

Initiative informiert über Betreuungskräfte

Idealer Einstieg in den Pflegebereich



Betreuungskräfte kümmern sich unter anderem um Abwechslung im Alltag der Gäste. Foto: iStock.com/Kzenon

In Ostfildern ziehen Einrichtungen und Dienste im Bereich Pflege an einem Strang. Sie starteten die „Initiative Pflege in Ostfildern“ für Berufe in der Pflegebranche.

Anja Perlebach ist eine klassische Quereinsteigerin. Die 56-Jährige arbeitete früher als Diätassistentin und als Präsenzkraft im Bereich Hauswirtschaft und leichte Pflege. Seit 2017 ist sie Betreuungskraft im stationären Bereich. Ihre zentrale Aufgabe ist es, Senioren und Menschen mit Hilfebedarf zur Seite zu stehen. Dafür macht sie individuelle Kreativangebote für die Tagesgäste. Sie verrichtet gemeinsam mit der Gruppe handwerkliche und hauswirtschaftliche Arbeiten, es gibt Sitzgymnastik, auch Spaziergänge und Gesellschaftsspiele stehen auf dem Programm,



tag ist verschieden“, erzählt Anja Perlebach und, dass „die sozialen Kontakte ein Glücksgefühl erzeugen“, denn mit der Zeit entsteht eine Verbindung und Vertrautheit mit den Gästen.

Anja Perlebach ist ein kommunikativer Mensch, kann aber auch gut zuhören, wenn Betagte ihre Lebensgeschichten erzählen. Wahrnehmen, Wertschätzung für Ältere und vor allem die Freude an der Arbeit mit Menschen sind neben psychischer Stabilität wesentliche Voraussetzungen für eine Betreuungskraft, die vor allem die psychische, seelische und soziale Betreuung übernimmt. Wer sich in diesem Gebiet fortbilden möchte, findet zahlreiche Möglichkeiten. Je nach Lehrgangsträger variieren die Zugangsvoraussetzungen, die Dauer – drei bis sechs Monate – und die Kosten der Qualifizierungskurse. Sie können ganz

ebenso wie Vorlesen. Das alles verlangt Einfühlungsvermögen. „Man muss sehen, wie sich jeder einzelne Gast fühlt, auf ihn eingehen und entsprechende Vorschläge machen“, sagt Anja Perlebach. Eine gute Portion Humor, Gelassenheit und Ruhe sind da von Vorteil. Dafür kommt keine langweilige Alltagsroutine bei der abwechslungsreichen Arbeit mit Menschen auf. „Jeder Arbeits-

oder teilweise von der Agentur für Arbeit finanziert werden und sind in Präsenz sowie online möglich.

Das Berufsbild hat sich in den vergangenen 15 Jahren entwickelt. Für Anja Perlebach ist es eine sinnstiftende Arbeit, die sie bereichert, weil sie ihre Fähigkeiten und ihr Wissen einbringen kann. Man lernt als Betreuungskraft aber auch dazu. Da es für Frauen vergleichsweise viele Angebote im hauswirtschaftlichen Bereich gibt, hat sie gezielt ein handwerkliches Angebot für Männer gemacht. Gemeinsam wurde mit verschiedenen Materialien ein Insektenhotel gebaut. „Sie hatten viel Erfahrung, ich ganz wenig“, sagt Anja Perlebach, die mit ihrer Gruppe auch gerne Volkslieder und Schlager singt. „Singen ist der Königsweg zu demenziell erkrankten Menschen“, sagt sie.

Organisationstalent ist bei der Vorbereitung der Gruppenangebote gefragt. Mit ihrer Kreativität sorgt eine Betreuungskraft für Abwechslung im Alltag der Gäste oder entlastet in der häuslichen Umgebung auch Angehörige. Es ist ein krisensicherer Job mit Herz und Zukunft und ein idealer Einstieg für Menschen jedes Alters und jeder Nationalität in den Pflegebereich. *pb*

► An der Initiative Pflege in Ostfildern, die in Kooperation mit der kommunalen Altenhilfe der Stadt entstanden ist, beteiligen sich folgende Einrichtungen und Dienste: Nikolaus-Cusanus-Mobil, Medius-Klinik Ruit, Samariterstift Ostfildern, Samariterstift im Nachbarschaftshaus, Tagespflege Ostfildern, Krankenpflegeverein Ostfildern, Diakoniestation auf den Fildern, Pflegedienst Bal, Pflegedienst Regenbogen, Samariter-Mobil Ostfildern. Weitere Informationen gibt es im Internet unter www.ostfildern.de/initiative_pflege.

Maßnahmen zum Energiesparen

Welche Maßnahmen helfen, damit im Alltag weniger Gas, Öl oder Strom benötigt wird? Und wie können erneuerbare Energien einbezogen werden? Antworten auf diese und weitere Fragen gibt es regelmäßig in der Stadtrundschau und auf der Homepage www.ostfildern.de/energiesparen, die auch über nebenstehenden QR-Code aufgerufen werden kann.

Warmwasserverbrauch senken

Rund 13 Prozent der Energiekosten eines Haushalts gehen auf das Konto Warmwasser. Doch wer die Gewohnheiten ein bisschen ändert und kleines Zubehör anschafft, kann nach Angaben des Programms Zukunft Altbau reichlich warmes Wasser und somit Geld sparen. Zukunft Altbau ist ein neutrales Informationsprogramm der Klimaschutz- und Energie-

agentur Baden-Württemberg (KEA). Unter www.zukunftaltbau.de sind dabei zahlreiche Details für Bürgerschaft und Betriebe zusammengestellt.

Das meiste Warmwasser fällt demnach beim Duschen und Baden an. Gegenüber einem Bad benötigt eine Dusche nur etwa ein Drittel des Wassers und der Energie. Wer die Duschkauer von zehn Minuten auf fünf Minuten reduziert, spart Energie und 765 Gramm CO₂. Eine sinnvolle Anschaffung ist in vielen Fällen ein Sparduschkopf mit einem Wasserdurchfluss von weniger als neun Litern pro Minute. Er ist kostengünstig und spart bis zu 50 Prozent des Warmwasserverbrauchs. Regenduschen können dagegen große Wasserschleudern sein. Manche Duschköpfe verbrauchen bis zu 20 Liter pro Minute. Das Duschen bleibt übrigens auch mit einem Sparduschkopf angenehm.



Indem Luft untergemischt wird, wird ein voller Wasserstrahl erzeugt, dabei aber der Wasserdurchlauf verringert.

Außerdem ist es beim Händewaschen nicht erforderlich, heißes Wasser zu verwenden, damit die Hände richtig sauber werden. Viel wichtiger sind die Dauer des Händewaschens und das gründliche Einseifen der Hände. Die Hände kalt zu waschen ist also eine einfache Möglichkeit, um Energie zu sparen. Falls eine neue Armatur nötig wird, kann auch auf eine Energiespar-Armatur zurückgegriffen werden. *red*