



Bürgerverein Waldstadt e. V.

Senioren in der Waldstadt

*Chancen, Aktivitäten und Unterstützung
für den dritten Lebensabschnitt*

von Gebhard Schramm
*Stellvertretender Vorsitzender
Bürgerverein Waldstadt e.V.*

Unkostenbeitrag: 5 Euro

Diese Broschüre wurde zusammengestellt in Zusammenarbeit mit:

den Kirchen,
dem Sportverein SSC,
dem Altenhilfezentrum AHZ,
dem Diakonischen Werk, Karlsruhe,
dem Treff für Ältere im Höchstenhof,
dem Sozialen Dienst,
dem Bestattungsamt der Stadt Karlsruhe,
der Betreuungsbehörde der Stadt Karlsruhe,
der Karl Theodor-, Leopold- und Sophien-Stiftung,
dem Hospizdienst und
dem Trauercafé.

Stand Januar 2006

Bürgerverein Waldstadt e.V. • Erasmusstr. 3 • D-76139 Karlsruhe

Tel. 0721/9686290 • Fax 0721/9683530

Bankverbindung: Sparkasse Karlsruhe •BLZ 660 501 01 • Konto Nr. 9 176 728

Inhaltsverzeichnis

1. Einführung	4
2. Der Wert von Freundschaften.....	5
3. Der Einsatz der evangelischen Kirche und der katholischen Kirche für Senioren	5
4. Der Seniorenkreis des Bürgervereins	7
5. Aktivitäten in der Begegnungsstätte des Bürgervereins.....	7
6. Sport für Senioren - ein Leben lang in Schwung.....	8
7. Alt und Jung- Hand in Hand.....	10
8. Die Akademie für die ältere Generation	11
9. Über die Notwendigkeit einer Vollmacht zur Vorsorge und/oder einer Betreuungsverfügung	11
10. Was die Pflegeversicherung bietet	17
11. Treff für Ältere im Höchstenhof	19
12. Der Soziale Dienst der Stadt Karlsruhe	23
13. Betreutes Wohnen am Beispiel der Angebote der Karl Friedrich-, Leopold- und Sophien-Stiftung	23
14. Das Alten-Hilfe-Zentrum Karlsruhe -Nordost – AHZ.....	27
15. Hospizdienst Karlsruhe.....	34
16. Sterben als Thema für alte Menschen und deren Angehörige.....	37
17. Für Angehörige ist eine menschliche Trauerbegleitung wichtig	45
18. Anhang.....	47
19. Bürgerverein Waldstadt e.V.....	48
Beitrittserklärung	50

1. Einführung

Unter den ca. 12600 Einwohnern der Waldstadt und den ca. 9000 Einwohnern von Hagsfeld leben mehr als 3500 Menschen, die älter als 65 Jahre sind. Vor noch 100 Jahren hätte man diese Menschen als „nahe beim Greisenalter“ bezeichnet, aber heute fahren manche 90-Jährige Autos, und fliegen 80-Jährige um die Erde, um Kinder oder Enkelkinder zu besuchen. Viele dieser Generation leben noch in ihrem Eigenheim oder in einer Mehrzimmerwohnung und versorgen sich selber.

Altwerden ist ein unabwendbarer, ein meist langer, oft schleichender Prozess, dem alle Menschen ausgesetzt sind. Wir verlieren im Alter auch ohne eine spezielle Krankheit einen Teil unserer körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit. Wir vergessen - mehr als junge Menschen -, wo wir Schlüssel hinlegten oder was wir alles einkaufen wollten.

Krankheiten, ein Schlaganfall, Arthrose in Hüftgelenken können dann - oftmals von einer Stunde zur nächsten - den Alterungsprozess abrupt beschleunigen, und das damit Alleinfertig-werden in Frage stellen. Wenn ein altes Ehepaar noch zusammenleben kann, wird der eine für den anderen da sein und ihn/sie pflegen, aber oft wird - manchmal plötzlich - die Grenze der Belastbarkeit der Pflegenden erreicht. Spätestens dann ist es angezeigt, nach Hilfe auszuschauen. Gut sind dann die dran, deren engere Familie in der Nähe wohnt und Zeit und Kraft hat, regelmäßig Hilfe zu leisten. Manche haben auch in langen Jahren einen Freundes- oder Nachbarschaftskreis aufgebaut, aus dem dann spontan Hilfe angeboten wird. Ist aber intensive, tägliche Pflege erforderlich, dann wird man an städtische Einrichtungen, kirchliche Institutionen oder ambulante Pflege- und Betreuungsdienste herangehen müssen, die weiterhelfen können. Im Folgenden werden eine Reihe von solchen Institutionen gelistet, die man in Notlagen ansprechen sollte und die mit Rat und oft mit Tat helfen werden.

Diese Broschüre gibt Ihnen eine Art Checkliste für Wissenswertes, sowie Adressen und Telefonnummern an die Hand, zu denen Sie möglichst nicht erst im Augenblick höchster Not greifen sollten. So wäre es sinnvoll, die denkbaren Heime oder Altenwohnungen - z.B. das *Altenhilfzentrum Karlsruhe Nordost* oder die Wohnungen der *Karl Friedrich-, Leopold- und Sophien-Stiftung* – aufzusuchen, mit den Heimleitungen zu sprechen und die finanziellen Rahmenbedingungen der Heime schon jetzt zu kennen – wenn Sie noch geistig rüstig und für Ihr Alter fit sind.

Eine Informationsübersicht - Reihenfolge ohne Wertung – wurde für Sie im folgenden zusammengestellt. **Für die noch jungen Alten – zwischen 65 und 75 – gilt zuallererst sich Freundschaften zu suchen, um aktiv zu bleiben.**

2. Der Wert von Freundschaften

Im Alter sind **Freundschaften** - speziell mit Jüngeren - für das Wohlbefinden so wichtig wie Arzneimittel, damit es Menschen gibt, die Sie dann besuchen, wenn Sie nicht mehr allein vor die Haustür gehen können, Ihr Einsamwerden vermindern und Sie seelisch stützen, wenn Sie Ängste oder Depressionen umfassen. Haben Sie daran gedacht, dass es Gruppen in den Kirchengemeinden gibt, die Ihnen auch als Fremde/Fremder "Heimat" bieten können und wollen? Ein Gespräch mit dem Pfarrer Ihrer Kirchengemeinde kann Ihnen möglicherweise bei Kummer helfen und Ihnen aufzeigen, wo Sie andere Menschen finden, die Ihnen verständnisvoll zuhören.

3. Der Einsatz der evangelischen Kirche und der katholischen Kirche für Senioren

Beide Kirchen leisten für die seelsorgerische Betreuung von alten Menschen eine immense, hier nicht umfassend beschreibbare Arbeit wie z.B. durch Gespräche, Tröstungen und Vermittlung von Besuchen durch Gemeindemitglieder.

Sie finden die Pfarrämter unter den folgenden Telefon-Nummern:

Das **evangelische** Pfarramt Waldstadt
"Süd" , Königsberger Str. 35

Pfarrer Schaber: Tel. 9673711

Das **evangelische** Pfarramt Waldstadt
"Nord", Kolberger Str. 10 g

Pfarrer Dr. Hauser: Tel 968910.

Das **evangelische** Pfarramt Hagsfeld,
Pfarrer Weber: Tel. 681100

Das **katholische** Pfarramt St. Hedwig,
Königsberger Straße 55:

Pfarrer Ballweg: Tel. 681616.

Die **evangelische Kirche** bietet in der Waldstadt:

Im evangelischen Gemeindezentrum in der **Insterburger Straße 13 :**

Frauenkreis, jeden 1.Montag im Monat, 19³⁰

Seniorenkaffee, mittwochs, 15.⁰⁰

Seniorenach, , mittwochs, 15.⁰⁰

Werkgemeinschaft, dienstags, 15.⁰⁰

Gesprächskreis, jeden 3. Dienstag im Monat, 19³⁰

Schreinerwerkstatt donnerstags von 15⁰⁰ bis 16³⁰

Bibelseminar, donnerstags um 20⁰⁰

Im evangelischen Gemeindezentrum in der **Königsberger Straße 35:**

Kirchenmusik, mittwochs 20.^{oo} Chorprobe

Frauentreff, jeden 3. Dienstag im Monat. Zeit erfragen: 07255/3151

Damenclub, donnerstags: 15^{oo}- 16³⁰

Deutsche Parkinson Vereinigung- dPV - , dienstags ab 13³⁰

Das **katholische** Pfarramt bietet für Senioren an:

Senioren-Nachmittag im Gemeindehaus St. Hedwig: jeden Dienstag, 15.00 Uhr (Frau Emilie Ciescholka)

Senioren-Nachmittag im *Bruder Klaus Hagsfeld*: jeden Donnerstag, 14.00 Uhr (Frau Bertsch, Frau Obermann und Frau Mlinac)

Eine Trauergruppe für ältere Menschen, die sich monatlich trifft, gibt es seit März 2000 in der katholischen Pfarrgemeinde.

Nachbarschaftshilfe Seelsorgeeinheit Karlsruhe - St. Hedwig/Bruder Klaus

Was ist Nachbarschaftshilfe?

Sie ist für alle da, die gelegentlich oder stundenweise nachbarschaftliche Hilfe brauchen.

Wer braucht Hilfe?

Ältere Menschen, die nicht mehr zurecht kommen. Alleinstehende, die mit jemandem ins Gespräch kommen wollen. Behinderte, die Hilfe im Alltag brauchen. Mütter und Väter von Kleinkindern. Kranke, die Hilfestellung im Tagesablauf brauchen.

Wer kann helfen?

Die Freude daran haben, anderen zu helfen. Die gelegentlich einige Stunden Zeit haben. Die Zuhören können und verschwiegen sind. Die mindestens 16 Jahr alt sind.

Wie können Sie helfen?

Hauswirtschaftliche Hilfe, z.B. einkaufen, Essen zubereiten, Geschirr spülen. Spazieren gehen. Bei der Rückkehr aus dem Krankenhaus. Vor der Übersiedlung ins Altenheim. Betreuung von Kindern. Umgang mit Behörden. Begleitung zu Arztbesuchen. Vermittlung von Hilfsdiensten.

Wie hoch sind die Kosten?

Für Einsätze wird eine Aufwandsentschädigung von 8 € pro Stunde erhoben. Die Helfer/innen sind unfall- und haftpflichtversichert. Auf keinen Fall soll eine notwendige Hilfe an der Kostenfrage scheitern.

Hilfesuchende/r oder als Helfer wenden Sie sich an :

Frau Bretthäuser (Waldstadt) Tel.:2402515 oder an

Frau Garrels (Hagsfeld). Tel.: 2402517.

Telefonische Sprechzeiten: Dienstag + Donnerstag, von 10-11 Uhr oder Kontaktausnahme durch den Anrufbeantworter.

Viele ältere Menschen finden Freude am Singen in den **Kirchenchören** der evangelischen und katholischen) Kirche und an der Gemeinschaft mit musikalisch interessierten Menschen z.B. im **Waldstadt Kammerorchester** des Bürgerverein Waldstadt e.V.

Ansprechpartner sind:

evangelische Kirche: KMD Michael Elser, Telefon 07249 – 9 47 28 7

katholischer Kirchenchor: Dr. Christiane Löwe, Tel.: 687203

Waldstadt Kammerorchester: Walter Hof, Tel.: 68 25 77

4. Der Seniorenkreis des Bürgervereins

Er trifft sich jeden ersten Dienstag im Monat im evangelischen Gemeindehaus in der Insterburger Straße um 14 Uhr zu Vorträgen und Ausflügen. Jeder kann dort auch ohne Einladung teilnehmen: Ansprechpartner ist vorerst noch:

Herr Jan Bergmann, Tel. 683816. Er wird seinen Nachfolger gerne nennen.

5. Aktivitäten in der Begegnungsstätte des Bürgervereins

Die Begegnungsstätte findet man Ecke Glogauer- und Beuthener Straße gegenüber dem Waldstadt-Zentrum. Hier werden die verschiedenartigsten Aktivitäten angeboten, wie der *Singkreis*, *Englische Konversation*, ein *Spiele-Nachmittag*, und sonntägliche *Begegnungen und Gespräche bei Kaffee*. Das vollständige Informationsblatt zum Programm liegt in der Begegnungsstätte aus, wo Sie die Leiterin Christel Stenzel, auch gerne informiert. Sie finden das wöchentliche Programm im Aushang an der Eingangstür.

Telephonisch ist die Begegnungsstätte erreichbar unter: **684099**. Sprechen Sie auf den Anrufbeantworter, wenn Frau Stenzel nicht anwesend ist. Sie werden umgehend zurück gerufen.. Für das Mitmachen gibt es keine Altersbeschränkungen und die Veranstaltungen sind im Normalfall kostenfrei.

Für das Durchführen der Veranstaltungen - z.B. für das Kaffeekochen usw. - freut sich Frau Stenzel immer über ehrenamtliche Mithilfe.

6. Sport für Senioren - ein Leben lang in Schwung

(Text: SSC)

Im Nordosten unserer Stadt ist jeder vierte Einwohner über 65 Jahre alt. Es ist eine große Aufgabe für die hiesigen Sportvereine, sich dieser, in Zukunft noch verstärkenden, Entwicklung anzunehmen. Die demografische Entwicklung unserer Gesellschaft ist eine Herausforderung für alle Verantwortlichen, die sich um unsere BürgerInnen sorgen.

Argumente für den Seniorensport finden sich genug.

- Beweglichkeit bis ins Alter.
- Maßvoller Ausdauersport verlängert das Leben.
- Es ist nie zu spät für eine Lebensumstellung. Nicht täglich Medikamente, sondern täglich Bewegung.

Zusammengefasst sollten sich in den Sportangeboten befinden:

- Bewegung, Spiel, Spaß,
- Wohlbefinden, Körpererfahrung, Fitness,
- Kommunikation, Geselligkeit, Gemeinschaft.

Wo findet man dies in der Waldstadt?

Am umfangreichsten ist das Angebot des SSC, der mit 5500 Mitgliedern der größte Karlsruher Sportverein ist. Mit rund 50 speziellen Angeboten für Senioren bietet der SSC unter anderem:

Allround-Gymnastik, Aqua-Fitness, Beckenboden-Gymnastik, Fitness Treff, Gesund+Fit, Gesundheitspaket, Pflegerische Gymnastik, Hocker-Gymnastik, Herz-Gruppen, Kegeln, Lauf-Treff, Tanz, Rückenschwimmen, Spiel-Treff (Boule), Sportabzeichen, Walking, Wirbelsäulentraining, Yoga.

Von Orthopäden wird immer mehr ein dosiertes Training mit Fitnessgeräten auch im Alter empfohlen. Mit dem FitnessTreff des SSC bietet sich ein Vereinsstudio mit Qualitätszeichen an.

Hinzu kommen spezielle Seniorenangebote in Badminton, Basketball, Freizeit-Fußball, Handball, Schwimmen, Tennis, Tischtennis, Volleyball und Wandern.

Nach dem Motto, es ist nie zu spät aktiv zu werden, findet sicher jeder Senior und jede Seniorin der Waldstadt hier ein auf ihn oder sie zugeschnittenes Angebot. Der SSC hat eine Senioren-Broschüre und ein ausführliches Jahresprogramm über alle Angebote ausgearbeitet. Beide erhalten Sie bei der Geschäftsstelle, die Sie auch berät:

SSC Sport- und SchwimmClub Karlsruhe e.V.

Am Sportpark 5, 76131 Karlsruhe,

Telefon 0721 / 9 67 22-0 Fax 0721 / 9 67 22-88

Internet: ssc-karlsruhe.de. Email: team@ssc-karlsruhe.de,

Bürozeiten: Montag-Freitag: 10.00-12.00 + 15.00-17.00 Uhr,

Dienstag: bis 19.00 Uhr

Die sozialpolitische Bedeutung einer qualifizierten Seniorenarbeit im Sport ist erkannt. Nicht jeder Verein wird ein umfassendes Programm aufbauen können. Aber durch Kooperation und Vernetzung kommen gute Ergänzungen zustande.

Der Sportkreis Karlsruhe versucht seit Sommer 2005 ein Netzwerk „Mehr Lebensqualität im Alter durch Bewegung“ unter Einbindung von Verbänden, Seniorenvertretungen, Vereinen u. a. aufzubauen. Die Waldstadt bzw. der Nordosten sollte stadtteil-orientiert tätig werden.

Die Vereine im Traugott-Bender-Sportpark haben dies erkannt und im Dezember 2001 die **AG Traugott-Bender-Sportpark Nordost** gegründet. Koordinator ist Karl Heinz Stadler, Tel. 670606.

In der Vereinbarung vom 3.12.2001 ist u. a. bei den Aufgaben aufgenommen:

- Abstimmung, Erweiterung und gegenseitige Öffnung von Angeboten
- Gemeinsame Lösungen von Sozialaufgaben mit Sport

Diese von der Stadt unterstützte Kooperation hat schon einige Ziele erreicht. Die Bewohner im Nordosten von Karlsruhe können dadurch nur profitieren. Die rund 12.000 Mitglieder kommen aus diesen Vereinigungen:

Sportpark Karlsruhe-Nordost GmbH Fächerbad

Am Sportpark 1, 76131 Karlsruhe

Beiratsvorsitzender Dr. Eberhard Fischer Tel. 988788-3

Geschäftsführer Joachim Hornuff Tel. 9670110

SSC Sport- und SchwimmClub Karlsruhe e.V.

Am Sportpark 5, 76131 Karlsruhe –: siehe oben

KSV Karlsruher Sportverein Rintheim-Waldstadt e.V.

Am Sportpark 7, 76131 Karlsruhe

2. Vorsitzender Siegbert Weber, Tel. 78 51 84 mobil 0173 3821169

SCK Ski-Club Karlsruhe e.V.

Postfach 11 13 49, 76063 Karlsruhe

2. Vorsitzender Hermann Weiher, Tel. 68 44 68

DAV Deutscher Alpenverein Sektion Karlsruhe e.V.

Reinhold-Schneider-Straße 77, 76199 Karlsruhe

Wolf-Dieter Wagenknecht, Tel. 88 66 73

Bitte wenden Sie sich an die angegebenen Anschriften.

Interessant sind dabei die Angebote im Skifahren, im Wandern, im Bergwandern aber auch im Seniorenfußball (AH) beim KSV. Ski-Club und DAV führen umfangreiche Spezialprogramme und besitzen Hütten im Schwarzwald und in den Alpen. Anfragen bitte direkt an diese Vereine.

7. Alt und Jung- Hand in Hand

(Text: Seniorenbüro)

Kinderbetreuung durch Senioren/innen. Ein Projekt des Kinderbüros im Zusammenhang mit dem Seniorenbüro der Stadt

Sie mögen Kinder und sind bereit, etwas von Ihrer Zeit zu schenken? Kinderbüro und Seniorenbüro der Stadt Karlsruhe suchen ältere Menschen, die bereit sind, beim Projekt „Alt und Jung - Hand in Hand - Kinderbetreuung durch Seniorinnen und Senioren“ mit zu machen.

Mütter / Eltern brauchen manchmal eine Entlastung in der Kinderbetreuung, zum Beispiel wenn ein Arzttermin, ein Friseurbesuch oder ein größerer Einkauf ansteht, aber auch um etwas Freizeit zu haben.

Ältere Menschen möchten manchmal für einige Stunden mit jüngeren Kindern zusammen sein, mit ihnen singen, sich an ihnen freuen. Nicht immer sind eigene Enkelkinder in der Nähe.

- Im Rahmen des Projektes vermittelt das Kinderbüro Kontakte zwischen Senioren/innen und jungen Familien
- Es bietet Fortbildungsveranstaltungen den beteiligten Senioren/innen an
- Es organisiert einen regelmäßigen Erfahrungsaustausch
- Die Seniorinnen und Senioren betreuen ehrenamtlich ein oder mehrere Kinder
- Sie sind im Rahmen ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit versichert.

Bei Interesse wenden Sie sich bitte an die Projektleiterin Frau van Schoor, Tel 49 39 35

8. Die Akademie für die ältere Generation

In der Innenstadt finden Sie die, mit der Straßenbahn einfach zu erreichende, *Akademie der älteren Generation Karlsruhe*

Sie bietet **vierzehntägig** im Stephansaal in der Ständehausstraße 4 – hinter der Stephanskirche – allgemein verständliche Vorträge zu geschichtlichen, medizinischen und soziologischen Themen an, durch die Senioren sich anregen lassen können und dabei sicher auch auf Bekannte stoßen werden. Die Vorträge dauern jeweils 2 Stunden. Man erreicht sie mit der Straßenbahn, Haltestelle Herrenstraße. Es wird ein kleiner Unkostenbeitrag erhoben. Das Programm entnehmen Sie einem Falblatt, das im Vorraum des Stephan-Saales ausliegt. Eine Auskunft erhalten Sie auch: Tel. 0721-91274-31.

9. Über die Notwendigkeit einer Vollmacht zur Vorsorge und/oder einer Betreuungsverfügung

Für die *jeden* Menschen, egal welchen Alters, ist zu bedenken, dass Sie für den rechtlichen Schutz Ihres Selbstbestimmungsrechts auch für Zeiten körperlicher und geistiger Notlagen rechtzeitig sorgen sollten!

Auch wenn Sie sich noch nicht viel anders fühlen als im Alter von 50 bis 60 Jahren - oder sogar noch viel jünger -, so müssen Sie ins Auge fassen, dass eine plötzliche Krankheit – Schlaganfall, Herzinfarkt oder Unfall – ihre geistigen und körperlichen Fähigkeiten von einem Tag zum anderen dramatisch einschränken könnten. Für diesen Fall sollten Sie vorsorgen, so lange es Ihnen noch richtig gut geht.

Moderne Medizintechnik und Medikamente haben es in den letzten Jahrzehnten möglich gemacht, dass z.B. die meisten Infektionskrankheiten ihren Schrecken verloren, defekte Körperorgane durch Implantate ersetzt, manchmal schon klinisch Tote reanimiert und Krebs durch Bestrahlung und Chemotherapien bekämpft werden können. Das sind wunderbare Errungenschaften der medizinischen Wissenschaft und der in Kliniken arbeitenden Ärzte, die aber auch weniger positive Nebenwirkungen haben können:

Menschen werden heute um Jahrzehnte älter als ihre Vorfahren. Sie erleben heute Krankheiten, die sie früher nicht mehr bekamen, weil sie vielleicht schon 10 Jahre früher an Infektionskrankheiten gestorben wären. Sie können nach Schlaganfällen wesentliche Gehirnfunktionen irreversibel verloren haben, aber man kann sie mit künstlicher Ernährung ohne Bewusstsein und total auf fremde Hilfe und Betreuung angewiesen noch 5 oder sogar 10 Jahre

weiter in Pflegeheimen am Leben erhalten. Sie könnten durch die Alzheimer Krankheit so dement geworden sein, dass sie ihre geistige Persönlichkeit verloren und sich und den Angehörigen jahrelang zur manchmal unerträglichen Last wurden.

Viele Menschen haben Angst davor, am Ende ihres Lebens in eine nicht mehr heilbare Krankheit zu fallen, sprachunfähig oder bewusstlos zu werden und dann nicht mehr entscheiden zu können, ob sie dann immer noch am Leben gehalten werden möchten. Es ist das natürliche Recht eines jeden Menschen selbstverantwortlich sein Leben und seine Lebensumstände zu gestalten. Aber es kann dazu kommen, dass in der letzten Lebensphase man seine Wünsche und Forderungen nicht mehr selber ausdrücken kann. Dann werden fremde Menschen wie die behandelnden Ärzte oder das pflegendes Personal in Heimen oder Kliniken sie medizinisch und körperlich zu betreuen haben. Diese könnten versuchen, immer noch mit heilender Absicht, an ihnen möglicherweise in diesem Stadium nicht mehr sinnvolle Operationen vorzunehmen oder neue Therapien anzuwenden. Damit könnte das nicht mehr selbst gestaltbare Leben um Monate des Leidens verlängert werden, anstelle dass man den unvermeidbaren Tod bei liebevoller, nur noch palliativer Versorgung - *hohe Aufmerksamkeit auf Schmerzbekämpfung und Minderung von Nebenwirkungen, die sich aus Sekundärerkrankungen ergeben können, und natürlich bestmögliche, menschlich zugewandte Pflege* - „kommen läßt“.

Um dieser nicht genau fassbaren Angst Herr zu werden, können Menschen in „guten Jahren ihres Lebens“ sich gedanklich in ihr Lebensende in vielleicht erst in 10 oder 20 Jahren versetzen und im Sinne ihres Selbstbestimmungsrechts zur „Vorsorge“ aufschreiben, wie **sie möchten**, dass Angehörige aber auch die sie dann behandelnden Ärzte oder Pfleger sie medizinisch und körperlich umsorgen und welche Maßnahmen sie z.B. mit der Auswirkung einer Leidens-Lebensverlängerung in der allerletzten Lebensphase **nicht wollen**.

Um Ihrem Selbstbestimmungsrecht auch dann noch Geltung verschaffen zu können, wenn Sie nicht mehr in der Lage sind, Ihren Willen selber auszudrücken, dient eine geeignete:

Vollmacht zur Vorsorge kombiniert mit einer Betreuungsverfügung und mit einer Patientenverfügung.

Über eine solche sollten Sie gründlich nachdenken, mit dem Ehepartner, mit ihren Kindern und mit guten Freunden diskutieren und dann diese Vollmacht unterschrieben an einem auffindbaren Ort deponieren.

Als **Vollmachtnehmer** für eine Vollmacht und/ oder Betreuungsverfügung kommen in erster Linie der Ehepartner, ein Sohn, eine Tochter oder eine sehr vertraute Person in Frage. Sie können auch zwei Menschen bevollmächtigen, aber es muss in der Vollmacht festgelegt sein, wer von beiden - im Falle sie sind sich bei einer notwendigen Entscheidung nicht einig - das Sagen haben soll. Ihre Bevollmächtigte müssen Menschen sein, zu denen Sie ein **absolutes Vertrauen** haben, um in ihre Hände ihr finanzielles und persönlich-körperliches Schicksal zu legen, wenn sie selber nach einem Unfall oder als Folge einer schweren Krankheit nicht mehr bei Bewusstsein und damit nicht mehr entscheidungsfähig sind. Wählen Sie Menschen aus ihrer nächsten Umgebung, mit denen Sie ihre Vorstellungen von einen „guten“ Lebensende diskutiert haben und die willens, im entscheidenden Zeitpunkt kurzfristig herbei zu rufen und durchsetzungsfähig sind, diesen Vorstellungen an Ihrer statt bei Ärzten, Kliniken oder Altersheimen Geltung zu verschaffen.

Eine solche **Vollmacht zur Vorsorge**, die schriftlich aufgesetzt und handschriftlich mit Datum zu unterzeichnen ist, ist mit dem **Augenblick Ihrer Unterschrift „nach außen“** also z.B. bei Vorlage vor Gerichten, bei Mietern oder Vermietern, bei Heimen oder Kliniken **gültig** und nicht erst in einem Notfall. Ihre Unterschrift unter eine solche Vollmacht zur Vorsorge muss nicht notariell beglaubigt werden - wenn Sie nicht über große Vermögen und Immobilien verfügen. **Es genügt**, wenn Sie Ihre Unterschrift auf dieser Vollmacht bei Ihrer Bank, bei dem nächsten Polizeirevier, beim Bürgerbüro oder bei einem Pfarramt bestätigen lassen.

Im **„Innenverhältnis** dieser **Vollmacht zur Vorsorge** zu den von Ihnen bevollmächtigten Personen wie z.B. Ihre Frau oder Ihr Sohn/Tochter muss das gegenseitige Einverständnis vorliegen, dass diese Vollmacht erst eingesetzt wird, wenn der beschriebene Notfall Ihrer Nicht-Entscheidungsfähigkeit -z.B. Bewusstlosigkeit- eingetreten ist. Diese **Vollmacht im Original** sollte bei Ihren persönlichen Akten sicher abgelegt sein. Ihr Bevollmächtigter muss dieses Original in Ihren Unterlagen - wenn der Notfall bei Ihnen eingetreten ist - sofort finden, mitnehmen und dann im Außen- wie im Innenverhältnis, wie mit Ihnen abgesprochen, einsetzen. Ihre Bevollmächtigten sollen jeweils eine Kopie Ihrer Vollmacht übergeben bekommen, aber handeln können sie mit dieser Kopie nicht. Eine solche Vollmacht kann von Ihnen jederzeit zurückgezogen, als Original und als Kopie vernichtet oder abgeändert werden. Gegebenenfalls können Sie eine andere Vollmacht ausstellen.

Die von Ihnen bevollmächtigte Person ist nur mit einer solchen **Vollmacht mit der Nennung des Vertretungsrechtes in Gesundheitsangelegenheiten, kombiniert mit einer Patientenverfügung** befugt, für Sie in dem beschriebenen Notfall einer eventuell vom Arzt vorgeschlagenen Operation zu zustimmen oder sie abzulehnen und eine Krankenhaus/Altenheim-Unterbringung zu veranlassen. Seit dem 1.1.1999 sind selbst Ehepartner allein auf Grund ihres Trauscheines **nicht mehr** ohne eine solche Vollmacht zur Vorsorge befugt, im obigen Sinne für einander zu entscheiden. **Es muss also ein Ehemann für seine Frau und eine Ehefrau für ihren Mann jeweils eine zweite, rechtlich unabhängige Vollmacht ausstellen.**

Wenn Sie allein leben und die engsten Verwandten weit entfernt sind, mag es sinnvoll sein, einer guten Nachbarin oder einen Nachbarn eine im Betrag begrenzte Bankvollmacht für ein Sonderkonto bei Ihrer Bank zu geben, mit der im Notfall sofort zu zahlende Beträge – Krankenwagen, Anzahlungen für eine Krankenhausaufnahme und ähnliches – bezahlt werden können.

Haben Sie keinerlei Menschen in ihrem Lebensumkreis, dem Sie stellvertretend für Sie weitreichende Vollmachten geben wollen oder können, dann wird im Falle Ihrer krankheitsbedingten Unfähigkeit zum selbst bestimmten Entscheiden der Staat im Form des Vormundschaftsgerichtes für Sie einen **Betreuer** einsetzen, der Sie dann unter der Kontrolle dieses Vormundschaftsgerichtes rechtlich vertritt. Er wird also Ihr Vermögen so verwalten, dass es für Sie und in Ihrem Sinne verwendet und später ungeschmälert Ihren Erben übergeben werden kann. Der Betreuer ist auch angehalten, für Ihr persönliches, körperliches Schicksal stellvertretend zu sorgen, besonders wenn Sie vorher ihre eigenen Vorstellungen in Bezug auf Ihr Lebensende schriftlich fixiert haben - siehe den Abschnitt über die Patientenverfügung.

Als Betreuer kann das Vormundschaftsgericht Menschen Ihrer Wahl benennen - z.B. wenn Sie der **Vollmacht zur Vorsorge** mit einer **Betreuungsverfügung** kombiniert haben und den Vollmachtnehmer auch als gewünschten Betreuer benannt haben - oder fremde Menschen hierfür auswählen. Sie können auch festlegen, wer für Sie **nicht** als Betreuer in Frage kommen darf. Wenn Sie keine Vollmacht ausstellen wollen oder mangels geeigneter Personen können, dann ist es anzuraten, frühzeitig mit dem hiesigen Vormundschaftsgericht ins Gespräch zu kommen. Dieses wird dann einen Betreuer ernennen und mit einem Betreuerausweis versehen, mit dem dann der Betreuer sofort im Notfall für Sie bei Ärzten oder Kliniken für Sie entscheidungsberechtigt tätig sein kann.

Wichtig ist es zu wissen, dass **Vollmachten zur Vorsorge** auch über den Tod gültig bleiben, damit der Bevollmächtigte auch noch die Beerdigung veranlassen und kurzfristig fällige Rechnungen bezahlen kann. **Betreuungen** werden mit dem Tod des Betreuten unwirksam.

Mit einer **Patientenverfügung**, die Sinnvollerweise mit der **Vollmacht zur Vorsorge** kombiniert wird, können Sie für Ihre letzte Lebensphase spezielle künstliche lebensverlängernde - bzw. nur das Sterben verlängernde - medizinische Maßnahmen ausschließen und damit Ihrem Selbstbestimmungsrecht auch für Ihr Lebensende Geltung verschaffen. Man kann solche **Vollmachten** und **Patientenverfügungen** selber formulieren oder sich an bewährte Textformulare halten. Es ist sinnvoll, sich für das Überdenken dieser Problematik und das Diskutieren mit Angehörigen Zeit zu nehmen, aber dann auch - **ohne weiteres Aufschieben auf einen späteren Zeitpunkt** - zu einer unterschriebenen Patientenverfügung zu kommen. Diese Patientenverfügungen müssen nicht handschriftlich - wie Testamente - geschrieben sein, aber sie bedürfen der handschriftlichen Unterschrift mit Datierung des Vollmachtgebers. Es ist anzuraten, diese Unterschriften ca. alle zwei Jahre auf der Vollmacht zu wiederholen, um die Beibehaltung der geäußerten Meinung zu dokumentieren.

Eine eigene Schrift „*Von der Notwendigkeit Vorsorge zu treffen - Vollmacht zur Vorsorge, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung*“ hat der Bürgerverein Waldstadt e.V. mit über den obigen Abschnitt weit hinausgehenden Erläuterungen zusammengestellt. Dieser Schrift ist als Anhang ein vierseitiges Formular dieser „Vollmacht zur Vorsorge“ angefügt. Durch Ausfüllen dieses Formulars und mit der Unterschrift kann jeder für „*weniger gute Zeiten seines Lebens*“ Vorsorge treffen. Wichtig erscheint, dass alte - und auch jüngere - Menschen für eine schwierig zu übersehenden Materie mit kleinstem Aufwand zu einer rechtlich gültigen Vollmacht zur Vorsorge und Betreuungsverfügung kommen. Das Ausfüllen dieses Formulars kostet Ihnen nach dem Durchlesen sicher nur 5 Minuten und verschafft Ihnen die Sicherheit, für eine vertrauensvolle Betreuung ihrer finanziellen und persönlichen Belange nach bestem Wissen und Gewissen vorgesorgt zu haben. Für das Nachdenken über dieses Thema sollten Sie sich viel mehr Zeit nehmen, aber es nicht allein bei dem Nachdenken belassen!

Diese Schrift ist für 5 € – den Kopier- und Umschlagskosten – beim CenterShop im Waldstadt-Zentrum zu erwerben.

Vorschläge für die Formulierung einer solchen Vollmacht und Patientenverfügung haben eine Vielzahl von Institutionen wie die christlichen Kirchen, staatliche Stellen und Ärzteverbände gemacht. Als Beispiele solcher Vorschläge mit Erläuterungen seien hier genannt:

Eine sehr gute Alternative ist die **Vorsorgevollmacht-Betreuungsverfügung**, veröffentlicht von "Stadt Karlsruhe, Sozial- und Jugendbehörde, Betreuungsbehörde, Stephaniestraße 16, 76124 Karlsruhe, Tel 133-5421".

Diese Broschüre ermöglicht es, an **Hand von Textbausteinen** eine individuelle Vollmacht und Betreuungsverfügung zusammenzustellen, die dann selbst auf der Schreibmaschine – oder von Hand – abgeschrieben und unterschrieben, den Willen des Vollmachtgebers optimal erkennbar machen soll. Nicht nur für medizinisch wenig kompetente Bürger und besonders für sehr alte Menschen ist es schwierig, aus Textbausteinen eine eigene Patientenverfügung zusammenzustellen, aus der ein später behandelnder Arzt zu zukünftigen medizinischen Krankheitszuständen Ihre nachvollziehbaren Willensentscheidungen erkennen kann, um danach zu handeln.

Es gibt neben den genannten Texten noch eine Vielzahl weiterer, von denen beispielsweise hier nur genannt sein sollen: „**Die christliche Patientenverfügung**“, herausgegeben von dem Kirchenamt der Evangelischen Kirche in Deutschland, Herrenhäuser Straße 12, 30419 Hannover, und die **Patientenverfügung und Vorsorge-Vollmacht – ein Leitfaden für Patienten und Angehörige**, herausgegeben von der Ärztekammer Westfalen-Lippe in Zusammenarbeit mit der Hospizbewegung Münster e.V., erreichbar über Tel. 0251-5119874. Erwähnt sein soll noch eine vor kurzem erschienene **Schrift des Justizministeriums** des Landes Baden-Württemberg, Stuttgart, die von dort kostenlos angefordert werden kann.

Achtung: Solche Vollmachten beinhalten **keine** Bank- und Postvollmachten, die Sie bei diesen Institutionen separat beantragen und dort unterschreiben müssen. Bei diesen Vollmachten ist darauf zu achten, dass sie über Ihren Tod hinaus gültig bleiben.

Verschieben Sie die Ausstellung einer solchen Vollmacht zur Vorsorge und Betreuungsverfügung - nach welchem Vorbild auch immer - **nicht**, denn es könnte sehr schnell dafür zu spät sein.

10. Was die Pflegeversicherung bietet

(Text: „Treff für Ältere“)

Nach dem Pflege- und Versicherungsgesetz können Sie finanzielle Leistungen erhalten, sobald bestimmte Voraussetzungen erfüllt sind. **Die Pflegeversicherung ist eine Grundsicherung**, d.h. ihre Leistungen reichen nicht in jedem Fall aus, um den Hilfe- und Pflegebedarf zu decken. Finanzielle und personelle Eigenleistungen können daher auch weiterhin erforderlich sein.

Die Leistungen der Pflegeversicherung werden nur auf Antrag gewährt. Voraussetzung für alle Leistungen der Pflegeversicherung ist die Einstufung in eine Pflegestufe.

Antragsformulare für Leistungen der Pflegeversicherung erhalten Sie bei der, bei Ihrer Krankenkasse eingerichteten, Pflegekasse. Nach Antragstellung schickt der Medizinische Dienst der Krankenkasse (MDK) einen Gutachter, der den/die Kranke/n zu Hause begutachtet. Dem Gutachter ist bei seinem Besuch detailliert vom Umfang der Pflege zu berichten. Ein „Pflegetagebuch“, in das Sie oder ihre Angehörigen für einen gewissen Zeitraum alle Pfllegetätigkeiten und die dafür benötigte Zeit eingetragen haben, ist hilfreich. Auch ärztliche Atteste können beigelegt werden, um die pflegerische Situation des kranken Menschen zu verdeutlichen. Das Gutachten des MDK ist entscheidend für die Einstufung in eine Pflegestufe. Auch wenn das Gutachten durch den MDK erst einige Wochen später erfolgt (ca. 6 – 8 Wochen nach Antragstellung), werden die Leistungen der Pflegeversicherung, bei einem positiven Bescheid ab dem Datum der Antragstellung gezahlt.

Ein **Einstufungsbescheid** informiert den/die Antragsteller/in über die Leistungen der Pflegeversicherung. Gegen den Einstufungsbescheid kann Widerspruch bei der Pflegekasse eingelegt werden. Verschlechtert sich der Zustand des/der Pflegebedürftigen, kann jederzeit eine Höherstufung bei der zuständigen Pflegekasse beantragt werden. **Die Pflegekassen haben eine Informations- und Beratungspflicht gegenüber ihren Mitgliedern.**

Je nach Einstufung in eine Pflegestufe werden unterschiedliche Beiträge von der Pflegeversicherung gezahlt.

- Pflegestufe 1 - erheblich pflegebedürftig
(1,5 Std. täglich, davon 45 Min. Grundsicherung)
- Pflegestufe 2 – schwer pflegebedürftig
(3 Std. täglich, davon 2 Std. Grundsicherung)

- Pflegestufe 3 - schwerstpflegebedürftig
(5 Std. täglich, davon 4 Std. Grundpflege und mindestens 1 x Grundpflege in der Nacht)

In allen 3 Stufen wird mehrfach in der Woche ein Hilfebedarf bei der hauswirtschaftlichen Versorgung gefordert. Zusammen mit der Grundpflege bildet dieser den Gesamtpflegebedarf.

Wenn Sie **Leistungen für die häusliche Pflege** in Anspruch nehmen, haben Sie die Wahl zwischen Geld – und Sachleistungen. Geldleistungen erhalten Sie, wenn Angehörige/Privatpersonen die Pflege komplett übernehmen. Die höheren Sachleistungen werden in Anspruch genommen, wenn ein professioneller Pflegedienst mit der Pflege beauftragt wird. Dieser rechnet bis zum jeweiligen Höchstbetrag direkt mit der Pflegekasse ab. Werden die Sachleistungen nicht aufgebraucht, kann der/die Pflegebedürftige noch ein „anteiliges Pflegegeld“ erhalten.

Pflegebedürftige mit demenzbedingten Fähigkeitsstörungen, geistigen Behinderungen oder psychischen Erkrankungen können **zusätzliche finanzielle Hilfen für qualitätsgesicherte Betreuungsleistungen in Höhe von 460.00 Euro pro Kalenderjahr** in Anspruch nehmen.

Für die Leistungen der **Verhinderungspflege** muss die Einstufung in eine Pflegestufe mindestens seit einem Jahr vorliegen. Eine **Verhinderungspflege** kann dann beantragt werden, wenn z.B. ein betreuender Angehörige zeitweise nicht in der Lage ist, die bisherige Betreuung zu erbringen und eine Alternative für den zu Betreuenden gesucht werden muss. Nähere Auskünfte hierzu sind bei der Pflegekasse zu erfragen.

Über weitere Leistungen im Rahmen der Pflegeversicherung - **Kurzzeitpflege**, besondere bzw. zum Verbrauch bestimmte **Pflegehilfsmittel, Wohnraumanpassungen** u.a. - informieren Sie sich bitte bei der Pflegekasse.

Ist eine **Einstufung in eine Pflegestufe** erfolgt, übernimmt die Pflegekasse auch - im Rahmen der jeweiligen Pflegestufe - **Leistungen im teilstationären Bereich** (Tagespflege/Nachtpflege) **und im stationären Bereich** (Altenpflegeheim) wie z.B. im *Altenhilfezentrum Nordost*.

Wie bereits erwähnt ist die Pflegeversicherung eine **gesetzliche Grundversorgung** und übernimmt **nicht immer die vollen Kosten** der ambulanten, teilstationären bzw. stationären Pflege. Es ist sinnvoll, sich frühzeitig über die möglicherweise auftretenden Kosten für eine intensive Pflege und verbleibende Kostendeckung Gedanken zu machen:

**Reicht die eigene Pension/Rente inklusive der Leistungen der Pflegeversicherung aus?
Unter welchen Bedingungen kann bzw. muss ein Antrag auf Übernahme der nicht gedeckten Kosten bei den zuständigen Trägern der Sozialhilfe gestellt werden?**

Die ambulanten Hilfsangebote – ambulante Pflegedienste, Hausnotruf, Essen auf Rädern u.a. – ermöglichen es älteren Menschen oft, trotz zunehmendem Hilfe- und Pflegebedarf, länger in ihrer vertrauten Umgebung zu bleiben. **Sie** sollten sich über die verschiedenen ambulanten Dienste informieren, deren Kostenstruktur kennen und sich bei anderen z.B. Nachbarn, die diese Dienste in Anspruch nahmen, über deren Erfahrungen austauschen. Hilfestellung kann auch die im Folgenden erwähnte Seniorenfachberatungsstelle im Höchstenhof in Hagsfeld leisten.

11. Treff für Ältere im Höchstenhof

(Text „Treff für Ältere“)

Schwetzingen Straße 20, 76139 Karlsruhe – Telefon: 0721 – 96 71 90

Sprechzeiten: Montag und Donnerstag 9 Uhr bis 12 Uhr.

Über den Anrufbeantworter können Sie jederzeit Kontakt aufnehmen. Die MitarbeiterInnen werden Sie so bald wie möglich zurückrufen.

Im Treff für Ältere im Höchstenhof finden Sie:

11.1 Die Seniorenfachberatung

Die für die Waldstadt, Hagsfeld, Rintheim und die Oststadt zuständige Seniorenfachberaterin ist Frau Faber.

Die Seniorenfachberatung ist eine zentrale Anlaufstelle. Wenn Sie Ihren Alltag nicht mehr wie bisher bewältigen können und Abschied nehmen müssen von Gewohntem, unterstützt Sie die Seniorenfachberaterin bei einer Neuorientierung. Gemeinsam mit ihr können Sie die neue Situation in Ruhe anschauen und Ihre persönlichen Wunschvorstellungen klären. Wenn Sie einverstanden sind, können Ihre Angehörigen in die Gespräche mit einbezogen werden. Sie werden ermutigt, Ideen zu entwickeln und erhalten Informationen und Unterstützung darin, wie Sie Ihre Vorstellungen realisieren können – mit Ihren eigenen Kräften, mit Unterstützung Ihrer Angehörigen, Ihrer Nachbarn und/oder mit den Diensten und Einrichtungen der Altenhilfe. Die Seniorenfachberaterin begleitet Sie durch Gespräche am Telefon, im Büro oder auf Wunsch in Ihrer Wohnung. Die Beratung ist kostenlos und die Verschwiegenheit der Mitarbeiterin ist selbstverständlich gewährleistet.

Die **Seniorenfachberatung** ist hilfreich bei der Beantwortung von Fragen wie z.B.:

- **wer** bietet einen 24-Stunden-Hausnotruf?
- **welche** ambulanten Pflegedienste stehen zur Verfügung?
- **was** beinhaltet das Angebot der Tagespflege?
- **welcher** Dienst liefert regelmäßig geeignetes Essen auf Rädern?
- **wo** findet man schnell einen Heimplatz?
- **mit welchen Kosten** muss der Hilfesuchende rechnen?
- **Wie** können die gewünschten Hilfen finanziert werden?

Individuell und vertraulich wird Ihre Situation mit Ihnen besprochen und es werden Lösungsmöglichkeiten aufgezeigt.

11.2 Fachstelle für demenzkranke Menschen und ihre Angehörigen.

Ein besonderes Angebot des Diakonischen Werkes Karlsruhe ist die Fachstelle für demenzkranke Menschen und ihre Angehörigen. Deren Mitarbeiterinnen erreichen Sie:

- im Diakonischen Werk Karlsruhe, Stephaniensstraße 98,
76133 Karlsruhe, **Telefon: Herr Kaiser (0721) 167 – 215** und / oder
- im Treff für Ältere im Höchstenhof, Schwetzingen Straße 20,
76139 Karlsruhe, **Telefon: Frau Faber und Frau Kühn (0721) 96 71 90**

Die Erkrankung an einer Demenz führt zu großen Veränderungen im Leben des Betroffenen und seiner Angehörigen. Die Fachstelle ist ein spezielles Angebot für diese Menschen. Durch qualifizierte MitarbeiterInnen der verschiedenen Professionen werden Beratung und Information, sowie Begleitung und Betreuung angeboten.

11.2.1 Angehörigengruppe

Insbesondere die Angehörigen sind täglich großen psychischen Belastungen ausgesetzt und häufig überfordert. Sie sollten wissen:

- Der Erfahrungsaustausch ist eine große Hilfe. Im gemeinsamen Gespräch mit Angehörigen und Fachleuten werden Erfahrungen ausgetauscht, Probleme besprochen, Informationen und praktische Hilfe geboten.
- Die Angehörigengruppe trifft sich in der Regel jeden letzten Dienstag im Monat um 19 Uhr im Treffpunkt für Senioren, Kußmaulstrasse 72, 76187 Karlsruhe (Linie S1 / S11 bis Haltestelle August-Bebel-Straße).

- Bei akuten Fragen und Problemen können Sie sich selbstverständlich sofort an die MitarbeiterInnen der Fachstelle wenden. Wenn Sie uns nicht direkt am Telefon erreichen, nutzen Sie den Anrufbeantworter!

Ziele der Betreuungsgruppen sind:

- Entlastung der pflegenden Angehörigen
- positive Beeinflussung des Krankheitsverlaufes
- Förderung der persönlichen Ressourcen und Identität
- Erhaltung und Förderung der Lebensqualität

Neben der Betreuung wird eine dem einzelnen Kranken angemessene Beschäftigung angeboten. Dabei wird seine Biographie berücksichtigt und die Selbsterhaltungs-Therapie – SET.- eingesetzt. Wir bieten Einzelbeschäftigung, Klein- und Gesamtgruppen an.

Die laufenden Betreuungsgruppen finden im Treff für Ältere im Höchstenhof, Hagsfeld, Schwetzingen Straße 16 statt:

montags von 14.00 bis 18.00 Uhr
 dienstags von 14.00 bis 18.00 Uhr
 mittwochs von 11.00 bis 18.00 Uhr.

Am Mittwoch kann auch nur der Nachmittag in Anspruch genommen werden. Ein Fahrdienst steht zur Verfügung.

Die Betreuung erfolgt durch Fachkräfte und geschulte ehrenamtliche MitarbeiterInnen. Eine Teilnahme an den Betreuungsgruppen ist nur nach vorheriger Absprache möglich.

11.2.3. Besondere Angebote der Fachstelle

- Informationsveranstaltungen, z.B. : zum Welt-Alzheimer-Tag, Betreuungsrecht u.a.
- Kursangebote: z. B. „Umgang mit dementen Menschen“ - die Kurse erfolgen im Zusammenarbeit mit der Arbeiterwohlfahrt, bitte Prospekte anfordern!
- Möglichkeiten der Hospitation von interessierten Ehrenamtlichen und Pflegekräften
- Schulung von ehrenamtlichen MitarbeiterInnen, insbesondere in Zusammenhang mit den Betreuungsgruppen.

11.3 Angebote des Diakonischen Werkes Karlsruhe im Höchstenhof im Rahmen der offenen Altenarbeit

Ihre Ansprechpartnerin für diese Angebote ist **Frau Stumpf (Tel: 0721 167-214)**. Sie erreichen sie beim Diakonischen Werk Karlsruhe, Stephanienstr. 98, 76133 Karlsruhe,

Die Atemgymnastik findet unter der Leitung von Frau Annette Thiesis, Atemtherapeutin und Heilpraktikerin, statt. Atemübungen dienen der Vorsorge, Erhaltung und Wiederherstellung der Gesundheit. Sie verbessern die Sauerstoffaufnahme im Blut, regen den Stoffwechsel an und können deshalb bei vielen Funktionsstörungen, wie Herz-Kreislaufstörungen oder bei Erkrankungen der Atemwege helfen. Mit fließenden und spielerischen Übungen wird die Sauerstoffversorgung des Körpers verbessert. Verspannungen lösen sich und die Beweglichkeit nimmt zu. Gerade für ältere Menschen ist diese Form der Gymnastik gut geeignet. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Treffpunkt: Immer Donnerstag von 10.00 Uhr bis 10.45 Uhr im Gemeindesaal der Laurentiuspfarre, Schäferstraße 15, Hagsfeld - in den Ferien pausiert die Gruppe. Pro Teilnahme fallen Kosten von 3.00 Euro an.

11.3.2. Wandergruppe

Die Wandergruppe trifft sich halbjährlich im Höchstenhof zur Planung von Wanderungen, die speziell auch die Möglichkeiten älterer Menschen berücksichtigt. Alle Ziele sind mit der „Karte ab 60 des KVV“ zu erreichen. Die Gruppe wird begleitet von vier ehrenamtlichen Wanderführerinnen, die als Ansprechpartnerinnen für die jeweilige Tour zur Verfügung stehen.

Wandertag ist in der Regel der zweite Mittwoch im Monat. Änderungen sind aber möglich. Der „Wanderplan“ wird Ihnen auf Anfrage unter der Tel. Nr. (0721) 167-215 zugesandt.

11.3.3 Projekte

Ab Januar 2006 findet das Projekt „Voila“ statt. In diesem „anderen Gedächtnistraining“ kann Mann/Frau die französische Sprache in lockerer Runde und ohne Vorkenntnisse und Leistungsdruck kennen lernen bzw. lernen. Nebenbei erfahren die TeilnehmerInnen Interessantes aus dem Nachbarland. Es gibt: Lieder-Info-Kultur-Rezepte aus dem Land am Atlantik - also Frankreich von seiner schönsten Seite.

Es sind weitere Projekte geplant

Stand der obigen Angaben: Oktober 2005

12. Der Soziale Dienst der Stadt Karlsruhe

(Text: Sozialen Dienst)

Für alle Bürgerinnen und Bürger, insbesondere Familien mit Kindern und Jugendlichen, in dem östlichen Teil der Oststadt sowie in den Stadtteilen Waldstadt, Hagsfeld und Rintheim, ist der **Soziale Dienst** der Stadt Karlsruhe, Bezirkgruppe Ost, Beuthener Str. 42, Tel. 133-5306 der Ansprechpartner. Der **Soziale Dienst** bietet **kostenlose und vertrauliche** Beratung an. Wo erforderlich und gewünscht, werden auch Hausbesuche angeboten. Bei Kontaktaufnahme, fernmündlich über die Tel. 133-5306 oder ohne Termin in den Sprechzeiten montags von 8.30 bis 12.00 und donnerstags von 14.00 bis 17.00 wird zunächst Ihr Anliegen gehört und dann geklärt, wer die geeignete Beratungshilfe und Lösungsangebote im städtischen Bereich leistet. Gibt es für das Anliegen der Bürgerinnen und Bürger spezielle Fachberatungsstellen, so informiert und vermittelt der **Soziale Dienst**. Mit der Fachberatungsstelle des Diakonischen Werkes für die Beratung und Betreuung von Senioren, über die im vorherigen Abschnitt berichtet wurde, besteht eine sehr gute Zusammenarbeit.

Ihre bisherige Wohnung kann nach dem Tod des Partners zu groß sein, oder Sie können die Treppen in die oberen Stockwerke nicht mehr ohne Schmerzen erreichen. Dann ist es Zeit, über andere Wohnmöglichkeiten nachzudenken.

13. Betreutes Wohnen am Beispiel der Angebote der Karl Friedrich-, Leopold- und Sophien-Stiftung

(Text: KF-L+S-Stiftung)

Schon seit 1830 gibt es die selbständige, öffentlich-rechtliche **Karl Friedrich-, Leopold- und Sophien-Stiftung** in Karlsruhe, die von dem damaligen Oberbürgermeister Christian Griesbach gegründet wurde, um betagten Karlsruher Mitbürgerinnen und Mitbürgern eine Heimstatt mit Unterkunft, Pflege und Betreuung zu bieten. Aus einem Pflegeheim mit wenigen betreuten Menschen ist in mehr als 170 Jahren eine bedeutende Organisation geworden. Sie betreibt in Karlsruhe heute 7 Pflegeheime, Altenwohnheime und Seniorenresidenzen und ermöglicht für ca. 700 Menschen ein menschlich würdiges Altern und schafft damit auch ca. 150 Arbeitsplätze.

In der Waldstadt hat diese Stiftung 1988 neben dem Waldstadtzentrum das **Johann-Volm-Haus** mit 45 Zwei-Zimmer-Appartements und 2 Einzimmer-Appartements errichtet und im Mai 2001 wurde das **Senioren-Zentrum Neureut** eröffnet, das 82 betreute Seniorenappartements, 17 stationäre Pflegeplätze und 10 Tagespflegeplätze bietet.

Dies ist ein guter Anlass, mehr über die Karl Friedrich-, Leopold- und Sophien-Stiftung zu berichten, denn für die 2600 Menschen in der Waldstadt im Alter über 65 wird sich früher oder später die Frage stellen, wie man bei zunehmenden körperlichen und möglicherweise auch geistigen Gebrechen im höheren Alter vorsorgen kann. Altwerden heißt vielfach auch einsam werden und tägliche Aufgaben wie Kochen, Putzen und Treppensteigen schlechter bewältigen zu können. Bei betreutem Wohnen können solche Lasten weitgehend abgenommen werden. Hier muss man nicht einsam sein, denn man kann unter einem Dach andere Menschen ähnlichen Alters und vielseitigen Interessen treffen, mit denen man sich z.B. zum Teetrinken oder zum gemeinsamen Stadtbummel treffen kann.

Die **Karl Friedrich-, Leopold- und Sophien-Stiftung** ist der Träger auch der folgenden Einrichtungen:

Das **Christian-Griesbach-Haus** in der Sophienstraße ist ein Pflegeheim, in dem sehr betagte oder kranke Menschen in 72 Einzelzimmern und 14 Doppelzimmern „rund um die Uhr“ von geschultem Pflegepersonal betreut werden. Regelmäßige kirchliche, kulturelle und gesellige Veranstaltungen runden das Programm ab.

4 Altenwohnheime mit Service-Wohnen – das **Kunigunde-Fischer-Haus** in der Sophienstraße, das **Heinz-Schuchmann-Haus** in der Heilbronner Straße, das **Wilhelmine-Lübke-Haus** in der Trierer Straße und das schon erwähnte **Johann-Volm-Haus** – ergänzen das Angebot der Stiftung. Hier leben die Bewohner in mit eigenen Möbeln ausgestatteten Appartements mit einer Einbauküche und einem altengerechten Badezimmer. Fahrstühle machen es auch gehbehinderten Bewohnern möglich, in den oberen Stockwerken zu wohnen. Im Heinz-Schuchmann-Haus, im Johann-Volm-Haus und im Wilhelmine Lübke-Haus befindet sich in jedem Appartement eine Mobilitäts-Kontrollanlage, die vom Hausmeister einmal täglich überwacht wird. Zusätzlich kann ein Bewohner durch einen z.B. um den Hals getragenen Funksender, der privat bestellt werden muss, ein Notruf an die Roten-Kreuz-Zentrale oder entsprechende Hilfsorganisationen absenden, wenn z.B. ein Schlaganfall die Bewegungsmöglichkeit und/oder das Sprachvermögen so weit einschränkt, dass anders Hilfe nicht schnell geholt werden kann.

Service-Wohnen heißt, dass Hilfeleistungen durch einen Zivildienstleistenden, z.B. um schwere Getränkekästen in die Wohnung zu schaffen oder ein Rezept bei der Apotheke einzulösen, angeboten werden. Der Hausmeister wechselt dann auch Glühbirnen oder macht kleine Reparaturen und eine Sozialarbeiterin organisiert notwendige Hilfen oder gibt Beratung, wie man gegenüber Behörden besser Recht bekommt. Durch ambulante Pflegedienste können bezahlte Hilfestellungen z.B. beim Duschen oder bei der Verabreichung von Spritzen angefordert werden. *Essen-auf-Rädern* kann bestellt werden, um so leicht zu warmen Essen zu kommen, wenn die eigenen Kräfte nachlassen. Wichtig ist, dass man beim Service-Wohnen noch ganz privat in einer eigenen altengerechten Wohnung leben kann, sich noch selbstverantwortlich versorgt und ernährt, dass aber Hilfe zur Verfügung steht, wenn diese notwendig wird.

In der Seniorenresidenz **Markgrafen-Stift** in der Raiherwiesenstraße in Durlach ist das Angebot umfassender als in den Altenwohnheimen. Dort gibt es für die Bewohner der Appartements ein Mittagessen und Nachmittagskaffee. Für Frühstück und Abendbrot kann gesorgt werden. Im Haus gibt es einen ambulanten Pflegedienst und eine Pflegestation, so dass bei Pflegebedürftigkeit ein Wechsel in ein anderes Heim vermieden werden kann.

Im ganz neuen **Senioren-Zentrum Neureut** gibt es 82 betreute Senioren-Appartements – davon 81 2-Zimmer Appartements mit 44 bis 55 m² Wohnfläche - von denen 22 als Eigentumswohnungen verkauft wurden. Hier können alte Menschen ganz privat mit ihren eigenen Möbeln wohnen. Wenn Menschen dann hilfebedürftiger werden, können im Hause Hilfeleistungen angefordert werden. Auch hier gibt eine eigene Pflegestation mit 17 Plätzen für Bewohner des Hauses, die in ihrem Appartement nicht mehr ambulant ausreichend betreut werden können.

Für betreuungsbedürftige Menschen, die in Neureut wohnen, betreibt der Arbeiter-Samariter-Bund (ASB) eine Tagespflegestation im Senioren-Zentrum Neureut für 10 Personen mit Abholen und Zurückbringen mit dem Kleinbus von und zu der Privatwohnung.

Für Bewohner des Senioren-Zentrums Neureut ist es sicher wichtig zu wissen, dass sie mit der Straßenbahn von der Haltestelle vor dem Zentrum in ca. 15 Minuten das Stadtzentrum von Karlsruhe erreichen.

Einige wichtige Hinweise sollen diese Information ergänzen:

In das Johann-Volm-Haus und das Senioren-Zentrum Neureut, die öffentlich gefördert sind, um die Kosten für die Bewohner abzusenken, können **nur** Personen einziehen, deren jährliches Einkommen **nicht einen bestimmten Grenzwert übersteigt**: 19.200 Euro für Alleinstehende und 28.800 Euro für Ehepartner. Dies muss beim städtischen Amt für Wohnungswesen nachgewiesen werden, das dann bei Erfüllung der obigen Forderung einen **Wohnberechtigungsschein** ausstellt. Besser Verdienende werden auf nicht sozial geförderten Altenwohnanlagen verwiesen!

Die Mietkosten in den Häusern der Stiftung schwanken je nach Größe der Appartements zwischen 190 bis 340 Euro. Hinzu kommen als Pauschalen insgesamt ca. 100-130 Euro für Heizung, Wasser und Betreuung, so dass die monatlichen Kosten für Alleinstehende zwischen 290 und ca. 470 Euro betragen. Wer ambulante Dienste besonders in Anspruch nimmt, dessen Kosten werden entsprechend steigen.

Ganz wichtig ist es zu wissen, dass niemand, der in betreutes Wohnen umziehen möchte, dies auch von einem Tag zum anderen kann. Die Häuser der Karl Friedrich-, Leopold- und Sophien-Stiftung sind meist vollbesetzt und in Appartements kann man nur einziehen, wenn deren bisherigen Bewohner entweder verstorben, in Pflegeheime umgezogen oder sie ihren Kindern in andere Städte nachgezogen sind. Dann können nur Menschen einziehen, wenn sie sich vorher in Wartelisten haben eintragen lassen.

Ältere Menschen in Karlsruhe sind **wohlberaten**, wenn sie sich frühzeitig über Bedingungen und Kosten beraten lassen und sich die Wohnheime und Residenzen schon einmal an Ort und Stelle ansehen. Dann können sie mit Kindern und Freunden beratschlagen, ob und wo sie sich in Wartelisten eintragen lassen sollten. Niemand möchte alt und pflegebedürftig werden, aber wir alle werden es, wenn uns nicht der Tod schnell ruft.

Die **Karl Friedrich-, Leopold- Sophien-Stiftung** ist zu erreichen mit der **Post: Erlenweg 2, 76199 Karlsruhe und telefonisch über 0721-8801-620** (Frau Rutschmann). Weitere Informationen – auch über andere Heime in Karlsruhe für betreutes Wohnen - kann die Schrift „Altersgerechte Wohnformen mit Service“ geben, die das Seniorenbüro der Stadt Karlsruhe in der Markgrafenstraße herausgegeben hat.

Wenn ein alter, kranker Mensch nicht mehr allein leben kann und wenn eine ausreichende Pflege auch nicht mehr mit ambulanten Pflegediensten oder durch Angehörige zu bewerkstelligen ist, dann muss man selbst oder die Angehörigen müssen darüber nachdenken, in welchem Pflegeheim – möglichst in der Waldstadt oder waldstadtnah – eine dauernde Unterbringung möglich ist.

14. Das Alten-Hilfe-Zentrum Karlsruhe -Nordost – AHZ

(Text: AHZ)

Wie viele unserer ca. 2600 Waldstadt-Bürger im Alter über 65 Jahre wissen überhaupt, dass es solch ein Altenhilfezentrum in der Waldstadt gibt und wo es steht? Wie viele, die es wissen, haben einmal oder öfters ihren Fuß in das große Gebäude gegenüber dem Osteingang des Waldstadt-Zentrums an der Kreuzung Glogauer/Beuthener Straße gesetzt?

Diejenigen, die mit Neugier durch den Eingang gegangen sind, waren sicher erstaunt über die großzügigen Zimmer der Bewohner und konnten sich beeindruckt lassen von der Wärme ausstrahlenden Atmosphäre dieses Altenpflegeheims.

Ob dieser Artikel Sie vielleicht animiert, sich einen eigenen Eindruck zu verschaffen, auch wenn Sie noch nicht 90 Jahre alt sind?

Die Geschichte dieses Altenhilfezentrums beginnt mit der großzügigen Spende des Karlsruher Bürgers Walter Lederle (1906-1984) der am Beispiel seiner kranken Frau sah, wie notwendig gute Altenpflegeheime sind, wenn die eigene Familie die Pflege von Angehörigen allein nicht mehr schaffen kann. Er vermachte über 8 Millionen DM dem Badischen Landesverband für Innere Mission mit der Auflage, neue Heimplätze im Altenpflegebereich zu schaffen. Diese große Summe war der finanzielle Grundstock, um mit weiterer staatlicher Hilfe das Altenhilfezentrum für 101 Bewohner zu bauen.

Eine **Nebenbemerkung**: in den USA kommt es immer wieder vor, dass wohlhabend gewordene Bürger ihrer Kommune oder karitativen Organisationen für Colleges und Altenheime beträchtliche Summen spenden oder sie in ihrem Testament bedenken. In Deutschland ist diese sicher gute Idee - trotz des Beispiels von Walter Lederle - leider fast unbekannt. Hier soll der "Staat" z.B. in der Aussiedler-Integration oder der Förderung kulturellen Lebens **alles** richten - was er nicht kann! Bei der stark wachsenden Anzahl von Menschen über 65 reicht das AHZ eigentlich schon heute nicht mehr aus – in der Zukunft erst recht nicht -, um allen alten Pflegebedürftigen in unserem Stadtteil einen umsorgten Lebensabend zu ermögli-

chen Die Warteliste des Altenhilfezentrums hat oft mehr als 30 Namen und manchmal kommen an einem einzigen Tag 10 Anfragen nach kurzfristig zu belegenden Heimplätzen. Ein *zweiter Lederle* - auch mit kleineren Beträgen - wäre der Waldstadt zu wünschen!

14.1 Altenhilfezentrum Karlsruhe Nordost (AHZ)--Evangelisches Pflegeheim

(Text AHZ-etwas gekürzt)

Das Altenhilfezentrum Karlsruhe-Nordost befindet sich in der Waldstadt-Feldlage. Sie erreichen es mit der Straßenbahn Linie 4, Haltestelle „Waldstadtzentrum“. Genau gegenüber der Haltestelle befindet sich der Haupteingang des Altenhilfezentrums.

Altenhilfezentrum Karlsruhe-Nordost

Glogauer Straße 10, 76139 Karlsruhe

Tel.: 0721/9677-0 Fax: 0721/9677-101

info@ahz-karlsruhe.de

www.ahz-karlsruhe.de

Unser Haus bietet Ihnen:

Im Altenhilfezentrum leben 101 ältere Damen und Herren in komfortablen Einzel- und Doppelzimmern auf sechs Wohnbereichen: *Rintheim, Hardtwald, Turmberg*, unseren zwei beschützenden Wohnbereichen *Stutensee* und *Hagsfeld* und in unserer *Wohngemeinschaft Waldstadt*.

Unsere Tagespflege wird von 16 Gästen von Montag bis Freitag besucht.

Alle Wohnbereiche sind mit Fahrstühlen zu erreichen.

Zu allen Zimmern gehören Dusche, WC, Telefon- und Kabelanschluss. Sie können Ihr Zimmer persönlich mit Bildern, Fotos, Kleinmöbeln und vertrauten Gegenständen einrichten.

Sie können unseren Garten, unseren beschützenden Garten und unsere Dach-Terrassen genießen. Sie können unser Café im Foyer besuchen.

Die Waldstadt lädt Sie mit ihren vielen Grünflächen zu Spaziergängen ein. Die Haltestelle der Straßenbahn-Linie 4 ist direkt vor unserer Haustür.

Unsere Angebote an Sie:

Wir sind eine diakonische Alteneinrichtung mit über 50% Fachkräften. Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter nehmen kontinuierlich an Fort- und Weiterbildungen teil, um Sie zeitgemäß zu pflegen und zu begleiten.

Wir bieten Ihnen:

- Aktivierende Grundpflege
- Professionelle Behandlungspflege
- Alltagstraining
- Pflegeplanung auf Biografiebasis
- Zusammenarbeit mit Ihrer Familie, Ihren Angehörigen und Freunden
- Beratung und Information zu Altersfragen
- Zusammenarbeit mit Ihren Ärzten, Therapeuten und Krankenkassen
- Friseur und Fußpflege im Haus
- Altersgerechte Kost aus unserer hauseigenen Küche
- Pflege Ihrer persönlichen Kleidung
- individuelle hauswirtschaftliche Begleitung

Unsere Pflege und Begleitung - individuell für Sie

- Wir bieten Ihnen eine ganz persönliche Begleitung nach unserem ganzheitlichen Pflegekonzept mit einer auf Sie abgestimmten Pflegeplanung.
- Wir erstellen die aktivierende Begleitung mit Ihnen und Ihren Angehörigen ganz nach Ihren Wünschen.
- Wir nehmen uns Zeit für Sie, um Ihren Einzug ins Altenhilfezentrum gut vorzubereiten.
- Wir klären offene Fragen gemeinsam, damit Sie bei uns ein Stück Zuhause erleben und sich im Alter wohl fühlen.

Unser ganz besonderer Schwerpunkt: Psychosoziale Begleitung für Sie

Wir begleiten Sie auf Ihrem Lebensweg in einer freundlichen Atmosphäre mit Wertschätzung und Würde. Ihre Persönlichkeit ist uns ganz besonders wichtig. Ihre Pflege und Begleitung ist Ihren bisherigen Gewohnheiten und Bedürfnissen angepasst. Wir pflegen und begleiten Sie ganzheitlich und individuell. Wir unterstützen Ihre Entwicklungsfähigkeit und Selbständigkeit

Wir bieten Ihnen:

- Einzugsgespräche
- Partnerschaftliche Pflegeplanung mit Biographieblatt
- Gemeinsame Mahlzeiten im Wohn-Ess-Zimmer auf den Wohnbereichen
- Altersgerechte sinnvolle Tagesgestaltung, z.B. Vorlesen, Singen, Erzählen, Spiele, Seniorengymnastik und vieles mehr

- Regelmäßige Veranstaltungen, z.B. Filmcafé, Geburtstagskaffee, Konzerte, Stammtisch, Liedernachmittag, u.s.w.
- Feste und Feiern
- Regelmäßige evangelische und katholische Gottesdienste in der Kapelle
- Demenzbegleitung mit Integrativer Validation
- Lebens- und Sterbebegleitung
- Trauercafé
- Entspannung und Träumen in unserem Snoezelen-Raum
- Zusatzleistungen
- Angehörigen-Abende zu speziellen Themen
- Sprechzeiten mit den Leitungen in unserer Einrichtung.

14.2 Wohngemeinschaft Waldstadt für Demenzkranke

In zwei Einzelzimmern und vier Doppelzimmern und großzügigem gemeinsamen Wohn- und Lebensraum leben zehn ältere, mobile, demente Menschen im Dachgeschoß des Altenhilfezentrums. Auch hier können Sie sich ihr Zimmer ganz persönlich mit Bildern, Kleinmöbeln und vertrauten Gegenständen gestalten. Gerne können Sie Ihr eigenes Bett mitbringen. Sie sollen sich wohl und geborgen fühlen.

Wir bieten Ihnen

Eine große Wohnküche, Nischen und Ecken zur Aktivierung und Entspannung, einen Wintergarten, eine kleine Dachterrasse, unseren beschützenden Garten, unseren Snoezelen-Raum zum Träumen und Entspannen, Überwachungsmöglichkeit für Spaziergängerinnen und Wanderer

Unsere demenzgerechte Milieugestaltung

Räumliches Milieu: Wir bieten Ihnen eine wohnungsähnliche Umgebung, so normal wie möglich. Gemütlichkeit, Wohnlichkeit und Überschaubarkeit stehen im Vordergrund - Sie sollen sich sicher und geborgen fühlen
 Soziales und organisatorisches Milieu: Regelmäßige Aktivierungs- und Ruhephasen wechseln sich ab; Orientierung durch Tagesstrukturierung; Gruppenaktivitäten; Biographie-Orientierung; örtliche und situative Stetigkeit.

Unsere besondere psychosoziale Begleitung

Wir begleiten Sie in unserer freundlichen Atmosphäre mit Wertschätzung und Würde nach unserem Leitsatz: »Mensch sein, Mensch bleiben«. Ihre Persönlichkeit liegt uns besonders am Herzen. Wir begleiten Sie nach Ihrer Biographie, um Ihr Vertrauen und Ihre Akzeptanz zu gewinnen. Wir pflegen und begleiten Sie ganzheitlich und individuell. Wir unterstützen

und fördern Ihre Fähigkeiten und Ihre Selbständigkeit. Wir kommunizieren verbal und non-verbal. Wir begleiten Sie in Ihrem Erleben und Fühlen mit unserem integrativen, validierenden Umgang mit Wertschätzung, Empathie und Echtheit. Ihre Familie, Ihre Angehörigen und Freunde sind unsere wichtigen Partner in der Pflege und Begleitung und uns sehr willkommen.

Was Sie vielleicht noch wissen sollten:

Für unsere spezielle Lebensbegleitung in unserer Wohngemeinschaft haben wir bestimmte Kriterien festgelegt. Eine spezielle Betreuung durch einen Neurologen ist geregelt. Das Wohngemeinschafts-Konzept wird von allen gemeinsam getragen.

14.3 Tagespflege

– sie ist meist eine Vorstufe für die Aufnahme in das Altenhilfezentrum

Nicht unerwähnt soll die Tagespflege von Montag bis Freitag sein, in der bis zu 12 Menschen gegen 8 Uhr vom Heimbus in ihren Wohnungen abgeholt und gegen 16 Uhr zurückgebracht werden können. In der Tagespflege bekommen die alten Menschen Frühstück, Mittagessen und einen Nachmittagskaffee und werden in den 8 Stunden körperlich und geistig betreut. Tagespflege ist für Menschen gedacht, die abends und nachts noch in ihrer Familie leben können, aber tagsüber - wenn z.B. die Tochter arbeitet - betreut werden müssen, weil sie ein normales Leben allein nicht mehr schaffen. Diese Tagespflege soll Familien entlasten und alte Menschen so lange wie möglich in ihren eigenen vier Wänden und Möbeln lassen. Aber es kommen auch allein lebende alte Menschen in die Tagespflege, um hier regelmäßig Kontakt zu anderen Menschen in dieser Gruppe zu finden und um altersgerecht gepflegt zu werden. Sie sind mit anderen älteren Menschen zusammen und können durch gemeinsame Aktivitäten den Tag sinnvoll gestalten. Sie werden von unserem Team betreut, das Sie nach Ihren persönlichen Wünschen begleitet.

Die Tagespflege bietet Ihnen kurz gefasst:

Einen großen Wohn-Lebens-Raum, eine großzügige Küche, einen Ruhe- und Entspannungsraum, eine Terrasse und einen Garten.

Unser Angebot in der Tagespflege

Psychosoziale wertschätzende Begleitung; Unterstützung in der aktivierenden Grundpflege; professionelle Behandlungspflege; Frühstück, Mittagessen, Nachmittagskaffee; rehabilitative und erhaltenstherapeutische Angebote wie z.B. Gymnastik, Gedächtnistraining, Erzählen und vieles mehr; Ausflüge; Spaziergänge; Teilnahme an Hausveranstaltungen, Feste und Feiern

Was Sie vielleicht noch wissen sollten

Eine Besichtigung der Tagespflege ist nach Absprache möglich. In einem persönlichen Gespräch beraten wir Sie gerne über unsere Möglichkeiten, Aufnahmebedingungen, Tagessätze, auch in Fragen der Kostenübernahme durch die Pflegekassen und andere Leistungsträger. Sie können die Tagespflege bis zu 5 Tage in der Woche besuchen. Sie können Probetage vereinbaren

Unsere ganz besonderen Schwerpunkte:

Gast-Aufnahme Gespräch; Partnerschaftliche Pflege- und Begleitungsplanung mit Biographieblatt; Demenzbegleitung mit Integrativer Validation; Gemeinsame familiäre Mahlzeiten; Altersgerechte und sinnvolle Tagesgestaltung; Entspannen und Träumen im AHZ-Snoezelen-Raum; Integration in unsere Gesamteinrichtung; Angehörigenabende zu speziellen Themen; Sprechzeiten mit Leitungen des Altenhilfezentrums

14.4 Zusammenfassung: Unser Angebot für Sie:**Wöchentliches Angebot: (vormittags und nachmittags jeweils 1 Stunde)**

- Seniorengymnastik
- Gemeinsames Singen
- Gedächtnistraining
- Vorlesen
- Hauskreis
- Sturzprävention
- Filmcafé
- Stammtisch
- Spielenachmittag
- Hauswirtschaftliche Beschäftigung
- Diverse Überraschungsprogramme in unserer Kapelle

Sonstige Angebote:

- Vielfältige musikalische Nachmittage
- Faschingsfeier
- Straßenbahnausflug
- Grillfest
- Herbstfest
- Adventscafe
- Weihnachtsfeier
- Kulinarische Wochen
- Geburtstagskaffee-nachmittag
- Geburtstagsessen
- Wohnbereichs-Wunschessen
- Träumen und Entspannen in unserem Snoezelen-Raum

Welche Wünsche haben ältere Menschen, die in eine Altenpflegeeinrichtung ziehen?

Behandeln Sie mich mit Würde und Höflichkeit? Fragen Sie mich, was ich selbst will? Sprechen Sie mit meiner Familie und meinen Freunden? Begleiten Sie mich freundlich und mit Respekt, achten Sie auf meine Gefühle und Verletzlichkeit? Stehen Sie mir zur Seite und lassen Sie mich nicht alleine?

Unser Schwerpunkt im Altenhilfezentrum in der Waldstadt ist neben der fachlich guten Pflege die menschliche Betreuung. Besonders die wertschätzende Begleitung von dementen Menschen liegt uns am Herzen. Neben der Pflege noch andere Inhalte zu setzen, noch was zu tun haben, gehört zu werden und miteinander zu reden. Wir wollen, dass Sie und Ihre Familie zufrieden sind mit unserer Pflege und Begleitung.

In einem Gespräch äußerte eine ältere Dame, die schon über zwei Jahre bei uns lebt: „Wissen Sie, ich hatte riesige Bedenken ins Pflegeheim zu ziehen. Aber ich wollte meinen Kindern nicht zur Last fallen und alleine zu Hause ging es nicht mehr. Heute bin ich sehr zufrieden. Auch meine Familie kommt gerne und oft zu Besuch. Freude machen mir die Beschäftigungen, die Feste, die ehrenamtliche Begleitung und die vielen Begegnungen mit anderen älteren Menschen. Ich bin nie allein, bekomme freundliche Hilfe zu jeder Zeit, alle im Haus begegnen mir mit Höflichkeit und ich fühle mich sicher und geborgen.“

Besuchen Sie uns und machen Sie sich selbst ein Bild von unserem Haus! Wir informieren und beraten Sie gerne persönlich weiter. Bitte vereinbaren Sie telefonisch einen Termin.

Die Menschen, die bei uns leben, sollen sich wohl und geborgen fühlen – das ist uns wichtig.

14.5 Was kostet das Leben im AHZ? – auf der Basis vom Frühjahr 2006

Alle Bewohner im AHZ sind im Allgemeinen vom Medizinischen Dienst der Krankenkassen - MDK - in die Pflegestufen I, II bis III eingestuft. Jeweils ca. ein Drittel der Heimbewohner sind in die drei Pflegestufen eingeordnet Die Monatskosten für die Bewohner betragen:

- bei der Pflegestufe I ca. 2540 Euro, von denen die Pflegeversicherung 1023 Euro übernimmt:
- bei der Pflegestufe II ca. 2950 Euro, von denen die Pflegeversicherung 1279 Euro übernimmt:
- bei der Pflegestufe III ca. 3450 Euro, von denen die Pflegeversicherung 1432 Euro übernimmt

Kosten der Tagespflege: ca. 800 Euro/Monat

Die so nicht abgedeckten Kosten im AHZ müssen aus den Pensionen/Renten der Bewohner bzw. aus deren Eigentum gedeckt werden. Bei Menschen in finanzieller Not können Anträge auf staatliche Sozialhilfe gestellt werden.

Es ist grundsätzlich sinnvoll, dass ältere Menschen sich durch einen Besuch von den Gegebenheiten im **Altenhilfezentrum Karlsruhe Nordost-AHZ** -einen eigenen Eindruck verschaffen. Am besten man verabredet einen Termin mit der Verwaltung, damit man von einer der netten Damen im Haus herumgeführt wird und kompetente Antworten bekommt. Mit der Verwaltung können von Montag bis Freitag von 10-12 und Montag, Mittwoch, Donnerstag von 14 -16 Uhr - Besuchstermine vereinbart werden.

Da die Pflegeplätze im Altenhilfezentrum im Normalfall alle belegt sind, kann eine sofortige Aufnahme in einem Notfall nicht garantiert werden. Eine vorangemeldete Person wird vorrangig aufgenommen, sobald ein Pflegeplatz frei wird. Diese Voranmeldung ist mit keinerlei Verpflichtungen verbunden. Grundsätzlich werden Bürger der Waldstadt, von Hagsfeld und Rintheim bevorzugt aufgenommen.

14.6 Zeit verschenken:

Schon jetzt engagieren sich an die 50 Bürger der Waldstadt und der anliegenden Stadtteile im AHZ an einigen Stunden pro Woche für die verschiedensten Aufgaben. Ob sich in der Waldstadt nicht noch weitere Menschen finden ließen, die stundenweise auch zu ihnen anfänglich fremden Bewohnern kommen wollen? Man gibt von sich selber Zeit und bekommt dafür Zuwendung und Dankbarkeit. Frau Luksch, die Leiterin des AHZ (Tel.: 0721/9677-0 F), wird Sie gern beraten und Kontakte vermitteln.

15. Hospizdienst Karlsruhe

(Text: Hospizdienst)

Lebensbegleitung schwer kranker, sterbender Menschen, Ihrer Angehörigen und für Trauernde -

Der Hospizdienst steht in der Trägerschaft von Caritasverband e. V. und Diakonischem Werk Karlsruhe,

Uhlandstr. 45, 76135 Karlsruhe; Sprechzeiten Montag bis Freitag von 9 bis 12 Uhr und nach Vereinbarung.

Telefon: 0721-50966-0; Fax: 0721-50966-224;

Email: hospiz-dienst@dw-karlsruhe.de

15.1 Was ist die Hospizbewegung?

Der Hospizdienst Karlsruhe wurde im Rahmen der Hospizbewegung 1991 gegründet.

Die Hospizbewegung trat an, um unheilbar kranken und sterbenden Menschen und ihren Angehörigen mehr Aufmerksamkeit und Unterstützung zu geben. Sie möchte helfen, dass Menschen ihren letzten Lebensabschnitt in der ihnen angemessenen Weise gestalten und menschenwürdig sterben können.

Diese Bewegung verdankt wesentliche Impulse für ihre Arbeit dem Vorbild von Cicely Saunders, die 1967 das erste moderne Hospiz in London gegründet hat. Cicely Saunders hat zusammen mit ihren Mitarbeitern deutlich gemacht, wie wichtig sorgfältige Pflege, gute Schmerztherapie, aufmerksame mitmenschliche und geistliche Begleitung sind. Außerdem war ihr Umgang mit den betroffenen Menschen geprägt von großem Respekt für ihre Wünsche und Bedürfnisse.

Nach diesem Vorbild entstand eine Bewegung, die versucht, dem Trend entgegenzuwirken, das Sterben immer mehr aus dem öffentlichen Leben zu verdrängen. Sie setzt sich stattdessen dafür ein, Sterben und Tod wieder als Teil des Lebens ins Bewusstsein unserer Gesellschaft zu bringen.

Die meisten Menschen wünschen sich, ihre letzte Lebensphase in ihrer vertrauten Umgebung verbringen zu können. Diesen Wunsch zu verwirklichen, hat sich die ambulante Hospizarbeit zur Aufgabe gemacht. Damit ermöglicht sie, durch ehrenamtliche Mitarbeiter ein begleitetes Sterben zu Hause.

Ein weiteres Ziel ist, mithilfe der modernen Schmerztherapie körperliches Leiden zu lindern. Aktive Sterbehilfe schließt die Hospizbewegung aus.

Der **Hospizdienst Karlsruhe** bietet im beschriebenen Sinne Sterbebegleitung sowie Trauerbegleitung in Einzelgesprächen und Trauergruppen an. Die Sterbegleitung übernehmen ehrenamtliche Frauen und Männer, die intensiv auf ihre Aufgaben vorbereitet worden sind und darüber hinaus ständig fachlich betreut werden.

Die Koordination der Einsätze, sowie Beratung und Begleitung der Ehrenamtlichen übernehmen zwei hauptamtliche Mitarbeiterinnen. Beide bieten außerdem in täglichen Sprechstunden Beratung zu den Themen Sterben, Tod und Trauer, Palliative Care, Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht an.

Die Hospizbegleiter wollen die schwerkranken und sterbenden Menschen wie auch deren Angehörige durch menschliche Nähe und Zuwendung und Hilfestellung im Alltag unterstützen. Sie nehmen sich Zeit, sich ans Bett zu setzen, dem Patienten vorzulesen oder mit ihm

Gespräche zu führen über das, was ihn interessiert und beschäftigt, auch über religiös-spirituelle Themen – vielleicht aber auch nur schweigend dem kranken Menschen nahe zu sein. Währenddessen haben die Angehörigen die Möglichkeit, Besorgungen zu machen oder spazieren zu gehen ohne in Sorge zu sein, weil der Kranke allein zu Hause zurückgelassen wurde.

Die Hospizbegleiter kommen nach Abstimmung mit den Angehörigen stundenweise in die Wohnung der Patienten, aber auch in Altenheime oder Kliniken.

Alle Karlsruher Bürger können die Arbeit des Hospizdienstes **kostenlos** in Anspruch nehmen.

15.2 Weitere Einrichtungen der Hospizbewegung:

In der letzten Lebensphase gibt es jedoch auch Erkrankungen, Leiden und sonstige Situationen, die eine außerhäusliche Versorgung des Patienten notwendig machen.

15.2.1 Palliativstationen:

Das sind Abteilungen in Krankenhäusern, die auf lindernde (palliative) Therapie spezialisiert sind. Sie verfügen über viel Erfahrung in Diagnostik und Therapie schwer behandelbarer Schmerzen und Symptome (z. B. Übelkeit, Atemnot, Angstzustände). Die medizinisch-pflegerische Versorgung wird ergänzt durch enge Zusammenarbeit mit anderen Berufsgruppen wie Sozialarbeitern, Psychologen, Krankengymnasten, Seelsorgern. Die Angehörigen werden mitbetreut. Manche Patienten sterben dort, andere werden nach Linderung der Leiden nach Hause oder in ein stationäres Hospiz entlassen.

In Karlsruhe besitzen inzwischen das Diakonissenkrankenhaus und das Städtische Klinikum Palliativstationen.

15.2.2 Stationäre Hospize:

Unheilbar kranke Menschen, bei denen eine Krankenhausbehandlung nicht oder nicht mehr erforderlich ist und deren Versorgung zu Hause nicht möglich ist, können mit ärztlicher Einweisung in ein stationäres Hospiz - z.B. das ganz neue stationäre Hospiz mit 10 Betten in Ettlingen - aufgenommen werden. In einem stationären Hospiz wird auf eine häusliche Atmosphäre Wert gelegt, in der sich der Patient wohl fühlen und mit viel menschlicher Zuwendung würdevoll sterben kann.

Auch hier erfährt der Sterbende eine palliativ-pflegerische Versorgung, bei der Schmerztherapie, Symptombeseitigung sowie eine den ganzen Menschen umfassende Betreuung im

Mittelpunkt stehen. Angehörige sind sehr willkommen, so oft und so lange sie anwesend sein möchten. Auch sie werden durch das Team der Mitarbeiter (ehrenamtliche Hospizbegleiter, Pflegekräfte, Ärzte usw.) mitbetreut.

Der Aufenthalt im stationären Hospiz wird über Leistungen der Krankenkasse und der Pflegeversicherung finanziert.

Weitere Informationen sind über den Hospizdienst Karlsruhe zu erhalten: Adresse, Telefon, Fax, und email siehe oben.

16. Sterben als Thema für alte Menschen und deren Angehörige

Sterben ist ein Thema, an das wir ungern denken, aber dem wir – und unsere Angehörigen - nicht entgehen können. Etwa 70% aller Menschen in heutiger Zeit sterben – abgesehen von den Unfallopfern – in Kliniken oder Altersheimen. Es bleiben immer noch viele, die plötzlich oder nach langem Leiden in ihren Wohnungen versterben. Manche Menschen schreiben in ihre Patientenverfügung, dass sie zu Hause sterben wollen und verweigern dem Haus- oder Notarzt und den Angehörigen den Transport in eine Klinik oder Heim, wenn eine angemessene Pflege zu Hause gewährleistet werden kann. Das sollten die Angehörigen, so weit es irgendwie geht, akzeptieren. Für Schwerkranke können oft mehrfach am Tage kommende Pflegekräfte tagsüber für Körperpflege und Nahrung sorgen, aber sie sind in eine enges Zeitschema von jeweils nur ca. ½ Stunde pro Patient und Besuch eingespannt und sie können fast keine seelische Betreuung der Sterbenden übernehmen. Gut sind die Patienten dran, deren Angehörige Zeit und Kraft haben, ihnen in der letzten Lebensphase Gefühle der Angst und Einsamkeit zu mildern.

16.1 Brückenschwestern

Für Krebskranke gibt es das hoch bewährte Hilfsprogramm der Brückenschwestern. Dies sind besonders qualifizierte Krankenschwestern des *onkologischen Schwerpunktes* der drei großen Karlsruher Krankenhäuser – der Sankt-Vinzentius-Krankenhäuser, des Städtischen Klinikums und dem Diakonissen-Krankenhaus - die die Patienten nach Rückkehr in ihr Zuhause betreuen, wenn diese in den Krankenhäusern nicht mehr heilend behandelt werden können. Die Brückenschwestern kommen anfänglich einmal in der Woche, aber in Krisensituationen sind sie oftmals mehrfach am Tage am Bett des Patienten. Sie betreuen psychosozial und medizinisch jeweils eine beschränkte Anzahl von Krebskranken in deren Wohnungen. Sie helfen speziell bei der Bekämpfung von starken Schmerzen und belastenden Ne-

benwirkungen der Therapien. Dadurch wird diesen Patienten die Möglichkeit eröffnet - bei Vorliegen von guter häuslicher Pflegemöglichkeit -, die letzten Lebensmonate oder -wochen in den eigenen vier Wänden zu verbringen. Mit den neuen Morphin-Präparaten lassen sich schwer erträgliche Schmerzen heute im Gegensatz zu früher meist wesentlich lindern. Gleichzeitig ist es bei einer kontinuierlichen Verabreichung dieser Schmerzmittel in kleiner Dosierung mittels einer so genannten Schmerzpumpe möglich, das Bewusstsein der Kranken meist bis Stunden vor dem Tod zu erhalten.

Die Brückenschwestern mit ihrer jahrelangen Erfahrung in den modernsten Schmerztherapien, über die nicht alle Hausärzte gleichermaßen verfügen können, sind für viele Krebskranke „engelartig“ und machen ein erträgliches Lebensende möglich.

Brückenschwestern sind aber auch für die Angehörigen eine ganz wichtige Hilfe. Mit ihnen können diese über weitere Hilfsmöglichkeiten wie den Einsatz des Hospizdienstes, von ambulanten Pflegediensten, von Sitzwachen bei dem Patienten während der Nächte usw. reden. Brückenschwestern sind für die Angehörigen auch dann unverzichtbare Beraterinnen, wenn unglaublich aufopfernde Angehörige - meist Ehefrauen - im 24-stündigen Einsatz für den kranken Partner sich durch fehlenden Nachtschlaf und Sorge körperlich oft bis über den Rand des Erträglichen belasten. Dann können Brückenschwestern den Angehörigen zuraten, endlich sich wirklich Hilfe von außen - z.B. von ambulanten Pflegediensten oder dem Hospizdienst - zu holen. Ein solcher Rat kann auch lauten, dass für die letzten Lebenswochen oder -tage des Patienten eine Einweisung in ein stationäres Hospiz erreicht wird. Brückenschwestern können dann empfindsam mit den Angehörigen sprechen und helfen ihnen, sie von ihrem „schlechten Gewissen - *ich hatte doch versprochen, ihn bis zum Ende bei mir zu behalten*“ zu befreien, wenn nur so über 24 Stunden eine optimale Palliativ-Betreuung des Kranken gewährleistet werden kann.

16.2 Wenn der Tod kommt.

Für Angehörige ist das Sterben eines geliebten Menschen in ihrer Wohnung oft mit einem Schock verbunden - auch wenn das Lebensende zu erwarten war. Meist ist die Endphase des Sterbens ganz friedlich und gar nicht schrecklich: „wie das Erlöschen und Verglimmen einer Kerze“. Wenn in den letzten Stunden eines Sterbenden die Ehefrau, die Kinder - eventuell auch schon Enkelkinder - oder sehr gute Freunde am Bett sitzen können, um die Hand zu halten und immer wieder liebevoll mit ihm zu reden - auch wenn er/sie dies scheinbar nicht

mehr wahrnimmt - dann werden sie ihm/ihr den *Übergang* erleichtern und selber diese letzte Phase friedvoll erleben.

Manche allein lebende Menschen wünschen sich – vielleicht unbewusst - ein Sterben allein in der Nacht – wenn ihnen durch geeignete Schmerztherapie der körperliche Schmerz genommen werden kann. Manche Kranke sterben gerade dann, wenn Angehörige in die Küche gingen, um Tee zu machen oder Saft zu holen. Die Angehörigen sollten dann nicht traurig sein, dass sie im „entscheidenden“ Augenblick nicht dabei waren.

Oft bricht danach eine große Hektik bei den Angehörigen aus: es wird mit Verwandten telefoniert, der Hausarzt wird gebeten sofort zu kommen und manchmal wird schon ein Beerdigungsinstitut aufgefordert, einen Berater zu schicken oder sogar schon den Toten abzuholen – auch in der Mitte der Nacht.

Das sollten Sie sich und anderen nicht antun!

Ein Vorschlag kann sein: Stellen Sie die Apparate am Bett wie z.B. die Schmerzpumpe und die Sauerstoffversorgung ab, betten den Toten/ die Tote flach, schließen die Augen, binden den Unterkiefer mit einer Binde hoch, öffnen vielleicht das Fenster und lassen frische Luft in das Zimmer. Dann setzen Sie sich- es wäre schön, Sie hätten jetzt eine warmherzige Seele an Ihrer Seite - mit einer angezündeten Kerze für eine Stunde oder länger ruhig neben das Bett und lassen in Gedanken den Toten „gehen“. Ist es Nacht, kann man die Angehörigen erst am kommenden Morgen anrufen und auch sie bitten, sich ebenfalls in Ruhe von dem lieben Menschen zu verabschieden. Den Hausarzt sollte man, wenn der Tod erst spät in der Nacht eintrat, in dieser Nacht schlafen lassen. Wenn der Arzt am kommenden Morgen kommt, um das Formular der Todesbescheinigung - auch Totenschein genannt - auszufüllen, ist es noch früh genug. Der Arzt kann diese Bescheinigung in jedem Fall frühestens 2 Stunden nach dem Eintritt des Todes ausstellen – und dann ist es auch schon bald „am Morgen“. Wenn Sie den Todeszeitpunkt annähernd angeben können, ist das für den Arzt hilfreich. Wenn der Hausarzt z.B. am Wochenende nicht erreichbar ist, kann man über die Telefonnummer des Deutschen Roten Kreuzes einen für das Ausfüllen einer Todesbescheinigung zuständigen, und Notdienst leistenden Arzt anfordern.

Ein Toter darf nach den Vorgaben des Bestattungsgesetzes von Baden-Württemberg 36 Stunden in der Wohnung verbleiben, wenn es nicht gerade Sommer und sehr warm ist. Die Überführung eines Leichnams kann aber auch schon vorher von einem gerufenen Bestattungsunternehmen in eine Leichenhalle erfolgen – unter der Voraussetzung, dass bis dahin die Todesbescheinigung vorliegt. Nutzt man aber diese 36-Stunden-Frist, dann bleibt Zeit,

Söhne und Töchter und weitere Verwandten auch von fern her anreisen zu lassen, um in der vertrauten Umgebung der Wohnung Abschied zu nehmen.

Lassen Sie sich und den Verwandten und Freunden Zeit für die Trauer in der familiären Umgebung!

16.3 In einem Sterbefall ist viel zu bedenken,

Oft hat der Verstorbene schon vieles selber sinnvoll vorgeplant und schriftlich fixiert. So sollte möglichst vor dem Tod dokumentiert sein, ob man eine Feuerbestattung will, da eine solche Aussage von dem städtischen Bestattungsamt und der Ortspolizeibehörde erwartet wird. Der Antrag auf Feuerbestattung eines Toten kann aber auch vom Ehepartner und von nächsten Angehörigen schriftlich gestellt werden

Da bei der Einäscherung auch der Sarg mit verbrannt wird, ist es bedenkenswert, wenn nicht ein besonders aufwendig gestalteter Sarg im Wesentlichen nur für das Aussehen bei der Trauerfeier bestellt wird. Ein einfacher Sarg - möglichst unlackiert - ist für die Einäscherung vernünftig. Meist wird in heutiger Zeit der Sarg schon im Trauerhaus endgültig geschlossen und er bleibt dann zu bis zur Trauerfeier und bis zur Einäscherung. In diesem Fall ist es möglich, den Toten mit seiner eigenen Kleidung und mit eigenem Kissen und Decke zusammen mit Blumen in den Sarg zu legen.

Es dauert nach der Trauerfeier an die zwei Wochen, bis die Urne beigesetzt werden kann. Dann gibt es nach der Trauerfeier erst einmal keinen Grabplatz, auf dem die Kränze abgelegt werden können. Manche Friedhofsverwaltungen bringen daher diese Kränze nach Ende der Trauerfeier z.B. an Kriegerehrenmal auf dem Friedhof, von wo es nach 14 Tagen auch keinen Sinn mehr macht, verwelkte Kränze auf das Urnengrab zu verbringen. Trauergäste können mit kleinen Handsträußchen, bei der Trauerfeier vor den Sarg gelegt, ihre Liebe und Verbundenheit mit dem Verstorbenen deutlich machen.

Manche Angehörige drucken auf die Todesanzeige, dass im Sinne des Verstorbenen eine Spende für eine karitative Institution z.B. das stationäre Hospiz in Ettlingen oder die Deutsche Krebshilfe erbeten wird. In diesem Fall geben Sie gleich die Konto-Nr. an, auf die die Spende gehen soll.

16.4 Über die Auswahl eines Beerdigungsinstitutes

Als nächstes muss entschieden werden, an welches Beerdigungsinstitut der Auftrag gegeben werden soll. In Karlsruhe kommen hierfür in Frage: das *Bestattungsinstitut der Stadt Karlsruhe (0721-964413-3)*, dessen Bedienstete städtische Angestellten sind und deren Einkommen nicht umsatzabhängig ist. Natürlich gibt es eine ganze Anzahl von seriösen privatwirtschaftlichen Beerdigungsinstitute (ohne Wertung): z.B., *Beerdigungsinstitut Walter Erb, Langohr Bestattungen, Trauerhilfe Stier* und viele mehr – siehe auch die *Gelben Seiten* des Telefonbuches).

Im Preis der Bestattungsunternehmen sind die Abholung des Leichnams vom Trauerhaus, der Sarg mit der Sargausstattung, das Ausrichten der Trauerfeier, die Erledigung aller Formalitäten wie Meldung beim Standesamt und bei Versicherungen, beim ehemaligen Arbeitgeber usw. enthalten. Es kann auch der Druck von Traueranzeigen und deren Versand sowie die Schaltung von Traueranzeigen in Regionalzeitungen bestellt werden.

Schon frühzeitig sollte dafür gesorgt werden, dass Dokumente wie Geburtsurkunde, Heiratsurkunde, eventuell das Scheidungsurteil und das Familienbuch im entscheidenden Augenblick gefunden und dem Vertreter des Beerdigungsinstitut übergeben werden können, um die Sterbeurkunde zu beantragen. Angehörige werden froh sein, wenn ihnen von den Bestattungsunternehmen diese Formalitäten abgenommen werden, schon weil viele gar nicht wissen, was alles erledigt werden muss. Aber diese Arbeit der Bestattungsunternehmen hat ihren Preis, und Preisvergleiche sind oft nicht einfach, wenn man nicht alle Angebotspositionen vergleicht. Eine „einfache“ Beerdigung kostet überschlägig bei Bestattungsinstituten ca. 2200 Euro. Mit mehr geforderter Leistung wie einem besonders hochwertigen Sarg oder einer besonderen musikalischen Begleitung bei der Trauerfeier können diese Kosten sich mehr als verdoppeln.

16.5 Wenn über den Grabplatz entschieden werden muss.

Die Friedhofsverwaltung berechnet vom Gemeinderat bestimmte Kosten für die Art des gewählten Grabes (Stand Herbst 2005):

Wahlerdgrab für die Dauer von 20 Jahren, das zeitlich verlängerbar ist: 1160 €

In ein solches Grab können noch ein zweiter Sarg und bis zu 4 Urnen im Laufe der Ruhezeit von 20 Jahren des zuerst Bestatteten zugebettet werden. Für die Zubettung ist noch einmal der Kostensatz dieses Typs des Grabplatzes zu entrichten, aber der Rest der Ruhezeit des Erstbestatteten wird bei der neuen Rechnungsstellung berücksichtigt.

Reihenerdgrab nur für eine Person für die Dauer von 20 Jahren, das nicht verlängerbar ist: Kosten: 514 €.

Urnenbeisetzung in einer Kolumbarium-Nische, die über 20 Jahre verlängerbar und bei der die Beisetzung von bis zu weiteren 4 Urnen zulässig ist: Kosten: 2320 €.

Urnenwahlgrab für die Dauer von 20 Jahren, zeitlich verlängerbar: 1020 €

Urnenreihengrab für die Dauer von 20 Jahren, nicht verlängerbar: 439 €.

anonymes Urnengrab für 643 € in einem großen von der Friedhofsverwaltung gepflegten Rasenfeld. Der genaue Grabplatz ist nicht gekennzeichnet. Die Angehörigen können - aber sie brauchen es nicht - bei der Beisetzung anwesend sein. Eine Grabpflege ist bei anonymen Urnengräbern nicht möglich - und auch oft nicht gewünscht.

Wichtig ist es zu wissen: Urnen wie Särge müssen nach dem Bestattungsgesetz von Baden-Württemberg auf öffentlichen Friedhöfen beigesetzt werden.

Es gibt noch eine ganze Reihe von Alternativen für Gräber auf den städtischen Friedhöfen, die z.T. auch eine Blumendauerpflege der Grabstätte einschließen, über die man Informationen einholen muss.

Der Karlsruher Hauptfriedhof bietet z.B. mit „Mein letzter Garten“ einen gestalterisch angelegten „Landschaftsgarten“ in dem die Urnen der Verstorbenen in der Erde beigesetzt werden. Das prägende Element der Anlage ist das Wasser, das als Symbol des ewigen Kreislaufes gilt. In Form eines Wasserfalles und eines das Feld durchziehenden Bachverlaufs, der als trockenes Bachbett ausgebildet ist, wird Wasser zum Mittelpunkt.

Da die Pflege des gesamten Areals von den Friedhofsgärtnern im Auftrage der Stadt übernommen wird, muss der Besuch der Grabstelle nicht der Grabpflege gewidmet sein - mitgebrachte Blumensträuße können natürlich dort abgelegt werden. Mit dem einmalig nach der Urnenbeisetzung zu zahlenden Betrag von 1160 € für die Grabstätte und die Pflege für die gesamte Dauer von 20 Jahren des Grabplatzes, können auch fern ab wohnende Angehörige für die Grabpflege ihre Verstorbenen sorgen. Die Alternative zu dem Grab in „Mein letzter Garten“ wäre das oben erwähnte Walderdgrab mit einer 20-jährigen Grabpflege, für das 2900 € als Kosten anfallen.

Zusätzlich werden auf Gräbern auch Grabsteine erforderlich sein, die nach Größe, Art des Steines und der künstlerischen Gestaltung sich im Preise gewaltig unterscheiden werden. Man wird für einen Grabstein mit höchstwahrscheinlich deutlich mehr als 1000 € inklusive der Aufstellung am Grab rechnen müssen.

16.6 Beerdigungskosten

Für Angehörige ist die „Kostenfrage“ für eine Beerdigung sicher erst einmal sekundär aber trotzdem wichtig.

Eine „einfache“ Beerdigung kostet also insgesamt in der Größenordnung von ca. 5000 €, aber die Endsumme kann auch bei dem Doppelten liegen. Diese Summe wird von den Bestattungspflichtigen – den Angehörigen oder Erben – aufzubringen sein, wobei in der Reihenfolge Ehepartner, Kinder, Enkel, Eltern und Geschwister zur Zahlung aufgefordert werden. Wer von den Angehörigen dem Bestattungsinstitut den Auftrag unterschreibt, ist dann der Zahlungspflichtige - unabhängig davon, wie die Familie eventuell später die Beerdigungskosten unter den Erben aufteilt. Ca. 14 Tage nach der Beerdigung wird die Endabrechnung kommen, für die dann im Allgemeinen eine Zahlungsfrist von 4 Wochen gilt. Wer also unterschreibt, der muss über die entsprechende Summe verfügen, oder für eine fristgerechte Finanzierung sorgen.

Alte Menschen, die ihre Angehörigen mit den Kostenproblemen einer Beerdigung nicht belasten wollen oder die über keine Angehörigen mehr verfügen, können frühzeitig einen Bestattungsvorsorge-Vertrag mit dem hiesigen Bestattungsamt abschließen. In ihm kann geregelt werden:

Die Abholung im Sterbehaus, die Bettung in den gewählten Sarg, die Trauerfeier und alles, was damit zusammenhängt und endlich die Bestattung inklusive des Grabsteines auf einem von den Friedhofsgärtnern während eines Zeitraumes von 20 Jahren gepflegten Grabplatzes. Bei Abschluss des Vertrages ist die gesamte vereinbarte und von der Stadt garantierte Leistung zu bezahlen. Mit dem Tod kommen damit auf die eventuellen Erben keinerlei Kosten und auch keine Verantwortung für eine würdige Beerdigung hinzu. Wichtig wird es für alte Menschen sein, dass bei einem Wechsel in ein Altenheim mit einer Kostenbeteiligung durch das Sozialamt die vorab gezahlte Vertragssumme nicht zum Vermögen des Heimbewohners zugerechnet wird und es daher nicht um diese Summe zu einer Verringerung des Zuschusses des Sozialamtes kommt.

Manchmal haben alte Menschen mit einer Sterbegeldversicherung oder mit einem angemessen gefüllten Sonderkonto bei ihrer Bank zur Deckung der Beerdigungskosten vorgesorgt - dieses Bankkonto würde als Vermögen angesehen und vom Sozialamt berücksichtigt. Wichtig ist, dass der Empfänger der Sterbeversicherungssumme benannt und verfügbar ist und ein Angehöriger Zugriffsrechte auf das Sonderkonto hat. Manchmal zahlt der Öffentliche Dienst für ehemalige Bedienstete ein Sterbegeld, das aber nur einen Teil der anfallenden Kosten

abdecken wird. Wenn gar keine Angehörigen und Erben zu ermitteln sind, wird eine „einfache Beerdigung“ auf Staatskosten vorgenommen.

Wenn der Krankheitsverlauf einen sehr baldigen Tod wahrscheinlich sein lässt, ist es Angehörigen anzuraten, schon vor dem Sterben sich mit Bestattungsunternehmen in Verbindung zu setzen, Vergleichsangebote einzuholen und z.B. schon einen Sarg auszuwählen. Dies wird manchen Angehörigen in diesem Zeitpunkt als herzlos erscheinen, aber was für Angehörige ein tief bewegender Trauerfall ist, ist für die Bestattungsunternehmen – ohne jede Abwertung – ein Geschäftsfall mit hohen Kosten. Tritt ein Tod plötzlich ein und nimmt man die 36 Stundenfrist für das Belassen des Toten in der Wohnung in Anspruch, dann kann man noch am Folgetag – wenn dies ein Werktag ist - eines oder mehrere der Bestattungsinstitute aufsuchen, sich dort beraten lassen und einen Sarg im Lager nach Augenschein aussuchen. Danach kann der Zeitpunkt für das Abholen des Toten vereinbart werden, wobei der gewählte Sarg eingesetzt werden kann. Dann ist ein „Notsarg“ nicht erforderlich ist, der allein für die kurze Überführung des Toten zum Friedhof bzw. zu dem Bestattungsinstitut sonst eingesetzt wird und zusätzlich ca. 100 € kostet.

16.7 Ein letztes Abschiednehmen in würdiger Umgebung.

Ein Unterschied zwischen dem kommunalen Beerdigungsinstitut und mehreren privaten Beerdigungsinstituten war es bisher, dass letztere in eigenen Räumen in kleinem Familienkreis die Trauerfeier organisieren können – anstelle der Trauerfeier in der großen städtischen Friedhofskapelle und bevor es die schön renovierte Kleine Kapelle am Hauptfriedhof gab. Viele private Beerdigungsinstitute bieten in ihren Räumen kühlbare geschmückte Kammern – rechtlich „Leichenhallen“ -, in denen die Toten bis zur Trauerfeier und der Beerdigung aufgebahrt werden können. Dort öffnet dann ein spezieller, den Angehörigen überlassener Schlüssel die Kammer und ermöglicht so den Verwandten bis zur Trauerfeier, vierundzwanzig Stunden am Tag eine Trauerwache zu halten.

Etwas Ähnliches bietet nun auch die Friedhofsverwaltung am Hauptfriedhof an: dezente Räume mit guter Bestuhlung, in denen Angehörige in Ruhe und passender Musik über viele Stunden bis zum Beerdigungstag Abschied von dem Toten nehmen können. Der Zugang zu diesen Kammern ist zeitlich nicht begrenzt, aber hierfür sind besondere Kosten in Kauf zu nehmen.

Am Hauptfriedhof und in den vielen städtischen Friedhöfen in den einzelnen Stadtteilen ist im Normalfall der Abschied am offenen Sarg nur am Vortag und am Tag der Beerdigung im Rahmen der normalen Dienstzeit der kommunalen Bediensteten möglich. Sonderzeiten für eine Aufbahrung für von fern anreisende Angehörige wie z.B. an einem Samstag Morgen sind möglich, aber dann fallen ebenfalls gesonderte Kosten an.

Bei der städtischen Friedhofsverwaltung, Abteilung Bestattung, können Termine für die Friedhofskapelle und die Beerdigung abgesprochen werden, um privat entfernt lebenden Angehörigen und Freunden diesen Termin schnell angeben zu können.

17. Für Angehörige ist eine menschliche Trauerbegleitung wichtig

(Text: Trauer Café)

Der obige Textabschnitt über das Sterben wird älter werdenden Menschen, die sich und ihre Partner noch fern von dem eigenen Sterben fühlen, als „gefühllos und kalt“ erscheinen, weil er den menschlichen und seelischen Aspekten, die mit dem Sterben verbunden sind, zu negieren scheint. Während man seine Augen vor Fakten nicht verschließen darf, und Vorsorge auch in diesem Bereich Kummer mildern kann, soll nicht verschwiegen werden, dass der Verlust von geliebten Menschen einen Angehörigen monatelang, jahrelang, ja lebenslang in Trauer halten wird. Trauernden Menschen sind liebevolle und verständnisvolle Angehörige zu wünschen. Eine große Hilfe für trauernde Menschen sind Trauergruppen, in denen man unter psychologischer Betreuung von Fachkräften zusammen mit Menschen, die ähnliche Verluste erlitten, langsam lernt, den Toten „gehen“ zu lassen und das eigene Leben in neue Bahnen zu lenken.

Am Hauptfriedhof in Karlsruhe gibt es folgende Angebote:

17.1 „Akut betroffen“

In einem offenen, geleiteten Gesprächskreis können akut von einem Todesfall betroffene Menschen drängende seelische Fragen in dieser Krisenzeit ansprechen. Später können Sie gerne unser offenes Trauer-Cafe besuchen.

Wo: Trauerbegleitungs-Raum im Verwaltungsgebäude hinter dem Info-Center

Wann: Jeden Freitag – gemeinsamer Beginn um 10.00 Uhr, Ende: 11.30 Uhr

17.2 Trauer - Cafe

Offener, geleiteter Gesprächskreis für Menschen in Trauer, die mit ähnlich Betroffenen ins Gespräch kommen möchten, um über die eigenen Gefühle der Trauerzeit zu sprechen und von anderen zu erfahren, wie sie diese schwere Zeit durchleben.

Wo: Im Info-Center / kostenfrei

Wann: Jeden Montag – gemeinsamer Beginn um 11.00 Uhr, Ende: 12.30 Uhr

17.3 Trauerbegleitung und Beratung in Einzelgesprächen

Die Trauer, unabhängig davon, wie lange der Verlust zurückliegt, kann uns vor viele Fragen stellen: Fragen, die die Beziehung zu dem verstorbenen Menschen berühren, solche, die um das eigene Weiterleben kreisen, Fragen nach Sinn und Trost...

Der geschützte Rahmen der Einzelbegleitung ermutigt Trauernde, ihre eigenen Antworten auf offene Fragen zu suchen, die vielfältigen Gefühle der Trauerzeit zu klären, Unerledigtes in der Beziehung zu dem Verstorbenen zu betrachten und für das eigene Weiterleben zu sorgen.

Wo: Trauerbegleitungs-Raum im Verwaltungsgebäude hinter dem Info-Center

Termine: Nach persönlicher oder telefonischer Vereinbarung bei Fr. Kieferle-Stotz unter:

Tel.: 0721 / 663 89 65 oder 0721 / 354 97 70

Unkostenbeitrag: Persönliche Beratungsgespräche: 10,- Euro / Std.

Trauerbegleitung in Einzelgesprächen: 15,- Euro / Std.

Ermäßigung nach Absprache möglich

17.4 „Kontaktnetz Trauer“

Über dieses Vermittlungsangebot können Trauernde private Kontakte zu Betroffenen mit ähnlicher Trauergeschichte und / oder ähnlichen Interessen knüpfen.

Bei Interesse wenden Sie sich bitte an Frau Kieferle-Stotz.

17.5 „Projekt TrauerPaten“

Hinterbliebene, die schon längere Zeit ihren persönlichen Trauerweg gegangen sind, unterstützen akut Betroffene nach individueller Absprache in der schweren Zeit nach einem Todesfall. Die „TrauerPaten“ werden bei dieser Aufgabe von Fr. Kieferle-Stotz begleitet.

18. Anhang.

Die Bevölkerung von Karlsruhe 2001 nach Geburts-, Altersjahren oberhalb von 60 Jahren und Geschlecht:

Je älter, um so höher wird der weibliche Anteil der Bevölkerung.

Geburtsjahrgang	Alter in Jahren	Personen	davon männlich	davon weiblich
• 1941	• 60	• 3781	• 1833	• 1948
• 1936	• 65	• 3148	• 1448	• 1700
• 1931	• 70	• 2364	• 1063	• 1331
• 1926	• 75	• 2241	• 831	• 1410
• 1921	• 80	• 2008	• 608	• 1400
• 1916	• 85	• 712	• 187	• 525
• 1911	• 90	• 502	• 115	• 387
• 1906	• 95	• 116	• 17	• 98
• 1901	• 100	• 29	• 3	• 28

Aufteilung der Waldstadt-Bevölkerung nach Jahrgängen:

Die Altersgruppe bis 15 Jahren hat einen Prozent-Anteil von 13,34 und die Menschen über 65 einen von 22,77 an der Waldstadt-Bevölkerung. Vor hundert Jahren hatten die Kinder unter 15 Jahren noch einen Anteil von ca. 35 Prozent.

Altersaufbau Jahrgänge	0-15	15-25	25-45	45-65	65 und mehr	Gesamt Waldstadt
Anzahl Pers.	1646	1252	3275	3357	2810	12340

19. Bürgerverein Waldstadt e.V.

Was ist der Bürgerverein?

- Ein Stadtteilverein, überparteilich und unabhängig mit über **1.000 Mitgliedern**.
- Ein freier **Zusammenschluss von Bürgerinnen und Bürgern** der Waldstadt, gegründet am 28. Nov. 1959.
- **Anlaufstelle** für Fragen der Wohnqualität, der Versorgung, der Sicherheit und der Verkehrsführung.
- **Gesprächspartner** der Stadt Karlsruhe bei Planungen und Veränderungen im Bereich der Waldstadt und ihrer Nachbargebiete.
- **Begleiter der Waldstadt Einrichtungen** wie Bürgerbüro, Sozialer Dienst, Forstamt und Polizeirevier.
- **Gemeinsame Plattform** für Kirchengemeinden, Parteien, Sportvereine, Schulen usw.
- **Förderer kultureller Initiativen** wie Waldstadtkammerorchester, Theater „Die Käuze“ und Waldstadt-Bibliothek.
- Gesellschafter der **Sportpark Nordost GmbH** und des **Fächerbades**.
- **Sprachrohr** für Anliegen und Vorschläge der Bürgerinnen und Bürger der Waldstadt.
- **Verbindungsglied** zu den Nachbarstadtteilen.

Wofür hat sich der Bürgerverein bisher eingesetzt?

- Aufbau der Grund- und Hauptschulen, des Otto-Hahn-Gymnasiums, der Europäischen Schule und der Waldorf-Schule.
- Ausbau der Sportstätten und des Fächerbades.
- Konzeption des Waldstadt-Zentrums und Erhaltung der Einkaufszeilen in den Waldstadtstraßen.
- Verkehrsplanung in und um die Waldstadt und Einführung der 30 km/h -Zonen.
- Ausbau der Straßenbahn bis in das Europa-Viertel sowie Verbesserung der Busverbindungen.
- Unterstützung des Polizeireviers Waldstadt für eine erhöhte Sicherheit der Bürger und deren Eigentum in der Waldstadt.
- Begleitung der Stadtplanung beim Ausbau des Baugebietes „Feldlage“ und der „Geroldsäcker“.

- Unterstützung der Stadt beim Ausbau des Sozialen Dienstes, der Neuplanung des Jugendtreffs und des städtischen Schülerhortes.
- Organisation der Begegnungsstätte in der Glogauer Straße 10 mit Ausstellungen, Vorträgen, und vielgestaltigen Veranstaltungen.
- Organisation der Waldstadt-Bürgerfeste.

Was können Sie für die Waldstadt tun?

- **Werden Sie Mitglied im Bürgerverein!**
- Machen Sie Vorschläge und helfen Sie dabei mit, diese zu verwirklichen.
- Nutzen Sie den Bürgerverein zu Kontakten, zu Anregungen, zum gegenseitigen Austausch von Informationen.
- Nehmen Sie Angebote des Bürgervereins zu Begegnungen an, auch mit anderen Gruppen in der Waldstadt.
- Packen Sie selbst mit an und helfen Sie allen Mitbürgern, großen und kleinen, alten und jungen, - der Bürgerverein unterstützt Sie dabei. Reden hilft manchmal – aber allein genügt es nicht.
- Arbeiten Sie mit beim Bürgerverein der Waldstadt!

Beitrittserklärung

Bitte an den Bürgerverein Waldstadt e.V., Erasmusstr. 3, 76139 Karlsruhe, senden.

Hiermit erkläre ich meinen/unseren Beitritt zum Bürgerverein Waldstadt e.V.

Name _____ Vorname _____ Geburtstag _____

Name _____ Vorname _____ Geburtstag _____

Straße, Nr. _____ PLZ, Ort _____

Der Jahresmindestbeitrag beträgt z.Z. für eine Einzelperson € 7,50 bzw. für Eheleute /Lebensgemeinschaften € 10,-.

Wir geben gerne einen höheren Jahresbeitrag und zwar € ____ .

Mit einer Veröffentlichung des Beitritts im Waldstadtbürger bin ich einverstanden.

Abbuchungsermächtigung:

Hiermit ermächtige ich den Bürgerverein Waldstadt e.V. widerruflich den obigen Jahresbeitrag jeweils zu Beginn eines Kalenderjahres zu Lasten meines Kontos

Konto-Nr.: _____ Bank-Leitzahl: _____ Bank _____

durch Lastschrift einzuziehen.

Kontoinhaber, falls abweichend von oben:

Name _____ Vorname _____

Datum _____ Unterschrift _____

WALDSTADT



Bürgerverein Waldstadt e.V.
Erasmusstr. 3 • D-76139 Karlsruhe
Tel. 0721/9686290 • Fax 0721/9683530

Bankverbindung: Sparkasse Karlsruhe
BLZ 660 501 01 • Konto Nr. 9 176 728