



Lebenszeit

Herbst 2013

vorsorgen - begleiten - pflegen - betreuen

Liebe Leserin, lieber Leser,

Pflege bewegt - Bewegung in der Pflege.

Dies ist das Leitmotiv für das Jahr 2013 der Caritas-Pflege in Coburg. Das Leitbild hat für uns zwei große Aspekte: Erstens natürlich der Gesichtspunkt, dass unsere Einrichtungen sich stets weiterentwickeln, um den Bedürfnissen der Patienten zu entsprechen und den Anforderungen einer professionellen Pflege gerecht zu werden. Zweitens bedeutet Bewegung in der Pflege aber auch, dass wir im Alltag Bewegung als gesundheitsfördernd für Patienten und Mitarbeiter in den Vordergrund stellen. Bewegung bedeutet, die Möglichkeit zu schaffen, dass Senioren mobil und eigenständig bleiben können, dass durch Stärkung der Muskulatur Stürze vermieden werden und natürlich auch, dass durch gezielte Bewegung die Eigenständigkeit unterstützt werden kann. Bewegung in der Pflege hat viele Aspekte. Der bettlägerige Pflegebedürftige wird mobilisiert, gelagert, aktiviert, um zumindest ein Mindestmaß an Bewegungsmöglichkeiten zu erhalten. Der Senior wird in der täglichen Pflege motiviert, sich zu bewegen. Die Schwester achtet in der Pflege auf die richtigen Handgriffe, um ihre Gesundheit zu erhalten. Bewegung und Mobilität sind in aller Munde und auch im Alter bedeutend.

Die Caritas-Sozialstation nutzt dieses Thema in diesem Jahr, um den Blick in der Pflege auf Bewegung zu richten. Zu den Aktionen in diesem Jahr gehören: Gesundheitskurse für Schwestern und Pfleger, Schulungen und Fortbildungen in der Pflege für unsere Pflegekräfte, die Berücksichtigung von Bewegung in unseren Demenzgruppen durch Gymnastik- und Koordinationsübungen sowie die wöchentlich stattfindenden Seniorentanznachmittage. Und sicherlich die eine oder andere Idee, die in diesem Jahr noch entstehen wird.

Wir freuen uns auf Bewegung mit Ihnen.

Norbert Hartz
Leiter der Caritas-Sozialstation

Familienpflege

Benefiz-Konzert zu Gunsten der Familienhilfe mit Fotoausstellung: „Familie schaffen wir nur gemeinsam“



Sechs Musiker, das „**Rock & Pop InDoor-Ensemble Coburg**“ unter der Leitung von **Arno Seifert**, bringen bekannte Lieder und Melodien aus Radio, Film und Musical im instrumentalen Eigenarrangement zu Gehör. So stehen unter anderem der Song „Hail Holy Queen“ aus „Sister Act“, der Titelsong „Skyfall“ des neuesten James-Bond-Filmes oder der weltbekannte Song „Angels“ von Robbie Williams auf dem Programm. Ein musikalischer Nachmittag der Extra-Klasse, mit Kaffee und Kuchen, Bläser-Combo, Schlagwerk und Klavier. Spenden werden für die Familienhilfe der Caritas Coburg verwendet.



Datum:
Uhrzeit:
Ort:

Sonntag, 06.10.2013
14:30 Uhr
CoJe, Rosenauer Straße 45

Stadtjugendring Coburg

Caritas-Kampagne 2013

Das Motto der Caritas-Kampagne in diesem Jahr „**Familie schaffen wir nur gemeinsam**“ stellt die Familie, den Sehnsuchtsort vieler Menschen in den Mittelpunkt. Mit dieser Kampagne lenkt die Caritas den Blick auf Familien, um erneut sensibel und aufmerksam zu machen, wie Familien Solidarität und gesellschaftlichen Zusammenhalt schaffen. Zugleich wirbt die Kampagne um Solidarität für Familien unter wachsendem Druck und größeren Herausforderungen. Besonders Familien in belastenden Lebenslagen sind häufig erschöpft, isoliert und überfordert. Dabei ist die Familie, vor allem für Kinder, die erste und wichtigste Sozialisationsinstanz. Dort erleben sie Fürsorge und Liebe, Versorgung und Pflege, Werterhaltung und Bildung, Rituale und Alltag. Die gesellschaftlichen Entwicklungen haben zu einer Vielzahl von Formen familiären Lebens geführt. Familien leben heute in einer Fülle von unterschiedlichsten Familiensituationen. Doch keine Familie ist unabhängig vom sozialen und kulturellen Rahmen, in dem sie lebt. Veränderungen im Familienleben brauchen daher auch unterstützende gesellschaftliche Rahmenbedingungen. Doch passen gesellschaftliche Rahmenbedingungen noch zu dem heutigen Familienleben? Familienpolitik muss Querschnittspolitik werden.



Betreuungsgruppen für Demenzkranke

Beschäftigung, Betreuung und Förderung von demenzerkrankten Menschen, Entlastung der Angehörigen.

Termin: jeden **Mittwoch** (Mittwochsgruppe)
Uhrzeit: 08:30 Uhr bis 13:00 Uhr
inklusive Mittagessen

Termin: jeden **Donnerstag** (Donnerstagsgruppe)
Uhrzeit: 14:30 Uhr bis 16:30 Uhr
Ort: Caritasverbandshaus, Ernst-Faber-Str. 12
Leitung: Gabriele Hilscher, Altenpflegerin

Die Kosten werden in der Regel von der jeweiligen Pflegeversicherung übernommen.

Anmeldung: Caritas-Sozialstation
Tel.: 09561/8144-18
sozialstation@caritas-coburg.de

Vorträge

Vortrag: „Alt werden“ ...

... ein Thema, das uns alle angeht. Informieren Sie sich an diesem Abend über Möglichkeiten der Vorsorge und die unterschiedlichsten Wege der Unterstützung für ein selbstbestimmtes Leben.



Datum: Dienstag, 01.10.2013
Uhrzeit: 19:00 Uhr
Ort: Dekanatszentrum St. Augustin,
Obere Klinge 1 in Coburg,
kleiner Seminarraum
Referentin: Beatrix Geppert-Kosuch

Eine Themenreihe:

„Menschen begleiten im Alter - Unterwegs“

An verschiedenen Abenden werden unterschiedlichste Aspekte von älter werden, Alt sein, ... betrachtet. In der Themenreihe werden die Referenten Angehörige, Betroffene und Interessierte auf die verschiedensten Gesichtspunkte des Alters aufmerksam machen, informieren und auf individuelle Fragen eingehen.

Die Themenreihe beginnt am



Datum: Dienstag, 12.11.2013
Uhrzeit: 19.00 Uhr
Ort: Verbandshaus des Caritasverbandes,
Ernst Faber Str. 12 in Coburg

und findet einmal monatlich statt.

Der erste Abend widmet sich dem Thema: Was macht das Alter aus? Wann beginnt das Alter? Wie altert man in dieser Gesellschaft? Welche Einschränkungen gibt es? Welche Stärken hat man?

Weitere Termine und die jeweiligen Themenschwerpunkte entnehmen Sie bitte dem entsprechenden Flyer, der Website des Caritasverbandes Coburg oder der örtlichen Presse.

Kur und Erholung

Körper, Geist und Seele stärken - Senioren erhalten die Möglichkeit neben Ruhe und Entspannung, körperlicher Erholung, geselligen Spiel- und Bastelabenden und kulturellen Angeboten, gemeinsam mit anderen Senioren an Ausflügen, Bewegungsübungen, Gruppengesprächen und auch Einzelgesprächen teilzunehmen. Die Senioren werden von Erholungsleitungen begleitet. Wollen Senioren die Weihnachts- und Neujahrszeit nicht alleine verbringen, besteht außerdem die Möglichkeit einer Weihnachtsfreizeit - **gemeinsam die Festtage feiern**. Das Caritas-Kurhaus Bad Bocklet bietet vom 19.12.2013 bis zum 02.01.2014 eine **Weihnachtsfreizeit** an.

Bei Interesse wenden Sie sich bitte an:

Caritasverband Coburg, Theresa Mayer
Ernst-Faber-Straße 12, 96450 Coburg
Tel.: 09561/8144-24
E-Mail: t.mayer@caritas-coburg.de

Begegnungen zwischen den Generationen

Thema: **Herbst-Basteln für Jung & Alt**

Datum: Donnerstag, 24. Oktober 2013

Uhrzeit: 14:30 Uhr bis 17:00 Uhr

Ort: Caritasverbandshaus, Ernst-Faber-Str. 12
Die Caritas-Sozialstation gemeinsam mit dem **Kindergarten St. Marien Coburg**.



Thema: **Seniorentanz mit Kindern**

Datum: Montag, 25.11.2013

Uhrzeit: 14:30 Uhr bis 16:00 Uhr

Ort: Caritas-Kinderhaus LEO, Leopoldstr. 11
Die Caritas-Sozialstation gemeinsam mit dem **Caritas-Kinderhaus LEO**.



Ratgeber: Sturzprophylaxe

Der Sturz ist einer der größten Unfallrisiken im Alter. Stürze gehen meist mit schwerwiegenden Einschnitten in die bisherige Lebensführung einher. Stürze können zu einer zunehmenden Pflegebedürftigkeit führen. Durch weniger Bewegung oder gar Bettlägerigkeit wird die Körpermuskulatur abgebaut. Dies kann zur Folge haben, dass die Schritte kleiner werden, Füße nur gering vom Boden abgehoben werden und der Gleichgewichtssinn nachlässt. In der Person liegende Ursachen können z.B. Sehbeeinträchtigung, Reaktions- und Bewegungsunsicherheit, Hast, Aufregung und vieles mehr sein. Ursachen in der Umgebung können fehlende Hilfsmittel, schlechte Beleuchtung, falsches Schuhwerk, Teppiche o.ä. sein. Vorbeugend wird deshalb zu Gleichgewichts- und Kraftübungen geraten, dem Einsatz angepasster Hilfsmittel, der Wahl von geeignetem Schuhwerk und der Entfernung von Gefahrenquellen. Auch auf eine ausgewogene Ernährung sollte geachtet werden. Ihr Pflegeteam berät Sie gerne bei der Auswahl an Hilfsmitteln. Bei Fragen sprechen Sie uns gerne an.

Seniorentanzgruppe Bewegung mit Musik

Fröhlichkeit in den Alltag bringen, gemeinsame Freude mit Sitz- und Kreistänzen, Bewegung und Seniorengymnastik. Wenn Sie Spaß haben an Rhythmus und Musik, laden wir Sie zu unserem Tanzkreis ein.



Datum: jeden Montag
Uhrzeit: 15:00 Uhr bis 16:00 Uhr
Ort: Caritasverbandshaus,
Ernst-Faber-Str. 12
Leitung: Elena Präcklein
Anmeldung: Caritas-Sozialstation
Tel.: 09561/8144-18
sozialstation@caritas-coburg.de

Seniorenheim St. Josef

Gottesdienste, Kapelle

Herzlich eingeladen sind alle, die gemeinsam der Verstorbenen gedenken möchten.

Gedengottesdienst, Allerheiligen

Datum: Freitag, 01.11.2013 **Uhrzeit:** 10:00 Uhr

Ort: St. Josef, Kükenthalstraße 19

Ökumenischer Gedengottesdienst

Datum: Freitag, 15.11.2013 **Uhrzeit:** 10:00 Uhr

Ort: St. Josef, Kükenthalstraße 19

Marionettentheater

Bekannte Märchen und Geschichten mit selbst geschnitzten Marionetten.

Datum: Freitag, 18.10.2013 **Uhrzeit:** 10:00 Uhr

Ort: Seniorenheim St. Josef, Festsaal

Krankenpflegeverein Coburg e. V. - Förderverein der Caritas-Sozialstation

Helfen Sie uns, damit wir helfen können!

Unser Krankenpflegeverein fördert in vielfältiger Weise das Wohlbefinden von Senioren, Kranken, Behinderten und Familien. Bitte unterstützen Sie die Arbeit der Caritas-Sozialstation durch Ihre Mitgliedschaft beim Krankenpflegeverein oder durch Ihre Spende.

Anschrift: Ernst-Faber-Str. 12
96450 Coburg
Tel.: 09561/8144-14

Spendenkonto: VR-Bank Coburg eG
Kto.-Nr.: 106 220 061
BLZ: 783 600 00

www.caritas-coburg.de

Auf unserer Website können Sie jederzeit alle Termine, Veranstaltungen und Neuigkeiten finden.

Betreuungsverein

Gesetzliche Betreuung - Professionelle Unterstützung

Der Betreuungsverein des Caritasverbandes für die Stadt und den Landkreis Coburg e. V. übernimmt die vom Gesetzgeber vorgesehene Betreuung (gerichtlich angeordnete Vertretung) von Volljährigen, die ihre Angelegenheiten aufgrund einer psychischen Krankheit, körperlichen, seelischen oder geistigen Behinderung, ganz oder nur zum Teil nicht mehr selbst regeln können.



Betroffene brauchen Menschen, die sie im erforderlichen Umfang rechtlich vertreten und sich für ihr Wohl einsetzen.

Der Betreuungsverein unterstützt Betreute unter anderem bei behördlichen Angelegenheiten, Vermögensangelegenheiten und der Gesundheitsfürsorge.

Er ermittelt den Hilfebedarf und plant und organisiert die notwendigen Hilfestellungen.

In der Regel werden rechtliche Betreuungen von Angehörigen, Ärzten und Kliniken bei der Betreuungsbehörde der Stadt, dem Landkreis Coburg sowie beim Amtsgericht Coburg beantragt.

Der Betreuungsverein des Caritasverbandes für die Stadt und den Landkreis Coburg e. V. wurde 1998 gegründet.

Er informiert und berät in Einzelgesprächen und Veranstaltungen über alle betreuungsrelevanten Themen, wie z. B. die Vorsorgevollmacht, die Patientenverfügung und die Betreuungsverfügung.

Weiterhin begleitet und unterstützt er ehrenamtliche Betreuer auf rechtlicher und fachlicher Ebene.

Weitere Informationen erhalten Sie beim:

Betreuungsverein des Caritasverbandes für die Stadt und den Landkreis Coburg e.V.

Ernst-Faber-Straße 12, 96450 Coburg
Tel.: 09561/8144-11, Fax: 09561/24608
E-Mail: betreuungsverein@caritas-coburg.de



Gefördert durch den Freistaat Bayern



Beatrix Geppert-Kosuch
und Anja Heinz
Diplom-Sozialpädagoginnen (FH)
Rechtliche Betreuerinnen im
Betreuungsverein des Caritasverbandes



In Würde leben - gepflegt von der Caritas

Caritasverband für die Stadt und den Landkreis Coburg e.V.
www.caritas-coburg.de

Sozialstation	Kurzzeitpflege	Seniorenheim St. Josef
Ernst-Faber-Straße 12 96450 Coburg Tel.: 09561/8144-18	Kükenthalstraße 19 96450 Coburg Tel.: 09561/8354-12	Kükenthalstraße 19 96450 Coburg Tel.: 09561/8354-0
Pflege zu Hause, Palliativpflege, Betreuung von Demenzzkranken, Hausnotruf „Sophia“, Essen auf Rädern	zeitlich begrenzte Pflege im Heim, wenn die Pflege zu Hause vorübergehend nicht möglich ist	in einem Haus der Begegnung gut versorgt wohnen, in Geborgenheit und Zufriedenheit den Lebensabend gestalten



Caritasverband für die Stadt und den Landkreis Coburg e. V.
Ernst-Faber-Straße 12 * 96450 Coburg
Tel.: 09561/8144-0 E-Mail: info@caritas-coburg.de
www.caritas-coburg.de

Bad Rodach

Vortrag:

„Bereit sein für das Älterwerden!“

„Alt und abgeschoben?“ - Mögliche Formen der Lebensgestaltung

im Rahmen der Filmreihe „...mit 66 Jahren fängt das Leben an“ -
in Kooperation mit dem Familienkreis der Kirchengemeinde St. Marien,
Bad Rodach.

„Alt werden“ ist ein Thema, das uns alle angeht. Die Referentinnen werden
an diesem Abend über Möglichkeiten der Vorsorge, Vorsorgevollmachten
und Betreuungsverfügungen, über Möglichkeiten der Selbstversorgung,
über verschiedene Wohnformen im Alter und über die unterschiedlichsten
Möglichkeiten der Unterstützung im ambulanten, pflegerischen Bereich für
ein selbstbestimmtes Leben informieren.



Datum: Mittwoch, 30.10.2013
Uhrzeit: 19:00 Uhr
Ort: Pfarrzentrum St. Marien, Bad Rodach
Referentinnen: Beatrix Geppert-Kosuch und Anja Heinz

Besuch der Waldbühne weckt Kindheitserinnerungen



„Raus aus den vier Wänden“ hieß es am
Dienstag, 9. Juli 2013, als Seniorinnen und
Senioren der Caritas-Sozialstation Coburg bei
herrlichem Wetter einen Ausflug nach
Heldritt zur Waldbühne unternahmen.
Mitarbeiter der Caritas-Sozialstation
begleiteten die 21 Teilnehmerinnen und
Teilnehmer. Dort angekommen, nach einer
unterhaltsamen Anfahrt, wurde sich bei
Kaffee und Kuchen im idyllischen Biergarten
der Waldbühne kurz gestärkt, bevor die
nachmittägliche Vorstellung auch schon
losging. Gespielt wurde das Märchen
„Schneewittchen und die 7 Zwerge“ nach
den Gebrüdern Grimm. „Spieglein, Spieglein
an der Wand, wer ist die Schönste im
ganzen Land?“ Nach einer gelungenen



Darbietung hatten die Teilnehmer des Caritas-Ausfluges die Möglichkeit,
sich mit den Darstellern fotografieren zu lassen. „Früher war ich sehr oft
hier, aber jetzt geht es halt nicht mehr so leicht...“, so eine der
Teilnehmerinnen. „Gut, dass ich durch die Caritas-Sozialstation dies
nochmal erleben kann.“ Nach einer Einkehr bei abendlichem Sonnenschein
wurde die Heimreise angetreten. Der Ausflug, bei dem
Kindheitserinnerungen geweckt wurden, war eine willkommene
Abwechslung vom Alltag für alle. Es war ein geselliger Nachmittag mit
Spaß und der Möglichkeit, mit anderen ins Gespräch zu kommen. „Es ist
schön, dass die Caritas so etwas anbietet, da kommen wir auch mal aus
unseren vier Wänden raus“, freute sich ein Ehepaar.

Pflegekurs für Angehörige



*Die Kursteilnehmerinnen unter der Leitung
von Gabriele Hilscher (rechts außen)*

Der von der Caritas-Sozialstation in
Kooperation mit dem AWO Kreisverband
Coburg e.V. angebotene **„Pflegekurs für
Angehörige“** wurde am 25. Juni 2013 im
Mehrgenerationenhaus AWO Treff Bad
Rodach erfolgreich beendet. An vier
Abenden erhielten die Teilnehmerinnen
unter der Leitung von Gabriele Hilscher,
Altenpflegerin und gerontopsychiatrische
Fachkraft, Hilfestellungen und nötige
Grundinformationen zu den Themen „Mein
Angehöriger benötigt Hilfe bei der
täglichen Pflege, worauf muss ich
achten?“, „Harninkontinenz - Wissens-
wertes zur Blasenschwäche. Was sollten
Sie bei Inkontinenz tun?“, „Sturz-
prophylaxe - Vermeiden von Stürzen. Was
ist ein Sturzrisiko?“ und „Essen und
Trinken hält Leib und Seele zusammen -
Wie entsteht Mangelernährung“. Die
Teilnehmerinnen, pflegende Angehörige
und interessierte Mitmenschen, waren mit
Begeisterung dabei und konnten anhand
von praktischen Übungen und Tipps, wie
z. B. ‚Wie schone ich meinen Rücken‘, ‚Wie
führe ich den Transfer vom Bett in den
Rollstuhl aus‘, ‚Wie helfe ich beim
Aufstehen aus dem Bett‘, ‚Essen und
Trinken durch Aktivitäten‘, ‚Mit
geschlossenen Augen Essen‘ oder ‚Sinne
ansprechen‘, den Ernstfall proben.