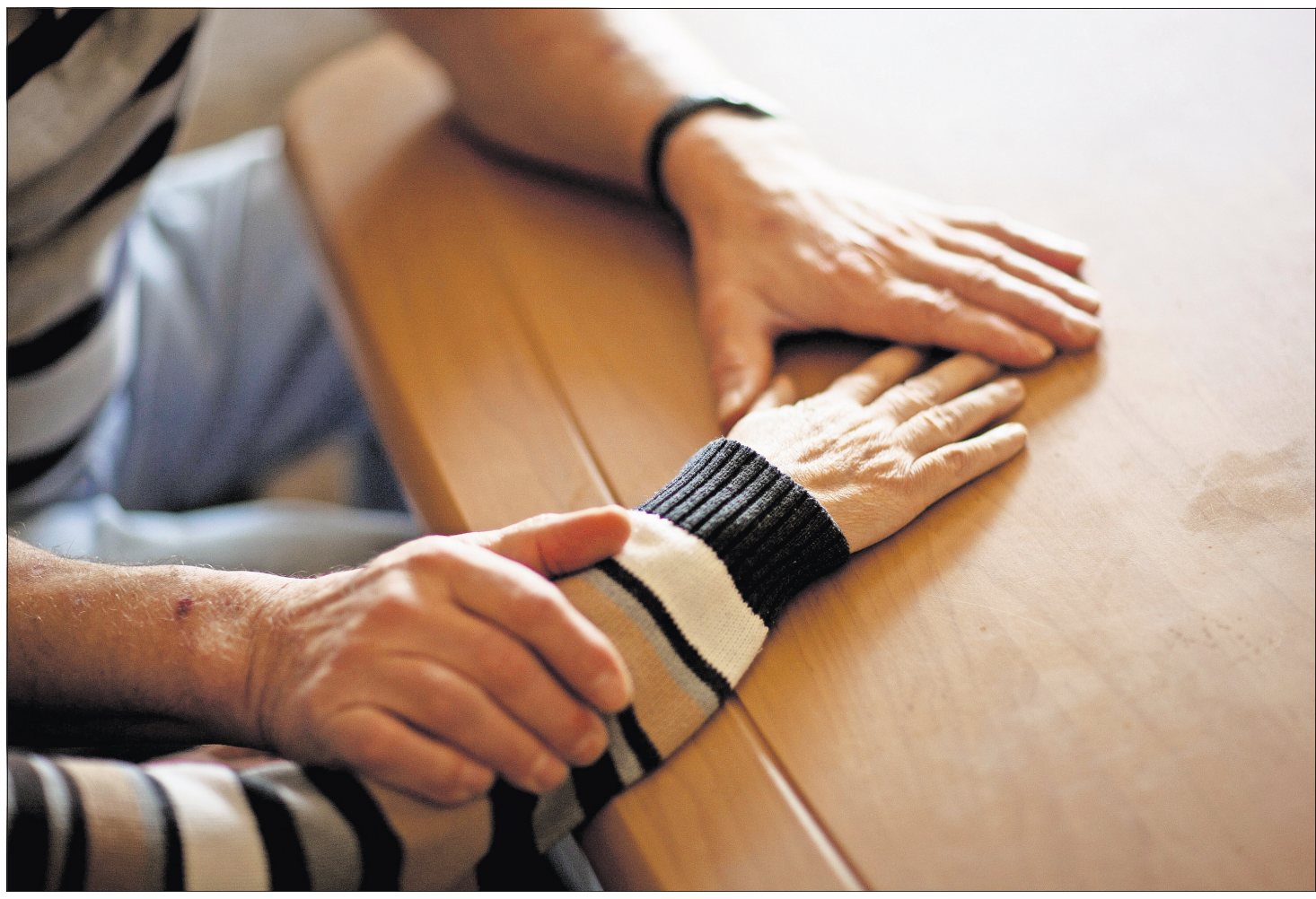
Krafttankstelle für pflegende Angehörige

Haus der Familie in Sindelfingen bietet in Kooperation mit der Ökumenischen Sozialstation Gesprächskreise an

Drei Viertel der pflegebedürftigen Menschen in Deutschland werden zu Hause versorgt. Diese Aufgabe ist mit großen Belastungen für diejenigen verbunden, die sie erfüllen. In den Gesprächskreisen für pflegende Angehörige, die das Haus der Familie und die Ökumenische Sozialstation eingerichtet haben, können sie Kraft für den Alltag tanken.

Von Werner Held



Pflege kann Familien näher zusammenführen. Aber sie kann für die pflegenden Angehörigen auch so stressig werden, dass sie selbst krank zu werden drohen. Dem sollen „Offene Gesprächskreise“ entgegenwirken, denn: „Nur wer für sich selbst sorgt, kann auch Sorge für andere tragen“ Foto: Archiv

SINDELFINGEN. „Die Familie ist der größte Pflegedienst in Deutschland“, sagt Rolf Schneider, der Geschäftsführer der Ökumenischen Sozialstation Sindelfingen. Die Gesundheits- und Entspannungspädagogin Margit Wagner malt die Situation aus: 2,6 der 3,4 Millionen Menschen, die pflegebedürftig sind, leben zu Hause und werden von Ehefrauen, Ehemännern, Töchtern, Schwiegertöchtern, Söhnen oder anderen Angehörigen versorgt. Diese sind oft berufstätig und haben Kinder, die noch in ihrem Haushalt leben. Familie, Beruf und Pflege unter einen Hut zu bringen, treibt die Betroffenen an die Belastungsgrenze.

„Die meisten Familien holen sich viel zu spät Hilfe, wenn das Kind schon in den Brunnen gefallen ist.“

Thomas Jaskolka
Pflegedienstleiter

Doch auch ohne diese Dreifachbelastung kann die Pflege eines Angehörigen in Stress ausarten. Der Alltag wird ganz auf den Menschen zugeschnitten, der auf Hilfe angewiesen ist. Die Pflegenden haben kaum mehr Freizeit, vernachlässigen ihre sozialen Kontakte, lösen nicht selten Konflikte in der Familie aus. Die Versorgung des pflegebedürftigen Vaters oder der Mutter kann zur Zerreißprobe für eine Familie werden. Die ständige Alarmbereitschaft kann ungeduldig oder sogar wütend machen. Das wiederum führt nicht selten zu Schuldgefühlen. Ein Drittel der Pflegenden vermisst zudem Zeichen der Dankbarkeit vonseiten der zu pflegenden Person. Manche pflegenden Angehörigen verausgaben sich im Lauf der Jahre so sehr, dass sie Gefahr laufen, selbst krank zu werden. Depressionen und andere psychische Probleme, berichtet Margit Wagner, seien unter Pflegenden signifikant stärker verbreitet als unter Menschen, die diesen Stress nicht haben.

Die Mitarbeiter der Sozialstation wie Pflegedienstleiter Thomas Jaskolka werden immer wieder in Familien gerufen, die bei der Pflege eines Angehörigen nicht mehr weiter wissen. „Oft hilft es, dass sie einfach mal mit jemand über das, was sie bewegt, reden können“, sagt Jaskolka. Sein Chef Rolf Schneider fügt hinzu: „Wir müssen die Pflegenden und ihr Umfeld stärken, damit sie die Pflege ihrer Angehörigen so lange wie möglich leisten können.“ Was sie brauchen, ist Resilienz. Und damit kommt das Haus der Familie Sindelfingen, Böblingen und Umgebung ins Spiel, das ein Resilienzzentrum unterhält. Das macht Angebote zur Stärkung der inneren Widerstandskraft, die hilft, schwierige Situationen im Leben zu bewältigen. In diesen Kursen und Kreisen, erklärt Eva Schaber, die Leiterin des Hauses der Familie, „können die Menschen auftanken und neue Energie für den Alltag gewinnen“.

Nach einem vorgeschalteten Vortragsangebot schrieb das Haus der Familie im Herbstprogramm 2018 erstmals je einen „Offenen Gesprächskreis für pflegende Angehörige“ in Sindelfingen und Magstadt aus. „Im vertrauten Kreis von Menschen, die alle in der gleichen Situation stehen“, beschreibt Margit Wagner, die sich nicht nur theoretisch gut auskennt, sondern auch schon selbst Angehörige gepflegt hat, das Konzept, „können sich tiefe Gespräche ergeben. Hier kann angesprochen werden, was gut und eben auch mal nicht so gut läuft. Wut und Aggression können zur Sprache kommen, ohne dass jemand den Zeigefinger hebt, denn jeder kennt das Gefühl der Ohnmacht.“ Der Umgang mit schweren Themen wird immer wieder durch Entspannungsübungen und auch mal durch eine Prise Humor unterbrochen.

Der Gesprächskreis in Sindelfingen findet zwar in den Räumen der Sozialstation statt, aber nicht unter deren Aufsicht. Damit soll sichergestellt werden, dass die Teilnehmer auch Themen ansprechen können, bei denen sie vielleicht mit Mitarbeitern der Sozialstation uneins sind. Thomas Jaskolka wird bei Bedarf eine Zeit lang dazugerufen, wenn es um technische und versicherungsrechtliche Fragen geht, die zu seinem Berufsalltag gehören. „Ich gehöre zum Resilienzteam des Hauses der Familie und bin auf keine Weise mit der Sozialstation verbandelt“, beteuert Margit Wagner.

Maximal zwölf Personen sollte ihrer Erfahrung nach ein Gesprächskreis haben. Manchmal ist er auch kleiner, weil die Teilnehmer kommen und wegbleiben können, wie es ihnen passt. Wagner betont, dass bei den Treffen die Pflegenden und deren Befindlichkeit im Fokus stehen und nicht diejenigen Menschen, die gepflegt werden. Und wenn an einem Abend mal nur eine Person kommt, ist die Kursleiterin ganz für sie da.

Werben für die „Offenen Gesprächskreise für pflegende Angehörige“ (von links): Margit Wagner, Eva Schaber und Rolf Schneider Foto: Stefanie Schlecht

Hintergrund

Gesprächskreis-Termine

- Der **„Offene Gesprächskreis für pflegende Angehörige“ in Sindelfingen** findet an den Dienstagen, 5. November, 3. Dezember, 7. Januar und 4. Februar, jeweils von 16 bis 18 Uhr in den Räumen der Ökumenischen Sozialstation, Böblinger Straße 23 statt.
- **In Magstadt** trifft sich der Gesprächskreis an den Montagen, 4. November, 2. Dezember, 13. Januar und 3. Februar, jeweils von 19 bis 21 Uhr in den Räumen der Ökumenischen Sozialstation in Magstadt, Stuttgarter Straße 1 (Altes Schulhaus).
- Beide Angebote sind **gebührenfrei**. Sie werden im Frühjahrs-/Sommer-Semester **im März 2020 fortgesetzt**. Für Auskünfte steht das Haus der Familie, Telefon (0 70 31) 63 76-0, E-Mail info@hdf-sindelfingen.de, Homepage www.hdf-sindelfingen.de zur Verfügung.

Lächeln in die Gesichter gezaubert

25 Jahre Aktion „Ein Herz fürs Olgäle“ – Besonderer Besuch in der Kinderklinik sorgt für viel Freude

LEONBERG/STUTTGART(red). Mitglieder des Freundeskreises der Aktion „Ein Herz fürs Olgäle“ verbrachten in der Stuttgarter Kinderklinik einigen schöne Stunden mit den kleinen Patienten.

Seit über 25 Jahren sammelt die Aktion Spenden mit verschiedenen Veranstaltungen wie Benefizkegeln, Theateraufführungen, Fotoshootings für die Kinderkrebshilfe im Olgäle. Insgesamt kamen so in all den Jahren über 550 000 Euro zusammen. Die Beträge wurden einmal im Jahr zu 100 Prozent an die Station für krebskranke Kinder weitergegeben.

Der diesjährige Besuch der Spendensammler war ein besonderer. So verbrachten die Spendensammler im Spielzimmer der Station viel Zeit, um in persönlichen Kontakt zu den kleinen Patienten und ihren Eltern zu kommen. „Sie vergaßen für einige Zeit ihre Sorgen“, glaubt Freundeskreis-Sprecher Joachim Degl. Dafür hatte die Aktion mit Clown Tilo einen professionellen Spaßmacher mitgebracht. Seine Clownereien begeisterten die Kinder und zauberten ihnen ein Lächeln in ihre Gesichter.

Außerdem hatten die Freundeskreismitglieder vor dem Besuch einige Firmen angefragt. Deren gespendete Artikel wie Fanartikel von Borussia Dortmund, WM-Fußbälle von 2018 und Malbücher von Mercedes-Benz sorgten für viele Dankeschöns.

„Die Kinder spüren, dass heute etwas anders ist und dass fremde Menschen auf der Station sind. Das weckt die Neugierde und lenkt die Kinder von den täglichen Behandlungen ab“, erklärte der Ärztliche Direktor der Kinderkrebsstation, Stefan Bielack. „Die Kinder lieben Überraschungen und wie alle Kinder Geschenke, weil sie damit etwas aus ihrem Krankenhausalltag entfliehen und zumindest für kurze Zeit in ihrer Fantasiewelt leben“, fügt Theatertherapeutin Anja Feldmann hinzu.

Laternenumzug und „Fruchtalarm“

Sie und die beiden Erzieherinnen Rebecca Dilger und Jasmin Gusbeth kümmern sich außerhalb des medizinischen Behandlungsspektrums um die Kinder. So werden zurzeit mit den Kindern Laternen gebastelt, um dann ein Laternenfest zu feiern und auf der abgedunkelten Station als Höhepunkt einen richtigen Laternenumzug zu machen. Auch gemeinsame Spielnachmittage stehen regelmäßig auf dem Programm und werden von Kindern und Eltern gerne angenommen. Das Projekt „Fruchtalarm“ war während des Besuches fleißig auf den Gängen der Kinderkrebsstation unterwegs. Hierbei verteilen Ehrenamtliche einmal pro Woche mit einem Wagen Kindercocktails und stimulieren somit nicht nur Geruchs- und Geschmacksnerven, sondern bringen auch immer etwas Schwung in die Stationen.

Alle sind sich einig: Auch wenn die Vertreter der Aktion „Ein Herz fürs Olgäle“ und Clown Tilo nur für kurze Zeit im Spielzimmer waren, so haben sie doch Kinder glücklich gemacht. „Was gibt es Schöneres, als anderen Menschen zu helfen, denen es nicht gut geht, und etwas Zeit und Lebensfreude zu schenken“, meint Joachim Degl. Auch in Zukunft wollen die Aktiven der Aktion Spenden sammeln und die Kinderkrebsstation unterstützen. Dort wird das Geld für Anschaffungen oder Stellen eingesetzt, die von Krankenkassen und Trägern als „nicht therapienotwendig“ eingestuft werden und deren Kosten nicht übernommen werden. Derzeit wird eine Stelle des psychosozialen Dienstes mitfinanziert.

■ Spendenkonto: Aktion „Ein Herz fürs Olgäle“ IBAN DE35 6035 0130 0004 1812 86, Kreissparkasse Böblingen.

Freundeskreis-Sprecher Joachim Degl verteilt Geschenke Fotos: Rebstock

Der mitgebrachte Clown Thilo bespaßt die Kinder im Spielzimmer

Neuer Treff in Arbeit

Stadt und Bürger um neue Einrichtung in Weil der Stadt bemüht

WEIL DER STADT (red). Am Donnerstag informierte zum ersten Mal die aus der Zukunftswerkstatt hervorgegangene Projektgruppe Bürger-Treff, über die Möglichkeit, in Weil der Stadt einen offenen Bürgertreff zu errichten. Knapp 40 Interessierte kamen zu diesem ersten Informationsabend. Wie sich zeigte, gab es bei den Besuchern viele Fragen und Ideen.

Hans Müller, ein Vertreter der Projektgruppe Bürger-Treff, gab zunächst einen kurzen Einblick, welche Aktivitäten in den letzten knapp drei Jahren innerhalb der Gruppe durchgeführt wurden. Neben dem Besuch in Bürgerhäusern in der näheren Umgebung wurden auch unterschiedliche Objekte in Weil der Stadt untersucht, ob sie sich für einen offenen Bürgertreff eignen.

Chance auf dem Linde-Areal

Die Stadt unterstützte die Aktivitäten von Anfang an. Durch den Neu- und Ausbau des Linde-Areals durch Atrio Leonberg ergab sich Mitte des Jahres die Möglichkeit, auf einer rund 100 Quadratmeter großen Fläche, ursprünglich als Gewerbeeinheit vorgesehen, den lange in der Bürgerschaft gewünschten Bürgertreff umzusetzen. Im Weiler Gemeinderat wurde diese Idee im September nicht öffentlich vorbesprochen. Angedacht ist, dass die Stadt die Fläche von Atrio Leonberg anmietet und den Initiatoren des Bürger-Treffs zur Verfügung stellt. Dieses finanzielle Engagement der Stadt ist angesichts der knappen Haushaltsmittel hoch einzuschätzen und ein sehr positives Signal aus dem Rathaus. Vor einer Entscheidung durch den Gemeinderat – geplant ist eine finale Entscheidung im Dezember dieses Jahres – haben die Initiatoren des Bürgertreffs noch offen Fragen des Gemeinderats zu beantworten.

Neben der organisatorischen Trägerschaft des Bürgertreffs muss die vom Rat geforderte ehrenamtliche Mitarbeit für eine werktägliche Öffnung sichergestellt werden. Darüber hinaus müssen die notwendigen Investitionskosten in Höhe von bis zu 15 000 Euro eingeworben werden. Die Trägerschaft will der Verein Miteinander/Füreinander als Dach übernehmen.

Hans Müller machte aber deutlich, dass der Verein weder Finanzmittel noch Personal stellen kann, um den Bürgertreff zu errichten. Nur wenn dies gesichert sei, könne die Trägerschaft übernommen werden. Deshalb sei nun die Bürgerschaft in Weil der Stadt aufgefordert, sich für dieses Projekt zu engagieren.

Das Wohnprojekt im Linde-Areal würde auch einen Bürgertreff möglich machen Foto: re

Mittels einer Ideensammlung kamen die Anwesenden in der Veranstaltung sehr schnell auf 50 Ideen, welche Aktivitäten in einem Bürgertreff umgesetzt werden sollen. Wolfgang Latt, ein weiterer Vertreter der Initiativgruppe, moderierte diese Vorschläge, die alle in ein vom Gemeinderat geforderdtes Nutzungskonzept eingehen sollen.

Die vielen, teilweise auch neuen Vorschläge machen deutlich: Es fehlt in Weil an offenen Räumen, die Bürgern, Vereinen aber auch Parteien zur Verfügung stehen. Roland Müller, ein weiterer Vertreter der Projektgruppe Bürger-Treff, appellierte an die Besucher: „Wir haben für eine sehr kurze Zeit die Option, 2021 einen offenen Bürgertreff in Weil der Stadt zu bekommen. Voraussetzung dafür ist aber, dass die Bürgerschaft diesen offenen Treff auch will und sich dafür ehrenamtlich engagiert. Nur so lässt sich diese ehrgeizige Idee verwirklichen. Gelingt es nicht, das notwendige ehrenamtliche Engagement zu organisieren, wird es höchstwahrscheinlich für viele Jahre keinen offenen Bürgertreff in Weil der Stadt geben“.

■ Die Projektgruppe lädt nochmals zu einem weiteren inhaltsgleichen Informationsabend am Dienstag, 29. Oktober, im Klösterle in Weil der Stadt ein.