



Liebe Leserin, lieber Leser,

zu uns kommen täglich Menschen, die viele Fragen zur Pflege auf dem Herzen haben. Ihnen zuzuhören und sie kompetent zu beraten – das ist unser Ziel. Wir setzen dazu Mitarbeitende ein, die in den angesprochenen Themen zu Hause sind. Unsere Pflege-Beraterinnen verfügen über Detailwissen zur Pflege und zu den Regelungen der Pflegeversicherung. Was besonders pflegende Angehörige sehr schätzen: Unsere Beraterinnen können auch auf komplizierte Fragen, die sich aus einer individuellen Lage ergeben, die richtige Antwort geben. Das gilt sowohl für die Beratungsbesuche im Pflegehaushalt als auch für die Beratungsgespräche in der Sozialstation.

- Ärztliche Verordnungen?
- Zuschüsse der Pflegekassen?
- Wohnungsanpassung?
- Kurzzeitpflege?
- Wundversorgung?

Was es auch sei:

Sprechen Sie uns an!

Ihre

**Petra Conrad** **Susanne Stüber**  
Pflegedienstleiterin Geschäftsführerin



© Foto: Monkey Business, shutterstock.com

## VERTRAULICH UND KOMPETENT

## Unsere Pflegeberatung für Sie

**Pflege- und hilfebedürftige Menschen haben Anspruch darauf, sich beraten zu lassen. Die Pflegeberatung ist gesetzlich geregelt und wird von den Pflegekassen und Sozialhilfeträgern bezahlt.**

Unsere Pflegeberaterinnen informieren über Hilfsmittel, Entlastungsmöglichkeiten, Antragstellung und vieles mehr. Vor allem diese Beratungen leistet unsere Sozialstation:

**BERATUNGSBESUCH ZU HAUSE I:** Wer in einen Pflegegrad eingestuft ist und sich dafür entschieden hat, Pflegegeld zu beziehen, ist verpflichtet, eine Pflegeberatung in Anspruch zu neh-

men – je nach Pflegegrad viertel- oder halbjährlich. Das Gesprächsergebnis wird von uns dokumentiert und an die Pflegekasse geschickt.

**BERATUNGSBESUCH ZU HAUSE II:** Wer in einen Pflegegrad eingestuft ist und sich für die Pflegesachleistung durch unsere Sozialstation entschieden hat, kann sich jährlich ein- bis zweimal beraten lassen. Wir setzen in unseren Beratungen alles daran, den pflegebedürftigen Kunden und auch seine Angehörigen über alle vorhandenen Möglichkeiten zu informieren, ihnen Entlastungswege in der häuslichen Pflege, Betreuung und Versorgung aufzuzeigen und gemeinsam den finanziellen Rahmen zu klären. Wir beraten daher umfassend und zu vielfältigen Themen. Dazu macht sich unsere Beraterin zunächst ein Bild von der aktuellen Situation im Pflegehaushalt. Im gemeinsamen Gespräch sucht sie nach passgenauen Lösungen: Pflegeleistungen, häusliche Betreuung, Betreuungsgruppen, Tagespflege, Gesprächskreise, Angebote für Menschen mit Demenz etc. Im Verlauf des Gesprächs wird ein am Bedarf orientierter Kostenplan erstellt und geklärt, welche Leistungen in welcher Höhe von der Pflegekasse übernommen werden. Die Inhalte des Beratungsgesprächs werden dokumentiert und der Pflegekasse übergeben. |



© Foto: tibannay, fotolia.com

*Pflege, Betreuung und Beratung gehören bei uns zusammen.*

## Wer trägt die Kosten für ein Beratungsgespräch?

- Wenn Sie in einen Pflegegrad eingestuft sind, übernimmt Ihre Pflegekasse nach Erhalt eines Nachweisprotokolls die Kosten für das Beratungsgespräch.
- Wenn Sie privat versichert und beihilfeberechtigt sind, können Sie unsere Rechnung zur Rückerstattung an ihre Versicherung/ Beihilfe schicken.
- Wenn Sie pflegebedürftig, aber in keinen Pflegegrad eingestuft sind, müssen wir Ihnen die Kosten für unsere Beratung in Rechnung stellen. Sobald wir nach Ihrer telefonischer Anfrage wissen, worum es geht, können wir Ihnen sagen, welche Kosten auf Sie zukommen.

## Wir stellen uns vor

### Birgit Chriske | Pflegeberaterin



Mein Weg hat mich von Niedersachsen, wo ich aufgewachsen bin und meine Ausbildung zur Gesundheits- und Krankenschwester gemacht habe, 2011 zusammen mit meinem Mann ins Glottertal geführt. Zunächst war ich für die Evangelische Sozialstation in Freiburg tätig und habe dort auch die Fortbildung zur Beraterin im Gesundheitswesen absolviert. Seit

Oktober 2017 bin ich hier in der Sozialstation in Denzlingen mitverantwortlich für die Pflegeberatung und Organisation von Pflegesituationen rund um den Haushalt. Seit fast einem Vierteljahrhundert arbeite ich in der Diakonie und konnte so beobachten, dass Beratung in der häuslichen Pflege immer wichtiger wird. Ich freue mich daher auf die neue Herausforderung und auf die gemeinsame Arbeit in unseren Gemeinden. |

**AUTOFAHREN IM ALTER: OFT SORGEN SICH DIE ANGEHÖRIGEN**



© Foto: JPC-PROD, shutterstock.com

## 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?**



„**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

### Autofahren im hohen Alter – ein heikles Thema.

ungewöhnlich, bereits als junge Frau gemacht, und 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 statis-

tisch 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 Patienten 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 BEIFAHRENER-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 Fahrer-in 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: © photocrew, 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, einen pas-

#### Bei Angehörigen fährt oft die Sorge mit.

senden 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 Selbstverständnisses. 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, unbekannte Strecken öffentliche Verkehrsmittel nutzt. Es ist auch gut, sich

Ersatzangebote zu überlegen, wenn es zum Beispiel um Fragen geht, wie denn zukünftig ohne Auto eingekauft

#### Fahrtüchtigkeit ist nicht nur vom Alter abhängig.

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 ver-

handelt, 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  
© GEPLFEGT ZU HAUSE,  
GRIESHABER Redaktion + Medien, Bonn

Eine gute Sache:  
Fahrtrainings  
nutzen!



# Kirchliche Sozialstationen gestalten mit



Wenn die Kommunen jetzt darangehen, die sozialen Lebensräume in den Gemeinden attraktiver zu machen, eröffnen sich Chancen, das Zusammenleben der Generationen und das Leben im Alter neu zu organisieren. Um dem steigenden Bedarf an Pflege und Unterstützung gerecht zu werden, arbeiten Kirchliche Sozialstationen seit jeher eng mit den Kommunen zusammen.



Im Alter so wichtig: Lebensqualität im Alltag und gesellschaftliche Teilhabe.

**DIE VON UNSERER LANDESREGIERUNG** angestoßene „Quartiersentwicklung 2020“ soll den sozialen Lebensraum in Baden-Württemberg stärken. Für die Menschen in Stadtvierteln und Dörfern, in Gemeinden und Nachbarschaften bedeutet das: mehr Lebensqualität im Alltag und mehr gesellschaftliche Teilhabe. Um solchen Zielen näher zu kommen, engagieren wir uns als Kirchliche Sozialstationen bereits seit Jahrzehnten. Wir sehen uns daher, wenn es um die Quartiersentwicklung geht, als ideale Partner der Kommunen. Das zeichnet uns aus: Wir bieten seit jeher gemeinwesenorientierte Pflegearrangements. Wir beteiligen Bürgerinnen und Bürger an vielen

gemeindlichen Aufgaben. Wir kooperieren eng mit den örtlichen Nachbarschaftshilfen. Und durch den flächendeckenden Aufbau von Betreuungsgruppen haben wir bereits in den vergangenen Jahren den Grundstein für eine gelingende Quartiersentwicklung gelegt. Viele Sozialstationen engagieren sich heute schon gemeinsam mit den Kommunen für Tagespflegen und bürgergestützte oder sogar vollständig selbstverantwortete Pflegegemeinschaften. Beide Angebote, Tagespflegen wie Wohngemeinschaften, tragen auch entscheidend dazu bei, dass selbst schwer pflegebedürftige Menschen auf Dauer zu Hause betreut werden können.

## GEMEINSAM GESTALTEN

Das Programm des Landes Baden-Württemberg „Quartiersentwicklung 2020“ begleitet und unterstützt Kommunen bei der Etablierung und dem Ausbau von Quartieren vor Ort. Es geht vor allem darum, den Herausforderungen des demografischen Wandels zu begegnen, was in der Praxis nicht zuletzt darauf hinausläuft, tragfähige Strukturen für Pflege und Unterstützung im Alltag zu schaffen. Die Kirchlichen Sozialstationen können das heute schon. Von den Pfarr- und Kirchengemeinden in den 1970er-Jahren gegründet, ist jede Sozialstation seitdem jeweils für das Gemeinwesen in einem klar umrissenen Gebiet zuständig. Zusammen haben die gemeinnützigen Sozialstationen in den vergangenen Jahrzehnten in enger Kooperation mit den Kirchengemeinden und den Kommunen eine tragfähige, flächendeckende und qualitativ hochwertige

40 Jahren ausbauen, eine besonders wichtige Rolle.

## GEMEINSAM VERANTWORTEN

Uns, den Kirchlichen Sozialstationen, ist es ein Anliegen, die Altenhilfestrukturen in den jeweiligen Pfarr- und Kirchengemeinden und Kommunen dem örtlichen Bedarf und den Wünschen entsprechend auszubauen und zu begleiten. Das ist ein klares Bekenntnis zur Subsidiarität. Der zunehmende Fachkräftemangel macht es darüber hinaus notwendig, die pflegerische Grundversorgung gemeinsam mit vielen Akteuren vor Ort weiterzuentwickeln – als Pflege in geteilter Verantwortung. Unser Ziel: Menschen zusichern zu können, dass sie in ihrem Quartier in Würde alt werden und bis zu ihrem Lebensende bleiben können. |

## IMPRESSUM

### HERAUSGEBER

Kirchliche Sozialstation Nördlicher Breisgau e.V.,  
Bötzingen/Gundelfingen  
Telefon 07663 8969-200

Kirchliche Sozialstation Kaiserstuhl-Tuniberg e.V.,  
Breisach • Telefon 07667 90588-0

Kirchliche Sozialstation Elz/Glotter e.V.,  
Denzingen • Telefon 07666 900980

Kirchliche Sozialstation Stephanus e.V.,  
Teningen • Telefon 07641 96269821

Sozialstation Markgräflerland e.V.,  
Müllheim • Telefon 07631 17770

Sozialstation Mittlerer Breisgau gGmbH,  
Ehrenkirchen • Telefon 07633 95330

Ökumenische Sozialstation St. Franziskus  
unterer Breisgau e.V.,  
Herbolzheim • Telefon 07643 933698-0

Sozialstation Südlicher Breisgau e.V.,  
Bad Krozingen • Telefon 07633 12219

Auflage 10.100 Exemplare

**Konzept, Redaktion,  
Produktionsmanagement:**

GRIESHABER Redaktion + Medien, Bonn  
Grafik: ImageDesign, Köln



© www.gaymann.de sowie aus dem Buch Wellness, erschienen bei Mosaik/Goldmann.