewerbungsunterlagen schnell und einfach uploaden lassen. Trotz aller digitalen Möglichkeiten ist uns der persönliche Kontakt sehr wichtig und deshalb weist unsere Website stets den direkten Weg zu den Ansprechpartner*innen. Besuchen Sie uns doch unter www.evsozialstation-freiburg.de Wir freuen uns über Ihr Feedback.



Wir setzen auf E-Mobilität

Aktiver Klimaschutz ist ein Thema, das wir mit Blick auf die mobile Alten- und Krankenpflege sehr ernst nehmen. Schließlich sind täglich über

60 Pflegekräfte von uns in Dienstautos im Stadtgebiet von Freiburg und Umgebung bis hinauf nach Oberried unterwegs. Einen wesentlichen Beitrag, den wir dabei leisten können und wollen, ist die Umstellung unseres Fuhrparks von fast 70 Dienstautos auf Elektroautos. In einem ersten Schritt haben wir im November vier E-Autos inklusive passender Ladeinfrastruktur in Betrieb genommen. Diese werden erfolgreich in unserem Pflegeteam OST im Tourenbetrieb eingesetzt und leisten so einen Beitrag zur Verbesserung der Luft- und Lebensqualität. Wir bleiben natürlich am Ball: Die Anschaffung von weiteren E-Autos ist bereits fest eingeplant.

Kontakt:

Evangelische Sozialstation Freiburg im Breisgau e.V. • www.evsozialstation-freiburg.de
Pflegeteam WEST I • Teamleitung Daniela Gabriel • Am Hägle 15 • 79110 Freiburg
Telefon 0761 806969 • Fax 0761 8095029 • pflegeteam-west@evsozialstation-freiburg.de

Autofahren im Alter: Oft sorgen sich die Angehörigen

Bist du noch fahrtüchtig?

Der Führerschein gilt in Deutschland ein Leben lang und für viele Senior*innen ist das eigene Auto besonders wichtig, weil es unabhängig macht. Doch wie sollen Angehörige reagieren, wenn sie den Eindruck haben, dass der ältere Mensch sich selbst oder andere im Straßenverkehr gefährdet?



© Foto: JPC-PROD, shutterstock.com



„Ich fahre immer ganz dicht am Bordstein entlang. Dann kann mir gar nichts passieren und den Weg finde ich so auch immer am besten.“ Gudrun Z. war weit über achtzig, als sie ihren Fahrstil so treuherzig wie unbekümmert beschrieb. Den Führerschein hatte sie, vor dem Krieg noch ungewöhnlich, bereits als junge Frau gemacht, und

Autofahren im hohen Alter – ein heikles Thema.

das Autofahren ihr Leben lang beibehalten. Als sie mit neunzig erkrankte und ihre Kinder darauf bestanden, das Auto von da an in der Garage zu lassen, reagierte sie wütend und verbittert. Nicht mehr selbst am Steuer sitzen zu können, markierte eine Wende in ihrem Leben, die sie nicht akzeptieren wollte.

Autofahren im hohen Alter – ein heikles Thema. Nicht nur die Anzahl, auch die Schwere selbst verursachter Verkehrsunfälle nimmt rein statistisch gesehen ab dem 75. Lebensjahr

deutlich zu, so die Unfallforschung der Versicherer. Doch die Experten-innen sind sich einig, dass die Fahrtüchtigkeit nicht in erster Linie vom Alter abhängt, sondern vom Gesundheitszustand und den kognitiven Fähigkeiten, also vom Vermögen, eine komplexe Situation im Straßenverkehr schnell zu erfassen und angemessen darauf zu reagieren.

Regelmäßig zum Augenarzt

Krankheiten wie Diabetes und Bluthochdruck lassen sich mit Medikamenten häufig gut einstellen und schränken ältere Fahrer*innen dann kaum ein. Wer an Demenz erkrankt ist, kann ebenfalls zu Beginn noch Auto fahren. Langfristig führt diese Krankheit aber

auf jeden Fall dazu, dass Betroffene nicht mehr hinter dem Steuer sitzen können. Darauf sollten Arzt oder Ärztin ihre Patient*innen bei der Diagnose bereits vorbereiten. Für alle älteren Fahrer*innen ist es wichtig, dass sie regelmäßig beim Augenarzt ihre Sehfähigkeit kontrollieren lassen. Ab 50 wird ein Check alle zwei Jahre empfohlen, ab 60 dann jedes Jahr. Auch ein Hörtest sollte ab 60 im zweijährigen Rhythmus erfolgen.

Als Beifahrer-in aufmerksam beobachten

Wenn ein älterer Mensch Auto fährt, fährt bei vielen Angehörigen die Sorge mit. Laut einer Umfrage sorgen sich gut 40 Prozent der Angehörigen um

die Sicherheit ihres Familienmitglieds im Straßenverkehr. Um wirklich genau einschätzen zu können, wie es um die Fahrtüchtigkeit von jemandem steht, empfiehlt der Deutsche Verkehrssicherheitsrat (DVR), mitzufahren und zu beobachten: Wie gut findet die oder der Betreffende in den Verkehr hinein? Ist die Geschwindigkeit angemessen? Werden vielleicht Fehler beim Abbiegen gemacht? Besonders beim Linksabbiegen an einer Kreuzung zeigt sich, wie gut eine Fahrerin oder ein Fahrer noch in der Lage ist, auf eine komplexe Anforderung zu reagieren: Der Gegenverkehr muss beobachtet werden, man muss einschätzen, wann eine Lücke ausreicht, um loszufahren, und gleichzeitig gilt es, Fahrradfahrer und Fußgänger im Auge zu behalten.



Foto: © photoreview, fotolia.com



Ganz wichtig: einmal im Jahr zum Seh- und Hörtest



Aber ganz wichtig: Beschränken Sie sich als Beifahrer-in im Auto auf das Beobachten. Kommentare oder Ratschläge können verunsichern, woraus sich in der aktuellen Situation ein falsches Bild ergeben kann. Außerdem wird es dann womöglich auch schwieriger, das Thema später überhaupt noch einmal aufzugreifen, weil die gereizte Stimmung nachwirkt.

Gespräche einfühlsam führen

So oder so: Um das Thema Fahrtüchtigkeit anzusprechen, sollten Sie eine entspannte, ruhige Atmosphäre schaffen. Manchmal bietet es sich an,

Bei Angehörigen fährt oft die Sorge mit.

einen passenden Anlass abzuwarten, beispielsweise Berichte im Fernsehen oder in der Zeitung, die sich mit dem Thema Autofahren im Alter befassen, oder auch Autounfälle im Bekanntenkreis. Sie sollten trotz allem damit rechnen, dass Sie mit Ihrem Anliegen zunächst auf Ablehnung stoßen. Den Führerschein zu haben und Auto fahren zu können – das ist in unserer Gesellschaft ja viel mehr als die Möglichkeit, unabhängig von A nach B zu kommen. Auto fahren zu können ist hierzulande eng damit verbunden, sich autonom und kompetent zu fühlen – in den eigenen Augen und in denen anderer. Die Qualität der Fahrleistung infrage zu stellen, rüttelt deshalb auch an den Grundfesten der Selbstwahrnehmung und des eigenen Selbstver-

ständnisses. Wem nahegelegt wird, das Auto zukünftig stehen zu lassen und den Führerschein abzugeben, assoziiert meist: Jetzt gehöre ich zum alten Eisen!

Vermitteln Sie Ihrem Gegenüber daher unbedingt beides: Dass Sie zu ihm stehen, sich aber auch Sorgen um sein Wohlergehen machen. Die meisten älteren Menschen brauchen vor allem zunächst einmal Zeit, um nachzudenken und sich mit der veränderten Sichtweise anzufreunden.

Individuelle Vereinbarungen treffen

Sinnvoll ist es auch, sich vorab zu überlegen, was das Ergebnis des Gesprächs sein könnte. Ein Check beim Hausarzt? Ein spezielles Fahrtraining für Senioren*innen? Oder individuelle Vereinbarungen, beispielsweise, dass der ältere Mensch nur noch in einem bestimmten Umkreis fährt und für längere, unbe-

kannte Strecken öffentliche Verkehrsmittel nutzt. Es ist auch gut, sich Ersatzangebote zu überlegen, wenn es

Fahrtüchtigkeit ist nicht nur vom Alter abhängig.

zum Beispiel um Fragen geht, wie denn zukünftig ohne Auto eingekauft oder der Weg zurückgelegt werden könnte, um die Enkelkinder zu besuchen.

Außerdem: Wenn komplett aufs Selbstfahren verzichtet werden soll, muss das Auto nicht immer gleich

verkauft werden. Es kann zunächst völlig ausreichend sein, wenn man verhandelt, dass das Auto nicht mehr benutzt wird, weil es manchmal – übrigens nicht nur für ältere Menschen! – schwierig ist, sich von dem geliebten Wagen zu verabschieden. Für viele ist er ja nicht nur ein Symbol der Unabhängigkeit oder vielleicht auch des sozialen Status. Oft hängen auch Erinnerungen an schöne Urlaubsfahrten daran. Nach einer Weile des Unbenutztseins ist die endgültige Trennung vielleicht viel einfacher zu verkraften. |

Autorin: Sabine Anne Lück, Redaktion: Uschi Grieshaber © Gepflegt zu Hause, GRIESHABER Redaktion + Medien, Bonn

Eine gute Sache: Fahrtrainings nutzen!



Neu: Unsere Kooperation mit der Bürgergemeinschaft Oberried

Wir sind Pflegepartner der Wohngruppe



In enger Zusammenarbeit mit den niedergelassenen Ärztinnen und Ärzten im Raum Oberried haben wir im Februar die Pflege der Seniorinnen und Senioren übernommen, die in der neu eingerichteten Wohngruppe der Bürgergemeinschaft Oberried leben.

Im Verbund mehr leisten

Wir sind seit vielen Jahren Kooperationspartnerin und Gesellschafterin von Organisationen in Freiburg und Umgebung, mit denen wir Hand in Hand daran arbeiten, ältere und hilfebedürftige Menschen zu betreuen und zu pflegen. Zu unserem Versorgungsverbund gehören u.a.:

- Bürgergemeinschaft Oberried (Pflegeangebot Wohngruppe, siehe diese Seite) www.buergergemeinschaft-oberried.de/
- Evangelische Stadtmission Freiburg e.V. (gemeinsame Nachtrufbereitschaft)
- Evangelisches Diakoniekrankenhaus Freiburg (Ausbildung, Pflegeüberleitung)
- Hausnotruf GmbH Freiburg
- Heilsarmee KdÖR Freiburg (Pflegeangebot im Übergangwohnheim)
- Katholische Sozialstation Freiburg (gemeinsame Nachtrufbereitschaft)
- Palliativnetz Freiburg gGmbH
- Pflegeschulen (Ausbildung von Pflegefachkräften)
- PiA Pflege im Anschluss (Pflegeüberleitung im Verbund mit 13 Kirchlichen Sozialstationen)
- Ring der Körperbehinderten gGmbH (Pflegeangebot in zwei Wohnanlagen)

Die **Bürgergemeinschaft** der kleinen Gemeinde Oberried am Fuß des Schauinsland hat fünf Jahre nach ihrer Gründung schon viel erreicht. Der Initiative mit mittlerweile mehr als 300 Mitgliedern sind vor allem Projekte für Menschen zu verdanken, die Hilfe im Alter und in Notlagen brauchen – Projekte, die das Gemeinschaftsgefühl der 2.850

Einwohner*innen und die dörfliche Solidarität stärken.

Unter anderem wurden eine **Tagespflege für 16 Gäste** und eine ambulante, selbstorganisierte Pflegewohngruppe mit elf Plätzen aufgebaut. Vermieter der Räume auf dem ehemaligen Gelände des Ursulinenordens ist die Gemeinde Oberried.

Ein ortsnahes Angebot für ältere Menschen

Die Bürgergemeinschaft hat für die Pflegewohngruppe bereits einige Alltagsbegleiter*innen qualifiziert. Um darüber hinaus die pflegerische und medizinische Versorgung der elf Bewohner*innen rund um die Uhr sicherzustellen, hat sich die Bürgergemeinschaft für uns als erfahrenen und kompetenten Pflegepartner entschieden. Wir freuen uns darüber und unterstützen die Bürgergemeinschaft und die Kommune gerne in ihrer Verantwortung für ältere und pflegebe-

dürftige Menschen. Durch das ortsnahe Angebot einer Pflegewohngruppe können pflegebedürftige Senioren – anders als beim Umzug in ein weiter entferntes Pflegeheim – in ihrem vertrauten Quartier und in der Nähe

ihrer Angehörigen und Freunde bleiben und so auch weiterhin am Leben ihres Ortes teilhaben. |

Der Neubau für die Wohngruppe auf dem ehemaligen Gelände des Ursulinenordens



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

Vorstandsvorsitzender Johannes Sackmann
Vorstand Inge-Dorothea Boitz

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

Auflage 3.200 Exemplare

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