



**Sonderausgabe Ehrenamt
in der Ökumenischen
Sozialstation Sindelfingen**

erlebenswert **40** JAHRE

Zeitung der Ökumenischen Sozialstation Sindelfingen
Gefördert durch die Krankenpflegevereine

Ausgabe 25 | Oktober 2019

Kurzportraits:
„Menschen arbeiten ehrenamtlich für Menschen“



Seite 2

Wiedereinstieg:
„Als Pflegefachkraft in der Rente wieder arbeiten“



Seite 3

„Im Ruhestand arbeiten?“
Interview mit Ruth Seiler“



Seite 4

„Einfach mal versuchen:
Ehrenamt muss kein Lebensprojekt sein“



Seite 4

Sehr geehrte Leserinnen, sehr geehrte Leser,



sich in verschiedenster Weise mit unterschiedlichen Talenten für das Gemeinwohl einzusetzen, ist eine sehr zutreffende Umschreibung für das Ehrenamt. Freiwilliges Engagement basiert auf Motivation. Wenn Sie diese Motivation in sich spüren, wenn Sie sich dafür entscheiden, sich und Ihrem Umfeld Gutes zu tun, dann können Sie dies bei der Sozialstation Sindelfingen. Ehrenamt ist keine Frage des Alters, des Geschlechts oder der ethnischen Herkunft. Es ist nicht nur Geben, sondern auch ein Bekommen und es ist ein Glücksgefühl des „Beschenkt werdens“. Denn wer sich für andere stark macht, der bereichert auch die eigene Persönlichkeit. Wer sich für eine gute Sache ehrenamtlich engagiert, geht nicht nur einer sinnvollen Freizeitbeschäftigung nach. Er wächst und reift vielmehr an seiner Aufgabe, gewinnt an Verstand, an Mut und Einfühlungsvermögen. Ehrenamtliche sind für mich stille Helden. Sie sind der Kitt, der die Gesellschaft zusammenhält. Wir wissen aber auch, dass die Aufgabenstellungen und die Rolle eines Ehrenamtlichen innerhalb einer großen Organisation wie der Sozialstation Sindelfingen nicht immer einfach sind. Daher stellen wir die Begleitung und Betreuung unserer Ehrenamtlichen auf neue Füße. Damaris Braun wird als Ansprechpartnerin und Begleiterin unser Freiwilligen-Management professionalisieren. Wir haben eine Plattform gebildet, auf der Sie sich versuchen und Ihr Engagement entwickeln können. Gleichzeitig nehmen wir Sie an die Hand und schauen gemeinsam, welche Aufgabe an welchem Ort Ihren Ideen und Fähigkeiten am Besten entspricht.

Wir würden uns sehr freuen, Sie an unserem Ehrenamts-Tag am 12.10.2019 in unseren Räumen begrüßen zu dürfen. Kommen Sie, bringen Sie Ihre Idee, Ihr Wissen und Ihre Motivation mit.

Ihr

Rolf Schneider

Rolf Schneider
Geschäftsführer Ökumenische Sozialstation Sindelfingen

Ehrenamt: Ideen einbringen und mit Begleitung realisieren

Viele Menschen engagieren sich in der Sozialstation Sindelfingen ehrenamtlich. Sie alle beleben durch ihre Lebenserfahrung, Einsatzbereitschaft, persönlichen Kontakte und durch vielfältige Kenntnisse, Fertigkeiten und Kompetenzen das Unternehmen. Allerdings möchte die Sozialstation Sindelfingen beim Management ihrer Ehrenamtlichen neue Wege gehen. Sie möchte neue Ehrenamtliche gewinnen, die ihre Ideen in das Unternehmen einbringen und wird sie dabei unterstützen, ihre Ideen zu realisieren.

Mit dem Wort „Ehrenamt“ verbinden viele Menschen Kaffeetrinken, Kuchenbacken oder eine Singstunde. Das kann so sein und ist auch gut so, es muss sich aber nicht darauf beschränken. „Wir stellen unser Ehrenamtsmanagement neu auf“, erklärt Rolf Schneider, Geschäftsführer der Sozialstation Sindelfingen. Das Ziel: Freiwillige zu gewinnen, einzuführen, in die Sozialstation Sindelfingen zu integrieren und dem Alltag Sinn zu schenken. „Gemeinsam mit den Ehrenamtlichen möchten wir sinnvolle Engagement-Bereiche entdecken und entwickeln“, definiert Rolf Schneider die Zielsetzung. Viele Menschen verfügen über spezielle Kenntnisse und Fähigkeiten, die sie in eine ehrenamtliche Tätigkeit einbringen könnten.



Wissen aus dem Berufsleben oder einem Hobby könnten den Menschen in den Einrichtungen der Sozialstation Sindelfingen nähergebracht werden. Ein Kurs für die richtige Bedienung des Smartphones, Tanzen, ein altersgerechtes Sportangebot oder der Umgang mit dem Internet – bürgerliches Engagement hat viele Facetten und die Sozialstation Sindelfingen ist offen für jede Idee.

Ehrenamtliche Mitarbeit wird koordiniert

„Wir wissen aus Erfahrung, dass sich Freiwillige Begleitung, Austausch, Anerkennung und Gestaltungsmög-

lichkeiten wünschen“, erläutert Damaris Braun. Die Fachreferentin wird in Zukunft die Freiwilligenarbeit innerhalb der Sozialstation Sindelfingen koordinieren und die Freiwilligen bei ihrer Arbeit begleiten.

Damaris Braun: „Ich werde darauf achten, dass neue Ehrenamtliche die Aufgabe übernehmen, die gut zu ihren eigenen Interessen und Fähigkeiten passen. Zudem werde ich die Zufriedenheit und Verbesserungsvorschläge abfragen.“

Offen für jedes Freiwilligen-Engagement“

Damaris Braun betont, dass sie offen ist

für jedes noch so ausgefallene Freiwilligen-Engagement. Interessenten können bei einem Termin gerne Vorschläge unterbreiten und sie klärt dann ab, wo dieses Ehrenamt am besten passen würde. Betonen möchte sie aber auch, dass das Ehrenamt für die Freiwilligen ein Gewinn ist: „Es ist eine schöne Möglichkeit, etwas zurückzugeben, anderen und sich selbst etwas Gutes zu tun und sich weiter zu entwickeln.“ Telefon und E-Mail von Damaris Braun finden sich auf Seite 4 dieser Ausgabe.

Menschen mit pflegerischen Kenntnissen

Wer sich als Pflegefachkraft neu orientieren möchte, gerne auch nach der Rente, ist in der Sozialstation Sindelfingen ebenfalls herzlich willkommen. Das Unternehmen eröffnet Chancen für „Pflegen ohne Zeitdruck“, in einem selbst festgelegten Rahmen und Umfang. Es kann zwischen einer Vergütung auf Minijobbasis oder einer Aufwandsentschädigung gewählt werden. Pflegefachkräfte können in der Krankenwohnung, im Betreuten Wohnen oder in einer Senioren-Wohngemeinschaft arbeiten – ganz nach Wunsch. Erste Ansprechpartnerin ist ebenfalls Damaris Braun.

Einladung zum Ehrenamts-Tag am 12. Oktober 2019



SinnVollAktiv – mitten im Leben

Niemand ist zu jung – niemand zu alt. Für Männer und Frauen.

Kommen Sie vorbei! Schauen Sie sich um!

Sprechen Sie mit uns!

**Wir sind da am „Ehrenamts-Tag“
zwischen 10.00 Uhr und 13.00 Uhr**

**Wir
freuen uns
auf Sie!**

in der Ökumenischen Sozialstation Sindelfingen, Böblinger Str. 23
(Nähe Marktplatz)

Bring Dein Wissen ein



Jeder dritte erwachsene Deutsche betätigt sich ehrenamtlich, in Baden-Württemberg sind es sogar 40 Prozent. Das entspricht 4 Mio. Bewohner des Südweststaats! Doch Befragungen zeigen: Rund die Hälfte der noch nicht Aktiven würde sich gerne auch engagieren. Was häufig fehlt, sind Informationen, Anstöße und gute Rahmenbedingungen. Genau hier will die Sozialstation Sindelfingen ansetzen:

- Sie will Mut machen, ein Ehrenamt einfach einmal auszuprobieren
- Sie ist flexibel: es spielt keine Rolle, ob ein kurzfristiges oder langfristiges Engagement ins Auge gefasst wird – niemand muss sich „lebenslanglich“ einer Sache verschreiben
- Sie wird die Engagement-Wünsche von Freiwilligen unterstützen – egal, welche Fähigkeit oder

welches Talent, welche Berufs- oder Lebenserfahrung: wir suchen gemeinsam das passende Tätigkeitsfeld

- Sie will über die Tätigkeit informieren und Ehrenamtliche begleiten
- Sie will gemeinsam neue Projekte aufbauen und die Ehrenamtlichen dabei begleiten und ihnen be-

tend zur Seite stehen

- Sie will das Verhältnis zwischen Ehren- und Hauptamtlichen auf Augenhöhe pflegen und die Leistungen der Ehrenamtlichen wertschätzen
- Sie will, dass sich Ehrenamtliche bei ihren Aufgaben in der Sozialstation Sindelfingen wohl fühlen und sie ihr Engagement als Bereicherung in ihrem Leben erfahren.

Wer sich angesprochen fühlt, kann **am Ehrenamts-Tag, am Samstag, den 12.10.2019 von 10.00 bis 13.00 Uhr**

in der Sozialstation Sindelfingen seine Ideen einbringen. Ein Einstieg ist auch als Schnupper-Ehrenamt möglich.

Nachfolgend stellen wir Menschen vor, die sich schon heute ganz unterschiedlich ehrenamtlich für Menschen in Sindelfingen einsetzen

Dietmar Seiler: Wie ich zum Ehrenamt kam



Mit der Rente kam auch bei mir das berühmte Loch. Von einem Tag auf den anderen saß ich zu Hause. Weg waren die Termine, weg waren die Kolleginnen und Kollegen, weg waren die Herausforderungen. Ich suchte eine sinnvolle Aufgabe, wo ich aktiv sein konnte. Die Fragen, die ich mir stellte:

Was kann ich gut? Was würde mir Spaß machen?

Wie im gesamten Leben bemerkte ich rasch: Alles hat seine Zeit. Ich muss nicht immer das Gleiche machen. So betätigte ich mich an verschiedenen Stellen. Für mich ein Gewinn. Jetzt kam ich in die „Residenz am Park“ in Sindelfingen und konnte etwas Eigen-

nes ausprobieren. Und siehe da. Diese Herausforderung passte zu mir. Und die Leute dort wünschten es sich sogar. Wie sagt man heute? Eine Win-win-Situation.

Ehrenamt: Ein Gewinn für alle

Große Auftritte hatte ich genug in meinem Leben. Mit all dem Stress, der dazugehört. Das brauche ich jetzt nicht mehr. Dazu kommt, dass die Kräfte nachlassen. Deshalb fühle ich mich wohl in der kleinen offenen Gesprächsrunde, in der ich teilnehme. Ich bin Teil des bunten Lebens. Es geht mir dabei gut.

Ich wurde gefragt, ob ich nicht Frau Braun, die bei der Sozialstation für die



Koordination mit den Ehrenamtlichen zuständig ist, bei Ihrer Arbeit unterstützen möchte. Das mache ich gerne, denn ich will Menschen ermutigen, zu

testen, was ihnen Spaß machen würde und wo sie sich sinnvoll einbringen könnten. Die Sozialstation hat so viele Möglichkeiten, dass für jede oder jeden etwas Sinnvolles dabei ist.

„Und noch eines: Ich habe von unserer Gesellschaft so viel Gutes für mein Leben bekommen. Vom Kindergarten über die Schule, von der Politik über die Kirche. Dafür bin ich dankbar. Jetzt kann ich etwas zurückgeben. Und das will ich im Seniorenbereich tun.“

Ganz großes Kino



Übertreiben wir nicht: Großes Kino ist die Sache von Siegfried Berger nicht. Der Bewohner der „Residenz am Park“ beschränkt sich zurückhaltend auf DVDs aus seinem kleinen Fundus. Gelegentlich steckt er auch eine, von einem Besucher seiner regelmäßigen Filmabende mitgebrachte, Silberscheibe in die Technik der Cafeteria der „Residenz am Park“. Und dann kommt Kino-Atmosphäre auf, wenn sich im Schnitt 20 Bewohnerinnen und Bewohner des Betreuten Wohnens z.B. einen alten James Dean-Streifen anschauen. „Gemeinsam einen Film auf dem großen Bildschirm der Cafeteria anzuschauen, das ist schon etwas anderes, als alleine im Wohnzim-

mer vor dem Fernseher zu sitzen“, erklärt Siegfried Berger. Genau darum geht es ihm.

„Mein Ehrenamt soll zu einer angenehmen Atmosphäre in der Residenz am Park beitragen“

Mit seinem ehrenamtlichen Engagement möchte er seinen Teil für eine angenehme Atmosphäre im Betreuten Wohnen an den Langen Anwandern beitragen. Sein monatlicher Filmabend wird gerne angenommen. Niemand muss dazu das Haus verlassen, legerere Kleidung und Hausschuhe sind ange-



sagt, wenn die Cafeteria zum „Kino-Palast“ wird. Start ist um 19.00 Uhr und um spätestens 21.00 Uhr gehen

die Gäste wieder. „Es geht mir darum, ein wenig Programm zu machen, das muss nichts Großes sein, der Filmabend ist kein Aufwand, aber er bietet die Möglichkeit des Zusammenseins, des Kennenlernens und des Austauschs. Ich nehme aber auch gelegentlich eine Musik-CD zum Kaffeenachmittag mit und schon ist die Stimmung ganz anders.“ Musik, dass fand Siegfried Berger, könnte in „Residenz am Park“ etwas mehr angeboten werden und hat dies mit Erfolg angeregt. Ein pensionierter Realschullehrer kommt einmal im Quartal zum gemeinsamen Singen und Musizieren.

Erfolgreiches Ehrenamt muss also nicht immer das ganz große Kino sein.

Ehrenamt geht durch den Magen

Liebe, so sagt man, gehe durch den Magen. Ein angenehmes Kribbeln im Bauch der Bewohner vom „Bärle-Eck“ kommt auch auf, wenn Wolfi Knote einmal im Monat für das „Betreute Wohnen“ ehrenamtlich die Casserole und Sauteuse erhitzt. „Mein Essen ist für die Bewohner schon immer ein besonderer Termin“, freut sich der Sindelfinger Koch, dessen Ruhestand wohl eher Aktivstand lauten müsste. Was es zum Essen gibt, klären Wolfi Knote und seine Gäste im Vorfeld gemeinsam ab.



Saisonale Küche wie z. B. Spargel oder Pfifferlinge sind angesagt, im Ok-

tober dominiert die Cuisine française, serviert wird ein Coq-au-Vin und hinterher ein Mousse-au-Chocolat. Im Schnitt kommen 20 Gäste, das Bärle-Eck-Personal deckt festlich ein und wird dafür zum Essen eingeladen, die

Gäste bezahlen lediglich die Selbstkosten „Das ganze würde ohne Unterstützung meines Freundes Jürgen Lahan nicht klappen. Ich kann seine Küche in der Stadthalle nutzen – merci dafür, lieber Jürgen“, bedankt sich der Koch und klärt damit auf, wie er es schafft, mal eben 20 Menüs zu kochen.

„Das Ehrenamt macht mich glücklich und gibt mir sehr viel zurück.“

Planen, einkaufen, vorbereiten, zubereiten, ins Bärle-Eck schaffen, anrichten – kochen ist arbeitsintensiv. Doch das stört den ehemaligen Gastronomen nicht: „Ehrenamt macht glücklich! Und es gibt mir so viel zu-

rück.“ Entsprechend vielfältig ist sein Freiwilligenengagement. So kocht er immer wieder im „Haus der Familie“ für Bedürftige, ebenso für die Sindelfinger Martinsschule und sitzt zudem noch im Gemeinderat. Wichtig ist ihm, dass er in seinem Ehrenamt als Koch authentisch bleibt. „Ich begrüße die Gäste persönlich und versuche auch, dem Personal meine Wertschätzung für dessen Arbeit entgegen zu bringen.“ Und wie kam er zu seiner Stellung als „Bärle-Eck-Koch“? Sein ehemaliger Stammgast Eberhard Ackermann, heute Bewohner im Bärle-Eck, hat ihn dazu animiert.

„Ich habe die Idee Herrn Schneider von der Sozialstation Sindelfingen vorgeschlagen und wurde von ihm und seinem Team bei der Re-

alisierung unterstützt“, freut sich Wolfi Knote rückblickend und auch darauf, dass sein Ehrenamt auch weiterhin für ein angenehmes Gefühl im Magen seiner Gäste sorgen wird.

7x Auto-Bebion in der Region PEUGEOT
Peugeot Vertragspartner Auto Bebion Magstadt GmbH
71106 Magstadt · Hutwiesenstraße 23 · Tel. 07159/9401-0
71083 Herrenberg · Zeppelinstraße 4 · Tel. 07032/9361-0
73728 Esslingen · Rennstraße 28 · Tel. 0711/459800-6
73037 Göppingen · Esslinger Straße 15 · Tel. 07161/91641-11
72766 Reutlingen · Am Heilbrunn 121 · Tel. 07121/9497-0
72072 Tübingen · Au-Ost 7 · Tel. 07071/1505-0
Peugeot Servicepartner mit Vermittlungsrecht
Auto Bebion GmbH
71101 Schönaich · Porschestraße 7 · Tel. 07031/688448-0
Mehr Information unter: www.auto-bebion.de

bebion auto bebion gruppe
Oder besuchen Sie uns auf Facebook

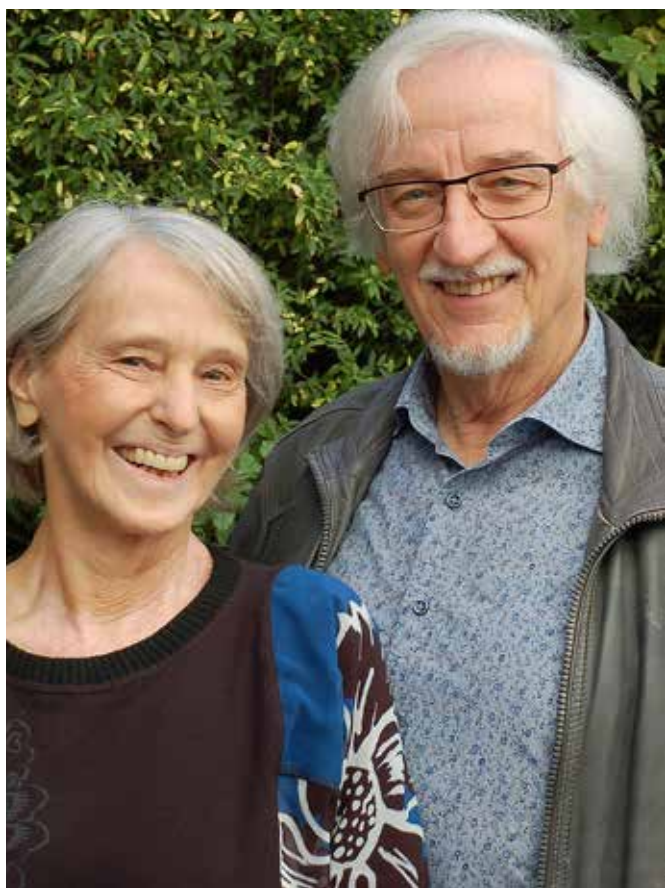
Als Pflegefachkraft im Rentenalter arbeiten



Damaris Braun

Laut einer Studie des Instituts für Arbeitsmarkt- und Berufsforschung der Bundesagentur für Arbeit (IAB) geben Erwerbstätige im Rentenalter als Begründung überwiegend soziale und persönliche Motive an: „Jeweils rund 90 Prozent der erwerbstätigen Rentner haben Spaß bei der Arbeit, brauchen den Kontakt zu anderen Menschen oder wünschen sich weiterhin eine Aufgabe. Mehr als die Hälfte der Befragten nennt allerdings auch finanzielle Gründe für die Erwerbsarbeit.“

Bemerkenswert ist auch das Fazit der Studie. Sie kommt zu dem Schluss, dass „Politik und Betriebe mit flexiblen Regelungen günstige Rahmenbedingungen schaffen sollten, damit Erwerbswünsche im Rentenalter besser realisiert werden können.“



Genau das macht die Sozialstation Sindelfingen

- Damaris Braun ist für Interessenten die Ansprechperson, auch wenn sie selbst keine pflegerische Ausbildung hat. Sie vermittelt interessierte Personen an die Leitungen der Einrichtungen nachdem sie vorab mit den Interessierten klärt, welche Tätigkeiten in Frage kommen und welcher Zeitumfang gewünscht ist.
- Als weitere Ansprechpartnerin engagiert sich Ruth Seiler. Die Krankenschwester ist ebenfalls in Rente,

arbeitet aber wieder in der Sozialstation Sindelfingen. Sie gibt ihre Erfahrungen gerne weiter und begleitet Wiedereinsteigende auf Wunsch bei den ersten Schritten zurück in die Arbeit. Damaris Braun und Ruth Seiler geht es nicht darum, verrentete Arbeitskräfte zum Arbeiten zu überreden und sie ewig an die Sozialstation Sindelfingen zu binden. Sie wollen die Kontaktaufnahme erleichtern und den Weg zum Wiedereinstieg ebnen. Sie wollen aufzeigen, dass die Arbeit Spaß macht und sinnstiftend ist. „Es kommt darauf an, es einfach mal zu versuchen. Passt es, ist es gut, passt es nicht, ist niemand enttäuscht“, so Damaris Braun und Ruth Seiler.

Pflegen ohne Druck

Pflegefachkräften in Rente, die sich noch fit fühlen und ihre Erfahrungen einbringen wollen, bietet die Sozialstation Sindelfingen verschiedene Einsatzorte, z. B. in der Krankenwohnung oder in einer Tagespflege. Die Tätigkeit kann frei gewählt werden. „Interessen-

ten sollten mit uns sprechen. Wir werden gemeinsam die Arbeit finden, die zu ihren Fähigkeiten und persönlichen Lebensbedingungen passen. Dann geht es auch nicht darum, eine Vollzeitstelle zu besetzen. Pflegefachkräfte können den Arbeitsumfang selbst festlegen. Wieviel die Fachkraft arbeiten will oder kann, kommt auf deren aktuelle Lebenssituation, ihre Erwerbsbiographie und die persönliche Betrachtungsweise an. Sie werden dann nach ihren Möglichkeiten von der Leitung geplant. Diesen Vorgaben trägt die Sozialstation Sindelfingen selbstverständlich Rechnung.

„Wir würden uns freuen, wenn ältere Pflegefachkräfte am Ehrenamts-Tag am 12. Oktober zu uns fänden und sich über unser Angebot informieren würden“, lädt Rolf Schneider, Geschäftsführer der Sozialstation Sindelfingen alle Interessenten zu einem Gespräch ein. Versuchen Sie es. Sie werden es nicht bereuen.

„Daheim rumzusitzen ist nicht mein Ding“



Anne-Marie Garth hat viele Jahre bei der AOK gearbeitet. Aber schon in ih-

rer Altersteilzeit ab dem Jahr 2011 hat sie begonnen, in der Nachbarschaftshilfe der Sozialstation Sindelfingen zu arbeiten. „Daheim rumzusitzen, das war nichts für mich“, erklärt sie die Gründe für ihr Engagement nach der Verrentung. Zu Beginn habe sie fast jeden Tag in der Nachbarschaftshilfe gearbeitet, hat allerdings im Laufe der Jahre den Arbeitsumfang ihren Bedürfnissen entsprechend angepasst.

„Ich bleibe dabei, solange es mir gesundheitlich gut geht.“



Heute hat sie jeden Montag zwei Einsätze zu je zwei Stunden und alle drei Wochen rückt sie für insgesamt 3 Stunden aus. „Ich kümmere mich schon seit vielen Jahren um ein über 90-jähriges Ehepaar, da gehöre ich quasi schon zur Familie. Zudem betreue ich eine an Demenz erkrankte Dame,“ beschreibt Anna-Marie Garth ihren Arbeitsalltag. Es mache ihr bis heute Spaß, sich um den Haushalt ihrer Kundinnen und Kunden zu kümmern und für Entlastung zu sorgen. Ihr Fazit:

„Ich bleibe dabei, solange es mir gesundheitlich gut geht.“

„Ich arbeite bis heute mit großer Lust“



Ute Hecht arbeitet seit 1983 (!) bei der Sozialstation Sindelfingen und ist somit die dienstälteste Mitarbeiterin des ambulanten Pflege-

dienstes. Anfang der 80er Jahre wollte die examinierte Krankenschwester nach der Familienpause nur halbtags im Sindelfinger Krankenhaus arbeiten. Das, so erklärt sie rückblickend, hätten die Verantwortlichen auf der Steige damals abgelehnt – wie sich die Zeiten ändern! Also bewarb sie sich damals mit Erfolg bei der Sozialstation.

„Ich werde arbeiten, so lange ich mich noch fit fühle und es mit meinem Privatleben vereinbaren kann.“

Nach der Rente war sie nur wenige Monate zuhause: „Das war nichts für



mich. Ich habe mir gesagt, ich kann noch etwas tun und habe wieder angefangen zu arbeiten.“ Bis heute ist sie in der Nachbarschaftshilfe tätig, kümmert sich, verteilt auf zwei Tage die Woche, insgesamt 3,5 Stunden um einen alleinlebenden älteren Herrn sowie um eine fast blinde Frau in Maichingen. Und das mit Ende 70. Sie geht einkaufen, führt Gespräche und geht auch mal mit auf den Friedhof zum Grab der verstorbenen Ehefrau.

„Ich bin gerne mit Menschen zusammen und arbeite bis heute mit großer Lust“, erklärt die Sindelfingerin.

Ans Aufhören denkt sie noch nicht. Sie werde arbeiten, so lang sie noch fit fühlt und es mit ihrem Privatleben vereinbaren kann.

„Mein Job macht mir bis heute noch sehr viel Spaß“



Die Rente scheint für Karola Seiz keinen Anreiz zu bieten. Sie organisiert seit 13 Jahren den Menü-Service der Sozialstation Sindelfingen und könnte eigentlich schon ein paar Jahre im Ruhestand sein.



Doch als es so weit war, hat sich die staatliche geprüfte Programmiererin dazu entschlossen, weiterzuarbeiten. „Meine Arbeit hat mir immer Spaß gemacht. Die Organisation von Essenauf-Rädern ist eine anspruchsvolle Aufgabe. Wer 365 Tage im Jahr Menschen mit Essen versorgt, muss für reibungslose Abläufe sorgen“, erklärt Karola Seiz.

„Für und mit Menschen zu arbeiten, gibt mir sehr viel zurück.“

Ihre Motivation über die Verrentung hinaus zu arbeiten sieht sie im sozialen Aspekt ihrer Arbeit für Menschen: „Geld ist nicht alles. Es erfüllt mich, für und mit Menschen

zu arbeiten und ich erhalte dadurch sehr viel zurück.“

Das ihr der caritative Grundgedanke bei der Arbeit wichtig ist, manifestiert sich auch in ihrer zusätzlichen Tätigkeit. Seit 2008 betreut sie für die Stiftung Innovation & Pflege an zwei Nachmittagen die

Woche ein älteres Ehepaar. „Der Mann ist bettlägerig und wird von seiner Frau betreut. Ich Sorge dafür, dass sie regelmäßig von dieser schweren Aufgabe entlastet wird“, erläutert Karola Seiz den Sinn ihres Engagements.

IMPRESSUM
Herausgeber:
Ökumenische Sozialstation Sindelfingen
Böblinger Str. 23, 71065 Sindelfingen
Bilder: Sozialstation Sindelfingen, Adobe-Stock
Redaktion:
Matthias Hoffmann (Fotos und Redaktion)
(mailto:hoffmann-pr.com)
Rolf Schneider (r.schneider@sozialstation-sindelfingen.de)
Verantwortlich:
Rolf Schneider, Sozialstation Sindelfingen
Redaktionsanschrift:
Ökumenische Sozialstation Sindelfingen gGmbH,
Böblinger Str. 23, 71065 Sindelfingen, Tel. 07031-72400-0,
www.sozialstation-sindelfingen.de
Grafikdesign: Peter Mattis Werbung (p.mattis@web.de),
Druck und Verarbeitung:
Sindelfinger Zeitung/Böblinger Zeitung

Wählen Sie online
aus über 500.000 Büchern!

Versandkostenfrei
in Ihrem Briefkasten*



roehm-buch.de

* Angebot gilt für Buchbestellungen unter
2 kg Mo. - Fr. bis 11 Uhr im Kreis Böblingen.
Expresslieferung am selben Tag für sensationelle 3,- Euro.

Pflegefachkräfte nach einer Pause oder im Ruhestand können ihre Erfahrungen einbringen

Ruth Seiler, ehemals Stadträtin in Sindelfingen, heute im Ruhestand, setzt auf Eigeninitiative. Sie hatte die Idee, dass Pflegekräfte im Ruhestand wieder aktiv in der Pflege mitarbeiten könnten, aber auch jüngere Fachkräfte nach einer Pause. Doch sie spricht nicht nur darüber, sie selbst ist heute wieder auf der Basis „geringfügig beschäftigt“ in der Sozialstation Sindelfingen tätig. Und würde sich freuen, wenn sie als Ansprechpartnerin möglichst viele Wiedereinsteigende in die Pflege bei der begrenzten Wiederaufnahme ihres Berufes begleiten könnte.

Sie wollten wieder arbeiten, trotz Ruhestand. Warum haben Sie sich gerade für die Pflegebranche entschieden?

Ruth Seiler: „Krankenpflege ist ein wunderbarer Beruf. Ich habe dies während meiner 4-jährigen Ausbildungszeit in London und danach in der Universitätsklinik in Tübingen und in Südamerika erlebt. Es hat mich schon damals tief befriedigt, zuzupacken, wenn Menschen sich selbst nicht helfen können. Es ist eine erfüllende Aufgabe, schwierige Lebenssituationen von kranken und älteren Menschen lebenswert und menschlicher zu gestalten.“

Sie haben Ihr ganzes Berufsleben in der Pflegebranche verbracht?

Ruth Seiler: „Nein, ich wollte einfach mal im Leben studieren und hatte danach das Glück einen erfüllenden Beruf als Kommunikationstrainerin zu finden. Aber ich wusste trotzdem: Irgendwann kehre ich zurück. Und dann kam der Moment, wo ich dachte, jetzt oder nie. Meine Enkel waren größer geworden, die frei gewordene Zeit im Ruhestand ist ideal. Ich habe mehrere Wochen in den Einrichtungen der Sozialstation Sindelfingen hospitiert und jetzt einen begrenzten Arbeitsvertrag. Es geht, auch in meinem fortgeschrittenen Alter mit eingeschränkten Kräften.“

Sie sehen in Pflegefachkräften, die z.B. im Ruhestand sind und wieder begrenzt in ihren alten Beruf zurückkehren würden, ein großes Potential. Warum?

Ruth Seiler: „Weil die Pflege und Betreuung von alten und kranken Menschen das Stiefkind unserer Gesellschaft ist. Wenn die Politik versagt, hilft es nicht zu sagen: „das ist aber Aufgabe des Staats“ und sich damit zufriedenzugeben! Bis tatsächlich genug geschieht, bleibt viel notwendige Hilfe für die Menschen auf der Strecke. Ich kann nicht untätig zusehen, ohne selbst zuzupacken. Ich hoffe, dass sich möglichst viele ehemalige Pflegefachkräfte anstecken lassen zu



dem Entschluss: „Ich probiere es mal!“ Es geht darum, sich in einem zeitlich offenen Rahmen wieder in die Pflege einzubringen und etwas gegen den Fachkräftemangel zu tun. Aber natürlich kann es auch private Gründe für den Wiedereinstieg geben, z. B. dass die Rente knapp bemessen ist oder die sozialen Kontakte im Ruhestand dürftiger ausfallen.“

An wen können sich Pflegefachkräfte beim Wiedereinstieg wenden, die zeitlich begrenzt in ihren alten Beruf zurückkehren wollen?

Ruth Seiler: „Sie werden mit ihrer Entscheidung nicht alleine gelassen. Damaris Braun ist ihre Ansprechperson in der Sozialstation Sindelfingen. Sie führt das Erstgespräch und sorgt dann dafür, dass jede Fachkraft ihren Platz im breiten Pflegeangebot der Sozialstation Sindelfingen findet. Ich wende mich direkt an die Ruheständler: „Versuchen Sie es bitte einfach, es gibt auch für Sie eine erfüllende und sinnstiftende Arbeit!“ Ich kümmere mich dann um die interne Koordination und werde die Fachkräfte in ihrer neuen Aufgabe begleiten, wenn das gewünscht wird.“

Wer Interesse, Lust und Motivation hat, als Fachkraft wieder in einem selbst festgelegten zeitlichen Rahmen zu arbeiten, kann sich an Damaris Braun wenden.

Nimm Dir die Zeit



Die Arbeit nach der Rente aber auch das Ehrenamt muss kein Lebensprojekt sein. Flexibilität ist von allen Seiten gefragt, wann und wo und wieviel gearbeitet wird, legt im Vorfeld niemand fest. Die Arbeit kann eine Phase sein, ein Versuch, kann regelmäßig erfolgen aber auch mit Pausen. Der erste Schritt ist, sich selbst zu sagen:

„Ich versuche es einmal!“

Die Arbeit nach der Rente kann nämlich durchaus von Vorteil und eine persönliche Bereicherung sein:

- Sie hält flexibel. Denn vieles kann ganz einfach mit der Sozialstation Sindelfingen vereinbart werden – etwa die Arbeitszeit oder die Dauer der Beschäftigung.
- Fachkräfte geben nicht nur ihr Wissen weiter, sondern lernen auch ständig etwas dazu. Dafür sorgt der Austausch mit den jüngeren Kollegen.
- Die Arbeit hält fit und gibt das gute Gefühl, gebraucht zu werden und etwas Sinnvolles zu tun.
- Als Nebeneffekt sorgt die Arbeit möglicherweise dafür, dass in der Rente mehr Geld zur Verfügung steht.

Es gibt verschiedene Möglichkeiten der Arbeit nach der Rente. Die Sozialstation Sindelfingen berät gerne darüber, welche am besten zur persönlichen Arbeitsbiographie passt.

„Ältere Fachkräfte haben ein riesiges Erfahrungswissen, das so schnell nicht zu ersetzen ist“,

sagt Rolf Schneider, Geschäftsführer der Sozialstation Sindelfingen und würde sich sehr freuen, wenn möglichst viele ältere Fachkräfte, die nicht zum alten Eisen gehören möchten, den Wiedereinstieg ins Berufsleben in der Sozialstation Sindelfingen einfach einmal ausprobieren würden.

SinnVollAktiv – mitten im Leben Wir brauchen Sie.

Wir freuen uns auf Sie!

Was können Sie gut?

Jeder Mensch kann etwas gut!

- tanzen oder computern
- singen oder spazierengehen
- autofahren oder ...

Werden Sie bei uns aktiv

- schenken Sie Ihre Zeit anderen
- es wird Ihnen Freude machen

Sie entscheiden

- monatlich oder wöchentlich
- oder ganz anders

Sie finden bei uns das Passende für sich.

Sie sind bei uns richtig und willkommen.

Wir brauchen Sie.

Haben Sie pflegerische Kenntnisse?

Bei uns finden Sie

- einen neuen Rahmen
- ohne Zeitdruck
- auch nach der Rente

Sie wählen

- vergütet - geringfügig beschäftigt
- oder nach Ihren Wünschen

Sie entscheiden

- vierzehntägig oder wöchentlich
- oder ganz anders

Es gibt verschiedene Möglichkeiten

- Krankenwohnungen
- Betreutes Wohnen
- Wohngemeinschaften

Niemand ist zu jung – niemand zu alt. Für Männer und Frauen.

Kommen Sie vorbei! Schauen Sie sich um! Sprechen Sie mit uns!

Wir sind da am „Ehrenamts-Tag“

**Samstag, 12. Oktober 2019
zwischen 10.00 Uhr und 13.00 Uhr**
in der Ökumenischen Sozialstation Sindelfingen
Böblinger Str. 23 (Nähe Marktplatz)

Wir freuen uns auf Sie!

Wenn Sie am 12. Oktober keine Zeit haben, aber sich gerne informieren möchten, rufen Sie bitte an:
**Damaris Braun, Telefon 07031-72400-67
oder schicken Sie eine Mail:
d.braun@sozialstation-sindelfingen.de**

