



Liebe Leserin, lieber Leser!

Unsere Welt befindet sich in einem starken Umbruch, viele Dinge werden in Frage gestellt. Deshalb gilt es heute mehr denn je, Antworten für die Zukunft zu finden und aus der Vergangenheit zu lernen. Nicht Depression und Wegschauen, sondern aktives Gestalten und Mitwirken sind gefragt. Was die Pflege betrifft, setzen wir genau diese Werte um, beispielsweise mit dem Projekt X-SPEKT, über das Sie im nebenstehenden Text mehr erfahren. Oder auch mit der Ausbildung von Arli Veliko, die ein schönes Beispiel für gelungene Integration ist. So wollen wir unseren diakonischen Auftrag leben.

Darüber hinaus lesen Sie in der aktuellen Ausgabe, wie Sie schwerhörige Menschen am besten unterstützen, und warum es sich lohnt, Verantwortung und Aufgaben bei der häuslichen Pflege zu teilen.

Wir wünschen Ihnen einen sonnigen und warmen Frühling und jederzeit einen festen Standpunkt im Leben.

Karl Müller **Martina Goldner**

Geschäftsführer Pflegedienstleiterin



Die erste Gesprächsrunde
in Eppingen

AUSGABE 17 | 2025

UNSERE THEMEN

- Wenn das Hören schwerfällt
Wie Sie damit umgehen
- Pflegealltag
Bleiben Sie nicht allein!

Das Projekt X-SPEKT: Die Pflege von morgen liegt in unseren Händen

Pflege gemeinsam gestalten

Was alle angeht, können nur alle lösen – das ist der Ansatz des Projekts X-SPEKT, an dem die Evangelische Sozialstation Eppingen als Kooperationspartner teilnimmt. Ziel ist es, zukunftsfähige Strukturen für die Pflege zu entwickeln, die niemanden überfordern und für alle zugänglich sind.

X-SPEKT steht für „EXperiment SPprechen, ErKennen und Tätig werden“. Mit dem Projekt sollen zukunftsfähige Pflegestrukturen in Baden-Württemberg geschaffen werden. Dafür kommen in verschiedenen Gesprächsrunden Akteure aus Pflege, Politik, Wissenschaft und Gesellschaft zusammen. Ende Januar fiel der Startschuss für eine erste Gesprächsrunde, die die Perspektive derjenigen in den Mittelpunkt rückte, die tagtäglich mit Pflege

zu tun haben – sei es beruflich, als Angehörige oder pflegebedürftige Menschen. Der Dialog zeigte deutlich, wie wichtig es ist, die Perspektiven der Pflegewelt zu bündeln, um gemeinsam tragfähige Lösungen zu finden. Eine weitere Gesprächsrunde bringt Menschen an einen Tisch, die keine unmittelbaren Berührungspunkte mit der Pflege haben.

So bauen die Gespräche im Rahmen von X-SPEKT aufeinander auf und es entstehen Begegnungen, die es ermöglichen, voneinander zu lernen, neue Perspektiven zu entwickeln und schließlich konkrete Ideen zu erarbeiten, die mit politischen Entscheiderinnen und Entscheidern diskutiert und umgesetzt werden können.

Zu den Kooperationspartnern von X-SPEKT gehören die Evangelische Sozialstation Eppingen und deren Geschäftsführer Karl Müller, der das Projekt mit großer Überzeugung unterstützt: „Es wird sich etwas verändern. Wir beschreiten den Weg, die Pflege so zu gestalten, wie die Leute es brauchen.“ Auch die Kommune Eppingen ist aktiv in das Projekt eingebunden. Gemeinsam mit

weiteren Partnern, wie der evangelischen Sozialstation Bad Rappenau-Bad Wimpfen, der Kirchlichen Sozialstation Sinsheim sowie den Kommunen Bad Rappenau, Angelbachtal und Zuzenhausen, arbeitet Eppingen an neuen Ideen für eine zukunftsfähige Pflege.

Wissenschaftlich begleitet wird das Projekt vom Institut für Gerontologie der Universität Heidelberg. Es wird finanziert durch Fördermittel des Landesministeriums für Soziales, Gesundheit und Integration Baden-Württemberg.

Einladung

Am Samstag, 19. Juli, findet von 14.30 bis 17.30 Uhr im Kurhaus Bad Rappenau der letzte Baustein des Projekts statt, nämlich das Forum zukunftsfähige Pflege II. Dazu laden wir alle Interessierten herzlich ein.

Wir freuen uns, wenn Sie dabei sind und wir gemeinsam die Pflege von morgen gestalten.



WIR STELLEN UNS VOR:

Arli Veliko

Auszubildender zum Alltagsbegleiter

Am meisten Freude bereiten mir der Kontakt zu den Menschen, denen wir zur Seite stehen, und die Unterhaltungen mit ihnen. Ich lerne jeden Tag etwas Neues und die Praxisanleiter unterstützen mich bei der täglichen Arbeit und beim Lernen für die Schule. Besonders toll finde ich, dass man im ambulanten Dienst selbstständig mit den Pflegekräften unterwegs ist und die Klientinnen und Klienten zu Hause versorgt. Im Juli dieses Jahres schließe ich meine Ausbildung ab. Anschließend möchte ich bei der Evangelischen Sozialstation Eppingen die einjährige Ausbildung zur Pflegehilfskraft beginnen.

→ Du hast Interesse an der Ausbildung in der Pflege?

Für 2025 haben wir noch freie Ausbildungsplätze! Kontaktiere jetzt Karl Müller, 07262 252 3023, GF@diakoniestation-eppingen.de

Im Alter hören viele Menschen schlechter

Einfühlsame Gesprächspartner gefragt



Ganz langsam und unbemerkt kann sich im Alter Schwerhörigkeit entwickeln. Gespräche werden anstrengend und es entstehen immer häufiger Missverständnisse. Wer schlecht hört, fühlt sich oft unwohl oder ausgeschlossen. Je früher eine Schwerhörigkeit festgestellt wird, desto besser sind die Chancen, wieder mit Freude am Leben teilzunehmen – dank moderner Hörgeräte und Gesprächspartner, die um die Schwäche wissen.



SO LÄSST SICH SCHWERHÖRIGKEIT ERKENNEN

Wenn jemand häufig ...

- über Hintergrundgeräusche klagt
- den Eindruck hat, der Gesprächspartner nuschelt, spricht undeutlich und zu leise
- über Ohrgeräusche klagt
- öfter darum bittet, das Gesprochene zu wiederholen
- den Eindruck vermittelt, zuzuhören, aber nicht versteht, was gemeint ist
- auf Fragen nicht immer oder falsch antwortet
- Gesprächspartner missversteht
- nicht reagiert oder nicht versteht, wenn das Gesicht des Sprechenden abgewandt ist
- nicht reagiert, wenn er oder sie von hinten angesprochen wird
- an den Sprechenden sehr nahe herantritt
- Schwierigkeiten hat, sehr helle Stimmen zu verstehen (Frauen, Kinder)
- Probleme hat, Einzelheiten zu verstehen, wenn mehrere gleichzeitig sprechen
- bei Gruppengesprächen angespannt, unkonzentriert und ängstlich wirkt, sich nicht beteiligt oder Müdigkeit vorgibt
- zu laut oder zu leise spricht
- Fernseher und Radio deutlich zu laut einstellt
- Telefonate vermeidet

Nicht mehr gut hören – die Zahl der Betroffenen steigt mit dem Alter deutlich an. Laut Robert Koch-Institut hat ein gutes Drittel der Menschen über 65 Jahren leichte Hörschwierigkeiten, Männer etwas häufiger als Frauen. Rund sieben Prozent der Älteren haben sogar große Probleme mit dem Hören. Es ist Teil des normalen Älterwerdens, dass unser Hörvermögen schlechter wird, und zum Teil ist es auch erblich bedingt. Im Laufe des Lebens verlieren besonders die kleinen und empfindlichen Sinneszellen im Innenohr sowie die Fasern des Hörnervs einen Teil ihrer Funktionsfähigkeit. Altersschwerhörige können vor allem hohe Töne wie Frauen- oder Kinderstimmen, aber auch Haustür- und Telefonklingeln nicht mehr ausreichend hören. Gesprochenes wird oft nicht mehr komplett und zusammenhängend gehört.

Wortfetzen statt ganzer Sätze

Mit der Zeit werden nur noch Wortfetzen aufgenommen, auf die sich die Betroffenen dann einen Reim machen müssen. Das erklärt die häufigen Sprachverdrehungen und Missverständnisse, aber auch, warum Schwerhörige manchmal misstrauisch und ungehalten reagieren. Sie befürch-

ten – leider oftmals nicht zu Unrecht – von der ungeduldigen Umgebung nicht mehr ernst genommen und übergangen zu werden. Am schwersten fällt es Schwerhörigen, ein einzelnes Geräusch von den Umgebungsgeräuschen zu trennen, also die entscheidende Stimme aus einer Vielzahl von Stimmen herauszuhören. Solange wir gut hören können, fällt uns das leicht. Es läuft ganz selbstverständlich und unbewusst ab. Schwerhörigen Menschen gelingt es nur mit großer Anstrengung und Konzentration – das kann entmutigen und lustlos machen. Tragen Menschen zum Schutz vor Infektionen eine Maske, wie beispielsweise medizinisches Personal, macht das die Gespräche für schwerhörige Menschen noch schwieriger, weil ihnen dann die Möglichkeit fehlt, von den Lippen abzulesen.

Kein Vergnügen: größere Gesprächsrunde

Die Zwischentöne, der Tonfall und die Sprachmodulation sind für den täglichen Umgang äußerst wichtig. Sie werden aber von den Betroffenen häufig nur undeutlich verstanden. Einem Gespräch, besonders wenn viele durcheinanderreden wie zum Beispiel bei einem Kaffeeklatsch, können Menschen

mit zunehmender Schwerhörigkeit immer weniger folgen. Auch Filme und Radiosendungen zu verstehen, wird anstrengend und oft quälend. Besuche in Cafés und Restaurants werden kaum noch entspannend und genussvoll erlebt. Deshalb meiden Menschen, die nicht gut hören, solche Aktivitäten und isolieren sich oft bis zum kompletten Rückzug.

Gefahren einschätzen wird schwierig

Gefährlich ist es, wenn Warngeräusche nicht mehr wahrgenommen werden – zum Beispiel den Donner, der das Herannahen eines Gewitters ankündigt. Mit der Hörminderung geht auch das Richtungshören verloren. Die Betroffenen können nur schwer

nachvollziehen, aus welcher Richtung ein Geräusch kommt. Das führt zu großer Unsicherheit im Dunkeln, weil es dann besonders darauf ankommt, Gefahren wie ein herankommendes Fahrrad über das Gehör wahrzunehmen. Auch die Geschwindigkeit eines Autos abzuschätzen, ist an das Gehör gekoppelt. Die immer größere Zahl von leisen Elektroautos auf unseren Straßen macht die Situation noch schwieriger, auch wenn Elektroautos bis zu einem Tempo von 20 Stundenkilometern und beim Rückwärtsfahren ein Warngeräusch erzeugen müssen. Schwerhörige Menschen sind aus den genannten Gründen oft zögerlich beim Überqueren einer Straße, weil sie sich bei ihrer Entscheidung fast ausschließlich auf das Sehen verlassen müssen.

So gelingt das Gespräch mit schwerhörigen Menschen

Blickkontakt halten: Sehen Sie den schwerhörigen Menschen während des Gesprächs an – er kann sich dann leichter auf das, was Sie sagen, konzentrieren. Ihre Sprachmodulation – also das Wechselspiel von Höhen, Tiefen und Betonung in Ihrer Stimme – können Schwerhörige ja nicht mehr ausreichend wahrnehmen. Aber sie können unter Umständen etwas von Ihren Lippen ablesen und den Sinn Ihrer Worte durch Ihre Mimik und Gestik erkennen. Es hat aber auch noch einen ganz praktischen Grund, warum Sie sich bei einem Gespräch ansehen



Höre ich noch gut? Mit regelmäßigen Hörtests lässt sich die Situation realistisch einschätzen.

den Lippen erschwert oder gar nicht möglich.

Deutlich sprechen: Verstehen hängt weniger von der Lautstärke ab als von der Aussprache. Sprechen Sie deutlich und etwas langsamer. Machen Sie nach jedem Satz eine kleine Sprechpause oder warten Sie auf eine Reaktion. Gestikulieren Sie nicht zu viel, das kann ablenken. Vermeiden Sie lautes Sprechen oder gar Schreien. Sprechen Sie stattdessen in einer kräftigen und dunklen Tonlage.

Einfach, kurz und klar: Vermeiden Sie lange und komplizierte Sätze. Benutzen Sie Alltagsbegriffe aus dem Sprachschatz des Betroffenen. Je komplizierter der Satzbau, desto höher ist der Konzentrationsaufwand. Zerlegen Sie

lich festgehalten werden. Für regelmäßig wiederkehrende Angaben eignen sich Schrifttafeln.

Auf visuelle Zeichen setzen: Wenn Sie einen Raum betreten, zeigen Sie sich möglichst schnell im Gesichtsfeld von Schwerhörigen, damit er oder sie nicht erschrickt und nachvollziehen kann, was um ihn herum vorgeht. Wenn der Betroffene alleine lebt, kann die akustische Hausklingel durch ein Lichtsignal ersetzt werden.

Andere informieren: Selbsthilfegruppen empfehlen Schwerhörigen, ihr Gegenüber in fremder oder neuer

Umgebung – wie auf Reisen, im Zug oder im Hotel – auf ihre Einschränkung aufmerksam zu machen. Sie können damit erreichen, angemessen angesprochen zu werden. Und im Notfall können sie sich anders als nur akustisch warnen lassen.

Mehr Lebensqualität durch moderne Hörsysteme

Ein Hörgerät hilft dabei, Lebensqualität zurückzugewinnen und wieder Freude an Gesellschaft zu haben. Selbst im hohen Alter bringt ein gut angepasstes Hörgerät noch eine deutliche Hörverbesserung. Wichtig: einen guten Hörgeräte-Akustiker in Anspruch nehmen und unbedingt eine Reihe verschiedener Geräte ausprobieren! Im Alltag und durch die Rückmeldung von Angehörigen und Freunden stellt sich dann schnell heraus, welches Gerät am besten dort verstärkt, wo die individuellen Hörverluste vorhanden sind. Also, nicht drängen lassen und in Ruhe ausprobieren! Die individuelle Anpassung und der korrekte Umgang sind dagegen die wichtigsten Voraussetzungen dafür, dass das Hörgerät akzeptiert und im Alltag auch wirklich getragen wird – und damit erst die gewünschte Verbesserung bringt. **I**

Redaktion: Sabine Anne Lück
© GEPFLEGT ZU HAUSE

Selbst im hohen Alter bringt ein gut angepasstes Hörgerät noch eine deutliche Hörverbesserung.

sollten: Die Ohrmuscheln weisen nach vorne, Schallwellen können direkt eindringen. So wird das verbliebene Gehör am besten genutzt.

Nebengeräusche vermeiden: Sorgen Sie für einen ungestörten Gesprächsablauf, indem Sie die Tür zum Nebenraum schließen, wenn dort gesprochen wird. Schalten Sie das Radio aus. Schließen Sie das Fenster, um den Straßenlärm draußen zu lassen.

Gute Lichtverhältnisse schaffen: Schwerhörige sind vermehrt auf das Sehen angewiesen. Das Licht sollte deshalb nicht blenden und nicht viele Schatten bilden. Das Gesicht des Gegenübers muss klar erkennbar sein. Gehen Sie deshalb möglichst auf Augenhöhe mit schwerhörigen Menschen. Achten Sie darauf, dass Ihre Lippen zu sehen sind, sonst ist das Ablesen von

lange Sätze in mehrere kurze Teile. Geben Sie Ihrem Gegenüber ausreichend Zeit, nachzudenken und zu antworten.

Erklären und einbeziehen: Je nachdem, wie stark die Schwerhörigkeit ausgeprägt ist, wird das Verstehen gesprochener Sprache für die Betroffenen zum Glücksspiel. Fragen Sie deshalb manchmal nach, ob alles verstanden worden ist. Informieren Sie den schwerhörigen Menschen, wenn er eine Situationskomik oder einen Witz nicht mitbekommen hat. Damit vermeiden Sie, dass der Schwerhörige sich vielleicht ausgelacht fühlt. Wiederholen Sie allerdings nur, was der oder die Betroffene nicht verstanden hat.

Aufschreiben: Schreiben Sie Wichtiges auf, damit nicht falsch Verstandenes für richtig befunden wird. Besonders Termine und Adressen sollten schrift-



PFLEGEREFORM: NEUE REGELUNGEN

Zum Jahresbeginn 2025 sind weitere Regelungen der Pflegereform in Kraft getreten. So haben sich alle Leistungen der Pflegeversicherung um 4,5 Prozent erhöht. Am wichtigsten für die meisten pflegebedürftigen Menschen dürfte dabei die Erhöhung des monatlichen Pflegegelds und der Pflegesachleistungen sein. Werden Sie von der Sozialstation versorgt, haben Sie beispielsweise bei Pflegegrad 2 einen Anspruch auf 796 Euro im Monat. Auch der Entlastungsbetrag hat sich von 125 auf 131 Euro monatlich erhöht. Wer die Mittel aus 2024 noch nicht genutzt hat, kann das noch bis Ende Juni 2025 rückwirkend tun und sich beispielsweise Unterstützung durch eine Haushaltshilfe, eine Alltagsbegleitung oder die Nachbarschaftshilfe holen. Neu in 2025 ist auch, dass die Begutachtung durch den Medizinischen Dienst per Videotelefonie stattfinden kann, allerdings nicht bei einer ersten Einstufung.

Verantwortung und Aufgaben teilen

Bleiben Sie nicht allein im Pflegealltag



Viele Angehörige übernehmen selbst die Pflege, wenn jemand in der Familie hilfsbedürftig wird. Der Wunsch ist groß, den lieben Menschen aufmerksam und einfühlsam zu versorgen. Das gelingt häufig dann am besten, wenn die Verantwortung auf mehrere Schultern verteilt ist. Dafür stehen die Fachkräfte der Sozialstation bereit – ebenso wertschätzend und fürsorglich wie die Angehörigen selbst.

In Deutschland werden rund 86 Prozent der pflegebedürftigen Menschen zu Hause versorgt. Den allermeisten Angehörigen ist es wichtig, für ihre Liebsten da zu sein. Sie haben eine enge Bindung und möchten sichergehen, dass Eltern, Ehepartner oder ein anderer vertrauter Mensch fürsorglich betreut werden. Pflegenden Angehörigen stellen sich der Verantwortung und kennen die Bedürfnisse des hilfsbedürftigen Menschen in der Regel am besten. Mit der Dauer der Pflege wächst jedoch häufig die Belastung. Wenn persönliche Freiräume und mögliche Pausen über einen längeren Zeitraum immer seltener und kürzer werden, fällt es den engagierten Angehörigen immer schwerer, sich wirklich zu erholen und genügend neue Kraft zu schöpfen. Ist dann vielleicht auch die eigene Gesundheit angegriffen, kann die tägliche Pflege zu einer Aufgabe werden, die überfordert.

Hilfe annehmen und selbst gesund bleiben

Die Chance, als pflegende Angehörige gesund zu bleiben und mit Tatkraft lange für die Liebsten da zu sein, ist viel größer, wenn von Anfang an Unterstützung eingeplant ist. Das erleben die Mitarbeitenden der Sozialstation immer wieder. Viele Angehörige fühlen sich verpflichtet, die Pflege auch dann noch selbst zu übernehmen, wenn sie eigentlich nicht mehr können. Sie wollen den vertrauten Menschen nicht enttäuschen oder denken, dass jemand anderes die Bedürfnisse nicht so erfüllen kann, wie es sein sollte. Dabei sind gerade eine helfende Hand und das Teilen der Verantwortung der beste Weg, den Pflegealltag für alle zufriedenstellend zu gestalten.

Leistungen, die in Ihr Leben passen

Als Sozialstation wissen wir, dass pflegebedürftige Menschen ganz unterschiedliche Bedürfnisse haben, und daran passen wir unsere Leistungen an. Die Pflegekräfte wissen, ob die Kundinnen und Kunden Frühaufsteher oder Nachteulen sind. Sie stellen sich darauf ein, wenn sich Bedürfnisse ändern. Aus einer punktuellen Unterstützung können bei Bedarf regelmäßige Besuche werden und umgekehrt. Die Leistungen werden so geplant, dass die Angehörigen ihren Teil der täglichen Betreuung gestalten können, wie es für sie am besten ist. Ganz wichtig ist

auch, dass die Mitarbeitenden der Sozialstation den pflegebedürftigen Menschen so behandeln, wie es die Angehörigen selbst tun würden: mit Respekt, Fürsorge und einem offenen Ohr. Die Pflegekräfte sind einfühlsam, empathisch und bestens ausgebildet, sodass sie qualifizierte Pflege leisten können.

Verantwortung teilen, Kontrolle behalten

Wenn sich Angehörige mit den Fachkräften der Sozialstation die Verantwortung der Pflege teilen, so behalten sie doch immer die Kontrolle. Es gibt eine enge Zusammenarbeit und alle Entscheidungen entsprechen den Wünschen der Angehörigen und der pflegebedürftigen Menschen. Nicht zuletzt geht es auch darum, die Leistungen der Pflegeversicherung optimal zu nutzen. Aus vielen Gesprächen, die die Mitarbeitenden der Sozialstation mit Angehörigen führen, ergibt sich als Fazit, dass die Pflegeleistungen, die bei einer Einstufung in einen Pflegegrad bezogen werden können, langfristig wertvoller sind als das Pflegegeld, das ab Pflegegrad 2 ausgezahlt wird. Dabei ist der Begriff „wertvoll“ sowohl im übertragenen Sinn wie auch ganz wörtlich zu verstehen. Im übertragenen Sinn geht es darum, dass pflegende Angehörige länger gesund und leistungsfähig bleiben, sodass mehr Zeit für wertvolle gemeinsame Momente bleibt. Im wörtlichen Sinn von „wertvoll“ geht es darum, dass die Kundinnen und Kunden bei der Sozialsta-



Keiner kann alleine den Berg erklimmen

- Die Pflegekräfte der Sozialstation behandeln Ihre Liebsten so, wie Sie es tun würden.
- Die Leistungen werden individuell an Ihren Alltag angepasst.
- Ihnen bleibt mehr Zeit für Erholung und schöne gemeinsame Momente.
- Sie teilen sich die Verantwortung und behalten die volle Kontrolle.
- Mit der Beratung der Sozialstation nutzen Sie die Leistungen der Pflegeversicherung optimal.

tion kompetente Beraterinnen und Berater finden, die auf die jeweilige finanzielle Situation eingehen und genau wissen, welche Leistungen der Pflegekasse verfügbar sind und diese auch beantragen. So lassen sich Verantwortung und Aufgaben teilen – damit der Pflegealltag zu Hause gut gelingt.



IMPRESSUM

HERAUSGEBER

ViSDP: Diakoniestation Lahr gGmbH, Lahr
Telefon 07821 93650

Evangelische Sozialstation Eppingen e.V.,
Eppingen, Telefon: 07262 2523000

Evangelische Sozialstation
Nördliche Bergstraße gGmbH,
Hemsbach, Telefon 06201 843992-0

Kirchliche Sozialstation Sinsheim e.V.,
Sinsheim, Telefon 07265 2139700

Kirchlicher Pflegedienst Kurpfalz e.V.,
Schwetzingen/Eppelheim
Telefon 06202 27680

Auflage: 4.000 Exemplare

Konzept, Redaktion, Gestaltung:

Lück + Sitz Medien Partnerschaft
Journalistin und Grafik-Designerin,
info@gepflegt-zu-hause.de
Telefon 02224 987440

Autorin: Sabine Anne Lück
© GEPFLEGT ZU HAUSE

© Illustration: stock.adobe.com | Miua Rep6a