



Die Informationszeitschrift unserer Sozialstation Westallgäu

Liebe Leserin, lieber Leser unseres Blättle!



## Sagt das Gute weiter

Das Gute, das jeden Tag passiert, am rechten Ort, im richtigen Augenblick weitergesagt - das Leben wäre erträglicher. Dieses Gute passiert. Es kommt bloß nicht auf, weil das Schlechte so laut ist, so aufdringlich wie das Unkraut im Weizen.

Der Mann vom Lande strahlte übers ganze Gesicht, weil sie im Amt so „nett“ zu ihm gewesen seien. Sie hätten ihm sogar einen Stuhl angeboten – und er habe sitzen dürfen. Die hochbetagte Oma, die allerhand hinter sich hatte, war beim letzten Besuch aufgeräumt, zugänglich wie noch nie, weil die Schwestern alles „mit Liebe“ taten und der Arzt sogar einen Sessel in ihr Zimmer stellen ließ. Sie ist nach kurzer Ehe erkrankt und war nahezu dreißig Jahre ans Krankenbett gefesselt. Eines

Tages meinte sie zu ihrem Mann: „Hast auch gar nichts von deiner Frau...“ Er aber nahm ihre Hand und versicherte ihr: „Wenn du nur da bist – ich hab´ ja nicht deine Gesundheit geheiratet, sondern dich, und zwar dich auf alle Fälle...“

Das Gute, das jeden Tag passiert, in ungezählten Ehen und Familien, in Schulklassen, Büros und Betrieben, muss nicht immer so „großformatig“ sein. Oft ist es versteckt in einem gütigen Blick, einer teilnehmenden Frage, einem guten Rat: „Das können Sie, denn Sie haben das Zeug dazu...!“ Der Angesprochene „packt“ es wieder, die Arbeit läuft ihm von der Hand, weil jemand an ihn glaubt und das sogar merken ließ.

Loben besagt mehr als danken. Es klingt stärker und froher als ehren. Es ist

einfacher und schlichter als preisen und rühmen. Welcher Hausfrau tut es nicht gut, wenn man ihre Kochkunst lobt? Die Lehrerin fühlt sich, auch wenn sie jahrelang unterrichtet, in ihrer Arbeit bestätigt, schafft lieber und froher, wenn sie gelegentlich hören darf: „Unsere Kinder kommen gerne zu Ihnen.“ Der Chef ist glücklich, von seinen Angestellten beim Abschied erfahren zu dürfen: „Ich gehe ungern aus Ihrem Haus, es war alles so menschlich, man konnte offen seine Meinung sagen und unsere Vorgesetzten waren zu uns so menschlich!“ Der Arzt tut seinen Dienst Tag und Nacht leichter, wenn er ab und zu hört, dass seine Patienten gut von ihm sprechen.

*Johann Mair, Pfarrer der Pfarrgemeinschaft Stiefenhofen*

Aus „Der Westallgäuer“ vom 27.08.2016

## In dieser Ausgabe...

Wandern	2-3
Pflege- stärkungsgesetz	4
Essen auf Rädern	5
Pflegedienst	6
Schlaganfall	7
Alltagshilfen	8-9
Haushaltsdienst	9
Jahresessen	10
Interview	11
OBA	12
Schulbegleitung	13
Hausnotruf	14
Lebenslinien	14
Eine Geschichte	15
Fachzentrum Demenz	16
Unser	
Weihnachtsrätsel begleitet wohnen – sicher daheim	17
Veranstaltungen	18
Termine	19
Basteltipp	19
Impressum	19
Kontaktdaten	20



Die Bestätigung, wie sehr wandern glücklich machen kann, entnehmen Sie dem folgenden Beitrag von Rita Fuchs, vormals Wasmeier

## Wandern macht glücklich!

### Ein kleiner Bericht über den Werdegang unserer Liebesgeschichte:

Wir haben uns 2012 Ende Mai bei dem Frühlingsfest des Alpenvereins auf dem Staufener Haus (Hochgrat) kennengelernt. Dabei hat es noch nicht gleich gefunkt. Bei ein paar gemeinsamen DAV-Touren und Vereinsabenden im AV-Keller kamen wir ins Gespräch.

Im Oktober starteten wir eine 5-tägige „Kennlern-Tour“ von Hütte zu Hütte. Dabei hatten wir es sehr lustig und wer Hans-Peter kennt, kann sich vorstellen, dass wir viel miteinander gelacht haben. Auf jeden Fall begann es zunehmend zu knistern zwischen uns.

Im Frühling 2013 konnte ich Hans-Peter begeistern für meine Leidenschaft – nämlich das Pilgern.

Da sind wir zu Fuß in Südfrankreich ca. 500 km in 19 Tagen von Arles nach Toulouse gegangen. Durch die Camargue, Provence, am Canal du Midi entlang. Hans-Peter hat es auch sehr gefallen. Ein Bett, etwas zu Essen und eine warme Dusche.

2014 haben wir bei Hans-Peter kräftig renoviert, so dass ich im April 2015 bei ihm eingezogen bin.

Letztes Jahr im Frühling, genau gesagt am 15. April, haben wir uns auf den Weg gemacht unseren Pilgerweg von Toulouse aus über den Somportpass nach Spanien fortzusetzen. Man kann auf dieser Strecke einen kleinen Umweg über Lourdes gehen. Das war für Hans-Peter, der immer schon mal nach Lourdes fahren



wollte, DAS Highlight – zu Fuß nach Lourdes zu kommen!

Wir hatten wieder wunderschöne Begegnungen, einmal saßen wir in einer Herberge zu zwölf am Tisch und kamen aus neun verschiedenen Nationen.

Wir hatten unwahrscheinliches Glück mit dem Wetter, es war zwar noch kalt, aber überwiegend trocken und es waren noch nicht so viele Pilger unterwegs. So hatten wir nie ein Problem einen Platz in der Herberge zu finden. Unser gemeinsames Unterwegssein war so stimmig, dass Hans-Peter mir im Juni einen Heiratsantrag machte. Und ich überlegte nicht lange ...

Nachdem wir beide schon einmal verheiratet waren, sind wir uns einig gewesen, dass wir klein heiraten wollen.

Und so haben wir uns am 23. September „getraut“. Keiner! (außer Hans-Peters Kindern) wusste vorher davon. Nach der standesamtlichen Trauung gingen wir mit Sekt zuerst zu Hans-Peters

Arbeitskollegen, um mit ihnen anzustoßen, dann in die Sozialstation. Die waren natürlich sehr überrascht, aber freuten sich riesig.

Danach machten wir uns auf den Weg - wieder mal aufs Staufener Haus am Hochgrat, wo wir uns kennengelernt haben. Dort oben feierten wir und verbrachten unsere Hochzeitsnacht.

Wieder unten packten wir, denn unsere Hochzeitsreise ging (mit dem Alpenverein) nach Südfrankreich. Zuerst 2½ Tage in die Seealpen und dann nach Vallauris – der Partnerstadt von Lindenberg. Dort waren die Tage ausgefüllt mit kleinen Wanderungen, Schwimmen im Meer und abends Einladungen zum Essen. Eine wunderschöne Woche.

Und eines will ich euch sagen:

Eine neue Liebe in einem etwas reiferen Alter ist wunderschön. Und es geht uns sehr gut zusammen.

Rita Fuchs

Wir bedanken uns für die vielen Glückwünsche und Aufmerksamkeit zu unserer Hochzeit.



## Was das wandern sonst noch bewirkt

### Schützt das Herz

Die Belastung beim Wandern ist ideal, um das Herz schonend in Schwung zu bringen und die Gefäße elastisch zu halten. Zudem kann regelmäßiges Wandern den Blutdruck spürbar senken. In einer Studie gingen die Testpersonen zweimal die Woche wandern, nach sieben Wochen war bei jedem der Blutdruck um 15mmHg gesunken.

### Bewahrt vor Infekten

Durch die Bewegung an der frischen Luft und durch das Tageslicht, bei dem man u. a. Vitamin D tankt, wird das Immunsystem aktiv unterstützt.

### Hält fit im Kopf

Wandern beugt der Entwicklung einer Demenz vor. Die Durchblutung des Gehirns verbessert sich, ein altersbedingter Abbau von Nervengewebe im Hirn wird verlangsamt. Zudem erhöht Wandern das geistige Leistungsvermögen – wahrscheinlich, weil dabei alle Sinne angesprochen werden. Das hat die „Canadian Study of Health and Aging“ mit mehr als 6.000 Teilnehmern ergeben.

### Verbessert die Atmung

Regelmäßiges Wandern führt, wie andere Ausdauersportarten auch, zu einer besseren Lungenkapazität. Die Folge: Man atmet regelmäßiger, die Lunge wird besser durchblutet und der Körper optimaler mit Sauerstoff versorgt.

### Macht glücklich

Bewegung kombiniert mit der schönen Natur setzt Glückshormone frei, das wirkt sich positiv auf die Stimmung und das Gefühlsleben aus.

### Unterstützt die Figur

Studien belegen eindrucksvoll, dass regelmäßiges Wandern den gesamten Fettstoffwechsel positiv beeinflusst. Beim Wandern verbraucht man – bei gleicher Pulsfrequenz – um 20 Prozent mehr Kalorien als etwa auf einem Ergometer. Und: Höhenluft wirkt, so eine Studie der Münchner Universitätsklinik, wie ein Appetitzügler.

### Sorgt für gute Bauch- und Bein- und Po-Muskeln

Das Ausschreiten stärkt die Rumpf- und Bein- und Po-Muskulatur. Wer auch Wanderstöcke einsetzt, tut sogar etwas für Oberarme und oberen Rücken. Positive Nebeneffekte: Bauch, Beine und Po werden straffer, das Risiko für Osteoporose wird gemindert.

### Optimiert die Koordinationsfähigkeit

Man geht über Stock und Stein, unebenes Gelände – und das trainiert perfekt Gleichgewichtssinn und Koordinationsfähigkeit. Davon profitieren vor allem Ältere: Sie senken ihr Sturzrisiko. Das konnte Prof. Dr. Kuno Hottenrott vom Institut für Sportwissenschaft an der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg beweisen.

## So treiben wir den Winter aus

*So treiben wir den Winter aus,  
Durch unsre Stadt zum Tor hinaus  
Und jagen ihn zuschanden,  
Hinweg aus unsern Landen*

*So treiben wir den Winter aus,  
Durch unsre Stadt zum Tor hinaus  
mit sein Betrug und Listen  
den rechten Antichristen*

*Wir stürzen ihn von Berg zu Tal,  
Damit er sich zu Tode fall.  
Wir jagen ihn über die Heiden,  
Daß er den Tod muß leiden.*

*Wir stürzen ihn von Berg zu Tal,  
Damit er sich zu Tode fall.  
und uns nicht mehr betrüge  
durch falsche Lehr und Lüge*

*Wir jagen den Winter vor die Tür,  
Den Sommer bringen wir herfür,  
Den Sommer und den Maien,  
Die Blümlein mancherleien.*

*Die Blümlein sind das göttlich Wort  
das blüht itzunder an manchem Ort  
Das wird uns rein gelehret  
Gott ist's, der hat gelehret*

*Das danken Gott von Herzen wir  
und flehen, daß er wollt senden  
schier*

*Christum, uns zu erlösen  
vom Winter und allem Bösen*

*Und nun der Tod das Feld geräumt  
So weit und breit der Sommer  
träumt,  
Er träumet in dem Mayen,  
Von Blümlein mancherleyen.*

*Die Blume sproßt aus göttlich Wort,  
Und deutet auf viel schönern Ort,  
Wer ists der das gelehret?  
Gott ists, der hats bescheret.*

## Liebe Leser des Blättles!



Nun ist es also in Kraft das PSG II (Pflegestärkungsgesetz Teil II) und es bringt eine Menge Veränderungen mit sich. Die Pflege Landschaft insgesamt wird sich dadurch bereits jetzt und künftig erheblich anders darstellen.

Wir hatten bereits im Vorfeld mit einem großen Beratungsbedarf gerechnet und uns soweit als möglich darauf eingestellt. Ein Jahr lang haben wir uns auf die Reform vorbereitet. Damit lagen und liegen wir voll richtig. Die Pflegekassen sind enorm belastet, ja damit teilweise überlastet, die Änderungen zu vollziehen und auch sie werden von den fragenden Versicherten stark gefordert. Dem versuchen die Kassen nach zu kommen. Eigentlich haben diese auch den gesetzlichen Auftrag der Information und Beratung! Bei uns in der Station kommen täglich viele neue Anfragen und Nachfragen an und wir bemühen uns die Unklarheiten in Ihrem Sinne zu beseitigen und Ihnen zu helfen. Jedoch sind auch unsere Möglichkeiten begrenzt. Hoffentlich lässt der Beratungsbedarf bald wieder etwas nach.

Auch häufen sich ganz konkrete Nachfragen nach ambulanter Pflege. Meist verbunden mit einer ganz knappen Vorlaufzeit. Beispiel: „Mein Angehöriger wird morgen aus dem Krankenhaus entlassen. Wir brauchen umgehend eine pflegerische oder sonstige Versorgung.“ Die Krankenhäuser entlassen oft ohne große Vorwar-

nung. Die Hausärzte sind manchmal noch gar nicht informiert oder beteiligt und wir sollen dann ad hoc eine oft sehr aufwändige Versorgung von jetzt auf nachher sicherstellen. Das möglichst noch zu Wunschterminen,... und kosten soll es sowieso nur wenig. Ein immer schwerer werdendes Unterfangen dies gut organisieren zu können.

Manchmal rufen auch Angehörige von sehr weit weg an, nach dem Motto: „Ihr kümmert Euch ja dann um Alles bei meiner Mutter oder bei meinem Vater“. Hier müssen wir immer öfter auf die Verantwortlichkeiten hinweisen. „So geht das aber nicht! Nicht wir sind für Ihre Angehörigen verantwortlich, sondern Sie!“

Wir helfen gerne und tun unser Mögliches, aber mit dem PSG II ist nun bei vielen Betroffenen der Umfang der Versorgung gestiegen. Auch neue Anspruchsberechtigte kommen zusätzlich hinzu und nun stehen auch wir im Westallgäu vor der Situation, die notwendige Anzahl an Pflegefachkräften nicht mehr zur Verfügung zu haben. In Lindenberg waren wir schon lange innerhalb der Diözese Augsburg der einzige Träger, der noch genügend Pflegefachkräfte anstellen konnte und zur Verfügung hatte. Aber dies scheint nun leider auch bei uns vorbei. Uns hat nun ebenso der Mangel an ausreichenden Pflege(fach)kräften erreicht.



Mit dem PSG wurden gute Reformen in Gang gesetzt. In der Folge steigt die Nachfrage nach Pflege. Jedoch hat anscheinend niemand daran gedacht, dass wir dann auch deshalb noch viel mehr Pflegefachkräfte benötigen werden. Außer Sonntagsreden zur Steigerung der Attraktivität der Pflegeberufe (seit 25 Jahren!) ist politisch leider viel zu wenig passiert. Jetzt hat man den Bedarf erhöht, ohne dafür die Ressourcen zu schaffen! ...Sehr intelligent!

Da wir auch unsere sehr guten Mitarbeiterinnen der Caritas Sozialstation Westallgäu in der Pflege schützen wollen und sie nicht einfach überlasten möchten, bedeutet dies, dass wir nicht mehr alle Aufträge wie gewünscht annehmen und ausführen können. Wir haben aus oben genannten Gründen eine Warteliste für Pflegeanfragen eingeführt. Das wird in Zukunft wohl allen Anbietern von Pflegeleistungen so ergehen. Die Fähigkeit gute Pflege auszuführen ist eben durch die Ressource Personal begrenzt.

Es ist also nicht mehr selbstverständlich, dass alle Anfragen und Wünsche auch von uns noch

bedient werden können. Hier sei auch an das Thema Kurzzeitpflege im Landkreis erinnert. Es sind allerdings nicht nur die personellen Ressourcen, sondern auch die gesamten Rahmenbedingungen plus dem anhängenden bürokratischen Aufwand als Verhinderungsgründe zu nennen. Wäre es einfacher und wirtschaftlich interessanter für Träger von Kurzzeitpflege und anderen Angeboten, ... dann gäbe es genug Anbieter. So einfach ist das! Unsere Politik sollte sich endlich mehr um das Thema Versorgung, Pflege und Leben im Alter kümmern und endlich für Lösungsansätze sorgen und die Themen nicht wie bisher auf die lange Bank schieben. „Wir haben kein Erkenntnisproblem sondern ein erhebliches Vollzugsdefizit!“ Demnächst sind Wahlen und das Thema Pflege rückt hoffentlich mehr in den Vordergrund. Wer für die Pflege kein schlüssiges Konzept hat, sollte nicht unser Favorit bei den anstehenden Wahlen sein. Vom weiteren PSG III mit seinen noch unklaren Auswirkungen vielleicht mehr im nächsten Blättle Nr. 59?

*Bernhard Weh  
Geschäftsführer*

## Frisch auf den Tisch

Aufgrund dreier krankheitsbedingter Ausfälle haben wir unser Team vergrößert. Neu im Einsatz sind für uns Herr Helmut Trautmann und Herr Helmut Steiner.

Unser Team ist von Montag bis Samstag im gesamten Westallgäu unterwegs, um ein warmes leckeres Essen auszuliefern. Für Sonntag bieten wir ein Gericht an, das frisch gekocht und gekühlt am Samstag zugestellt wird. Dieses kann im Backofen oder in der Mikrowelle aufgewärmt werden.

Zur Auswahl stehen täglich wechselnde seniorenrechtliche Menüs mit Gemüse und Salat, sowie zusätzlich einer Suppe oder einem Dessert.

Unsere Kunden erhalten 14-tägig einen Speiseplan, aus dem sie in aller Ruhe ihre Wunschliste

zusammenstellen. Die einzelnen Tage können individuell nach Bedarf ausgewählt werden. Eine Vertragsbindung oder Mindestabnahme gibt es bei uns nicht. Zubereitet werden alle Speisen täglich frisch in Lindenberg von unserem langjährigen Küchenteam Thomas Giray.

Wenn man nur an bestimmten Tagen ein schnelles Mittagessen benötigt oder eine spezielle Kost, können Sie aus einem umfangreichen Tiefkühlkatalog Gerichte auswählen. Unser Tiefkühllieferant bietet eine Vielzahl von Gerichten an, die individuell auf die einzelnen Bedürfnisse eingehen.

Erleichtern Sie sich Ihren Alltag! Wir bieten Ihnen eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und zusätzliche



Herr Helmut Trautmann



Herr Helmut Steiner

Sicherheit durch den täglichen persönlichen Kontakt mit den Essensfahrern.

Unser Team freut sich auf Ihre Anfragen und natürlich auf den Frühling!

Ihre Fragen dazu beantwortet Ihnen gerne Frau Borsche unter Tel. 08381 9209-0

Maria Borsche,  
Kordinatorin  
Essen auf Rädern

## Unser Geschenktipp...!

### Folgender Brief erreichte uns Ende Januar

An`d Sozialstation

Sehr geehrte Essensengel, wie telefonisch besprochen wäre ich Ihnen sehr dankbar wenn Sie meinem Vater im Februar drei Mal pro Woche ein „Essen auf Räder“ zukommen lassen würden, wenn möglich immer Montag`s, Mittwoch und Donnerstag.

Da meine Mutter leider verstorben ist, bemüht sich mein Vater nun seine überschaubaren Kochkünste auf ein angemessenes Niveau zu bringen. Meiner Meinung nach, ist ihm aber mit einem gelieferten Essen mehr geholfen, als sich tagtäglich mit den „Qualen“ des für sich alleine Kochens auseinanderzusetzen. Für die restlichen Tage sorgen wir (seine Familie) für ihn oder er kann sich weiterhin als „Sterne-Koch“ unter Beweis stellen.

Da er diese Woche Geburtstag hat, möchte ich ihm diese Idee gerne auf Probe zukommen lassen. Deshalb bitte ich Sie die Rechnung für die 10 Lieferungen an mich zu senden. Sollte er Geschmack daran finden, wird er entweder mit Ihnen per Telefon oder dem „Engel auf Rädern“ selbst in Kontakt treten.

Bitte liefern Sie ihm immer das Menü 1 mit Suppe und Dessert, egal was es gibt... (der isch it hoikl...!)

Falls es no Froga gid kinnad ihr mi allad a`ruafa.  
Vergelt`s gott und pfia` Gott!



### Osterlamm

#### Zutaten

- 3 Eier
- 80 g Butter
- 80 g Zucker
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 80 g Mehl
- 80 g Speisestärke
- 1 TL Backpulver
- 80 g gemahlene Nüsse
- ½ TL Salz
- etwas Butter und Mehl für die Backform
- 2 Wacholderbeeren für die Augen
- Puderzucker zum Bestäuben



**Zubereitung:** Eier mit der Butter, dem Zucker und dem Vanillezucker schaumig rühren. Mehl, Speisestärke und Backpulver in einer Schüssel mischen und dann zur Schaummasse geben. Nüsse und Salz unterrühren.

Backform gut fetten und mit Mehl bestäuben und mit der Teigmasse bis 2 cm unter den Rand befüllen. Form im vorgeheizten Backofen bei 175° C auf der untersten Schiene 45 Minuten backen.

Backform auskühlen lassen, vorsichtig öffnen und das Osterlamm herauslösen. Nach dem Abkühlen die Wacholderbeeren als Augen platzieren und das Lamm mit Puderzucker bestäuben.

**Tipp:** Dieser Teig eignet sich auch prima für eine Rehrückenform oder eine Kastenform. Dazu schmeckt eine Vanillesahne sehr fein!

## Neues aus dem Pflegedienst

Gestern war Frühlingsanfang, heute schaut's eher nach Schnee aus. Der April mit seinem Überraschungswetter steht uns noch bevor. Ich hoffe, dass wir dieses Jahr wenigstens wetterseitig von Turbulenzen verschont bleiben.

Mit dem 01.01.2017 hat sich in der Pflegeversicherung einiges verändert. Die Vorarbeiten, Information und die Umsetzung hat uns im letzten Jahr sehr beschäftigt. Beim Caritasverband in Augsburg fanden drei, bei unserem Softwareanbieter zwei und bei der AOK eine Veranstaltung über die Umsetzung des Pflegestärkungsgesetzes II statt. Die bisherigen Leistungen (Pflegestufen) wurden in die Pflegegrade überführt. Alle Versicherten, die 2016 in eine Pflegestufe eingestuft waren oder rückwirkend noch eingestuft werden, behalten dann diesen Pflegegrad auf Lebenszeit oder bekommen gegebenenfalls einen höheren Pflegegrad auf Antrag, wenn sich der Zustand verschlechtert. Zurückgestuft kann niemand werden. Falls bei jemand die Pflegebedürftigkeit wegfallen sollte, dann entfällt natürlich auch der Pflegegrad. Falls Sie oder Ihre Angehörigen noch Fragen zum PSG II haben, rufen Sie uns gerne an.

Bisher wurden nur wenige Kunden von uns mit dem neuen Begutachtungsinstrument durch den MDK

begutachtet. Daher haben wir noch keine Erfahrungswerte, die ich Ihnen hier mitteilen könnte. Unsere Mitarbeiterinnen der Fachberatung für Pflege, Frau Susanne Weh und Frau Verena Sinz, sind bestens geschult und begleiten die Begutachtungen des Medizinischen Dienstes der Krankenkassen wie bisher. Wir können ab sofort, wie der MDK auch, auf ein Computersystem zugreifen, das alle Module der Begutachtung einschließt. Eine genaue Vergleichsmöglichkeit mit den Ergebnissen des MDK und unserer Vorbegutachtung ist damit möglich. Bitte nehmen Sie Kontakt mit uns auf, wenn eine Begleitung durch unsere Fachberatung gewünscht wird.

Zum 01.02.2017 haben die Verhandlungen der Leistungsträger mit den Leistungserbringern eine Erhöhung der Leistungsvergütung im SGB XI, also Pflegeversicherungsbeitrag, um 2,5% erbracht. Die letzte Vergütungserhöhung war übrigens im November 2015. Dies hilft uns die Lohnsteigerungen für die Mitarbeiter der letzten Jahre wenigstens zum Teil auszugleichen.

Wie in der Presse schon mehrmals publiziert wurde, sind im Landkreis Lindau Kurzzeitpflegeplätze nur zeitweise verfügbar. Die freien Betten in den Seniorenheimen im Landkreis sind seit langem wegen Wartelisten gleich wieder belegt. Lei-

der wurden bei der ganzen Diskussion die ambulanten Pflegedienste vergessen. Die Patienten werden aus dem Krankenhaus entlassen und können eigentlich noch nicht nach Hause, da sie sich noch nicht selber oder nur mit permanenter Unterstützung zu Hause versorgen können. Leider sind wir momentan in der Situation, dass mit dem Pflegestärkungsgesetz der Umfang an Pflege zugenommen hat, wir aber nicht unbegrenzt Patienten aufnehmen können. Deshalb müssen wir zurzeit auch eine Warteliste für Kunden führen, da unsere Kapazitäten erschöpft sind.

Wir haben zwar, Gott sei Dank, immer noch genügend Pflegepersonal, aber unsere MitarbeiterInnen haben ein bestimmtes Stundensoll, das nicht permanent überschritten werden darf und soll.

Leider weiß ich auch nicht wohin uns der Weg noch führen wird. Aber eines muss allen klar sein, ohne gut ausgebildete Pflegekräfte, ordentliche Entlohnung für die geleistete Arbeit und vor allem ohne junge Menschen, die dem Pflegeberuf wieder positiv gegenüberstehen, wird bald keine Pflege im jetzigen Umfang mehr stattfinden können. Es nützt nichts, wenn der Staat für Pflegeleistungen mehr Geld zur Verfügung stellt, die Fachkräfte, die die Pflege leisten sollen aber nicht vorhanden sind. Ich wünsche Ihnen trotz der düsteren Vorhersagen, die sich hoffentlich nicht bewahrheiten einen schönen Frühlingsanfang.

*Ihr Karlheinz Schemmel,  
Pflegedienstleiter*



## Blick ins Gesicht, Arme heben lassen und Sprache prüfen

### Kennen Sie die Anzeichen eines Schlaganfalls? Und wie verhält man sich im Notfall? Treffen kann es jeden. Der Mediziner Jan Sobesky erklärt die Krankheit.

**Gerade ist der Jazzmusiker Roger Cicero an einem Schlaganfall gestorben – mit nur 45 Jahren. Viele Menschen hat das erschreckt.**

**Herr Sobesky, wie selten ist es, dass junge Menschen einen Schlaganfall erleiden?**

Es ist schon eher ungewöhnlich. Normalerweise ist der Schlaganfall eine Erkrankung des höheren Lebensalters. Nur etwa jeder zehnte ereignet sich bei Menschen unter 50 Jahren. Das sind etwa zehn bis fünfzehntausend Schlaganfälle pro Jahr in Deutschland. Gemessen an allen Fällen ist das also eher eine Minderheit.

**Auch Roger Ciceros Vater starb an einem Schlaganfall. Mit Ende 50. Viele fragen sich, ob die Erkrankung auch vererbbar ist. Wie kommt es, dass manche Menschen einen Schlaganfall erleiden und andere nicht?**

Das ist nicht so leicht zu beantworten. Eine Mehrzahl der Schlaganfälle ist nicht erblich, sondern erworben. Es gibt kein Gen, welches als alleinige Ursache bestimmt werden kann. Allerdings sind die Ursachen eines Schlaganfalls häufig Erkrankungen, die auch erblich bedingt sein können: Etwa Bluthochdruck, Diabetes oder erhöhte Blutfette. Auch seltenere Erkrankungen des Herzens, des Bindegewebes oder der Blutgerinnung können Auslöser sein.

**Was sind die größten Risikofaktoren?**

Grundsätzlich gilt: Je älter man ist, desto höher ist die Wahrscheinlichkeit für einen Schlaganfall. Daran kann man leider nichts ändern. Andere Risikofaktoren lassen sich allerdings durchaus beeinflussen. Gefäßschäden wie Arteriosklerosen werden zum Beispiel im Wesentlichen durch Rauchen, Bluthochdruck und Fettstoffwechselstörungen verursacht. Auch mangelnde Bewegung, Übergewicht und schlechte Ernährung sind Risikofaktoren, die sich ändern lassen. Unter jüngeren Patienten wer-

den zusätzlich andere und seltenere Schlaganfallursachen gesucht, beispielsweise Herzkrankheiten oder Gefäßverletzungen, Gerinnungsstörungen und Thrombosen. Ein wichtiger Risikofaktor bei jungen Frauen: Die Kombination von Pille, Rauchen und Bewegungsmangel. Das kann das Risiko erhöhen. Auch Menschen, die Drogen nehmen, sind gefährdet. Besonders kokainhaltige Substanzen können starke Gefäßschädigungen verursachen, die einen Schlaganfall auslösen können.

**Kann man einem Schlaganfall vorbeugen?**

Zumindest lässt sich das Risiko senken. Hier gelten allgemeine Dinge, die auch Herz- und Kreislauferkrankungen vorbeugen: Eine gesunde Lebensweise mit ausreichend Bewegung und ausgewogener Ernährung und der regelmäßige Check beim Hausarzt. Es kann wichtig sein, seinen Blutdruck und das eigene Cholesterinprofil zu kennen. Wer von einer Herzerkrankung weiß, für den können genauere Untersuchungen in diesem Bereich sinnvoll sein. Gibt es in der Familie bereits eine Vorgeschichte von Angehörigen mit einer Blutgerinnungsstörung, sind auch das wichtige Anhaltspunkte. Eine absolute Prävention gegen den Schlaganfall gibt es aber leider nicht.

**Wenn es tatsächlich so weit kommt: Woran erkennt man einen Schlaganfall?**

Die häufigsten Anzeichen sind Lähmungserscheinungen, Gefühls-, Seh- oder Sprachstörungen. Etwas schwerer als Vorboten eines Schlaganfalls zu erkennen sind zum Beispiel Schwindel oder Benommenheitszustände jeder Art. Ganz selten kann auch plötzliche Bewusstlosigkeit ein Anzeichen sein.

Schnell lassen sich Symptome so erkennen: Blick ins Gesicht des Betroffenen, ihn auffordern, die Arme zu heben und ihn sprechen lassen. Diese Faustregel kann man sich mit dem englischen Wort FAST, für

schnell, merken: Das F steht für Face und meint Asymmetrien im Gesicht eines Betroffenen zu erkennen, einen hängenden Mundwinkel beispielsweise. Das A steht für Arm, der Betroffene kann seine Arme nicht mehr heben und das S steht für Speech, denn auch die Sprachfähigkeit kann eingeschränkt sein. Die Worte sind undeutlich oder nicht sinnvoll. Das T bedeutet Time und heißt schlicht: Keine Zeit verlieren. Sofort 112 wählen und ins Krankenhaus. Die Anzeichen sind meist einseitig. Außerdem treten nicht immer alle auf, je nachdem welcher Teil des Hirns betroffen ist. Ein Schlaganfall kommt plötzlich und fast immer schmerzlos. Anders als der Herzinfarkt, den man direkt spürt. Viele Betroffene denken sich daher zunächst: Ich warte erst mal, einmal ausschlafen und dann ist alles wieder gut. Das ist fatal, denn ein Schlaganfall sollte sofort im Krankenhaus behandelt werden.

**Von Roger Cicero heißt es, er hatte einen Hirninfarkt. Manche sprachen auch von einer Hirnblutung oder einem Hirnschlag. Meinen die Begriffe alle dasselbe?**

Nein. Das geht immer wieder durcheinander. Eigentlich verstecken sich hinter dem Schlaganfall zwei Erkrankungen. Das eine ist der Hirninfarkt, auch unblutiger Schlaganfall genannt. Das andere ist die Hirnblutung. Der blutige Schlaganfall. Ein Hirnschlag ist eher ein Begriff für einen Schlaganfall generell. Etwa achtzig Prozent der Schlaganfälle sind Hirninfarkte. Dabei kommt es zu einer Verstopfung der Gefäße und das umliegende Nervengewebe stirbt ab. Bei der Hirnblutung hingegen reißt ein Gefäß auf und es blutet ins Hirn hinein. Es entsteht eine Art Bluterguss im Kopf.

**Wie gut lassen sich Hirninfarkte und Hirnblutungen überhaupt behandeln?**

Wird ein Hirninfarkt innerhalb von etwa viereinhalb Stunden behandelt, ist es oft möglich

das Gerinnsel, das den Schlaganfall verursacht, mithilfe eines Medikaments zu lösen, man nennt das Lyse-Therapie. Durch das Medikament wird das Blut stark verdünnt.

Zusätzlich können große Gerinnsel auch mithilfe eines Katheters entfernt werden. Dieser wird über die Leiste eingeführt und zieht das Gerinnsel heraus. Auch das muss innerhalb der ersten Stunden passieren. Es gilt: time is brain. Mit jeder Minute, die ohne Behandlung verstreicht, sterben dauerhaft Nervenzellen ab.

Direkte Operationen am Kopf kommen seltener vor und nur dann, wenn eine Druckerhöhung im Kopf entsteht. Ein Neurochirurg muss dann den Druck aufs Hirn verringern oder den Bluterguss entfernen, der beispielsweise durch eine Hirnblutung entstehen kann. Die Behandlung von Hirnblutungen ist insgesamt deutlich schwieriger als die von Infarkten.

**Welche Folgen können nach einem Schlaganfall zurückbleiben?**

Die Bandbreite ist sehr groß. Manche Patienten zeigen nach der Rehabilitation überhaupt keine Beschwerden, andere leiden unter motorischen Einschränkungen. Das kann ein leichtes Hinken sein bis hin zur halbseitigen Lähmung. Andere wiederum haben Störungen der Konzentration und Leistungsfähigkeit, der Merkfähigkeit oder der Stimmung. Es gibt alle Ausprägungen.

Nimmt man alle Schlaganfälle zusammen, lässt sich grob sagen, dass etwa ein Drittel der Patienten gar keine oder nur geringe Schäden davonträgt, ein Drittel leidet unter schweren Behinderungen und ein Drittel der Betroffenen bleibt hochgradig behindert und pflegebedürftig oder verstirbt.

Letzteres betrifft eher ältere Patienten, die schon viele Vorerkrankungen haben. Jüngere Patienten können sich in der Regel von kleineren Schlaganfällen gut erholen, bei manchen bleiben keine neurologischen Schäden zurück.

Aus „Der Westallgäuer“ vom 01.12.2016

# Die Sozialstation führt den „Alltagsbegleiter“ ein

Soziales Westallgäuer Einrichtung erwartet wegen neuen Gesetzes eine steigende Nachfrage nach häuslicher Pflege

VON PETER MITTERMEIER

Lindenberg/Westallgäu Vielen pflegebedürftigen Menschen stehen Änderungen ins Haus. Zum 1. Januar tritt das Pflegestärkungsgesetz II in Kraft. Bernhard Weh, Geschäftsführer der Caritas-Sozialstation Westallgäu, erwartet von den neuen Bestimmungen nicht zuletzt „Verbesserungen für den Kunden“. Die Sozialstation stellt sich deshalb auf eine steigende Nachfrage ein und sie führt – zunächst nur in Lindenberg – ein neues Angebot ein: den Alltagsbetreuer.

Das Pflegesystem steht 20 Jahre nach seinem Start vor einem Umbruch. Bisher gibt es drei Pflegestufen; fünf Pflegegrade lösen sie ab. Wichtig: Für die Einstufung zählen nicht mehr nur körperliche Einschränkungen, sondern auch die Abhängigkeit von Helfern im Alltag. Davon profitieren vor allem Kranke, die körperlich fit sind, aber bei täglichen Dingen wie Zähneputzen, Anziehen oder Waschen Hilfe brauchen.

Verbunden ist die Änderung oft mit einer Erhöhung der Leistungen. Ein Beispiel: Wer bisher in Pflegestufe eins eingestuft war und zudem eine eingeschränkte Alltagskompetenz hatte – etwa wegen einer beginnenden Demenz – hatte Anspruch

## Änderungen bei den Pflegesachleistungen

Pflegestufen	Alt	Pflegegrad	Neu	Steigerung
		1	125 €	100 %
0	231 €	2	689 €	198 %
1	468 €	2	689 €	47 %
1+	689 €	3	1.298 €	88 %
2	1.144 €	3	1.298 €	13 %
2+	1.298 €	4	1.612 €	24 %
3	1.612 €	4	1.612 €	0 %
3+	1.612 €	5	1.995 €	24 %
Härfefall	1.995 €	5	1.995 €	0 %

QUELLE: CARITASVERBAND FÜR DIE DIÖZESE

WA INFOPRAXIS: MII

auf 689 Euro Pflegesachleistung im Monat. Ab Januar werden es 1298 Euro sein. 45 Minuten Grundpflege und 45 Minuten hauswirtschaftliche Tätigkeiten werden dafür veranschlagt.

Ziel des Gesetzes ist es nicht zuletzt, die Betreuung von Demenzkranken zu verbessern. Karlheinz Schemmel, Pflegedienstleister der Sozialstation, spricht von einem „erheblichen zeitlichen und pflegerischen Aufwand“, der in vielen solchen Fällen nötig ist. Dem sei bisher nicht genügend Rechnung getragen worden.

### Umstufung erfolgt automatisch

Wichtig für die Betroffenen, die bereits eine Pflegestufe haben: Die Umstufung läuft automatisch. Und

die Betroffenen haben Bestandschutz. Heißt: Wer jetzt automatisch einen Pflegegrad erhält, kann zwar später hoch, aber nicht zu rückgestuft werden, selbst wenn sich sein Zustand verbessern sollte, erklärt Weh. Die Pflegedienste profitieren im Übrigen nicht vom Gesetz: Die Vergütungen werden nicht angehoben.

Noch etwas Neues bringt die Reform: Alle Menschen, die zu Hause gepflegt werden, haben Anspruch auf 125 Euro „Entlastungsgeld“ im Monat. Das soll pflegende Angehörige entlasten oder Pflegebedürftigen Hilfen im Alltag ermöglichen. Eigens dafür bildet die Sozialstation „Alltagsbegleiter“ aus – Menschen, die anderen dabei helfen, ihren Haushalt zu versorgen oder sie zum Arzt be-

## Die Sozialstation – Bestnoten vom Medizinischen Dienst

● Die Caritas-Sozialstation Westallgäu mit Sitz in Lindenberg betreut im Bereich der häuslichen Pflege etwa 200 Menschen. Sie ist im ganzen Westallgäu tätig.

● Die Sozialstation gehört zu den ersten ambulanten Pflegediensten, die der Medizinische Dienst der Krankenkassen (MDK) nach neuen Richtlini-

en überprüft hat. Das schließt auch die Abrechnung mit ein.

● Als Gesamtnote erhielt die Sozialstation zum dritten Mal in Folge eine 1,0. Das gleiche Ergebnis erbrachte eine Befragung der Kunden.

● Der MDK hat die Versorgung von elf Kunden überprüft, zudem neun Kunden befragt. (pem)

gleiten. Die Caritas schult die neuen Mitarbeiter 40 Stunden lang in Hauswirtschaft und Pflege. Vergütet werden sie auf Stundenbasis.

Die Sozialstation will den Alltagsbegleiter zunächst nur in Lindenberg anbieten. Weh kann sich aber vorstellen, die Hilfe in „zwei, drei Jahren“ flächendeckend im Westallgäu einzuführen. Für den Aufbau des Bereiches hat die Sozialstation eine Hauswirtschaftsmeisterin eingestellt.

Aufgrund des neuen Gesetzes rechnet die Lindener Sozialstation mit einem „erhöhten Beratungsbedarf“ und einer „steigenden Nachfrage“ (Weh) nach Pflegeleistungen. Wobei die mittlerweile an personelle Grenzen stößt. Es gibt Regionen in Bayern, in denen die

Caritas keine neuen Aufträge mehr annimmt, weil sie nicht genügend Mitarbeiter hat. Das ist im Westallgäu noch nicht der Fall. Bei sehr kurzfristigen Anfragen kann es aber sein, dass auch die Sozialstation passen muss. „Wenn jemand mittags anruft und sagt er braucht morgen jemanden, der die Grundpflege übernimmt, kann es vielleicht sein, dass das erst um 10 Uhr möglich ist“, sagt Schemmel.

Auf den Personalmangel reagieren viele Anbieter, indem sie verstärken Hilfskräfte einstellen. Das ist bei der Sozialstation noch nicht der Fall. Sie beschäftigt nach eigenen Angaben 94 bis 95 Prozent ausgebildete Fachkräfte, bundesweit ein Spitzenwert. Weh spricht von einer „glücklichen Ausnahmesituation“.

## Neues Angebot „Alltagshilfe - was ist das?“

„Wir haben es nett miteinander! Ich freue mich jede Woche auf den Besuchstag, denn da kommt für zwei Stunden meine Gesellschafterin von der Sozialstation.“, sagt Frau K. Die „Gesellschafterin“ ist Alltagshelferin, die zur Entlastung der pflegenden Angehörigen oder einfach als Gesellschaft für daheim lebende Senioren kommt.

Die Alltagshelfer kommen nach Hause und betreuen ganz individuell nach den jeweiligen Bedürfnissen der zu betreuenden Personen und beschäftigen/erledigen mit ihnen anfallende Aufgaben und Wünsche.

„Außer „Mensch ärgere dich nicht“ spielen, spazieren gehen und hoshutube haben wir schon zusammen meinen Klei-

derschrank aussortiert. Daran hatte ich mich alleine nicht mehr gewagt. Jetzt ist es eine Wohltat ihn zu öffnen.“

Alltagshelfer sind da

- für bedürfnisgerechte Beschäftigung und Unterstützung im Alltag, beim Hobby, Spaß und Spiel.
- um beim Spazierengehen, Arztbesuch, Friseur, zum Besuch bei Verwandten und Einkaufen zu begleiten.
- auch kleine hauswirtschaftliche Handgriffe zu erledigen

Ehepartner und Angehörige, die täglich Pflegen und immer da sein müssen, können sich so ein paar Stunden „Auszeit-Freizeit-Freiraum“ nehmen, ohne

schlechtes Gewissen, Hektik und weitere Kosten zu haben. Denn die Alltagshilfe wird durch das neue Pflegestärkungsgesetz im § 45b „Unterstützungsleistungen im Bereich Betreuung“ finanziert.

Jede Person, die in einen Pflegegrad eingestuft ist, kann dieses Angebot nutzen.

Unsere Alltagshelfer sind geschult und kompetent. Auch können unsere Alltagshelfer von ihren Senioren noch was lernen, wenn diese z. B. Sechsendsechzig und Schafkopf spielen möchten und sie es den Alltagshelfern beibringen. Zudem haben die Senioren einen großen Schatz an Lebenserfahrungen, Geschichten und Weishei-

ten oder auch nur simple Haushaltstipps, die es wert sind, erzählt und gehört zu werden.

### Wie bekommen auch Sie eine Alltagshilfe?

Melden Sie sich bei uns! Im Erstgespräch stelle ich einige Fragen über die zu betreuende Person, wie z. B. Vorlieben, Gewohnheiten, frühere Hobbies, Beruf, etc., um dadurch die geeignete Alltagshilfe zu finden, denn „die Chemie“ zwischen den Beiden muss stimmen, damit sich der Betreute auch wohl fühlt.

Ich freue mich auf ihren Anruf unter der Nummer 08381-9209-11

Lucia Giray,  
Koordinatorin  
Alltagshilfen

## Grüß Gott

Mein Name ist Lucia Giray, ich bin...

- 51 Jahre alt
- verheiratet und Mutter zweier Töchter (18 und 21 Jahre alt)
- gelernte Hauswirtschaftsmeisterin

Meine Berufs- und Lebenserfahrungen durfte ich unter anderem als...

- Betriebsshelferin im Maschinering Lindau
- Hauswirtschafterin im Privathaushalt
- Hausdame der Argental Kliniken I u. II in Isny
- Verkäuferin im Sanitätshandel

- Einsatzleitung des Familienpflegewerkes für den Landkreis Lindau
- und als Rezeptionsmitarbeiterin bei der Firma Liebherr sammeln.

Zu meinen Hobbies zählen das Imkern, Nordic Walking und Singen im FAGO- Chor.

Meine ehrenamtlichen Tätigkeiten im Pfarrgemeinderat Lindenberg und im Pastoralrat Pfänderrücken mitzuwirken, sehe ich zwischenzeitlich auch als Hobby.

Dies ist manchmal doch recht zeitintensiv - aber das gehört zu meiner Lebensphilosophie.

„Wenn viele kleine Leute an vielen kleinen Orten viele kleine Dinge tun, können sie das Gesicht der Welt verändern.“ sagt ein afrikanisches Sprichwort.

...und genau das passt zu meiner neuen Arbeit als Einsatzleitung Alltagshilfen hier in der Sozialstation. Seit Januar dieses Jahres darf ich das neue Angebot der Alltagshilfen aufbauen, gestalten und koordinieren.



Mit MitarbeiterInnen in fast jeder Gemeinde im oberen Landkreis, versuchen wir die pflegenden Angehörigen zu entlasten und ein wenig Abwechslung und Freude zu den Senioren nach Hause zu bringen.

*Lucia Giray*

## Haushaltsdienst

### Wer arbeitet im Haushaltsdienst?

Leider mussten es bereits einige unserer Kunden persönlich erfahren. Es wird immer schwieriger MitarbeiterInnen für den Haushaltsdienst zu finden, besonders in ländlichen Gegenden, mit langen Anfahrtswegen.

Der Gesetzgeber hat jetzt bessere Rahmenbedingungen zur Unterstützung der pflegenden Angehörigen geschaffen. Für uns aber ist es problematisch, die MitarbeiterInnen zur Umsetzung zu finden. Wirklich schade! Eine unbefriedigende Situation für die Kunden und für uns.

Wir bemühen uns, durch Plakate, Mundpropaganda und Anzeigen MitarbeiterInnen zu werben, um möglichst vielen unserer Kunden die notwendige Entlastung zukommen zu lassen.

Eine große Bitte habe ich an alle Kunden:

Wenn Sie eine Nachbarin, Freundin oder Bekannte haben, die gerne die Sozialstation unterstützen möchte und selber noch rüstig und belastbar ist, geben Sie ihr unsere Telefonnummer weiter. Wir suchen immer wieder Mitarbeiter als Haushaltshilfen und Alltagshelfer gegen Aufwandsentschädigung oder im Minijob.

Helfen Sie uns, damit wir helfen können!

#### Wir suchen:

Rüstige Rentner/innen  
Helfende Hausfrauen  
Mutige Mamas  
Ordnungsliebende  
Omas  
Und viele, viele mehr....

Vielleicht kennen Sie ja so jemanden!

*Brigitte Hille,  
Kordinatorin  
Haushaltsdienst*

#### *Verblühter Löwenzahn*

Wunderbar  
stand er da im Silberhaar.

Aber eine Dame,  
Annette war ihr Name,  
machte ihre Backen dick,  
machte ihre Lippen spitz,  
blies einmal, blies mit Macht,  
blies ihm fort die ganze Pracht.

Und er blieb am Platze  
zurück mit einer Glatze.



## Jahresessen der Caritas Sozialstation Westallgäu

### Ehrung langjähriger Mitarbeiterinnen

In seinem kurzen Rückblick beim gemeinsamen Jahresessen der MitarbeiterInnen der Sozialstation betonte Geschäftsführer Bernhard Weh, wie arbeitsintensiv das zurückliegende Jahr 2016 für die MitarbeiterInnen der Sozialstation war. So wurden beispielsweise im Pflegedienst 39.000 und im Haushaltsdienst rund 8.700 Arbeitsstunden erbracht. Auch alle weiteren Dienstleistungen und Angebote wurden mit sehr hohem Einsatz geleistet und verzeichneten deutliche Zuwächse. Hier hob Bernhard Weh die Schulbegleitung hervor, die sich von anfangs 2013 mit drei bis vier Kindern zu einem Bereich entwickelt hat, in dem mittlerweile pro Schuljahr fast 20 Kinder im gesamten Westallgäu durch unsere Schulbegleitungen betreut werden.

Weh betonte auch, dass das Jahr 2016 geprägt war von den Vorbereitungen auf die großen Veränderungen, die im Bereich des am 1. Januar 2017 in Kraft getretenen Pflegeergänzungsgesetzes II erforderlich waren. Das Wichtigste aber, so Bernhard Weh, sei nach wie vor, dass die Sozialstation ihre Leistungen verlässlich und mit hoher Qualität an die Bevölkerung im gesamten Westallgäu bringt. Er bedankte sich bei allen, für den gemeinsamen Einsatz, täglich, wenn es sein muss rund um



*von links nach rechts: die geehrten Mitarbeiterinnen mit der 1. Vorsitzenden Claudia Rudolph, Hildegard Jungblut, Karin Weber, Anja Fessler (alle 10 Jahre), Sylvia Stöckeler, Daniela Höss (20 Jahre), Martha Hueber-Munir (25 Jahre), Geschäftsführer Bernhard Weh, Manuela Ohneseit (20 Jahre).*

die Uhr, seit bald vierzig Jahren und brachte auch zum Ausdruck, wie stolz er auf die Beständigkeit und Verlässlichkeit der Angebote sei. Seine Dankesworte galten weiterhin dem Vorstandsteam hinter der anwesenden 1. Vorsitzenden Claudia Rudolph und den Beiräten, die mit Geschäftsführer Weh zusammen die Rahmenbedingungen für die erfolgreiche Arbeit der Sozialstation Westallgäu festlegen und kontinuierlich anpassen.

Mit großem Stolz nahmen Bernhard Weh und Claudia Rudolph im Anschluss die Ehrungen langjähriger Mitarbeiterinnen vor. Weh betonte dabei, wie schön es sei, zu sehen, dass die Sozialstation für die Mitarbeiterinnen ein angenehmer und zuverlässiger

Arbeitgeber sei. Gerade in Zeiten des Fachkräftemangels könne man dies nicht genug betonen.

Für 25 Jahre Dienst in der Pflege wurde Frau Martha Hueber-Munir, für 20 Jahre wurden Frau Daniela Höss und Frau Silvia Stöckeler, ebenfalls aus dem Bereich der Pflege, ausgezeichnet.

Für 20 Jahre immer zuverlässige und korrekte Buchhaltung, Abrechnung und Finanzen wurde Frau Manuela Ohneseit geehrt.

Ihre 10-jährigen Dienstjubiläen feierten darüber hinaus im Bereich Pflege Frau Anja Fessler und Frau Karin Weber, die zusätzlich auch im Haushaltsdienst einer Patientin mitwirkt sowie Frau Hildegard Jungblut als Fahrerin im Bereich des Essens auf Rädern.

Abschließend gab Geschäftsführer Weh seinen ausgegebenen Leitsatz für das Jahr 2017 bekannt:

„Mit Hoffnung und Gelassenheit die anstehenden Aufgaben angehen!“. Er betonte dabei, dass nicht alles im Voraus komplett zu planen und zu bestimmen sei, man brauche auch ein gesundes Maß an Hoffnung, dass die angedachten Dinge gut gelingen mögen. Weh erinnerte dabei auch an die den Allgäuern nachgesagte Stärke: „In der Ruah zu bleiben“.

Abgerundet wurde der Abend mit einem hervorragenden Essen, in gemütlicher Atmosphäre.

*Ulrike Brög-Kurzemann*

## 25 Jahre im Dienst der Sozialstation – Martha Hueber-Munir feiert Jubiläum

Im Anschluss an die Ehrungen führte Geschäftsführer Bernhard Weh mit der Mitarbeiterin Martha Hueber-Munir ein kleines Interview über ihre Arbeit und die Anfänge in der Sozialstation, an dem wir Sie, verehrte Leser, gerne teilhaben lassen.

### Erinnern Sie sich noch an Ihren ersten Tag bei uns in der Sozialstation?

Ja, das war am 2. Januar 1991 und da ich für eine Kollegin, die in Mutterschutz ging, eingestellt wurde, hat mich unser damaliger Chef, Sepp Fink eingearbeitet. Nach der Arbeit im Krankenhaus fand ich es sehr schön, mich so intensiv um die einzelnen Patienten kümmern zu können. Meine Sorge am ersten Tag war nur, ob ich die Patienten und Häuser, wenn ich allein unterwegs bin, auch alle wieder finden werde.

### Waren da noch Ordensschwwestern im Team?

In Lindenberg arbeitete noch eine Ordensfrau.

### Hat sich die Pflege bei den Kunden/ Patienten sehr verändert? Wie?

Ja, schon. Am Anfang meiner Arbeit auf der Sozialstation kam man zu einem Patienten und hat erst mal geschaut, wo Hilfe benötigt wurde. Da gehörte dann schon auch mal dazu, dass zuerst die Hühner gefüttert werden mussten, Schnee geschauelt oder Feuer gemacht werden musste, bevor die eigentliche Pflege begonnen werden

konnte. Heute wird bereits im Vorfeld mit den Patienten geklärt, welche Leistungen sie benötigen und diese werden dann auch erbracht. Die Dokumentation hat sich natürlich auch grundlegend verändert und ist wesentlich mehr geworden.

### Hat die häusliche Pflege aus Ihrer Sicht Zukunft?

Sicher. Jeder möchte doch so lange wie möglich im eigenen Zuhause sein, über sich selbst bestimmen und sein Leben so gestalten, wie er/sie selber es möchte.

### Warum sind Sie der ambulanten Pflege schon solange so treu?

Ich finde es immer noch schön, in der Sozialstation zu arbeiten. Ich habe immer noch die Zeit zur Verfügung, die ich für eine gute Pflege brauche. Der persönliche Kontakt über viele Jahre zu den Patienten, die unterschiedlichen Lebensformen kennen zu lernen, viele schöne Gespräche und neben den verschiedenen Krankheitsgeschichten oft auch ganz viel Freude erfahren und Lachen zu können, hält mich in der ambulanten Pflege.

### Was war Ihr kuriosestes Erlebnis während Ihrer Einsatzjahre?

Oh je, da gibt es ganz viele. Einmal bat mich eine Patientin aus ihrem Brunnen einen Eimer mit frischem Quellwasser zum Herrn Pfarrer zu bringen, weil der hat ja leider gar kein so gutes und frisches Wasser. An das Gesicht der Pfarrersköchin erinnere ich mich heute noch. Einmal meinte eine Frau, in der Küche liegt an toter Ratz, „den soll man zerschneiden, bevor man waschen kann!“. Und einmal hab ich an Weihnachten eine Frau 9 mal umgezogen, bis sie sich schön fand. Sie bekam fast nie Besuch und an Weihnachten hatte sich eine Nichte angemeldet.

### Wollten Sie schon mal aufhören in der Pflege zu arbeiten?

Nein.

### Wie lange möchten sie noch in der Pflege arbeiten?

So lange ich körperlich dazu in der Lage bin.



### Wie sieht da Ihre persönliche Planung aus?

Im Moment macht mir meine Arbeit immer noch viel Freude und so lange das so bleibt, sehe ich keinen Grund, daran etwas zu ändern.

### Was würden Sie sich für Ihre Arbeit wünschen, wenn sie einen Wunsch frei hätten?

Ich würde mir wünschen, dass sich wieder mehr junge Menschen für diese Arbeit interessieren würden und Spaß und Freude am Umgang und an der Pflege mit alten oder kranken Menschen hätten.



## Tango tanzen kann jeder!

Das Jahresprogramm der OBA für 2017 liegt nun aus. Neben den monatlich stattfindenden Halbtages- und Tagesveranstaltungen bietet die OBA dieses Jahr sowohl eine Städtereise nach Köln, als auch einen Herbsturlaub in Südtirol an. Gerne senden wir Ihnen das Programm zu.

Seit Januar trifft sich in der Sozialstation Lindenberg eine Gruppe junger Menschen mit Behinderung, um die Kunst des argentinischen Tangos zu erlernen. „Jeder und jede kann Tango erlernen und tanzen!“, sagen Dieter Wolff und Angela Wiesmüller, beide sehr erfahrene Tango-Tänzer, die den Tango-Workshop leiten.

Beim Tango geht es um Gehen, Bewegung und Musik. Musikalische und spielerische Elemente machen sehr viel Spaß und nebenbei lernen alle die Grundlagen, wie Grundschrift, Tanzhaltung



oder wie man sich als Tanguera und Tanguero bei einer Milonga, dem Tango-Tanzabend verhält. Eine schicke Kleidung gehört zum Tango tanzen natürlich auch dazu.

Inspiriert wurde Dieter Wolff, Menschen mit Behinderung einen Tango-Workshop anzubieten in Bregenz 2016 beim „Tango en Punta“. Das inklusive Tangofestival „Tango en Punta“ vereint als Fest der Begegnung Profi - Tango - Tänzer, TangoliebhaberInnen und Menschen mit Behinderung aus den unterschiedlichsten Altersgruppen

und Gesellschaftsschichten. Das Festival findet in Uruguay und Bregenz und somit auf zwei Kontinenten statt. Sämtliche Inklusionsangebote des Festivals (Workshops und inklusive Mi-



lona) sind kostenlos und stehen allen Interessenten offen. Ziel von Dieter Wolff und Angela Wiesmüller ist es, mit den TeilnehmerInnen des Lindenerger Tango-Workshops in Bregenz bei der inklusiven Milonga im September 2017 teilzunehmen.

Bis dahin wünschen wir allen viel Spaß und Freude.  
„...und Pose...!“

*Christa Bader*  
*Offene Behindertenarbeit*  
*08381 – 9209-15*

## Termine OBA

**SO 23.04.2017**

*Fahrt zur Therme, Bad Waldsee*

**SA 29.04.2017**

*Fahrt nach Memmingen mit Stadtführung*

**SO 07.05.2017**

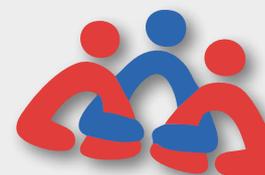
*Aktionstag für Barrierefreiheit, mit der OBA auf dem Huttig in Lindenberg*

**MO 12.06.2017 – FR 16.06.2017**

*Städtereise nach Köln*

**SO 22.07.2017**

*Sommerausflug der OBA und der Gruppe*



# Schulbegleitung

Schulbegleiter unterstützen Schüler mit Beeinträchtigung oder Behinderung durch individuelle Begleitung und Assistenz während des Schulbesuches und ermöglichen:

- die Teilnahme am Unterricht und am Schulleben
- den Besuch derjenigen Schule, die den Fähigkeiten
- und der Begabung des Schülers entsprechen
- einen wohnortnahen Schulbesuch
- gemeinsames Lernen und Teilhabe an der Gemeinschaft mit Gleichaltrigen



## Unser Angebot:

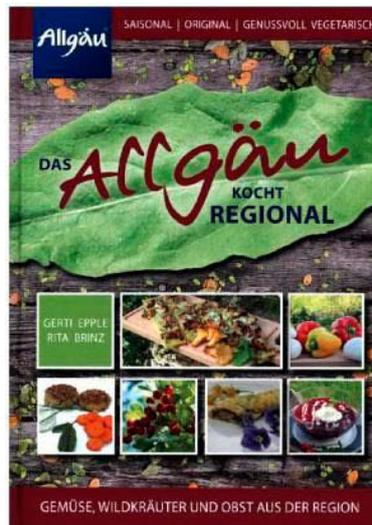
Wir unterstützen Eltern und Schulen in Form von Information und Beratung.

Wir helfen bei der Antragstellung für Schulbegleitung.

Wir vermitteln Ihnen geeignete und qualifizierte Schulbegleiterinnen und Schulbegleiter.

## Ihre Absprechpartnerin:

Jessica Jehle 08381-920924,  
Mo + Di + Mi 7.30 – 12.30 Uhr  
jehle@sozialstation-westallgaeu.de



## Unser Buchtipp

### Das Allgäu kocht regional

*Kochen mit Lebensmitteln, die aus der eigenen Region kommen: Das verbindet mit der eigenen Heimat und lehrt uns, sie und die dort wachsenden Früchte wertzuschätzen.*

*Die beiden Autorinnen zeigen mit diesem Kochbuch auf, dass man mit heimischem Gemüse, Wildkräutern, heimischen Beeren und Obst sinnlich-genussvolle Speisen zubereiten kann.*

*Kennen Sie Mairübchen, Guten Heinrich oder Sanddorn? Einfache Gerichte für Anfänger bis hin zur Gourmetküche: In diesem Buch finden Sie - nach Jahreszeiten unterteilt - Rezepte für Tage, an denen Fleisch kein Thema ist.*

*Gerti Epple, Fachlehrerin und Allgäuer Wildkräuterfrau und Fachlehrerin Rita Brinz möchten Sie anregen, öfters regional, saisonal und genussvoll vegetarisch zu kochen.*

*Die Einteilung der Rezepte nach Jahreszeiten und „Pflanzen-Steckbriefe“ helfen Ihnen dabei.*

*ISBN 978-3-95551-0084, 208 Seiten, Format 17,9 x 24,6, vierfarbig*

*Quelle: Bauer-Verlag GmbH*

## Der Knopf schläft daheim

Der Winter ist vergangen  
Kennen Sie dieses alte  
Volkslied?

Auch beim Hausnotruf ist zu spüren, dass der Winter vorbei ist. Nicht nur, da unsere Mitarbeiter leichter zu abgelegenen Orten fahren auch mir macht das Arbeiten bei Sonnenschein und wärmeren Temperaturen mehr Spaß. Unsere Kunden werden nun mobiler und gehen spazieren, zum Einkaufen oder zu einem Kaffeekränzchen zu Freunden. Doch was mache ich in einem solchen Fall mit meinem Notrufknopf? Mitnehmen oder zuhause lassen? Bitte immer mitnehmen! Je seltener der Knopf abgelegt wird, desto seltener wird vergessen, ihn wieder anzulegen.

Wenn sie nicht länger als einige Stunden außer Haus sind, wird auch kein Alarm ausgelöst.

Wenn sie jedoch ins Krankenhaus oder zu einem mehrtägigen Besuch zu ihren Kinder fahren, lassen Sie den „Knopf“ daheim.

Eine gute Regel ist:  
„Der Knopf schläft daheim!“

Wenn sie also über Nacht nicht zuhause sind - Notruf zuhause lassen.

Gehen sie aber nur tagsüber aus, nehmen sie ihn mit. Dann können Sie auch nicht vergessen, das wichtige Stück wieder anzulegen.

Der Spruch „der Knopf schläft daheim“ kommt übrigens von einer Kundin, die meine ausschweifenden Erklärungsversuche so kurz und bündig zusammenfasste. Manchmal ist weniger einfach mehr!

Ich wünsche Ihnen schöne Frühlingstage und viel Freude an der erwachenden Natur.

*Brigitte Hille,  
Koordinatorin  
Hausnotruf*



## Lebenslinien

*Willst du sprechen über mich und die  
Meinen - So gehe nach Haus betrachte dich  
und die Deinen - Findest du dort weder Fehler  
noch Gebrechen - Dann komme wieder - Und es  
steht dir frei, über mich und die Meinen zu sprechen.*

Eine unserer Kundinnen hat diesen selbst geschriebenen Text so in ihrem Hausgang hängen.

Aus ihrer Lebenserfahrung heraus bedeutet ihr dieser Gedanke, den sie gerne mit anderen teilt, sehr viel.



## Die Geschichte vom Eintopf

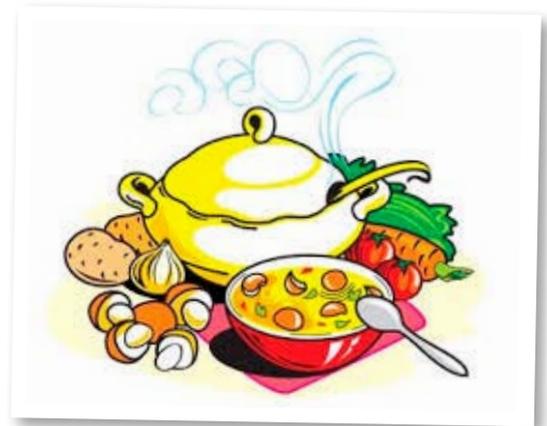
Schon seit Tagen freute sich Dora auf diesen Einkaufsbummel. Ihre schmale Rente erlaubte ihr nur selten so ein aufregendes Abenteuer. Heute ging es um ein Geschenk für ihren kleinen Enkel. Natürlich sollten auch noch ein paar Kleinigkeiten für sie selbst dabei abfallen. Die bekam sie im Kaufhaus in der Innenstadt wesentlich günstiger als in den Läden des Vororts, wo sie lebte.

Als sie das Kaufhaus betrat, fiel ihr gleich das große Pappschild des hauseigenen Restaurants ins Auge: ‚Heute Erbsensuppe mit Bockwurst‘. Sofort packte sie ein wahnsinniger Heißhunger und je länger sich Dora im Kaufhaus aufhielt, umso hungriger wurde sie. Sie erinnerte sich nicht mehr, wann sie das letzte Mal Erbsensuppe gegessen hatte. So ein Eintopf schmeckte doch umso besser, je größer der Topf war und je mehr Leute davon essen wollten. Dora zählte ihr Geld. Sie nickte zufrieden. Es gab keinen Grund, auf diesen Genuss zu verzichten. Dora stellte sich auf die Rolltreppe und ließ sich hinauf bis unter das Dach befördern. Gleich als sie das Restaurant betrat, stieg ihr der köstliche Duft in die Nase.

Es warteten schon etliche Menschen geduldig an der Ausgabe. Denn hier musste man sich sein Essen selbst holen und auch gleich bezahlen. Dora stellte sich also brav an das Ende der Schlange. Sie trug ihre Terrine mit der Suppe zu einem freien Tisch. Ihre große Einkaufstasche stellte sie neben den Stuhl auf den Boden. Als sie sich setzen wollte, bemerkte sie, dass das Besteck fehlte. Sie eilte wieder zur Ausgabe, um das Vergessene zu holen. Ungeduldig und sehr hungrig lief sie den Weg zurück an ihren Tisch...

Ihr Atem stockte, sie wollte Ihren Augen nicht trauen. An ihrem Tisch saß ein junger Mann und löffelte ihre Erbsensuppe. Sie musste zugeben, er sah nett aus und trug einen eleganten Anzug. Nur - der junge Mann war ein Farbiger. Sie starrte auf seine Hände und in sein Gesicht. Er sah auf und lächelte sie freundlich an. Seine Zähne blitzten besonders weiß in dem dunklen Gesicht.

Er machte eine einladende Handbewegung. Sie ließ sich auf den Stuhl an seiner Seite fallen. Völlig hilflos blickte sie in die Terrine. Der verlockende Duft betäubte jeden anderen klaren Gedanken. Der fremde junge Mann lächelte noch immer. Sie überwand sich, tauchte den Löffel in die Suppe und begann zu essen.



Da saßen diese so verschiedenen Menschen friedlich nebeneinander und aßen einträchtig aus einer Terrine. Hin und wieder sahen sie auf und lächelten sich an wie alte Freunde.

Zuletzt teilten sie auch noch die Bockwurst. Jeder bekam genau die Hälfte.

Als nur noch der blanke Boden der Terrine zu sehen war, erhob sich der fremde junge Mann mit der dunklen Haut und ging. Er lächelte wieder und winkte ihr von der Tür aus noch einmal zu... Dora fühlte sich auf eine besondere Art glücklich. Sie begriff, wie viel Freude es bereiten konnte, sein Essen mit einem anderen Menschen zu teilen.

Sie wollte jetzt auch gehen. Sie bückte sich und griff unter dem Tisch nach ihrer Tasche. Doch die Tasche stand nicht mehr an ihrem Platz. Vor Schreck vergaß Dora fast das Atmen. Jemand hatte ihre Tasche gestohlen, die Einkäufe, ihr Geld und ihre Schlüssel.

Nein - der junge Farbige kam nicht in Frage. Sie sah ihn noch von der Tür aus winken. Er trug nichts in seinen Händen.

Was sollte sie bloß tun? Zur Polizei gehen? Hier dem Geschäftsführer den Diebstahl melden? Verzweifelt irrten ihre Blicke durch das Lokal. Alle Gäste saßen ruhig an ihren Tischen und aßen oder warteten geduldig an der Ausgabe. Niemand sah aus wie ein Dieb. Schließlich erfassten ihre Augen auch den Nachbartisch.

Das war doch nicht möglich! Dort unter dem Tisch lag ihre große Einkaufstasche.

Sie erhob sich langsam und ging mit zitternden Knien hinüber. Sie musste sich festhalten. Denn auf dem Tisch stand noch unberührt ihre Terrine mit Erbsensuppe.

*Verfasser unbekannt*



## Herzlich Willkommen

### im Café Schulstube Grünenbach und im Café Lichtblick Lindenberg

#### Förder- und Betreuungsgruppe für Menschen mit einge- schränkter Alltags- kompetenz.

Der Nachmittag beginnt mit Gesprächen bei Kaffee und Kuchen. Im Anschluss gestalten wir unter der Anleitung einer Pflegekraft und zwei Helferinnen einen schönen Nachmittag. Mit Singen, Rätselraten, Sitzgymnastik oder anderen kleinen kreativen Angeboten werden die vorhandenen Fähigkeiten der erkrankten Gäste individuell gefördert. Das Wohlbefinden steht an erster Stelle. Dieses Angebot soll den Alltag und die damit verbundenen Herausforderungen für die Erkrankten und ihre Angehörigen erleichtern.

Viele Senioren werden liebevoll von ihren Angehörigen versorgt, manche Senioren leben aber allein. Das Café Schulstube möchte den Senioren einen geselligen Nachmittag in heimeliger Umgebung bieten und so einer drohenden Vereinsamung entgegenwirken. Gleichzeitig sollen die Angehörigen in der Versorgung ihres Kranken entlastet werden. Für sie kann es wichtig sein, einmal in der Woche einen freien Nachmittag zu haben und dadurch wieder Kraft für den Alltag zu tanken. Die Kosten für Betreuung und Verpflegung können von der Pflegekasse übernommen werden. Es ist möglich, einen Schnuppernachmittag zu besuchen, bei dem auch die Angehörigen herzlich eingeladen sind.



### Café Lichtblick Lindenberg

Dieses Angebot gibt es jeden Montag von 14-17 Uhr in der Sozialstation, Hirschstraße 13 in Lindenberg.

Anfragen und nähere Informationen erhalten Sie bei:

Irmgard Wehle-Woll,  
(08381/920916), Fach-  
stelle für pflegende An-  
gehörige, Lindenberg

### Café Schulstube Grünenbach

Dieses Angebot gibt es jeden Dienstag von 14-17 Uhr in der gemütlichen ehemaligen Schulstube der umgebauten Alten Schule in Grünenbach.

Anfragen und nähere Informationen erhalten Sie bei:

Irmgard Wehle-Woll,  
(08381/920916), Fach-  
stelle für pflegende An-  
gehörige, Lindenberg  
Marie-Luise Anten-Ditt-  
mar (08383/9292446),  
Seniorenbeauftragte Ge-  
meinde Grünenbach

**Das Café Schulstube konnte im vergangenen Juni bereits sein 2-jähriges Bestehen feiern. Gemeinsam wurde mit den Gästen angestoßen um dieses Jubiläum hochleben zu lassen. Dieser besondere Anlass hat uns zu folgendem Gedicht inspiriert:**

*Heit isch gonz was b'sundres bei is los,  
deas dunt mir gschpiere,  
's Café Schulstub' hot heit Geburtstag,  
drum dunt mir deas fiere!*

*Kaffeegeruch liegt in der Luft,  
heit mit am gonz b'sundre Duft!  
It z'glaube, dass mir scho zwoi Jahr zeame sind,  
verruckt, wie'd Zit vergoht so gschwind!  
Viel hond mir in deane Jahr gemeinsam gmacht,  
baschtelt, gsunge, Geschichte verzölt und gonz viel  
glacht!*

*Jede Woch' gibt's ebbs Neies zum berichte,  
wenn ma des olls aufschriebe tät,  
werde mir gar it fertig mit dem Gedichtle!  
Longwielig isch uns niena gsi,  
denn uns follt immer ebbas !*

*Jetzt lond mir d'Gläser klinge,  
und dunt a Prosit uf uns singe!  
d' Feier goht nun richtig los,  
nur oins, des wünsche mir uns bloß,  
dass mir fiere kennen des nägschte Fescht,  
mit uns und viele neie Gäscht!*

**Susann Mahler**

Zahlreiche Zuschriften mit dem richtigen Lösungswort „Weihnachtsmarkt“ waren vor Weihnachten bei uns eingegangen. Am 22. Dezember luden wir die junge Glücksfee Anna ein, um den Gewinner des weihnachtlichen Blumenstraußes auszulosen.

Am darauf folgenden 23. Dezember war es soweit. Der Gewinner, unser Tagespflegegast Herr Heinz Pasternak wurde von der 1. Vorsitzenden Frau Claudia Rudolph und der Blättle Redakteurin Frau Ulrike Brög-Kurzemann überrascht.



In vorweihnachtlicher Runde wurde ihm der Gewinn überreicht. Herr Pasternak war sehr erfreut über den Blumenstrauß, und äußerte dass dieser nun sein Wohnzimmer in festliche Stimmung bringen würde, nach dem er und seine Gattin schon ein paar Jahre keinen Christbaum mehr hätten.

Darüber hinaus stellte sich im Gespräch heraus, dass der Gewinner Herr Pasternak den Blumenstrauß doppelt verdient hatte, da er zu unseren längsten Tagespflegegästen zählte und fast 20 Jahre dort unser Gast war.

**Wir danken allen Einsendern und wünschen Ihnen und unserem Gewinner Herrn Pasternak alles Gute.**

*Ulrike Brög-Kurzemann*



begleitet wohnen – sicher daheim

**„begleitet wohnen – sicher daheim“**

**Sie möchten gerne so lange wie möglich in Ihrem eigenen Zuhause bleiben, wünschen sich aber mehr Sicherheit und einen netten Menschen der regelmäßig nach Ihnen schaut? Dann könnte das untenstehende Angebot für sie interessant sein.**



- wöchentlicher Besuch einer Vertrauensperson
- Hilfe bei Krankenhausaufenthalt
- Treffen zur Kontaktpflege, Geselligkeit und Information
- Kompetente Beratung bei Hausbesuchen
- 24-stündige Erreichbarkeit in Notfällen
- Unterstützung bei weiterem Hilfebedarf

**Gerne informieren wir Sie über die Sicherheitspakete, die es Ihnen ermöglichen weiterhin in Ihrem eigenen Zuhause bleiben zu können.**

Ihre Ansprechpartnerin:  
 Frau Monika Klein-Castor 08381 / 920 9-22, Mo, Mi, Fr. 8:00 – 12:00 Uhr  
[klein-castor@sozialstation-westallgaeu.de](mailto:klein-castor@sozialstation-westallgaeu.de)

## Regelmäßige Pflegekurse – 618 Teilnehmer bereits geschult

Im März startete ein neuer Kurs für Angehörige von kranken, alten, behinderten, verwirrten Menschen. Seit Einführung der Pflegeversicherung 1995 veranstaltet die Sozialstation in Zusammenarbeit mit den Pflegekassen regelmäßige Kurse. Der Teilnehmerkreis besteht immer aus bereits pflegenden Angehörigen, die konkrete Fragen und Beispiele mitbringen, als auch aus Interessierten, die sich vorbereitend mit der Vorstellung zu pflegen, auseinandersetzen wollen.

Die Kursinhalte haben zum Ziel, Wissen zu vermitteln, Information und Hilfestellung zu geben, für

die erforderliche Selbstpflege der Pflegenden zu sensibilisieren, regionale Hilfsangebote vorzustellen und Pflegetechniken zu üben. Inhaltliche Schwerpunkte sind:

die Gestaltung des Pflegeumfeldes, das rücken-schonende Arbeiten, die Beobachtung des hilfebedürftigen Menschen, die Körperpflege, die Ernährung bei Krankheit oder im Alter, der Umgang mit Grenzerfahrungen, das Abschiednehmen, rechtliche Grundlagen, die Leistungen der Pflegeversicherung, spezielle Krankheitsbilder wie z. B. Demenz und vieles mehr. Bestätigt wird von allen Teilnehmern nach



Abschluss des Kurses, dass sie für sich und die häusliche Pflegearbeit einen deutlichen Gewinn erfahren haben, zumal die Kurse von den Pflegekassen unentgeltlich angeboten werden.

Immer wieder werden aus ehemaligen Kursteilnehmern Mitglieder unserer Angehörigengruppen in

Lindenberg, Weiler oder Opfenbach. Neue Kurstermine sind aus der Presse zu entnehmen oder im Büro der Sozialstation zu erfragen. Gerne merken wir Sie auch unverbindlich vor, um Sie gezielt auf einen neuen Kurs aufmerksam zu machen.

*Ulrike Brög-Kurzemann*

### Häuslicher Pflegekurs Schwerpunkt Alzheimer/Demenz

**Veranstalter:** Caritas Sozialstation Westallgäu

**Termine:** ab Mittwoch, 26. April 2017

**Ort:** in der Caritas Sozialstation Westallgäu, Lindenberg, Hirschstraße 13 im Fachzentrum Demenz, 2. Stock

**Kursdauer:** jeweils Mittwoch 17:00 bis 21:00 Uhr, 5 Abende

**Kursleitung:** Irmgard Wehle-Woll, Heilpädagogin, Fachstelle für pflegende Angehörige

**Lerninhalte:**

- Wissenswertes/Grundlagen über die Alzheimer Krankheit
- Ursachen, Verlauf, Symptome von dementiellen Erkrankungen
- Behandlungsmöglichkeiten
- Umgang mit Erkrankten in der häuslichen Umgebung
- Rechtliche Fragen
- Leistungen der Pflegeversicherung
- Pflegerische Hilfen
- Entlastungsangebote für pflegende Angehörige

**Kursgebühr:** 80,- € je Teilnehmer.

Wird von den Pflegekassen erstattet.

**Anmeldung:** bis 21. April 2017, Caritas Sozialstation WA

**Ansprechpartner:** Frau Borsche, Tel.: 08381 9209-0

### Jahresmitgliederversammlung

Donnerstag 18.05.2017 – 19:30 Uhr,  
Lindenberg

### LIFA – Lindenberger Frühjahrsausstellung

**Besuchen Sie unseren Stand!**

Samstag und Sonntag 13./14.05.2017  
10:00 Uhr – 18:00 Uhr

### Vorschau

Pflegekurs Hilfe für Pflegenden 29.09.2017  
in Lindenberg



## Angehörigenbegleitung

### Lindenberg (Hirschstraße 13)

DI 04.04.2017 – 14:00 UHR  
„Die Vorsorgemappe“ -  
Wichtiges regeln in guten  
Tagen

*Die letzte Lebensphase*  
Abfahrt: 14:00 Uhr  
Sozialstation, Hirschstr. 13

DI 13.06.2017 – 14:00 UHR  
Gesprächsrunde /  
Thema noch offen

### Opfenbach (St. Anna-Haus)

DI 04.04.2017 – 19:30 UHR  
„Du musst dich kümmern,  
es sind doch deine Eltern“  
– von Alltagshilfen, Pflege-  
reform, Vollmachten...

MO 08.05.2017 – 14:00 UHR  
*würdevoll begleiten – Besichtigung Hospiz in Lindau*  
Abfahrt 14:00 Uhr  
St. Anna Haus

MO 12.06.2017 – 14:00 UHR  
Thema noch offen

### Weiler (Pfarrstube)

MO 03.04.2017 – 20:00 UHR  
„Die Vorsorgemappe“ – alle  
Dokumente auf einen Blick

Abfahrt 13:45  
Pfarrstube

MO 19.06.2017 – 20:00 UHR  
„Machen Sie Urlaub im  
Kopf“ – Kleine Auszeiten  
im Alltag - Gesprächs- und  
Informationsabend

MO 10.07.2017 – 14:00 UHR  
*Sommerfest in Eglofs/Ochs am Berg – Bunter Nachmittag für Pflegenden und ihre Angehörigen. Treffpunkt nach Absprache. Bitte anmelden!*

**AUGUST - SOMMERPAUSE**

## Basteltipp „Hört die Vögel singen...“



### Arbeitsschritte

Schneiden Sie aus einem Eierkarton eine Spitze mit Vertiefung heraus. Aus Tonpapier wird der Schnabel ausgeschnitten und vorne angeklebt. Ebenfalls den Kamm ausschneiden. Mit dem Messer einen kleinen Schnitt in die Spitze des Eierkartons ritzen und

den Kamm hineinstecken. Viele große bunte Federn als Schwanz ankleben. Mit einem schwarzen Filzstift die Augen anmalen. Ein gekochtes oder ausgeblasenes, bemaltes Ei hineinstecken.

## Impressum

**'s Blättle** ist die Zeitschrift der Sozialstation Westallgäu

**Herausgeber:** Caritas Sozialstation Westallgäu

**V. i. S. d. P.:** Bernhard Weh, Hirschstraße 13, 88161 Lindenberg.

**Redaktion:** Ulrike Brög-Kurzemann, Jessica Jehle

**Satz:** Hans-Peter Rapp

### Über Spenden freuen wir uns immer

Mit Ihrer Spende unterstützen Sie nichtfinanzierte Dienste zum Wohle unserer Patienten und Kunden, zum Beispiel:

- unentgeltliche Leistungen in der häuslichen Pflege
- Angehörigenarbeit
- offene Behindertenarbeit
- Seniorenberatung
- Sozialfonds für Bedürftige

### Unsere Spendenkonten

Caritas Sozialstation Westallgäu e.V.  
Volksbank Lindenberg,  
BIC GENODEF1LIA  
IBAN DE 60 7336 9826 0000 1441 00  
oder  
Sozialstation Westallgäu gGmbH  
Volksbank Lindenberg,  
BIC GENODEF1LIA  
IBAN DE 51 7336 9826 0000 1000 30



## Sozialstation Westallgäu

*Mein Pflege-Partner  
Mit Herz und Sachverstand*

**Caritas Sozialstation Westallgäu,  
Hirschstraße 13, 88161 Lindenberg**

Tel. 0 83 81 / 92 09-0

Fax. 0 83 81 / 92 09-19

[www.sozialstation-westallgaeu.de](http://www.sozialstation-westallgaeu.de)

[info@sozialstation-westallgaeu.de](mailto:info@sozialstation-westallgaeu.de)

## Fachbereiche und Verwaltung

### Geschäftsführung

Tel. 0 83 81 / 92 09-14



Hr. Weh

### Ambulanter Pflegedienst Fachberatung für Pflege

Mo – Fr 08:00 – 12:00 und 14:00 – 17:00 Uhr,

Tel. 0 83 81 / 92 09 - 13 / - 21

### Pflegenotruf

Tel. 0171 / 8 12 12 48 (rund um die Uhr)



Hr. Schemmel Fr. Gerlach

Fr. Schneider Fr. Limbach

### Hausnotruf Haushalts- und Alltagshilfen

Mo/Di/Do/Fr Mo./Di.  
08:00 – 12:30 Uhr, 12:00-17:00 Uhr,  
Mi 12:00 – 16:30 Uhr Mi. 08.00-13:00 Uhr  
Tel. 0 83 81 / 92 09-11



Fr. Hille

Fr. Giray

### Essen auf Rädern, Empfang, Telefonzentrale

Mo – Fr 08:00 – 11:00 Uhr,

13:00 – 16:45 Uhr

Tel. 0 83 81 / 92 09-0



Fr. Borsche

### Fachstelle für pflegende Angehörige Fachzentrum Demenz

Mo – Fr 08:00 – 12:00 und

nach tel. Vereinbarung,

Tel. 0 83 81 / 92 09-16



Fr. Wehle-Woll

### „begleitet wohnen – sicher daheim“

Mo / Mi / Fr

08:00 – 12:00 Uhr,

Tel. 0 83 81 / 92 09-22



Fr. Klein-Castor

### Offene Behindertenarbeit

Mo – Fr 08:00 – 12:00 Uhr,

Mi 14:00 – 19:00 Uhr

und nach tel. Vereinbarung,

Tel. 0 83 81 / 92 09-15



Fr. Bader

### Schulbegleitung

Mo/Di/Mi 07:30 – 12:30 Uhr,

Tel.: 0 83 81 / 92 09-24



Fr. Jehle

### Fachberatung für Pflege

nach tel. Vereinbarung,

Tel. 0 83 81 / 92 09-13/-21



Fr. Brög-Kurzemann,  
Fr. Koros, Fr. Weh, Fr. Sinz

### Abrechnung

Mo – Fr 08:00 – 14:00 Uhr,

Tel. 0 83 81 / 92 09-12



Fr. Ohneseit Fr. Wolff