Seelsorge ist mehr als nur ein Gespräch

Immer häufiger wird von unseren Kunden der Wunsch geäußert, wieder Kontakt zu ihrer Kirche zu bekommen. Die Diakonie vermittelt gerne.

„Ich möchte mich jetzt doch gerne mehr mit Gott befassen, früher war ich berufstätig und hatte mit meiner Familie und dem Haus so viel um die Ohren, da war ich abgelenkt und hatte keine Zeit, aber jetzt weiß ich, dass für mich ohne Kirche etwas Elementares fehlt“, wurde unserer Pflegefachkraft Schwester Christina letztens von einer Kundin erzählt. Heute ist sie alt und lebt alleine. Sie würde gerne einen Kontakt mit der hiesigen Kirche aufnehmen. Leider ist es ihr aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr möglich, einen Gottesdienst zu besuchen. Wie bekommt sie nun aber Zugang zu ihrer Kirchengemeinde?

„Ich kann doch nicht einfach den Pastor anrufen und vor allem, was soll ich ihm denn sagen?“, fragt sie.

„Doch!“, empfahl Schwester Christina. „Das wäre zumindest eine Möglichkeit und es ist nicht „der Pastor“, sondern es sind drei Pastorinnen und ein Pastor in Uetersen tätig. Ich habe aber eine bessere Idee: Ich rede mal mit Pastorin Stieglitz, die wird sich dann bestimmt mal mit Ihnen verabreden“.

Solche oder so ähnliche Gespräche führen unsere Pfleger*innen häufig.

Die Pastor*innen bieten Ihnen über ein theologisches Gespräch hinaus auch weitere seelsorgerische Dienste an, wie zum Beispiel zuhören, Trost spenden oder auch zusammen beten.

Ein gemeinsames Abendmahl ist auf Wunsch und Absprache genauso möglich wie eine Segnung oder eine häusliche Aussegnung bei einem Todesfall, auch in Anwesenheit Angehöriger.

Scheuen Sie sich nicht, uns Ihr Bedürfnis mitzuteilen, die Diakonie baut gerne Brücken.

„Denn ich allein weiß, was ich mit euch vorhabe: Ich, der Herr, werde euch Frieden schenken und euch aus dem Leid befreien. Ich gebe euch wieder Zukunft und Hoffnung.

Wenn ihr dann zu mir ruft, wenn ihr kommt und zu mir betet, will ich euch erhören.

Wenn ihr mich sucht, werdet ihr mich finden. Ja, wenn ihr mich von ganzem Herzen sucht, will ich mich von euch finden lassen. Das verspreche ich euch.“

Jeremia 29, 11-14a

Bericht

Der Herbst kann sehr gemütlich sein

Herbstblues? Nein danke!

Feuchtkalt, stürmisch und früh dunkel – das sind typische Eigenschaften des Herbstes. Soweit so unschön. Doch leider kommt hinzu, dass in dieser Jahreszeit auch das Immunsystem ordentlich zu kämpfen hat. Fünf Tipps, die Ihnen helfen können

1. Herbstzeit ist auch Erkältungszeit. Schützen Sie Ihre Abwehrkräfte. Achten Sie auf eine vitaminreiche Ernährung. Lassen Sie bei Ihrem Arzt den Vitamin-D_3-Wert ermitteln. Durch die fehlende Sonne kann das Vitamin nicht selbständig im Körper produziert werden.

2. Versuchen Sie sich so viel wie möglich im Freien zu bewegen. Spaziergänge im Park oder Wald sind empfehlenswert, alleine die schönen Laubverfärbungen sind ein Augenschmaus.

3. Achten Sie auf genügend Luftfeuchtigkeit in den Wohnräumen. Die Heizungsluft ist trocken und schlecht für Schleimhäute – Püster helfen.

4. Wer unter einer saisonal abhängigen Depression leidet, kann mit einer Lichttherapie entgegenwirken. Setzen Sie sich zu Hause täglich vor eine Speziallampe – sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Ihrer Pflegekraft. Das Licht kann Antriebslosigkeit und Müdigkeit vorbeugen.

5. Genießen Sie Gemütlichkeit. Nehmen Sie sich ein Buch, machen Sie eine Kerze an und trinken einen schönen heißen Tee. Das Leben findet jetzt wieder mehr im Hause statt. Freuen Sie sich auf behagliche Momente. Laden Sie Freunde oder Nachbar*innen ein. Gespräche gehören auch zur gesunden Häuslichkeit.

Impressum

Verantwortlich für den Inhalt
Diakoniestation Uetersen
Tornescher Weg 76 a
25436 Uetersen
Tel. 04122 / 77 44
info@diakoniestation-uetersen.de
www.diakoniestation-uetersen.de

Redaktion
Diakoniestation Uetersen
Werbeagentur Plautz / Haseldorf

Konzept, Layout, Text, Produktion
Werbeagentur Plautz
www.plautz.de

Fotografie: Fotografie Plautz
www.fotografie-plautz.de

Nr. 3, November 2021

Das **Diakonie** Journal

AMBULANTE PFLEGE & TAGESPFLEGE IN UETERSEN UND UMGEBUNG

Ein Service der Ambulante Pflegerische Dienste Diakoniestation Uetersen

Herbsttage sind unfallträchtig

Mit Sicherheit mobil im Straßenverkehr

Im Interview

Heike Perrey:
Von der Arzthelferin zur Pflegedienstleitung

Editorial

Herbst ist Herzzeit!

Liebe Leserinnen und Leser,

es wird wieder dunkel, aber nicht im Herzen. Die Diakoniestation nimmt ihren Pflegeauftrag nach wie vor sehr ernst. Die Pfleger*innen versuchen trotz zeitweiligem Termindruck, die Warmherzigkeit bei der Arbeit nicht zu verlieren. Die positive menschliche Beziehung ist das Wichtigste in diesem Beruf. Heike Perrey wird in dieser Ausgabe im Interview vorgestellt und auch für Sie gilt die Liebe zur Versorgung der Menschen in jeder Situation.

Trotzdem wird es wieder dunkel, wenn auch nur aus dem Grunde, dass die Sonne im Herbst früher untergeht. Seien Sie vorsichtig, wenn Sie nach draußen gehen. Wir möchten Ihnen ein paar Tipps mit auf den Weg geben. Der Straßenverkehr ist in dieser Jahreszeit besonders unfallträchtig, also machen Sie sich sichtbar durch kleine „Aufmerksamkeiten“.

Haben Sie den Wunsch (wieder) einen Kontakt zu Ihrer Kirchengemeinde zu bekommen?

Wir möchte Ihnen gerne helfen, ihn zu erfüllen. Schließlich gehören seit je her die Diakonie und die Kirche zusammen.

Ich wünschen Ihnen eine gesunde und schöne Herbstzeit.

Herzlichst, Ihre Maren Freundt

(Leiterin Diakoniestation)

Titelthema

Sehen und gesehen werden!

Eine helle Außenbeleuchtung ist sehr wichtig, besonders bei Stufen vor dem Hauseingang.

In der Herbstzeit ist die Gefahr, als Fußgänger im Straßenverkehr zu verunglücken hoch. Wir geben Ihnen einige Tipps, die nicht zu „übersehen“ sind.

Jetzt werden die Tage wieder kürzer und der Straßenverkehr kann bei Einkäufen oder Spaziergängen gefährlich werden. Besonders Senioren mit eingeschränkter Sehkraft, die darüber hinaus auch nicht mehr so gut zu Fuß sind, sollten Unfällen vorbeugen. Lassen Sie Ihre Brille beim Optiker überprüfen. Ein Check des Rollators sollte auch unerlässlich sein: Sind noch alle Rollen fest, funktionieren die Bremsen und so weiter. Vereinbaren Sie hierfür einen Termin bei Ihrem Sanitätshaus.

Machen Sie auf sich aufmerksam. Tragen Sie wenn möglich draußen helle Kleidung. In jedem Fall können Sie sich mit Reflektoren an der Jacke oder einem kleinen Blinky „sehen lassen“.

Alternativ sind auch Rettungswesten sehr effektiv, zugegeben entsprechen sie nicht dem neuesten Modestandard, können aber in Innenräumen oder Geschäften ausgezogen werden. Draußen schützten die Westen Leben. Es ist natürlich auch möglich, den Rollator oder Rollstuhl mit Leucht- und Reflektoren-Artikeln zu präparieren.

Das Tragen von Leuchtartikeln, reflektierenden Handschuhen oder Warnwesten sind günstige und sehr effektive Möglichkeiten, draußen auf sich aufmerksam zu machen.

Denken Sie, wenn Sie nach draußen gehen, an warme und regenfeste Kleidung und selbstverständlich an gute, rutschfeste Schuhe – wegen des feuchten Laubes. Das Wetter ist im Herbst besonders launisch. Ein plötzlicher Schauer bringt sehr viel emotionale Unruhe, wenn Sie dabei auch noch anfangen, durch Nässe und Kälte zu frieren, kann es sehr schnell zu gefährlichen Situationen im Straßenverkehr kommen. Die meisten schweren Unfälle passieren bei unbeständiger Witterung.

Sorgen Sie unbedingt für eine gute Außenbeleuchtung an Ihrem Haus oder sprechen Sie mit Ihrem Vermieter. Stufen und Unebenheiten sollten drinnen gut zu sehen sein. Auch wenn Sie meinen, Ihr Zuhause gut zu kennen, Unfälle passieren bei Dunkelheit auch auf bekanntem Terrain. Für eine gute Außenbeleuchtung müssen nicht immer aufwendige Installationen vorgenommen werden. Zur Not genügen auch kleine solar- oder batteriebetriebene LED-Leuchten, Lichterketten oder Blinkies (Fahrradlichter). Die bekommen Sie in jedem Baumarkt oder sogar im Supermarkt. Kleiner Tipp: Wenn Sie nicht möchten, dass Ihr Eingangsbereich aussieht wie ein Jahrmarkt, installieren Sie kleine Reflektoren und nehmen Sie für unterwegs eine Taschenlampe mit. Wenn Sie sie anleuchten, weisen sie Ihnen den Weg.

Sein Sie vorsichtig und bleiben Sie gesund.

Interview

Gespräch mit Heike Perrey

Pfegedienstleitung

Redaktion: *Seit 2007 sind Sie in der Diakoniestation tätig, was haben Sie vorher gemacht?*

H. Perrey: *Ich habe 14 Jahre als Arzthelferin in verschiedenen Praxen gearbeitet. Meine Ausbildung absolvierte ich 1986 beim Kinderarzt Dr. Ritscher in Uetersen. Dann gründete ich eine Familie und zog mich zeitweilig aus dem Berufsleben zurück. Ich habe zwei, mittlerweile erwachsene Söhne.*

Redaktion: *Aber jetzt sind Sie Altenpflegerin. Ist das nicht ein ganz anderer Beruf?*

H. Perrey: *Ja, das stimmt, obwohl die Tätigkeit natürlich artverwandt ist. Aber ich habe tatsächlich erst als Altenpflegehelferin angefangen und anschließend eine komplette Ausbildung als Altenpflegerin angehängt. Das war nicht ganz unanstrengend, gerade, weil ich ja schon eine längere Zeit aus dem Schulsystem raus war. Trotzdem hat es sich gelohnt und es hat auch viel Spaß gemacht.*

Redaktion: *Soviel, dass Sie sogar ein paar Jahre später wieder die Schulbank drückten?*

H. Perrey: *(lacht) Genau, man lernt ja nie aus – eine Ausbildung zur Pflegedienstleitung (PDL) folgte. Ich arbeite jetzt in der Teamleitung.*

Redaktion: *Somit bringen Sie die besten Voraussetzungen für eine optimale Beratung mit.*

H. Perrey: *Das ist richtig. Zum einen kenne ich die Praxis in der Pflege, zum anderen bin ich z. B. mit den Gesetzmäßigkeiten der Beitragshilfen vertraut. Ich arbeite jetzt viel telefonisch und berate unsere Kunden bezüglich der Krankenkassenzuschüsse, Pflegegeld usw. Ich erkenne aufgrund meine Erfahrung schnell, mit wem ich telefoniere und kann effektiv und schnell helfen. Das macht mir Freude.*

Auch in der Pflegetätigkeit war mein Credo: „Man muss es lieben, den Menschen in jeder Situation zu versorgen“.

Redaktion: *Tolles Schlusswort. Vielen Dank für das nette Gespräch.*