Horizonte

2021 • IMPULSE FÜR DIE ARBEIT MIT ÄLTEREN

gepflegtes LEBEN

Evangelisch-methodistische Kirche

In diesem Heft

Gedanken aus biblischer Sicht: Gepflegtes Leben
Seite 8

Was heißt für mich: Gepflegtes Leben?
Seite 15

Inhalt

4 Menschen pflegen
8 Gedanken aus biblischer Sicht: Gepflegtes Leben
12 Gepflegtes Leben – geteiltes Leben
15 Was heißt für mich: Gepflegtes Leben?

18 Pflege zu Hause
20 Fragen an Menschen, die ein gepflegtes Leben führen

24 Vorschlag für einen Seniorenkreis: Gepflegtes Leben

26 Literaturtipps
28 Veranstaltungshinweise 2021
30 Digitales
31 Aus der ZK-Fachkommission „Ältere Generationen“

32 Sei stark und gerüstet auf jedem Gebiet

IMPRESSUM

Bildungswerk der Evangelisch-methodistischen Kirche

Fachkommission Ältere Generationen
Verantwortlich für den Inhalt: Pastorin Ulrike Burkhardt-Kibitzki, 70563 Stuttgart
Redaktion: Christine Carlsen-Gann, Bildungswerk, 70499 Stuttgart; Christine Haag-Merz, 71034 Böblingen
Layout & Satz: Daniel Schmidt, 74392 Freudental, ds@orthografik.de
Herstellung und Vertrieb: Bildungswerk der Evangelisch-methodistischen Kirche, Giebelstraße 16, 70499 Stuttgart, Telefon 0711 86006-90, Fax 0711 86006-99, www.emk-bildung.de
Bildnachweise: AdobeStock, pixabay.com, private Fotos

ANSPRECHPERSONEN FÜR DIE ARBEIT MIT ÄLTEREN GENERATIONEN

Zentralkonferenz
Pastorin Ulrike Burkhardt-Kibitzki
Schopflocher Straße 16A
70563 Stuttgart
Telefon 0711 27374061
ulrike.burkhardt-kibitzki@emk.de

Norddeutsche Konferenz
Pastor Gunter Blaschke
Oldenburger Straße 10
26188 Edewecht
Telefon 04405 4376
gunter.blaschke@emk.de
bis einschl. August 2021, danach NN

Süddeutsche Konferenz
Pastor Jürgen Hofmann
Kapellenstraße 15
72622 Nürtingen
Telefon 07022 8160
juergen.hofmann@emk.de

Ostdeutsche Konferenz
Pastor i.R. Thomas Röder
Gasanstaltstraße 172
09474 Crottendorf
Telefon 037344 8389
thomas.roeder@emk.de

Referentin im Bildungswerk
Christine Carlsen-Gann
Giebelstraße 16
70499 Stuttgart
Telefon 0711 86006-94
c.carlsen-gann@emk-bildungswerk.de

Informationen,
Anmeldemöglichkeit,
Materialien, Links:
www.emk-seniorenarbeit.de

Wir freuen uns über Spenden für Horizonte oder die Seniorenarbeit der EmK allgemein.
Kontoverbindung
EmK Bildungswerk Stuttgart
IBAN: DE83 5206 0410 0000 4103 73
BIC: GENODEF1EK1
Verwendungszweck:
„EmK Seniorenarbeit Horizonte“

Einblick ins Heft

Liebe Leserin, lieber Leser!

Alt, aber gepflegt!
Wie geht es Ihnen, wenn Sie diesen Satz lesen? Er könnte als ein ziemlich schales Kompliment verstanden werden – wenn schon alt, dann wenigstens gepflegt. Haben Sie das selbst schon mal zu einem Menschen gesagt oder zumindest einen anderen so wahrgenommen? Gewiss irgendwie wohlwollend, aber dann doch wieder geringschätzig. Denn das „aber“ drückt ja eine große Einschränkung aus. Gepflegt zu sein hat durch und durch positive Assoziationen. Ein gepflegtes Äußeres, ein gepflegter Kleidungsstil, eine gepflegte Erscheinung – wenn Menschen so beschrieben werden, klingt das anerkennend, respektvoll und vielleicht sogar bewundernd. Das Alter aber ist nach wie vor in unserer Gesellschaft negativ besetzt. Noch immer wird das Altsein zuerst mit Verlust, mit Niedergang und Schwäche assoziiert. Die Chancen und Kompetenzen, der Erfahrungsvorsprung und die Freiheit werden am ehesten mit dem Älterwerden, aber nicht mit dem Alter in Verbindung gebracht. Das Image des Alters bleibt schlecht. Sollten wir nicht selbstbewusster sagen:

Alt und gepflegt!
Darum geht es in unserem neuen HORIZONTE-Heft, das vom gepflegten Leben handelt. Uns hat die Doppeldeutigkeit gefallen. Gepflegtes Leben im Sinne von Lebensstil und Kultur, im Sinne von Bewahren und Schonen. Dazu finden Sie drei sehr eindrückliche Artikel von Menschen, die sich auskennen in der Pflege des schönen und gottgeschenkten Lebens. Vom gepflegten Leben im Sinne von realer Pflege und Gepflegtwerden berichten weitere Autoren aus persönlicher Erfahrung. Da geht es um Zahlen und Fakten zur Situation der Pflege von Hochbetagten, aber auch um das Erleben von Pflege von jungen Menschen. Allen Autorinnen und Autoren danken wir sehr herzlich für ihre Beiträge, die sie wie bei HORIZONTE üblich, ohne Honorar zur Verfügung stellen. Ohne dieses großartige Engagement an dieser Stelle gäbe es HORIZONTE als Zeitschrift für die Arbeit mit Älteren nicht!

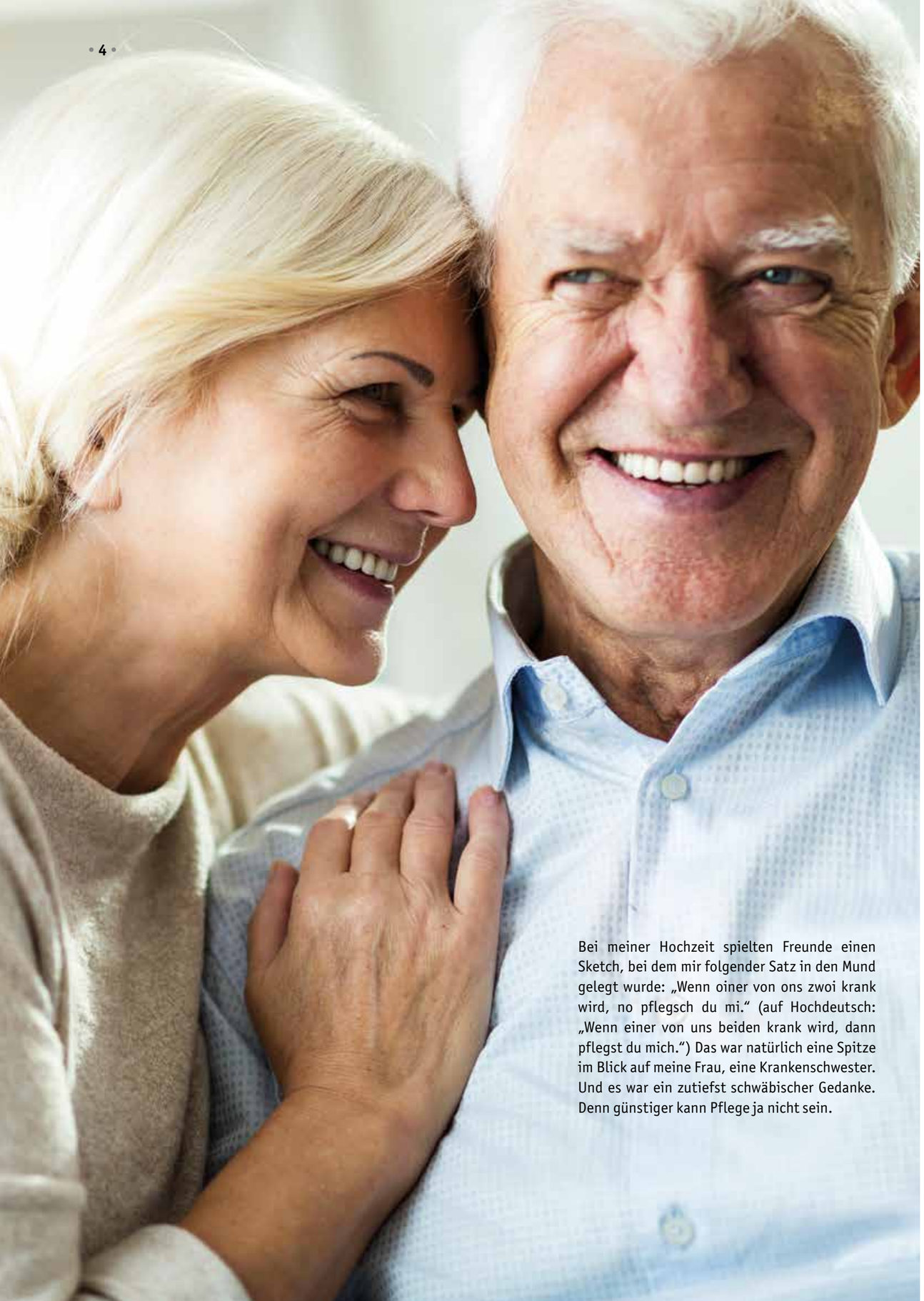
Sehr herausfordernde und belastende Monate liegen hinter uns. Die Auswirkungen auf unsere Seele und unsere Gemeinschaften werden noch lange spürbar sein. Was haben wir gelernt aus der Zeit der Pandemie? Sich mit weniger zufriedengeben, die kostbaren Kleinigkeiten des Alltags wieder wertschätzen, mehr Zeit zum Spielen und für Sport in der freien Natur gehörte für viele zur Überlebensstrategie im Lockdown. Aber auch die Erkenntnis, dass es ohne digitalen Anschluss nicht mehr geht. Dies ist insbesondere für die Generation der Hochbetagten eine große Herausforderung. Sie finden in unserem Heft auf Seite 30 eine kleine Rubrik dazu.

Das HORIZONTE-Team sowie die Fachkommission „Ältere Generationen“ grüßen Sie herzlich mit diesem Heft und wünschen Ihnen eine anregende Lektüre.

Ulrike Burkhardt-Kibitzki
Pastorin, ZK-Seniorensekretärin

Wir freuen uns über Unterstützung für HORIZONTE und die Arbeit mit älteren Generationen. Eine Kontoverbindung finden Sie auf Seite 2.

Foto: Klaus Ulrich Ruof



Bei meiner Hochzeit spielten Freunde einen Sketch, bei dem mir folgender Satz in den Mund gelegt wurde: „Wenn oiner von ons zwoi krank wird, no pflegsch du mi.“ (auf Hochdeutsch: „Wenn einer von uns beiden krank wird, dann pflegst du mich.“) Das war natürlich eine Spitze im Blick auf meine Frau, eine Krankenschwester. Und es war ein zutiefst schwäbischer Gedanke. Denn günstiger kann Pflege ja nicht sein.

Menschen *pflegen*

Deutschlands größter Pflegedienst

2017 wurden mehr als 2,5 Millionen pflegebedürftige Menschen zu Hause versorgt, zwei Drittel allein durch Angehörige. Warum tun Angehörige das? Natürlich auch, weil sie es einmal versprochen haben (siehe links). Häufiger aber ist es keine bewusste Entscheidung, sondern es beginnt mit Kleinigkeiten. Und dann wird allmählich mehr und mehr Unterstützung nötig. Selbst wenn die Versorgung irgendwann die eigenen Kräfte übersteigt, fällt es vielen Angehörigen schwer, Hilfe in Anspruch zu nehmen, den Mann, die Mutter in der Tagespflege anzumelden. Sogar eine anstehende Operation wird trotz ständiger Schmerzen hinausgezögert, damit der Partner nicht „im Stich gelassen wird“. Ich erinnere mich an ein Ehepaar, bei dem durch die Demenz des Mannes die Alltagsgestaltung immer schwieriger wurde. Dann musste wegen eines Wasserschadens die Wohnung halb ausgeräumt werden, die Bautrockner dröhnten den ganzen Tag. Erst jetzt wurde endlich klar: ohne Tagespflege geht es nicht mehr.

Auf der Seite der Gesundheitsberichterstattung des Bundes steht zu den Motiven der Pflegenden: „Wer sich dazu entschließt, einen nahestehenden Menschen zu Hause zu pflegen, tut dies in der Regel aus liebevoller Verbundenheit, aus Dankbarkeit oder aus dem Gefühl heraus, dazu verpflichtet zu sein.“ Viele gehen in dieser Aufgabe völlig auf. Aber diese Aufgabe kann auch bis an und über die Grenzen hinausführen. Eindrucksvoll wird das in dem Buch von Martina Rosenberg mit dem provokativen Titel „Mutter, wann stirbst du endlich“ geschildert.

Die Pflege eines Angehörigen verändert das eigene Leben radikal. Trotzdem werden Schmerz und Trauer darüber, dass das Leben ganz anders geworden ist, nicht immer empfunden oder gar geäußert. Da ist Herr A., der ganz in der Betreuung seiner Frau aufgeht. Frau A. leidet an stark fortgeschrittener Demenz und lebt in einem Pflegeheim. Herr A. ist fast immer bei ihr. Jede Mahlzeit ist ein Geduldsspiel. Herrn A. gelingt es, seiner Frau in ausreichender Menge Essen einzugeben. Das dauert oft eine Stunde. Er tut das, weil die Pflegekräfte sich nicht so viel Zeit nehmen können und trotz aller Mühe weit weniger Erfolg haben. Neulich sagte mir Herr A., der noch rüstig, aber schon 88 Jahre alt ist: „Ich merke, dass auch von meinen Tagen nicht mehr viele übrig sind.“ Trotzdem will er nichts an seinem Leben ändern. Aber es hilft ihm, die Trauer über das verlorene Leben mit mir zu teilen und daraus Kraft für das nächste liebevolle Esseneingeben zu schöpfen.

Pflege in Klinik, Pflegeheim und ambulantem Dienst

Mehr Aufmerksamkeit als pflegende Angehörige haben im „Coronajahr 2020“ die Pflegekräfte in Kliniken und Pflegeheimen bekommen. Trotz anfänglichen Beifalls und einer Prämie für einen kleinen Teil der Pflegekräfte hat ihre Situation sich aber nicht grundlegend geändert. Einige Stimmen von Pflegefachkräften habe ich im Herbst 2020 gesammelt.

Brigitte, 55 Jahre, liebt ihren Beruf und würde ihn wieder ergreifen. „Die Pflege auf der Intensivstation ist eine anspruchsvolle und abwechslungsreiche Tätigkeit, es gibt viele Interaktionen mit anderen Menschen, Patienten, Angehörigen, Kollegen, Ärzten. Man gelangt immer wieder in Situationen, die neu sind. Am wichtigsten ist mir aber, dass ich Menschen in Ausnahmesituationen beistehen kann.“ Was Brigitte belastet, sind Schichtdienst und Zeitmangel, aber auch „Patientenschicksale, die man mit nach Hause trägt“.

Andrea, 54, arbeitet in einem Dialysezentrum. Sie sagt: „Die Patienten, die neu an die Dialyse kommen, werden immer älter und haben sehr viele zusätzliche Erkrankungen. Häufig sind sie nur ein paar Monate bei uns, sterben dann. Was mir leid tut: dass ich häufig zu wenig Zeit für ein längeres Gespräch mit ihnen habe. Es gibt genaue Vorgaben, wieviele Patienten eine Pflegeperson pro Schicht versorgen muss, ständiger Zeitdruck, Personalmangel.“

Andrea ist beglückt, Verantwortung übernehmen und ihr Wissen einbringen zu können. Was motiviert sie? „Immer wieder ein Danke zu hören.“ Demirel, 34,

und Adela, 31, fügen hinzu: „Ein Lächeln, ein paar nette Worte tun gut.“ Belastend finden beide die besonderen Hygienemaßnahmen wegen der Corona-Pandemie.

Stefanie, 54, wusste schon als Kind, dass sie – wie es damals hieß – Krankenschwester werden wollte. Aktuell leidet Stefanie darunter, dass es vor allem um Desinfektion und Isolierung geht, nicht um die Bedürfnisse der Patienten. Noch etwas belastet sie: „Wir haben Angst, dass wir unwissend COVID-19 haben und Patienten anstecken. Für uns Pflegekräfte ist das eine sehr große Belastung hinterm Mundschutz.“

Fehlendes Personal, Arbeitsverdichtung, Zunahme der Dokumentation, mangelnde Wertschätzung bei hoher Verantwortung und zu geringe Bezahlung prägen die Situation der Pflege, trotz mancher Ansätze zur Verbesserung. Dennoch ist in den letzten Jahren das Interesse junger Menschen an Pflegeberufen gewachsen. 2019 haben 71.300 Personen eine Ausbildung in einem Pflegeberuf begonnen. Jedoch brechen 25 bis 30 Prozent ihre Ausbildung vor dem Examen ab. Am Bett tätig bleiben Pflegekräfte nach dem Examen im Schnitt 13,7 Jahre in der Krankenpflege und 8,4 Jahre in der Altenpflege.

Das macht klar: die Situation in der Altenpflege ist noch wesentlich dramatischer als in den Kliniken. Zahlen über offene Stellen gibt es nicht. 2017 kamen jedoch auf 100 Stellenangebote im Bereich der Altenpflege 29 Arbeitssuchende. Deshalb wird die gezielte Anwerbung von Pflegekräften aus dem Ausland als Lösung angesehen. Nach Schätzungen arbeiten zudem rund 300.000 Personen privat in der häuslichen Pflege, vor allem aus Osteuropa. Kulturelle Unterschiede und mangelhafte Deutschkenntnisse bringen aber viele Erschwernisse mit sich. Pflegekräfte mit Migrationshintergrund werden oft geringgeschätzt und sind häufiger verbaler und körperlicher Gewalt ausgesetzt. Um diesen Problemen zu begegnen, hat der Deutsche Evangelische Krankenhausverband im Herbst 2020 ein Positionspapier vorgelegt mit dem Titel „Starke Pflege im evangelischen Krankenhaus 2030“. Darin sind drei zentrale Ziele genannt, um die Pflege zu stärken:

1. Die Profession Pflege stärken
2. Beziehungsarbeit in der Pflege stärken
3. Gesundheit und Wohlbefinden der Pflegenden stärken

Menschen, die pflegen, leben in der Gemeinde

Erinnern Sie sich noch an Herrn und Frau A.? Beide waren früher kirchlich stark engagiert. Schon lange können sie zu Gottesdiensten und anderen Veranstaltungen in ihrer Gemeinde nur schwer oder gar nicht mehr kommen. Der Alltag benötigt alle Ressourcen, Räume oder Formate von Veranstaltungen sind ungeeignet, der Weg ist kaum zu bewältigen. Da ist es einfacher zu Hause zu bleiben. Auch wenn dadurch die Bedürfnisse nach Gemeinschaft, Austausch und Stärkung auf der Strecke bleiben, bei den Gepflegten und bei den Pflegenden. Gerade ihnen würde es sehr gut tun, wahrgenommen, unterstützt und begleitet zu werden.

Und auch Pflegekräfte sind Teil unserer Gemeinden. Sie haben es auf Grund der Dienstzeiten schwerer, am Gemeindeleben teilzunehmen und stehen besonders in der Gefahr, auszubrennen. Sie durch liebevolle Begleitung zu stärken, auch wenn sich die Beschwernisse in ihrem beruflichen Alltag dadurch nicht ändern, würde ihnen sehr helfen.

Die Frage, welche Pflege wir uns als Gesellschaft leisten wollen und dann im „Pflegefall“ auch bekommen, geht uns alle an. Für unsere alternde Gesellschaft brauchen wir in den nächsten beiden Jahrzehnten deutlich mehr Pflegekräfte. Wie es gelingen kann, sie zu finden, ist noch offen. Deshalb brauchen wir vor allem Bedingungen, unter denen Pflegekräfte gut und gerne und deshalb auch langfristig tätig sein können. Respekt vor ihrem Tun und Wertschätzung in Wort und Tat wären ein guter Anfang.

Die Frage, welche Pflege wir uns als Gesellschaft leisten wollen und dann im „Pflegefall“ auch bekommen, geht uns alle an. Für unsere alternde Gesellschaft brauchen wir in den nächsten beiden Jahrzehnten deutlich mehr Pflegekräfte.

Michael Burkhardt
Theologischer Direktor
Agaplesion Bethesda Klinik Ulm

Pflegen in Deutschland

Pflegekräfte in Krankenhäusern (2020):	475.000
Anteil der Frauen	85 %
Anteil der Teilzeitkräfte:	46 %
Anteil der Pflegekräfte über 45 Jahre	48 %
Pflegekräfte in Pflegeheimen (2017)	470.000
Anteil der Frauen	84 %
Anteil der Fachkräfte	49 %
Pflegekräfte in Pflegediensten (2017)	268.000
Pflegende Angehörige (Hochrechnung)	4.700.000
Mehrbedarf Pflegekräfte 2030 insgesamt (Vollzeit)	180.000

Quellen: www.gbe-bund.de; Positionspapier „Starke Pflege“ des DEKV

Gedanken aus biblischer Sicht: *Gepflegtes* LEBEN

Kaum jemand denkt an Pflege, wenn er oder sie von einem »gepflegten Leben« spricht. Tatsächlich aber gibt es kein gepflegtes Leben ohne Pflege. Denn gepflegt zu leben setzt einen pfleglichen, schonenden, bewahrenden Umgang mit dem Leben voraus. Im Anschluss an einige Passagen des Alten Testaments möchte ich zwei Aspekte dieses Zusammenhangs beleuchten: (1.) die Berufung des Menschen zu einem pfleglichen, bewahrenden Umgang mit seiner Welt und mit anderen Menschen und (2.) das pflegliche, schonende Handeln Gottes an seinen Geschöpfen.

Den Garten bebauen und bewahren: Pflege als Aufgabe des Menschen

Nach 1. Mose 2,15 erhält der Mensch den Auftrag, seinen Lebensraum »zu bebauen und zu bewahren«. Damit sind zwei entscheidende Aspekte menschlicher Arbeit genannt, ein zweifaches Verhältnis des Menschen zu seiner Welt: *Bebauen* ist das Bearbeiten des Ackerbodens mit dem Ziel der Produktion von Nahrungsmitteln. Im weiteren Sinne geht es um die Natur umgestaltende Arbeit des Menschen. *Bewahren* dagegen ist die Erhaltung des Lebensraumes durch Schonung und Pflege. Beides gehört zusammen und beides bedingt einander. Ein Bewahren ohne Bebauen bringt die menschliche Kreativität zum Erlöschen, ein Bebauen ohne Bewahren führt zur Zerstörung der Lebensgrundlagen.

Die Zerrissenheit des menschlichen Lebens jenseits von Eden besteht darin, dass beide Formen der Arbeit aus der Balance geraten sind. Das zeigt sich, wenn wir die Verwendung der beiden Ausdrücke in der Geschichte von Kain und Abel betrachten: Nachdem Kain, der Ackerbauer, seinen Bruder Abel, den Hirten, erschlagen hat, fragt ihn Gott: »Kain, wo ist dein Bruder Abel?« Kain antwortet frech: »Soll ich meines Bruders Hüter sein?« (1. Mose 4,9) Für »hüten« wird hier dasselbe Wort wie für »bewahren« in 1. Mose 2,15 verwendet. Mit anderen Worten: Der Mensch ist nicht nur zum Bewahren seines Lebensraums bestimmt, sondern auch zum Bewahren seines Bruders, seiner Schwester. Nur wer pfleglich mit seinem Mitmenschen umgeht, wird auch seinen Lebensraum pflegen und bewahren. Wer sich dagegen in stolzer Selbstbehauptung weigert, den Nächsten in seine Obhut zu nehmen, dem missrät auch das Bebauen des Ackers zu einer qualvollen Angelegenheit. Kain, der kein Bewahrer sein wollte, endet als ruheloser Bebauer, der dem blutgetränkten Boden seinen Ertrag abringen muss (1. Mose 4,12).

Im modernen kapitalistischen Wirtschaftssystem ist das Bewahren gegenüber dem Bebauen immer stärker ins Hintertreffen geraten. Auch wenn ein langsames Umdenken eingesetzt hat: Unser Umgang mit den natürlichen Lebensgrundlagen steht immer noch im Zeichen des gewaltsamen Umgestaltens: In jeder Minute wird eine Fläche von 30 Fußballfeldern Regenwald abgeholzt, um die industrielle Fleischproduktion zu sichern. Das Bewahren des Bestehenden, der pflegliche Umgang hat bestenfalls die Aufgabe einer nachträglichen Reparatur, die immer zu spät kommt.

Aber der Vorrang des Bebauens vor dem Bewahren prägt auch unsere sozialen Beziehungen. Das zeigt sich beispielhaft in der Wertschätzung von Berufen bis hin zur Bezahlung: Während Industriekonzerne mit Milliarden unterstützt werden, müssen Menschen in pflegenden, bewahrenden Berufen mit schönen Worten vorliebnehmen. Oft verbindet sich diese Rangfolge mit Geschlechterstereotypen: Bewahrende, pflegende Tätigkeiten gelten als typisch weiblich und werden deshalb schlechter oder gar nicht bezahlt.

Ein neues Verhältnis der Menschen zu ihren Lebensgrundlagen und zueinander würde eine radikale Umkehrung dieser Rangfolge bedeuten: Nicht mehr nur das Produzieren und Organisieren, sondern in gleicher Weise das Erhalten und Bewahren, das Pflegen und Schonen bedürfte gesellschaftlicher Anerkennung. Ein solches Verständnis entspricht unserer

Nicht mehr nur das Produzieren und Organisieren, sondern in gleicher Weise das Erhalten und Bewahren, das Pflegen und Schonen bedürfte gesellschaftlicher Anerkennung.

Einbettung in natürliche Zusammenhänge, denen wir nicht als Herren gegenüberstehen, sondern als Teilhaber zugehören.

Pflege und Bewahrung sind heute eine Überlebensfrage der Menschheit geworden. Gepflegtes Leben ist heilsam bewahrtes Leben. Das gilt gerade dort, wo es scheinbar nichts mehr leisten kann. Die Würde des Menschen besteht nicht darin, die Welt und andere Menschen zu beherrschen. Sie eignet gerade dem, der hilfs- und pflegebedürftig ist. Wie das Kind ist auch der alte Mensch in besonderer Weise auf Hilfe und Pflege angewiesen. Das gleiche gilt für Verfolgte und Schutzbedürftige auf der Suche nach einer neuen Heimat. Wenn wir anfangen zu begreifen, dass diese Hilfs- und Pflegebedürftigkeit keine Einschränkung, sondern ein Zeichen der Würde des Menschen ist, werden sich unsere Wertmaßstäbe entscheidend verschieben.

Interessanterweise taucht der Ausdruck »bewahren« in der Bibel noch in einem ganz anderen Zusammenhang auf: Die Einhaltung des Sabbat wird in den Zehn Geboten mit dem Wort »bewahren« beschrieben (5. Mose 5,12). Der Sabbat ist der Tag, an dem Mensch und Tier aufatmen können von der Last der Arbeit. Er ist der Tag des Sein-Lassens, der Tag, an dem die Ewigkeit die Zeit berührt und die Welt in ihrem ursprünglichen Glanz erstrahlt (Abraham Heschel). Eine der Bewahrung des Sabbat verpflichtete Ethik für unsere Zeit bricht den Bann des permanenten Bearbeitens durch einen neuen Blick für die Würde des Lassens. Denn auch Lassen ist eine Form des Bewahrens. Nachdem christliche und säkulare Ethik jahrhundertelang vor allem von der Frage geleitet war, was zu *tun* ist, wäre es Aufgabe einer sabbatlichen Ethik zu fragen, was wir *lassen* können und müssen, um das zu bewahren, zu schonen und aufatmen zu lassen, was uns anvertraut ist.

> Der Mensch ist bestimmt, Leben zu bewahren und pfleglich zu behandeln. So entspricht er Gott, dem Liebhaber des Lebens, der alles Lebendige schont.

Den glimmenden Docht nicht auslöschen: Gott als Liebhaber des Lebens

In Jesaja 42,1-4 wird uns eine merkwürdige Gestalt vor Augen gemalt, die Gott selbst als »mein Knecht« bezeichnet. Wer ist dieser »Knecht«? Schon der äthiopische Beamte, der auf dem Rückweg von Jerusalem in seine Heimat in der Schriftrolle des Propheten Jesaja liest, fragt den Apostel Philippus: »Von wem sagt der Prophet dies, von sich oder einem anderen?« (Apostelgeschichte 8,34) Daraufhin erzählt Philippus dem Äthiopier die Geschichte Jesu von Nazaret so, dass diesem aufgeht: In dieser Geschichte bewahrheitet sich, was die Gottesknechtslieder des Jesajabuches sagen.

Allgemeiner formuliert: Der geheimnisvolle Knecht Gottes ist der von Gott berufene Mensch, der Gottes Auftrag an der Welt ausführt, wie er Israel zugedacht war. Er soll Gottes gute Weisung zu den Völkern hinaustragen und das Recht auf der Erde aufrichten. Er ist der Gesandte Gottes, an dem die Welt erkennen soll, wer Gott ist und was er will. Doch nicht nur auf das Was, sondern auch auf das Wie kommt es an. Dieser Gesandte Gottes schreit nicht auf der Straße wie die Demagogen aller Zeiten. Seine Stimme tönt leise, aber vernehmlich. Und was für unser Thema besonders wichtig ist: »Er bricht das geknickte Rohr nicht entzwei und löscht den glimmenden Docht nicht aus« (Jesaja 42,3). Sein Umgang mit anderen, die Art, wie er seinen Auftrag erfüllt, ist ein schonender, pfleglicher. Das ist die Art und Weise, wie Gott in der Welt wirkt: Das verglimmende Leben wird nicht ausgelöscht, den Geknickten und Umgeknickten wird nicht der Garaus gemacht. Im Gegenteil: An ihnen zeigt sich, wer Gott ist und was er will.

Welch ein Kontrast zum Ideal der Schonungslosigkeit, das heute so oft propagiert wird! Den glimmenden Docht nicht auszulöschen, das heißt zum Beispiel in Zeiten der Corona-Pandemie, für den Schutz des Lebens auch dort einzutreten, wo dieses Leben geschwächt und gefährdet ist. Die Frage: »Wieso retten wir Menschen, die sowieso bald sterben?« ist ein Schlag ins Gesicht nicht nur der betroffenen Menschen, sondern auch ein Schlag ins Gesicht des Gottes, der das geknickte Rohr nicht zerbricht und den glimmenden Docht nicht auslöscht.

Auch hier ist ein radikales Umdenken vonnöten: Nicht zuerst das leistungsstarke und durchsetzungsfähige, sondern das halbe, fragmentarische Leben steht unter der besonderen Zuwendung Gottes. Und seien wir ehrlich: Das gilt bei näherem Zusehen für jedes Leben – früher oder später. Es liegt eine besondere Würde, ja Schönheit darin, dem Unvollkommenen Würde und dem Fragmentarischen Ganzheit zuzusprechen. Nicht, um die Schwäche zu feiern, sondern um darin die Kraft des Lebens zu entdecken (vgl. 2. Korinther 12,10).

Im Buch der Weisheit Salomos, einer auf Griechisch verfassten Schrift aus dem ersten vorchristlichen Jahrhundert, gibt es eine wunderbare Beschreibung des Schöpfergottes, die ganz auf dieser Linie liegt. »Liebhaber des Lebens« wird Gott dort genannt. Zeichen dieser Liebe ist es, dass Gott alles schont, was er geschaffen hat: »Du schonst alles, weil es dein Eigentum ist, Herr, du Liebhaber des Lebens!« (Weisheit 11,26) Schonung, Bewahrung, Pflege erscheinen hier geradezu als Wesenszug des Schöpfers und seines Umgangs mit den Geschöpfen. Oft genug hat das Christentum in seiner Geschichte große Worte für die herrschaftliche Souveränität Gottes gefunden. Aber es blieb seltsam sprachlos, wenn es um Gottes sorgenden, pflegenden Umgang mit der Welt ging. In gleicher Weise hat christliche Theologie eine besondere Empfindlichkeit für die Sünde des Menschen entwickelt. Was, wenn wir in gleicher Weise empfindlich würden für das Leiden der Geschöpfe Gottes, wie der große katholische Theologie Johann Baptist Metz immer wieder eingeklagt hat? Würden wir empfindlicher für das Leiden der Geschöpfe (auch das Leiden hinter der Sünde), würden wir dem Gedanken der Schonung, der Pflege auch in unserem Reden von Gott und zu Gott den Raum geben, der ihm gebührt.

Fassen wir zusammen: Der Mensch ist bestimmt, Leben zu bewahren und pfleglich zu behandeln. So entspricht er Gott, dem Liebhaber des Lebens, der alles Lebendige schont. Die Bibel stiftet uns an zu einer Revolution unseres Menschenbildes und unseres Gottesbildes.

Prof. Dr. Jörg Barthel
Professor f. Altes Testament
TH Reutlingen

Gepflegtes LEBEN – geteiltes LEBEN

Bei einem edlen Glas Rotwein im wohltemperierten Wohnzimmer ein gutes Buch lesen, mit vertrauten Freunden in einem gemütlichen Restaurant angeregte Gespräche führen, mit einem vertrauten Menschen in einem festlichen Konzertsaal wunderschöner Musik lauschen. Gepflegtes Leben. Kultiviert. Geschmackvoll. Hochwertig. Fein. Ein gepflegter Lebensstil. In gut einem Jahr beginnt mein Ruhestand und ich freue mich darauf, dann hoffentlich mehr Zeit zu haben für gute Bücher, anregende Gespräche und wunderschöne Musik. Gepflegtes Leben.

„Gepflegtes Leben“ gebe ich ein in die Suchmaschine. „Förderverein für pflegebedürftige Menschen“ spuckt Google aus. Auch bei den anderen aufgelisteten Antworten dreht sich alles um die Pflegebedürftigkeit älterer Menschen. Gepflegtes Leben.

Gepflegtes Leben hier – gepflegtes Leben dort. Die Spanne des Lebens. Die Spannung des Lebens: Zwischen kultivierter Lebenslust und pflegebedürftiger Lebenslast. Das Leichte und das Schwere. Ich bin fast 65 Jahre alt und freue mich auf ein gepflegtes Leben im Ruhestand. Aber wie schnell kann diese Hoffnung erschüttert werden? „Er hat sich so auf seinen Ruhestand gefreut und nach einem halben Jahr erkrankt er schwer und ist auf ständige Pflege angewiesen.“ Wer kennt solche Geschichten nicht? Ich weiß nicht, was mich erwartet in den nächsten Jahren. Wie lange werde ich gesund bleiben? Wann wird mein gegenwärtiges gepflegtes Leben zu einem gepflegten Leben mit körperlichen Einschränkungen? Wird meine Frau mich pflegen müssen? Werde ich meine Frau pflegen müssen? In einer Patientenverfügung und einer Vollmachtserklärung haben wir manches geklärt. Was soll geschehen bei dauerhafter Pflegebedürftigkeit? Pflege zu Hause oder in einer öffentlichen Einrichtung? Wir haben gemerkt, dass sich manches gar nicht vorher klären lässt.

Und wenn es mich trifft, dass ich Pflege brauche?

Wie wird das sein, wenn das gepflegte Leben zu einem gepflegten Leben wird? Oft genug verdränge ich diese Frage. Als gesunder und noch berufstätiger Mensch scheint sie weit weg zu sein. Nur manchmal, wenn in unserem Freundes- oder Bekanntenkreis Menschen durch einen Schicksalsschlag getroffen werden, nistet sich diese Frage in meinem Kopf ein. Wie wird das sein, wenn es mich trifft? Wie wird es sein, wenn es mich schon bald nach Beginn des wohlverdienten Ruhestands trifft? Ich kann nur hoffen, dass eine tiefe Dankbarkeit für mein bisher gelebtes Leben mich davor bewahrt, undankbar zu werden, wenn mein Ruhestand sehr schnell überschattet werden sollte von einschneidenden körperlichen Beeinträchtigungen. Wird diese Dankbarkeit mich dann tragen und kann ich auch mit der notwendigen Demut diese neue Lebenssituation annehmen? Wie können wir diese Situation als Ehepaar annehmen?

Das wird dann die Lebenskunst sein. Eine Lebenskunst, die sich nicht erschöpft im kultivierten Lebensstil, sondern sich bewährt auch im gepflegten Leben der körperlichen Bedürftigkeit. „Lebenskunst ist, Problemen nicht auszuweichen, sondern daran zu wachsen“, hat ein griechischer Philosoph der Antike einmal gesagt. Darauf hoffe ich: Dass mir beziehungsweise uns in dieser Situation dann eine notwendende Kraft zuwächst, vielleicht auch eine Kraft, die nicht aus uns selber kommt. Hier bewährt sich dann christliche Lebenskunst. Nicht die Stärke, nicht die Autonomie, nicht die absolute Freiheit sind Gradmesser für ein gelingendes Leben, sondern vor allem der Wert und die Würde des geschwächten und hilfebedürftigen menschlichen Lebens. Wir alle sind geliebte Geschöpfe Gottes. Diese geschenkte Würde eines jeden Menschen als Ebenbild Gottes kann auch zu einer solidarischen Kraft werden. Gepflegtes Leben wird geteiltes Leben.

> Eine Lebenskunst entwickeln,
> die sich nicht erschöpft im
> kultivierten Lebensstil, sondern
> sich bewährt auch im gepflegten
> Leben der körperlichen Bedürftigkeit.

„Gepflegt alt werden“. So der Titel einer ZDF-Dokumentation aus dem Jahr 2018. Gezeigt werden funktionierende Netzwerke von Helfenden, die Pflegebedürftige und auch die pflegenden Angehörigen im Alltag unterstützen. Gepflegtes Leben wird zu geteiltem Leben. Netzwerke mit professioneller und ehrenamtlicher Hilfe ermöglichen den Pflegebedürftigen deutlich länger ein selbstbestimmtes Leben im häuslichen Umfeld. Ermutigende Beispiele. Die Grundthese des Films: Statt Kommerzialisierung der Pflege eine Kommunalisierung der Pflege. Kommunen. Im ursprünglichen Sinne des Wortes sind das Gemeinschaften, in denen Menschen verbindlich zusammenleben. Bisweilen sind auch unsere Gemeinden solche Kommunen mit funktionierenden Netzwerken. Hier geschieht oft im Verborgenen viel Hilfe an Leib und Seele. Begleitung bei Arztbesuchen, ein schriftlicher Gruß, ein kurzes Telefongespräch, Einkäufe, Behördengänge, gemeinsames Kaffeetrinken mit viel Zeit zum Erzählen. Eine echte Community. Mich berühren diese Beispiele gelebter Gemeinschaft in unserer Gemeinde. Werde ich so etwas auch erleben, wenn ich hilfebedürftig bin? Eins ist mir klar: solche Netzwerke fallen nicht vom Himmel, sie müssen gepflegt werden. Heute schon.

Gepflegtes Leben wird zu geteiltem Leben. Die gute Botschaft: Im miteinander geteilten Leben kann sich durchaus gepflegtes Leben entfalten. Kultiviertes Leben. Zumindest ein Vorschein davon. Wer weiß, vielleicht auch bei einem edlen Glas Rotwein.

Jörg Mathern
Lehrer
Gelsenkirchen

Anzeige

Erholung in den Martha-Maria-Hotels

HOTEL TEUCHEL WALD

★★★★

Hotel Teuchelwald (mit Klinik Hohenfreudenstadt)

• 1. März bis 19. Dezember 2021 – Jubiläum Special

3 Übernachtungen 260 € und 4 Übernachtungen 330 €
Pauschalpreis pro Person inkl. Halbpension

• 1921 – 2021 – 100 Jahre Hotel Teuchelwald
Schwarzwälder Jubiläumswochen

25. April bis 2. Mai 2021
18. bis 25. Juli 2021
29. August bis 5. September 2021

Vielfältige Angebote rund um und mitten im Schwarzwald

Hotel Teuchelwald, Schömberger Straße 9, 72250 Freudenstadt (Schwarzwald)
Telefon (07441) 532-0, rezeption@hotel-teuchelwald.de
www.hotel-teuchelwald.de

Martha-Maria-Hotel Hohenschwangau

Zahlreiche Angebote im Jahreslauf

• 27.6.–4.7.2021 – Mit dem Bus durch die Ostalpen
Traumhafte Tagesausflüge u.a. nach Südtirol (Schloss Juval), Österreich (Großer Ahornboden) und Oberbayern (Mittenwald) mit Hotelleiter Dennis Cramer

• 23.09.–26.09.2021 – Forum Alpen & Ökologie
Fundierte Fachvorträge und einsichtsreiche Exkursionen zu den Themen Klimawandel und nachhaltiger Tourismus

• 24.10.–29.10.2021 – Kunst- und Wanderwoche
Entdeckungsreisen im Pfaffenwinkel, zu Kirchen und Klöstern, zu sich selbst und zu Gott mit Pastor Winfried Bolay und Doris Hähnel-Pilzer

MARTHA MARIA
Unternehmen Menschlichkeit

Martha-Maria-Hotel Hohenschwangau
Pöllatweg 5, 87645 Hohenschwangau
Telefon 08362 -81142, hotel.hohenschwangau@martha-maria.de
hotel-hohenschwangau.martha-maria.de

Diakonie

Was heißt für mich: Gepflegtes LEBEN?

Gepflegtes Leben“ – was bedeutet das für mich und für uns als älter werdendes Ehepaar? Ganz persönlich möchte ich darüber berichten.

Seit Jahren erleben und gestalten wir unseren gemeinsamen Ruhestand; auch wenn die Corona-Pandemie unser aller Leben gerade extrem bestimmt und verändert.

Aber „Gepflegtes Leben“ betrifft rundum meinen gesamten Lebensstil im Alltag.

„Gepflegtes Leben“ im Alltag

Das beginnt schon morgens vor dem Frühstück. Mein Mann und ich starten täglich gemeinsam mit einem Lied – singend durch das Gesangbuch hindurch mit Berücksichtigung des Kirchenjahrs. Dieser Input aus Text und Melodie ist in unserer Ehe längst ein Ritus geworden.

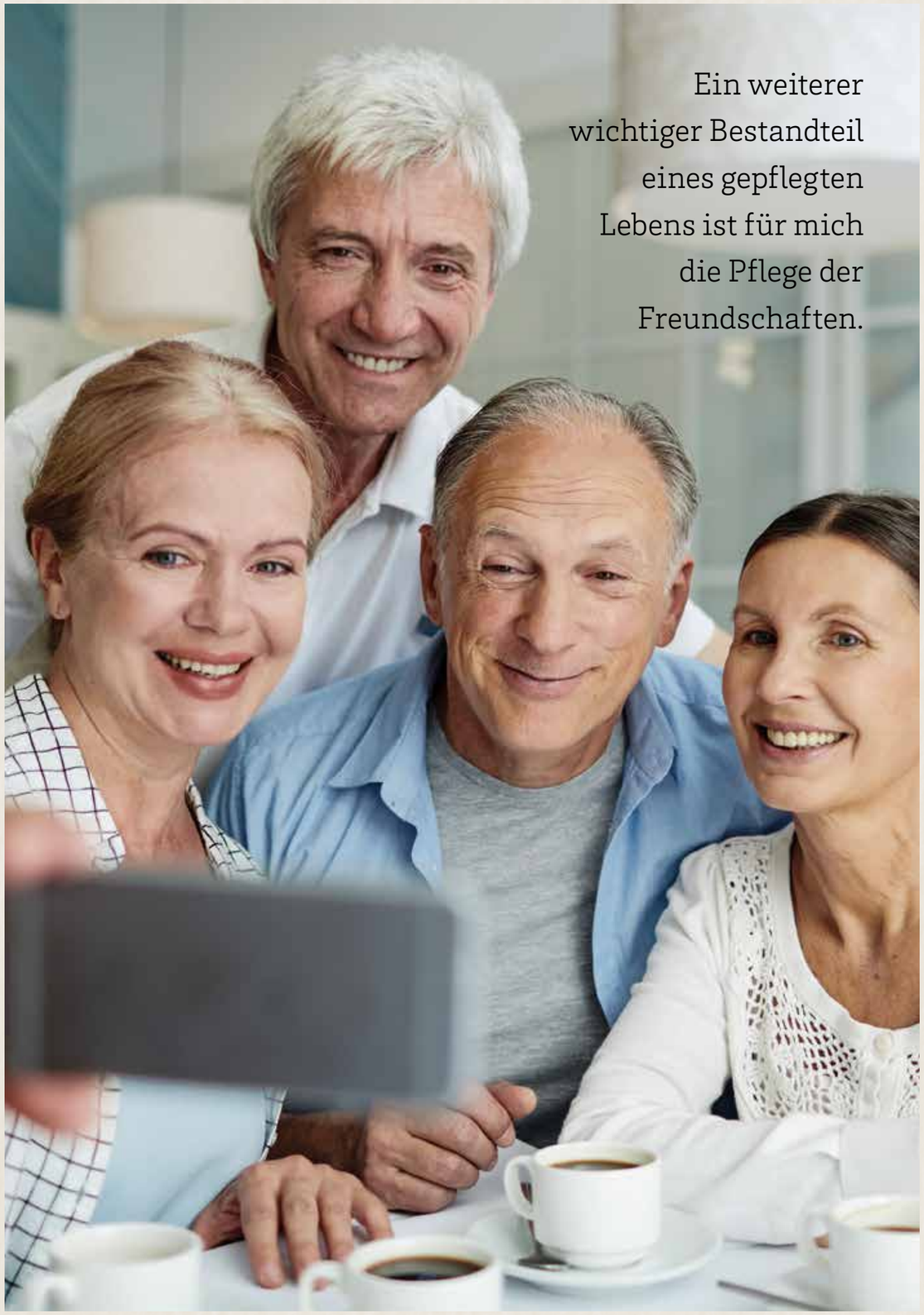
Dann genießen wir in Ruhe das reichhaltige Frühstück. Anschließend ist Zeit zum Lesen der Tagespresse. So informiert folgt dann die biblische Tageslese. Gut gerüstet und dankbar starten wir in den Tag.

Wohltuend und erfrischend ist vor dem Frühstück auch der wöchentliche Besuch im Fitnessstudio mit Yoga und Lauftraining oder gelegentlich ein rascher Lauf über die Wiesen hinauf in den Wald. Durchatmen und die Morgenstimmung mit allen Sinnen aufnehmen.

Es folgt die Arbeit im Haushalt, Telefonate, E-Mails, Besorgungen, Besuche machen … oder Gartenarbeit ist angesagt. Die Jahreszeiten bestimmen das Tun und Schaffen von der Obstbaumblüte bis zur Ernte, von den Frühblühern bis zur letzten Rose. Die Wunder von Gottes guter Schöpfung sind stets vor Augen. Der Garten ist meine Lust und mein körperliches Fitnessprogramm, neben meiner Yogagruppe. Aber auch das Relaxen und die anschließende Erholung ist in die Lebenspflege integriert. Ebenso gehören Gartenfeste mit Familie, Kindern, Enkelkindern und Freunden zu unseren Highlights.

„Gepflegtes Leben“ in der Familie

Viel Pflege und Liebe gehören unserer Familie. Anteilnehmen am Leben der Kinder mit ihren Familien. Acht Enkelkinder sind alle herzerfrischend, bereichern unser Leben und beleben den Austausch zwischen den Generationen.



Meine nun 99-jährige Mutter, inzwischen lebt sie in einer Senioreneinrichtung ganz in unserer Nähe, hat ihren festen Platz in der Familie. Meine regelmäßigen Besuche erhellen ihre Tage mit Spiel, Buchbetrachtung, Gesprächen über längst Vergangenes.

Meine Mutter war Damenschneiderin und übte ihren Beruf damals in unserer Wohnung aus. Als Kind erlebte ich hautnah *„Kleider machen Leute“*, wie meine Mutter ihre Kundinnen beriet, benähte und anzog. Ich selbst wurde nie Schneiderin.

Jedoch wurde ich durch ihre Arbeit geprägt – das Gefühl für schöne Textilien, feine Stoffe, edle Tuche … Die damit verbundene Sicht- und Arbeitsweise ist mir geblieben; bis heute!

„Gepflegtes Leben“ durch Mode und Raumgestaltung

Gerne werfe ich einen Blick auf die Mode. Mode ist nicht unbedingt lebensnotwendig, aber sie kann das Leben schöner machen. In entsprechender Kleidung fühle ich mich gut und wohl.

Regelmäßig begegne ich einem etwas älteren Ehepaar. Beide adrett gekleidet. Sie stets schick und geschmackvoll angezogen. Ich sprach sie einmal daraufhin an. Ihre prompte Antwort: *„Wenn ich sonntags zum Gottesdienst gehe, mache ich mich schön zur Feier Gottes.“* Eine wunderbare Einstellung; besonders wenn man bedenkt, dass die „Feier Gottes“ überall, alltäglich und immer stattfinden kann (soll). Seither freuen wir uns über unsere Begegnungen – manchmal mit, manchmal ohne Kommentar.

Sehr gerne denke ich auch an meine Kunst- und Werklehrerin zurück. Sie hat mich fachkundig angeleitet und mir freie Hand gelassen im Experimentieren mit Materialien, Farben und Formen. Ihre Devise dabei war jedoch: „Weniger ist mehr“! Und das ist mir geblieben.

So habe ich viel Freude, wenn es darum geht, nicht nur bei bestimmten Anlässen, Festen oder Feiern Räume zu schmücken, Blumen und Pflanzen zu arrangieren. Jedoch auch hier gilt „weniger ist mehr“. Ist das Ergebnis gelungen und die Menschen freuen sich, dann macht es mich froh.

„Gepflegtes Leben“ in der Partnerschaft, im Freundeskreis und durch Kultur

Ein Augenmerk gehört der Pflege der Partnerschaft. Der Alltag läuft in der Regel rund und selbstverständlich so vor sich hin. Es sollte kein Trott aufkommen. Ihn gilt es zu durchbrechen mit netten Überraschungen, beispielsweise ein schön gedeckter Tisch, Blumen und Kerzen, ein gutes Essen gemeinsam gekocht und den Tag gemütlich mit einem Glas Wein ausklingen lassen.

Höhepunkte bieten Theater- und Konzertbesuche, Kunstausstellungen, mal ein Kinofilm, Reisen und Wanderungen. Leider kommt das gemeinsame Tanzen zurzeit etwas zu kurz und muss wieder intensiviert werden. Die gemeinsamen Erlebnisse beflügeln ungemein, bieten Anregung zum Austausch und lebhaften Diskussionen.

Das Musizieren zu Hause beim Klavierspiel sowie das Singen im Gemeindechor und in der Kantorei ist Wohltat und Pflege für Leib und Seele.

Ein weiterer wichtiger Bestandteil eines gepflegten Lebens ist für mich die Pflege der Freundschaften. Gemeinsam Spaß haben und Herausforderungen annehmen bei unterschiedlichen Aktionen, beim Wandern, Fahrradfahren, Reisen. Dies schafft neue Einsichten, Perspektiven, und auch der Gedankenaustausch bei kontroversen Diskussionen ist förderlich für ein gepflegtes Miteinander. Füreinander da sein auch in nicht so guten Zeiten.

„Gepflegtes Leben“ trotz und in der Corona-Zeit

Die Corona-Zeit jedoch zeigt, wie dieser Reichtum an Begegnung mit Menschen und mit Kultur eingeschränkt und verändert ist. Corona hat uns aber auch auf neue Ideen gebracht. Mein Mann und ich ziehen regelmäßig los und durchstreifen die nahe Umgebung, machen dabei ungeahnte Entdeckungen in der Landschaft, in der Natur und in unterschiedlichen Begegnungen mit Menschen.

„Gepflegtes Leben“?

Einen kleinen Einblick nur konnte ich geben, wie ich beziehungsweise wir als Partner unser gemeinsames Leben gestalten und pflegen. Es ist ein Leben, das uns so viel Schönheit und Reichtum schenkt und das wir gestalten und auskosten können dank Gesundheit und körperlicher Fitness, trotz manchen Einschränkungen und Höhen und Tiefen.

Dafür bin ich unendlich dankbar. Dankbarkeit ist ein wichtiger Bestandteil eines gepflegten Lebens.

Noch ein kurzer Nachsatz:
Meine Geburtstagsgäste erfreuen mich jedes Jahr mit meinem Wunschlied von Hannes Wader *„Heute hier, morgen dort …“*

Pflege zu Hause

Seit sieben Jahren arbeite ich als Altenpfleger bei einem ambulanten Pflegedienst und möchte hier einen kurzen Erfahrungsbericht geben. Unter den passenden Rahmenbedingungen erleben ja viele Pflegebedürftige und Angehörige die häusliche Pflege als eine große Hilfe und Entlastung. Denn dadurch ist es ihnen trotz zunehmender alters- oder krankheitsbedingter Eingeschränktheit möglich, weiterhin in ihrem vertrauten Umfeld zu leben und Familie, Nachbarn und Bekannten zu begegnen. Diese Hilfe und Unterstützung geben zu können, ist eine sehr dankbare und erfüllende Tätigkeit.

Wie wohl in jedem sozialen Beruf erfordert die Arbeit in der Pflegepraxis im fachlichen und im zwischenmenschlichen Bereich ein ständiges Lernen, Anpassen und Wachsen. Die Rollenbilder sowohl der Pflegebedürftigen als auch der Pflegekräfte und die damit verbundenen Erwartungen haben sich ja in den letzten Jahrzehnten deutlich gewandelt und sind in fortwährendem Fluss. Dies macht ein ständiges Reflektieren des eigenen Tuns unerlässlich, so auch bei der Arbeit in der häuslichen Umgebung. So ist nach meiner Erfahrung eine umfassende Beratung über mögliche Pflegeleistungen bei gegebenem Pflegegrad sowie über zusätzliche Betreuungs- und Entlastungsleistungen ebenso wichtig wie die Akzeptanz der jeweiligen häuslichen Verhältnisse. Viele Betroffene wollen ja kein noch so gut gemeintes Pflegekonzept auferlegt bekommen. Vielmehr trifft man auf unterschiedlichste individuelle Lebensphilosophien und Menschen mit unterschiedlichen Einkommen. Letztlich bin ich als Pflegekraft ein Gast in einem rechtlich geschützten privaten Umfeld und wie in vielen anderen sozialen Bereichen ist auch hier eine wertschätzende Kommunikation, geleitet von Empathie und Menschenliebe, unerlässlich.

Herausforderungen der ambulanten Pflege

Die Arbeit in der ambulanten Pflege bringt auch im fachlichen Bereich besondere Herausforderungen mit sich. So bin ich ja auf meiner Tour in der Regel auf mich allein gestellt und muss gegebenenfalls vor Ort wichtige Entscheidungen treffen. Da kann zum Beispiel ein Klient eine vorübergehende Unpässlichkeit haben, die gegebenenfalls eine zeitnahe Abklärung durch den Haus- oder Bereitschaftsarzt erfordert oder aber es bahnt sich, oft nicht eindeutig genug zu erkennen, eine Notfallsituation an. Natürlich darf ich keine Verantwortung übernehmen, die meine Kompetenzen übersteigt, also muss ich doch lieber einmal mehr einen Arzt informieren und die Verantwortung an dieser Stelle abgeben. Wie verhalte ich mich aber richtig, wenn der Patientenwunsch dem entgegensteht? Unerlässlich ist in jedem Fall eine genaue Dokumentation, dennoch ist eine stärkere psychische Belastung spürbar.

Einsamkeit und Isolation sind in vielen Fällen ein großes Thema. Oft leben Pflegebedürftige allein in ihrer Wohnung, weil der Lebenspartner schon verstorben ist. Durch zunehmende körperliche Einschränkungen können sie die Wohnung nur noch in Begleitung oder gar nicht mehr verlassen. Die Kinder leben vielleicht in größerer Entfernung oder es gibt keine eigenen. Bekannte und Weggefährten sind auch oft nicht mehr mobil oder leben nicht mehr. Die Folgen sind Isolation und Einsamkeit. Der Erfahrungshorizont verengt sich stark und mangelnde Kommunikation und Interaktion führen oft zu einem weiteren körperlichen und geistigen Abbau. Oft erlebe ich es, dass das Fernsehen die einzige Möglichkeit ist, diese Einsamkeit zu mildern. Was aber ist, wenn durch eine Augenerkrankung auch das nicht mehr geht? In vielen Fällen ist dann der Besuch des Pflegedienstes der Höhepunkt des Tages. Dies führt mir immer wieder vor Augen, wie wichtig für jeden Menschen eine starke soziale Vernetzung im aktiven Leben ist. Je stärker diese ist, umso geringer ist das Risiko für eine spätere Vereinsamung. Eine Kirchgemeinde zum Beispiel, die Menschen zusammenbringt und aufeinander achten lässt, kann dabei eine ganz wichtige Rolle spielen. Man kann also nicht genug darauf hinweisen, dass wir sensibel für die Situation unserer älteren Mitmenschen sein müssen und diese so weit wie möglich in unser Miteinander einbeziehen.

Während ich diese Zeilen schreibe, zieht das Covid19-Infektionsgeschehen immer weitere Kreise. Die betreuten Klienten gehören ja größtenteils zur Risikogruppe und trotz verschärfter Hygienemaßnahmen und Schutzkleidung birgt die körperliche Nähe bei der Pflege ein hohes Übertragungspotential. Entsprechend trage ich als Pflegekraft eine hohe Verantwortung, das Infektionsgeschehen soweit wie möglich von den Pflegebedürftigen fernzuhalten inklusive mich selbst zu schützen. Daneben sind zusätzliche Dienste abzusichern, weil sich immer wieder Teamkollegen in Quarantäne begeben müssen. Das alles führt zu weiteren physischen und psychischen Belastungen. Aber auch für viele Pflegebedürftige verschlechtern sich derzeit die Lebensumstände. Aus der berechtigten Sorge vor einer Ansteckung unterbleiben die Besuche der Kinder oder anderer Bezugspersonen und Kontakte beschränken sich nur auf das Allernötigste. Auch wenn nach meiner Erfahrung die meisten dies als geboten akzeptieren, so nehmen doch in der Folge Hilflosigkeit, Ängste und das Gefühl von Verlassenheit zu.

Wie kann ich als Pflegekraft all diese Herausforderungen auf Dauer bewältigen und diesen Dienst weiterhin mit Freude tun? Klar ist, dass ich meine eigenen Bedürfnisse und Wünsche nicht vernachlässigen darf, ein gewisses Maß an Selbsthygiene und Resilienz ist unerlässlich. So erweist sich für mich auch das Gebet als eine gute und wichtige Möglichkeit, meine Belastungen abzulegen und neue innere Kraft zu tanken. Ebenso kann es hilfreich sein, für Pflegebedürftige zu beten, und wenn ich dies ihnen gegenüber signalisiere, kann es auch für sie Erleichterung und Geborgenheit bedeuten.

Torsten Gräbner
Altenpfleger
Crottendorf

FRAGEN

an Menschen, die ein *gepflegtes* LEBEN führen

Maren B. erzählt

Es war ein schleichender Prozess, der zu meinem „gepflegten Leben“ geführt hat. Ich leide seit vielen Jahren an Multipler Sklerose, einer Erkrankung des zentralen Nervensystems, die in meinem Fall nicht schubförmig, sondern chronisch schleichend voranschritt und die Behinderungen unterschiedlichster Art auslösen kann. Anfangs konnte ich das noch kompensieren. Treppensteigen? Mit Geländer. Weiter Weg? Ich nehme das Fahrrad. Fahrradfahren geht auch nicht mehr? Ich bleibe zu Hause. Also entweder durch Hilfsmittel wie Haltegriffe meine Selbständigkeit einigermaßen aufrechterhalten, oder eben auf Dinge verzichten, oft auch aus Scham.

Das tägliche Leben wurde so immer anstrengender und eingeschränkter und irgendwann kamen der Schwerbehindertenausweis und die Pflegestufen. Tatsachen, die ich innerlich überhaupt nicht annehmen konnte. Einfach dazu zu stehen, wie es mir wirklich geht, fiel mir unglaublich schwer, weil ich es als Versagen wahrnahm und deswegen alles versuchte, um so normal wie möglich zu wirken. Der Schuss ging jedoch nach hinten los, die Anstrengung und der Frust wurden immer größer und ich glaube, es wäre für alle Beteiligten einfacher gewesen, wenn ich zu meinen Einschränkungen hätte stehen können.

Am meisten belastet mich als Gepflegte neben den Behinderungen, die einfach nur nerven, das „Anderen-zur-Last-Fallen“ und natürlich die allgemeine Unsicherheit und Angst. Die Angst kann ich vor allem durch die konsequente Hinwendung zum Hier und Jetzt in Schach halten. Das „Anderen-zur-Last-Fallen“ ist mehr oder weniger Fakt. Ich kann es nur abmildern, indem ich dann nicht auch noch das schlecht gelaunte, leidende Opfer gebe. Wo ich mich schäme oder es mir peinlich ist, bei so banalen Dingen um Hilfe bitten zu müssen, ist für die anderen oft gar kein Problem.

Mein Mann ist mein Pfleger. Da ist es am besten, wenn ich die zahlreichen Hilfen, die er leistet, als „tätige Liebe“ annehmen kann und wenn ich klare Ansagen mache, was ich jetzt brauche. Am allerbesten ist es natürlich, wenn wir so locker und humorvoll wie möglich damit umgehen können.

Die gravierendsten Veränderungen hängen also auch mit dem Selbstbild zusammen. Zugespitzt gesagt, wie viel bin ich noch wert, wenn ich nicht mal selbständig aufs Klo kann? Und der Vergleich mit Altersgenossen ist auch nicht gerade hilfreich. Man lebt in einer anderen Welt, kennt aber die normale Version und fühlt sich dieser eigentlich auch zugehörig.

Als Kind lernte ich, dass man zu Kranken und Behinderten nett sein soll und lächelte fleißig jeden Rollstuhlfahrer an.

Aber ICH doch nicht! Ich hab doch mit denen nichts zu tun, ich bin normal! Ein mehrfach schwerst Normaler!! Nur langsam lerne ich, von meinem hohen Ross zu steigen und in jedem Menschen „den Bruder/die Schwester“ zu sehen. Behinderte sind nicht automatisch die besseren Menschen! Also ich zumindest nicht!

Das Abhängigsein von anderen versuche ich soweit als möglich zu vermeiden. Da wäre es natürlich super, wenn es selbstverständlich wäre, dass es im öffentlichen Raum keine Barrieren gibt.

Andererseits bieten diese kleinen und großen Hindernisse oft das Potential, Kontakt zu wildfremden Menschen aufzunehmen, die, so ist meine Erfahrung, meistens gerne helfen.

Ich werde manchmal dafür bewundert, mich so in der Öffentlichkeit zu zeigen. Aus verschiedenen Gründen. Meistens ist es positiv gemeint. Es kann auch noch Erbe einer unbewussten, tief verwurzelten Denke von unwertem Leben sein. In unserer Gesellschaft wird ja alles, was unangenehm ist, aus dem öffentlichen Leben verbannt. Behinderte, Alte, Kranke und Sterbende kommen in eigens dafür vorgesehene Einrichtungen.

Wir sitzen als Menschen ja im Grunde alle in einem Boot und sich zugehörig fühlen ist für alle wichtig. Was ich mir wünsche im Umgang mit mir ist deswegen das, was allen Menschen guttut: Die Person hinter der Behinderung wahrnehmen. Das lässt sich auf jeden übertragen. Also den einzigartigen Menschen sehen unter der Uniform und hinter den verschiedensten Masken, die jeder so vor sich herträgt.

Und fragen, bevor man hilft. Zum Beispiel ist die Frage „Darf ich helfen?“ gut. Sie signalisiert Freiwilligkeit auf beiden Seiten und Begegnung findet so auf Augenhöhe statt.

Timo Pass im Interview

Lieber Timo, bei Pflege denken die Meisten eher an ältere Menschen. Du bist 25 Jahre alt und dennoch Fachmann für „Gepflegt werden“ aufgrund deiner besonderen Lebenssituation. Wie kam es dazu, dass du „ein gepflegtes Leben“ führst?
Als ich vier Jahre alt war, diagnostizierte man bei mir eine erblich bedingte Muskelerkrankung. Bis zum Ende der Grundschule ergaben sich daraus noch geringe Einschränkungen, dann folgte der Rollstuhl und seit 2014 habe ich eine 24-Stunden-Assistenz.

Was sind für dich die gravierendsten Veränderungen?
Dass immer jemand bei einem ist und man nichts allein tun kann. Zuerst waren es die Eltern und meine Schwester, dann betreute mich ein ambulanter Pflegedienst oder Mitarbeitende des Roten Kreuz, zum Beispiel in der Schule. Das bedeutete eine ständige, aufwändige Organisation von Begleitpersonen. Eine Erleichterung erfolgte 2014 durch die Umstellung auf die Betreuung durch die EVA (Evangelische Gesellschaft) in Stuttgart, die die Betreuung komplett aus einer Hand übernahm und somit auch die lückenlose Einteilung der Assistenzkräfte, die immer ein bis drei Tage und Nächte bei mir sind.

Gibt es für die Begleitung Hilfsmittel?
Sicher: zum Beispiel E-Rollstuhl, Lifter für jegliche Art von Transfer (Krankenbett, Toilette, Badewanne), Atemmaske für die Nacht, ein Auto mit Rollstuhlrampe, Aufzug in der Wohnung.

Wie kommst du damit zurecht, dass du ständig jemanden für den Alltag brauchst?
Meine Eltern haben mir bei der Entwicklung der Selbständigkeit geholfen, leider ist es aber nach wie vor so,

Wir sitzen als Menschen ja im Grunde alle in einem Boot und sich zugehörig fühlen ist für alle wichtig. Was ich mir wünsche im Umgang mit mir ist deswegen das, was allen Menschen guttut: Die Person hinter der Behinderung wahrnehmen.

dass viele Anpassungen und Umbauten nur mit privater Finanzierung möglich sind. Freunde, Menschen aus der Kirchengemeinde unterstützen mich. Beim Studium erlebe ich meine Umgebung sehr entgegenkommend. Ich kann daher positiv und optimistisch mit diesen Einschränkungen umgehen. Natürlich gibt es Momente, wo es schwerfällt, dass man manches nur mit intensiver Vorbereitung oder gar nicht kann, beispielsweise an der Klettertour teilnehmen (lacht) oder ganz banal selbst ein Buch aus dem Regal holen. Gewöhnungsbedürftig ist, dass ständig wechselnde Menschen in deinem Haushalt vieles anders machen, als du es gewohnt bist oder vielleicht willst.

Was belastet dich am meisten?

Es ist zeitweise lästig, immer wieder die gleichen Erläuterungen abgeben zu müssen. Häufig ist Behinderung das Gesprächsthema. Davon abgesehen nehme ich belastende Nachteile nicht so wahr, sondern fokussiere mich auf das, was geht. Bei der Jobsuche erlebe ich schon eine gewisse Zurückhaltung. Das Diskriminierungsgesetz schützt zwar, aber manchmal entsteht schon der Eindruck, dass andere Begründungen für eine Absage herangezogen werden.

Was erfüllt dich in vorher ungeahnter (ungekannter) Weise?

Durch viele wechselnde Assistenten in der Betreuung lerne ich viele unterschiedliche Berufsbilder und Studiengänge mit spannenden Lebensentwürfen kennen, die bereichernde Erfahrungen für mich beinhalten.

„Angewiesen sein“ bedeutet in gewissem Maße „abhängig sein“. Wie kommst du damit zurecht?

Mein Eindruck ist, dass mein Umfeld mich nicht als abhängig wahrnimmt. Abhängigkeit ist sicher Bestandteil dessen, dass man auf Hilfe angewiesen ist, aber dieser Blickwinkel ist für mich nicht im Vordergrund.

„Inklusion“ wird heute in vielen Zusammenhängen angemahnt – wo müsste das mit deutlich mehr Leben gefüllt werden?

Neben Mut machenden Erfahrungen gibt es da oft Handlungsbedarf bei öffentlichen Behörden und Einrichtungen. Die Infrastruktur des öffentlichen Nahverkehrs ist häufig veraltet, wenngleich freundliches Personal mit praktikablen Lösungen diese Defizite oft auffängt. Man muss eben immer sämtliche Fahrten voranmelden und das Ein- und Aussteigen an Bahnhöfen bleibt dann trotzdem spannend und kann auch an einem defekten oder nicht vorhandenen Aufzug scheitern.

Was rätst du deinen Mitmenschen im Umgang mit Menschen mit Handicap?

Geht offen und ehrlich auf die Leute zu, behandelt sie „normal“. Redet nicht mit der Begleitung über den Behinderten, das erleben wir als geringschätzig. Habt Personen mit Handicap im Blick, wenn ihr Programme und Projekte plant. Und an die Politik: Es wäre hilfreich, den rechtlichen Rahmen der intensiven Hilfeleistung zu vereinfachen, die strengen Auflagen für Einkommen und Vermögen bei der Beantragung von Pflegedienstleistungen zu überarbeiten, weniger kostenorientiert, sondern auf die Belange der behinderten Menschen ausgerichtet zu denken. Und ja: bei Pflege dürfen nicht nur ältere Menschen im Blick sein, sondern – was Bewerbungen, Formulare und Pflegeeinstufung betrifft – auch die aktiven, die mitten im Leben stehen.

Timo, wir danken dir für das Gespräch und wünschen dir für die Zukunft Gottes Segen.

Geht offen und ehrlich auf die Leute zu,
behandelt sie „normal“. Redet nicht
mit der Begleitung über den Behinderten,
das erleben wir als geringschätzig.
Habt Personen mit Handicap im Blick,
wenn ihr Programme und Projekte plant.

Anzeige

Vorschlag für einen Seniorenkreis:

Gepflegtes LEBEN

Sie finden hier einige Bausteine, die weiter ergänzt werden können oder als zusätzliche Ideen benützt werden können, wenn im Ablauf dafür Zeit ist.

Vorbereitung: Tischdekoration mit Service; Bücher mit Geschichten im Dialekt suchen; selbstgebackener Kuchen; „Arbeitskleidung wie im Café“ (mit Servierschürzchen); Pflanzenableger ziehen …

Da wir unter einem „gepflegten Leben“ sehr Unterschiedliches verstehen und unsere Vorstellungen davon vielfältig sind, könnten diese Varianten z. B. schon bei der Tischdekoration ausgedrückt werden:

a) Stofftischdecke, Stoffservietten, Serviettenringe, Schnittblumen, Kerzen, …
b) Tischdecke, Platzkärtchen, Service mit Sammeltassen, Blumenschmuck …
c) Ohne Tischdecke, Papierserviette, einfarbiges Service oder Lieblingsgedeck mitbringen lassen …

Einstieg mit unterschiedlichen Liedern:
Leben aus der Quelle, leben nur aus dir, leben aus der Quelle des Lebens. Aus: Feiert Jesus, Quelle: Musixmatch
Du gibst das Leben, das sich wirklich lohnt (Gerhard Schnitter)
GB 129,3 Du hast gesagt, ich bin das Leben
GB 568 Wo Menschen sich vergessen, die Wege verlassen und neu beginnen, ganz neu
GB 20 All die Fülle ist in dir, o Herr

Andacht

- Grundlage für eine Andacht könnte die biblische Betrachtung von Jörg Barthel in diesem Heft (S.8ff) sein.
- Sie können auch einen der dort aufgeführten Bibeltexte für eine kurze Andacht auswählen (1.Mose 2,15; Jesaja 42,3; 2.Kor 12,10; Weisheit 11,26)
- Auch eine Liedstrophe eignet sich für eine Andacht, z.B. von Paul Gerhardt, GB 371,1
  Befiehl du deine Wege
  und was dein Herze kränkt
  der allertreusten Pflege
  des, der den Himmel lenkt.

Weitere Gestaltung
Einzelne Themen an Tischgruppen besprechen
Gepflegte Sprache: Hochdeutsch – Dialekt – Gedichte, Geschichten, Witze
Tischkultur: Welche Regel am Tisch mussten Sie als Kinder lernen? Welche Regeln gaben Sie selbst weiter? (beim Essen redet man nicht / schmatzen und rülpsen / Hände auf den Tisch / wer schöpft als erstes? Wurde etwas zu trinken angeboten?)
Kleidung: kein Loch im Socken / Sonntagskleidung / Schurz über der Kleidung, um sie zu schonen / wie häufig wurde etwas Neues zum Anziehen gekauft? Wurde die Kleidung / Bettwäsche gebügelt? Ist Ihnen das heute noch wichtig?
Aussehen: Häufigkeit der Friseurbesuche? / war Schminken verboten, verpönt? / Durften Sie Ihre Haare färben, tönen? Dauerwellen, Kurzhaarschnitt?
Lebensmittel: Gönne ich mir etwas Gutes? Was sind mir Lebensmittel wert? Eigener Anbau von Gemüse, Obst, Kartoffeln oder Blumen? Tierhaltung - Eier, Milch?
Einkaufskultur: Supermarkt; Eine-Welt-Laden; plastikfrei; fair trade; online
Tagesrhythmus: Struktur, Essenszeiten, Mittagsschlaf, Andacht
Beziehungspflege: Wie pflegen Sie Ihre Kontakte? Über Besuche, per Brief, Telefon, Whatsapp, Skype? Haben Sie Haustiere (Hund, Katze, Vogel …)? Wie viel Zeit am Tag investieren Sie dafür?
Wohnung: Putzfimmel? Fensterputzen / saugen / spülen nach jedem Essen?

Pflege von Hobbys ist eine Möglichkeit, die Gemeinschaft in der Seniorenrunde konkret zu pflegen:

- Lesen: Lieblingsbücher vorstellen, anderen vorlesen
- Musizieren: mehrstimmiges Singen in der Gemeinde, im Seniorenkreis
- Wandern: Rundgänge, lohnenswerte Spazierwege benennen, sich verabreden
- Gartenarbeit: Austausch von Samen, Pflegehinweise, Standortfrage für einzelne Pflanzen, Ableger verschenken; Angebot Rasenmähen
- Handwerken: Angebot von kleinen Reparaturen
- Kochen: Lieblingsrezepte weitergeben, Einladung zum Essen

Impulsfrage: Wann und wo fühlen Sie sich wohl? In welchem Umfeld (Stadt-Land), bei welchen Menschen, in welchem Klima, in welchen Situationen?

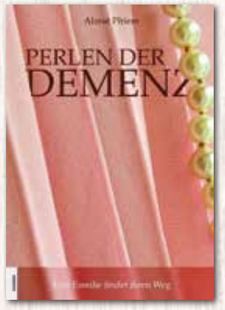
Gepflegtes Leben – kreatives Zusammentragen in der Gruppe
In die Mitte eines großen Blattes das Wort LEBEN schreiben. „Was fällt Ihnen ein, wenn Sie das Wort Leben sehen / hören?“ Die ersten vier Antworten werden in den vier Richtungen aufgeschrieben. „Was fällt Ihnen nun zu den vier neuen Worten ein? Zu den neu gefundenen Worten werden wieder Assoziationen gesucht (siehe Beispiele oben).
Leben: Atmung, Husten; Bonbon; Salbei
Arbeit; Frühruhestand; spielen mit Enkeln; Schach
Lebensretter; Blutspende, guter Tropfen; Freude
Lebenstraum; Weltreise; Palme; Kokosnuss
Gepflegt: adrette Erscheinung; Smoking; Pfeife; Feierabend
Ordnung; Paragraphenreiter; Strafzettel; Scham
Satt und sauber; Pflegenotstand; Altenpflegeheim; Besuchsverbot
Korrespondenz; Antwortschreiben; Liebesbrief; Hochzeit

Abschluss Segenswort aus Westafrika GB S. 67:
Mein Gott segnet mich – Ich tanze voller Freude.
Mein Gott behütet mich – Ich singe seine Lieder.
Mein Gott liebt mich sehr – Ihm sei Lob, Preis und Ehre.
Mein Gott nimmt mich an – Ich bin und bleib sein Kind.

Oder Segensspruch rechts.

Der Herr segne dich.
Er erfülle deine Füße mit Tanz
und deine Arme mit Kraft.
Er erfülle dein Herz mit Zärtlichkeit
und deine Augen mit Lachen.
Er erfülle deine Ohren mit Musik
und deine Nase mit Wohlgerüchen.
Er erfülle deinen Mund mit Jubel
und deine Seele mit Freude.

Segen aus Afrika



Almut Pfriem
Perlen der Demenz –
Eine Familie findet ihren Weg
Sheema Medien, Bad Endorf, 17,80 Euro

Dies ist eine wahre Geschichte, die vom Anfang einer Demenz bis hin zum Tod ergreifend, tiefgründig und mit einer guten Prise Humor erzählt wird.
„Die Autorin hat die Gabe, Momente in ihrer durchscheinenden Ganzheit zu erfassen. Zwischen all den Zumutungen scheinbarer Dysfunktionalität ploppen in ihrer Erzählung allerhand wundersame Liebenswürdigkeiten auf, ein Reigen bunter Seifenblasen: Unter jedem Plopp offenbart sich das Erhabene – die Liebe selbst.“ (Esther Kochte, Autorin)

Otto Köhlmeier
Märchen aus Corona-Tagen
Berenkamp Verlag Wattens (Österreich), 18,50 Euro

Ein Lese- und Vorlesebuch für Kinder von 5 bis 100 Jahren. Otto Köhlmeier (70 Jahre plus) hat zusammen mit seinem Enkelsohn Stefan (10 Jahre) und seiner Enkeltochter Katharina (7 Jahre) in den Coronatagen, als Besuche zwischen jüngeren und älteren Menschen möglichst vermieden werden sollten, eine kreative Idee umgesetzt: sie haben begonnen, gemeinsam eine Geschichte zu schreiben und sich jeweils telefonisch darüber auszutauschen. Daraus sind 15 Märchen entstanden, die nun in einem Buch veröffentlicht wurden.

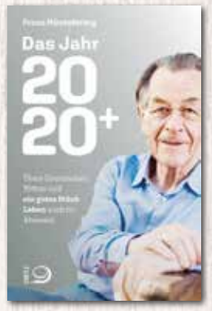
Anzeige

Erich Schützendorf
Meine Lebensverfügung für ein gepflegtes Alter
Kartoniert | 118 Seiten
ISBN: 978-3-497-02711-8 | 12,90 €

Viele Menschen machen sich über den letzten Lebensabschnitt Gedanken und sorgen mit Patientenverfügung oder Betreuungsvollmacht vor. Selten denkt man an sein Recht auf Selbstbestimmung in Alltagsdingen. Kann man dann als Pflegebedürftiger seine Vorlieben nicht mehr äußern, werden andere entscheiden, was gut für einen ist. Die „Lebensverfügung“ lenkt den Blick auf das tägliche Wohlbefinden: Möchte ich weiter Schokolade essen, auch mit Diabetes? Möchte ich mein Glas Wein am Abend trinken, auch wenn es nicht gesund ist? Möchte ich lieber unterhalten werden oder einfach meine Ruhe?

Amüsant und doch nachdenklich beschreibt der Autor Beispielsituationen und lädt die Leser mit Fragen dazu ein, ihre Wünsche für ein gepflegtes Alter aufzuschreiben.

MEHR ZU »GEPFLEGTES LEBEN« GIBTS BEI blessings4You
Blessings 4 you GmbH | Motorstraße 36 | 70499 Stuttgart
Tel 0711-830000 | Fax 0711-8300050 | info@blessings4you.de | www.blessings4you.de



Franz Müntefering
Das Jahr 2020+
Übers Einmischen, Mittun und ein gutes Stück Leben auch im Ältersein
Dietz Verlag, Berlin, 18,00 Euro

Franz Müntefering denkt über die Bedingungen unseres Zusammenlebens nach, über Anerkennung und Solidarität zwischen Jüngeren und Älteren. Über die Chancen der Demokratie und die Bedeutung von Gleichwertigkeit. Über das Älterwerden und Ältersein als ein gutes Stück Leben. Auch über Einsamkeit und Sterben. – „Wir haben nicht kapituliert vor der Krise. Das ist gut. Nun geht es darum, hinaus- und voranzukommen. Das wird kein absoluter Schmusekurs zwischen Gesellschaft und Politik. Wenn die Sorgen um die Gesundheit nachlassen, drängen verstärkt ökonomische, finanzielle, soziale und ökologische Fragen auf die Tagesordnung. Da wollen und können Ältere einen wichtigen Beitrag leisten für die Gesellschaft. Da müssen wir ran. Wir brauchen Liebe zum Leben und Zuversicht, kühlen Kopf und heißes Herz, damit es gut weitergeht.“

Ludwig Hasler
Für ein Alter, das noch was vorhat –
Mitwirken an der Zukunft
Verlag Rüffer & Rub, Zürich, 22,80 Euro

Kann es wirklich sein, dass man sich mit der Pensionierung für die nächsten 25 Jahre zur Ruhe setzt oder von einer Kreuzfahrt zur nächsten hetzt? In seinem leichtfüßigen und zugleich tiefgründigen Plädoyer ruft der Autor und Philosoph Ludwig Hasler dazu auf, im Alter an einer Zukunft mitzuwirken, auch wenn diese nicht mehr die eigene sein wird.

Anzeige

Höhenblick-Freizeiten

Aus unserem Programm:

Stille Tage vor Ostern
29.03. - 04.04.2021
Thema: Stille Tage der Passion
mit Pastor Jens Bärenfeld (Leitung)

Frauenfreizeit
26.04. - 07.05.2021
Thema: Erlebnisse und Begegnungen
mit Pastor Jens Bärenfeld, Margarete Hellwig & Team

Wander- und Erholungstage
09.08. - 15.08.2021
mit Pastor Jens Bärenfeld, Hubert Siegert & Team

Israeltage
04.10. - 08.10.2021
Thema: Die Feste Israels
mit Jurek Schulz (amzi)

Geistliche Einkehrtage
14.11. - 17.11.2021
Thema: Was motiviert meine Seele
mit Pastor Steffen Klug

Jetzt unser Jahresprogramm anfordern!

HAUS HÖHENBLICK
35619 Braunfels, Friederike-Fliedner-Str. 9
Telefon: 0 64 42 / 93 70
E-Mail: email@hoehenblick.de
Internet: www.hoehenblick.de

Ermutigung • Gemeinschaft • Erneuerung

SJK

Seminar

Thema: Gepflegtes Leben
Dieses Horizonte-Heft soll als Grundlage eines Zoom-Seminares dienen. Ein kurzer Impuls wird ins Thema einführen. Wir freuen uns auf einen Austausch mit Ihnen zu den verschiedenen Aspekten gepflegten Lebens!

Wir gehen davon aus, dass das Heft bis Ende März in den Gemeinden vorliegt. Sollten Sie weitere Exemplare benötigen, genügt eine kurze Meldung ans Bildungswerk, wir schicken sie Ihnen gerne zu.

Pandemiebedingt werden wir unser diesjähriges Seminar ausschließlich digital abhalten. Sollten Sie Interesse an einer Teilnahme haben, sich aber mit der Technik nicht sicher fühlen, dann geben Sie das bitte bei der Anmeldung an. Wir kümmern uns soweit möglich um Unterstützung.
Termin: Freitag, 16. April 2021, 09:00 – 12:00 Uhr, über Zoom
Anmeldung: bildungswerk@emk.de
Sie erhalten dann eine Einladung zum Seminar mit einem entsprechenden Zoom-Link.
Leitung:
- Pastor Jürgen Hofmann, Seniorensekretär SJK
- Pastorin Ulrike Burkhardt-Kibitzki, Seniorensekretärin ZK
- Christine Carlsen-Gann, Referentin für Seniorenarbeit im Bildungswerk Süd

Zusätzliches virtuelles Treffen

Die Fachkommission Ältere Generationen SJK lädt Sie zu einem weiteren Austausch über Zoom ein. Wir haben kein konkretes Thema geplant, sondern wir wollen Ihnen die Möglichkeit geben, Ihre Themen, Fragen, Anliegen einzubringen und miteinander ins Gespräch zu kommen. So können wir uns zumindest „virtuell" begegnen und einander Anteil geben, aneinander Anteil nehmen.
Termin: Freitag, 12. März, 09:30 – 11:00 Uhr
Anmeldung: bildungswerk@emk.de
Sie erhalten dann eine Einladung zum Treffen mit einem entsprechenden Zoom-Link.

Impulstag SJK

Wir hoffen, den Impulstag der SJK dieses Jahr wieder als Präsenztag durchführen zu können.
Thema und Referent*in sind noch offen.
Termin: Samstag, 20. November 2021
Ort: Heilbronn

NJK, Weser-Ems-Treffen

Termin: Mittwoch, 02. Juni 2021
Ort: Stenum
Referentin: Pastorin Ulrike Burkhardt-Kibitzki, Seniorensekretärin ZK
Thema: noch offen
Leitung: Pastor Gunter Blaschke

Seniorenfreizeit OJK

Thema: Was bedeutet mir die christliche Gemeinde?
Termin: 09.–15. August
Ort: Begegnungs- und Bildungsstätte Schwarzenshof
Leitung: Pastor i.R. Thomas Röder und Team
Anmeldung:
Begegnungs- und Bildungsstätte der Evangelisch-methodistischen Kirche gGmbH
Schwarzenshofer Weg 10, 07407 Rudolstadt
Telefon: 03672-4801-0 (Büro/Anmeldung)
Telefax: 03672-4801-29
E-Mail: info@schwarzenshof.de

ESW-Fachtag

Thema: Wenn das soziale Netz reißt – EINSAMKEIT. Ursachen und Auswege
Termin: 14. September 2021, 09:30 – 16:30 Uhr
Ort: St. Bonifatius-Heim, Bürgistraße 28, Kassel
Referenten:
- Franz Müntefering, Vorsitzender der Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen und ehemaliger Vizekanzler
- Alfred Schaar, Psychologe und Theologe

Kosten: 30 Euro
Anmeldung bei: Fritz Schroth, Telefon 09772-93040, E-Mail: fritz.schroth@hohe-rhoen.org

Bethanien
Bethanien 1874 • Bethesda 1886
Diakonissen-Stiftung

Nächstenliebe aus Tradition

Die Bethanien Diakonissen-Stiftung entstand aus den beiden Diakoniewerken Bethanien und Bethesda und setzt die Arbeit und Tradition dieser fort. Die Stiftung fördert die sozialdiakonische Arbeit mit Menschen in verschiedenen Einrichtungen und setzt sich dabei auch aktiv für kranke und ältere Menschen ein.

Gemeinsam mit verschiedenen Partnern - vor allem der AGAPLESION gAG - betreibt die Bethanien Diakonissen-Stiftung 18 Pflegeheime für ältere Menschen sowie zwei Pflegeheime für chronisch psychisch kranke Menschen. In den fünf Seniorenresidenzen der Stiftung können ältere Menschen in einem geschützten Umfeld selbstbestimmt leben. In allen Einrichtungen steht dabei immer die Umsetzung der diakonischen Ausrichtung und der christlichen Nächstenliebe im Vordergrund.

Mehr Informationen finden Sie unter:
www.bethanien-stiftung.de

20 Pflegeheime
5 Seniorenresidenzen

DIGITALES

Die vergangenen durch Corona geprägten Monate haben für alle Generationen einen vorher nicht für möglich gehaltenen Schub Richtung Digitalisierung gebracht. Und zugleich mit großer Schärfe gezeigt, dass es ohne digitale Kompetenzen insbesondere für Hochbetagte immer weniger Teilhabe gibt. Das Telefon reicht nicht mehr aus. Wer bei Gottesdiensten dabei sein wollte, war auf einen PC angewiesen. Und auf Menschen, die beim Einrichten unterstützen und helfen. Einen Impftermin ergatterte man am ehesten über das Internet. Wer keine Angehörigen hatte zur Unterstützung, war da ziemlich verloren. An Besprechungen teilzunehmen, klappte gut über Zoom – aber auch nur, wenn man gelernt hatte, damit umzugehen. Und den Kontakt zur Familie haben viele Ältere nur noch über Whatsapp oder Skype halten können. In den stationären Einrichtungen hat manches Mal das Pflegepersonal geholfen, per Tablet den Kontakt aufrechtzuerhalten.

Für die Kirche, sowohl in den Gemeinden als auch in der Diakonie, tut sich damit ein wichtiges Handlungsfeld auf: **Unterstützung der Teilhabe Älterer an der Digitalisierung.**

Wie sind Ihre Erfahrungen? Kommen Sie gut zurecht mit diesen umwälzenden Veränderungen, die Auswirkungen haben auf alle Lebensbereiche? Fühlen Sie sich abgehängt, weil Sie einfach allein vor den Herausforderungen stehen? Wird das Problem in Ihrer Gemeinde / in Ihrer Einrichtung gesehen und angegangen? Erleben Sie Unterstützung auch von jüngeren Generationen?

Schreiben Sie uns, schicken Sie uns eine E-Mail, rufen Sie uns an. Wir möchten für Sie da sein und Sie in diesen anspruchsvollen Zeiten unterstützen.

Einladung zum digitalen Austausch!

Wer sich gerne mit anderen Leser*innen zum Thema dieses Horizonte-Heftes austauschen möchte, ist herzlich eingeladen zu einem **Zoom-Seminar „Gepflegtes Leben“.** Ein kurzer Impuls wird nochmals ins Thema einführen. Wir freuen uns auf ein Gespräch mit Ihnen zu den verschiedenen Aspekten gepflegten Lebens!

Termin: Freitag, 16. April, 09:00 bis 12:00 Uhr
Anmeldung: bildungswerk@emk.de
Sie erhalten dann eine Einladung zum Seminar mit einem entsprechenden Zoom-Link.

Bild der Fachkommission:
Zoomkonferenz
am 27. Januar 2021

Aus der ZK-Fachkommission Ältere Generationen

Wir begrüßen herzlich **Jürgen Hofmann**, Pastor in Nürtingen, 59 Jahre. Ihn hat die SJK im Herbst 2020 zum Nachfolger von Michael Burkhardt als SJK-Seniorensekretär gewählt. Mit Jürgen Hofmann hat unsere Kommission einen Kollegen gewonnen, der sich bestens auskennt im Zentralkonferenzgeschäft, war er doch viele Jahre im Kinderwerk aktiv. Wir freuen uns auf neue Impulse, neue Perspektiven und haben Lust, uns als Team für die Älteren und Alten einzusetzen.

Seit 2014 war Pastor **Gunter Blaschke** Mitglied unserer Fachkommission. Anfänglich im Wechsel mit Pastor i.R. Gerold Brunßen vertrat er die Anliegen der Älteren der NJK. Insbesondere sein Engagement in der Region Weser-Ems, aber auch seine Impulse und Organisation der NJK-Seniorenseminare waren wichtig und verbindend. Seine norddeutsche Perspektive half, manche Engführungen zu vermeiden. Ganz unspektakulär, aber umso nachhaltiger hielt er den Kontakt zu den Älteren und vermittelte ihnen die Wertschätzung der Kirche. Im Sommer geht Gunter Blaschke in den Ruhestand, in dem er noch einmal etwas ganz Neues beginnen möchte: ein Studium der Kulturwissenschaften. Wir bedanken uns aufs Herzlichste bei Gunter Blaschke und wünschen ihm viele aufregende Jahre in der neugewonnenen Freiheit nicht weit weg von der Nordsee.

Sei stark und gerüstet auf jedem Gebiet und **pflege das Leben**, *wo du es antriffst. Bekümmere dich um* **die Deinen** *und halte* **dich selber** *aufrecht, auf dass* **dein Herz** *erleuchtet werde* **in der Sonne**. *Gib die Sorge für die dir Anvertrauten nicht auf.*

Hildegard von Bingen (1098–1179)

Bildungswerk
Evangelisch-methodistische Kirche

Giebelstraße 16, 70499 Stuttgart, Telefon 0711 86006-90, E-Mail: bildungswerk@emk.de, www.emk-bildungswerk.de