

Gemeindeschwester<sup>plus</sup>

Auswahl Presseartikel

2020/ 2021



GEMEINESCHWESTER<sup>plus</sup>

Ärztezeitung 07/2021

## Hilfe für ein selbstbestimmtes Leben in der Pfalz

In Rheinland-Pfalz vermitteln die „Gemeindegewestern plus“ Hilfsangebote an sehr alte Männer und Frauen, um eine eventuelle Pflegebedürftigkeit zu verhindern. Kontakte zu Hausärzten spielen eine wichtige Rolle.

Von [Kathrin Handschuh](#) Veröffentlicht: 13.07.2021



Birgit Langknecht wirbt in Wattenheim für die „Gemeindegewestern plus“.

© Simone Stauder

**Bad Dürkheim.** Viele hochbetagte Senioren in Rheinland-Pfalz leben noch in ihrer eigenen Wohnung und haben keinen Pflegegrad. Dennoch benötigen sie in einigen Bereichen sozialarbeiterische Beratung und Unterstützung – wenn es zum Beispiel um die Wohnsituation, die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben oder die gesundheitliche Versorgung geht. Also alles, was ein selbstbestimmtes Leben im Alter ermöglicht.

Erste Ansprechpartner sind in diesen Fällen die „Gemeindegewestern plus“, die auf präventive Hausbesuche setzen, um eine Pflegebedürftigkeit zu verhindern oder zu verzögern. Von 2015 bis 2018 als rheinland-pfälzisches Erprobungsprojekt aufgesetzt, wird es mittlerweile von 36 Kommunen und Kreisen weitergeführt und soll künftig auf 54 ausgeweitet werden.

Ein besonderes Erfolgsbeispiel sind die Gemeindegewestern im pfälzischen Landkreis Bad Dürkheim. Die drei ausgebildeten Pflegefachkräfte Birgit Langknecht, Elke Weller und Vera Götz haben sich in den Kommunen und Verbandsgemeinden mittlerweile als

zentrale Anlaufstation für die hochbetagten Senioren etabliert. Sie vermitteln Bewegungsangebote, Nachbarschaftshilfen oder Unterstützung im Haushalt.

**„Für unsere Tätigkeit ist es besonders wichtig, gut vernetzt zu sein“**

Ihre Aufgabe ist es auch, weitere hilfreiche Projekte in der Region zu initiieren. Derzeit sind sie beispielsweise dabei, einen Fahrdienst auf die Beine zu stellen, der die Senioren zu ihren Arztterminen bringt. Große Themen sind für viele ältere Menschen auch der Umgang mit PC und Internet. Dafür stellen die Gemeindegewestern Kontakte zu Digitalbotschaftern her oder organisieren entsprechende Kurse. „Für unsere Tätigkeit ist es besonders wichtig, gut vernetzt zu sein“, sagt Vera Götz.

**Anzeige**

Mit Bewegung gegen die Pflegebedürftigkeit: Dank präventiver Angebote sollen Senioren im Kreis Bad Dürkheim so lange wie möglich selbstbestimmt leben können.

Im Frühjahr 2020 haben die Gemeindegewestern ihren Dienst im Landkreis Bad Dürkheim aufgenommen. Zu den ersten Amtshandlungen von Langknecht, Weller und Götz gehörte es, sich bei den Ärzten in der Region vorzustellen. „Wenn akuter Handlungsbedarf besteht, nehmen wir Kontakte zu den jeweiligen Hausärzten auf“, erläutert Elke Weller. Beispielsweise dann, wenn die Senioren ihre Medikamente nicht ordnungsgemäß einnehmen.

Birgit Langknecht pflegt einen festen Austausch mit dem Internisten und Geriater Rodrigo Wageck in Grünstadt. Seine Praxis befindet sich fußläufig zu ihrem Büro. Er hat in seiner Praxis Flyer der Gemeindegewestern ausgelegt und weist Patienten auf ihr Angebot hin.

**Enger Austausch mit Geriater**

AnzeigeFür ihn ist die Zusammenarbeit mit den Schwestern ein absoluter Gewinn. Denn sozialarbeiterische Beratung gebe es dort on top, sagt er. „Meine Patientinnen und Patienten bekommen dort Informationen, die ich nicht alle zu 100 Prozent bieten kann“, sagt er. Grünstadt sei dadurch im Bereich Geriatrie hervorragend aufgestellt: Neben einer ambulanten Reha-Einrichtung, und bald auch einer stationären Geriatrie bildeten die Gemeindegewestern die dritte Säule für eine optimale Versorgung der Senioren.

Wageck schaltet vor allem dann die Gemeindegewestern ein, wenn Patientinnen und Patienten in ihrem Haushalt nicht mehr allein zurecht kommen, weil sie vielleicht gestürzt sind oder verwaarlosten. „Die Schwestern helfen häufig bei der Antragstellung

für Unterstützung.“ Kontakt nimmt er auch dann auf, wenn es darum geht, Kurzzeitpflege oder eine gesetzliche Betreuung zu organisieren.

### **Marktstand als Anlaufstelle**

AnzeigeDie Corona-Pandemie erschwerte den Schwestern die Einführungsphase im vergangenen Jahr, da Hausbesuche und Treffen in größerem Kreis kaum stattfinden konnten. Um sich und ihr Angebot dennoch bekannt zu machen, wurden die Drei erfinderisch und organisierten in ihren zuständigen Regionen beispielsweise einen Marktstand oder eine „Dorfplauderei“, wo die zukünftigen Klienten zu einem ersten Kennenlernen vorbei kommen konnten.

Die Stellen von Weller und Götz fördert das Land, die Finanzierung von Birgit Langknecht hat die Kreisverwaltung übernommen. Alle drei sind an die vier Pflegestützpunkte in der Region angebunden. Langknecht hat eine sozialarbeiterische Weiterbildung zur so genannten Case Managerin (FH/DGCC) abgeschlossen, die sie befähigt, einzuschätzen, wie es um die jeweilige Situation ihrer Klienten und Klientinnen bestellt ist und welche Unterstützung sie benötigen. Sie übernimmt auch die anschließende Evaluation der Hilfsprogramme.

Zu ihrem festen Klientenstamm gehören inzwischen rund 100 Seniorinnen und Senioren. Das Feedback der Betroffenen ist überaus positiv: Birgit Langknecht erinnert sich beispielsweise an eine betagte Dame, die Schwierigkeiten mit dem Lesen und Schreiben hatte. Die Gemeindegewester half ihr erfolgreich dabei, Anträge auf Wohngeld und auf einen Schwerbehindertenausweis zu stellen. „Sie war am Ende sehr glücklich“, sagt die Gemeindegewester.

Wichtig: Trotz ihrer pflegerischen Ausbildung kümmern sich die Gemeindegewestern nicht um die Pflege ihrer Klienten, sondern leiten diese wenn nötig an den jeweiligen Pflegestützpunkt weiter. Eine Pflegeausbildung mache hier aber dennoch durchaus Sinn, sagt Simone Stauder, bei der Kreisverwaltung zuständig für die Gemeindegewestern. „Ihr geschulter Blick hilft dabei zu entscheiden, ob jemand pflegerische Unterstützung benötigt.“

Rheinpfalz DÜW, 14.04.2020

# Hilfe zur Selbstbestimmung

**BAD DÜRKHEIM:** Für alte Menschen ist es oft nicht einfach, ein selbstbestimmtes Leben zu führen, weiß Vera Götz. Als Gemeindegewester unterstützt sie seit 1. März Senioren dabei. Wegen der Corona-Krise verläuft die Arbeit die 54-jährigen Ludwigshafenerin aber anders als geplant.

VON ANNEGRET RIES

„Die meisten Menschen möchten im Alter selbstbestimmt und unabhängig leben“, sagt Götz. Als „Gemeindegewester plus“ ist sie bei der Kreisverwaltung Bad Dürkheim tätig und für Bad Dürkheim, Haßloch, die Verbandsgemeinden Freinsheim, Wachenheim und Deidesheim zuständig. Die examinierte Krankenschwester hat seit 2005 bei Pflegediensten gearbeitet und in Ludwigshafen von 2008 bis 2017 mit einer Partnerin selbst einen „kleinen Pflegedienst“ betrieben. Ihr sei es „sehr wichtig“, ältere Menschen dabei zu unterstützen, ihren Wunsch nach einem selbstbestimmten Leben zu realisieren. Als „Gemeindegewester plus“ habe sie dazu durch ihr Wissen und ihre Erfahrungen die Möglichkeit.

Götz hat ihre Ausbildung im Klinikum Ludwigshafen gemacht und dort nach ihrem Examen im Jahr 1988 noch einige Zeit gearbeitet. Dann folgte eine längere Familienphase, in der sie vier Kinder bekommen hat. Als sie 2005 wieder berufstätig wurde, entschloss sie sich, bei einem ambulanten Pflegedienst zu arbeiten. „Im ambulanten Dienst ist man zu Gast bei den Menschen, die man pflegt, im Krankenhaus ist das anders“, sagt Götz. Zuletzt war sie bei der ökumenischen Sozialstation in Ludwigshafen stellvertretende Pflegedienstleiterin.

„Ich habe gemerkt, dass mir das selbstständige Arbeiten und das kreative Entwickeln von etwas Neuem fehlt“, erzählt Götz. Diese Möglichkeiten habe man als Gemeindegewester plus, „deshalb hat mich das Projekt unheimlich angesprochen“.

Götz hat einige Ideen und Vorstellungen für ihre zukünftige Arbeit. So möchte die Großmutter eines 20 Monate alten Enkels gern Aktivitäten entwickeln, die Generationen verbinden. „Ich könnte mir vorstellen, dass Schüler für ältere Menschen kleine Arbeiten erledigen, die den Senioren schwerfallen“, nennt Götz ein Beispiel. So könnten die Schüler dazu beitragen, dass Ältere länger in ihrer Wohnung bleiben können.

Angebote, die ältere Menschen dazu motivieren, sich zu bewegen und



Die Gemeindegewester will Senioren helfen. Etwa denen, die gerade ihren Partner verloren haben.

FOTO: DPA

gesund zu ernähren, nennt Götz als ein weiteres Vorhaben für die Zukunft. Ein Anliegen sei es, ältere Menschen, deren Partner vor Kurzem gestorben ist, dabei zu unterstützen, auch allein weiter ein selbstbestimmtes Leben führen zu können. Eine weitere Personengruppe, die sie erreichen will, sind Angehörige von demenzkranken Menschen. Durch die Pflege des Angehörigen bleiben oft die eigenen Bedürfnisse auf der Strecke.

## Derzeit Kontakt nur per Telefon

Umsetzen könne sie ihre Vorstellungen nur in Kooperation mit Institutionen, Behörden, Verbänden, Vereinen und sonstigen Organisationen für Senioren, weiß Götz. Zu Beginn ihrer Tätigkeit habe sie einige dieser Einrichtungen kennengelernt und sich vorgestellt, berichtet Götz. Als einige Beispiele nennt sie die Kreisverwaltung Bad Dürkheim, die Gemeindeverwaltung Haßloch, den Seniorenbeirat des Kreises, das Mehrgenerationenhaus in Bad Dürkheim. Doch dann kam die Corona-Krise und seitdem kann sich Götz nur noch telefonisch oder online



Gemeindegewester Vera Götz

FOTO: OPTIK VOGEL/FREI

über die vorhandenen Angebote für Senioren informieren und Kontakte aufnehmen.

Hauptsächlich ist die Gemeindegewester aber mit etwas anderem beschäftigt. Sie erstellt für den ganzen Landkreis einen Überblick über die Initiativen, die entstehen, um an-

deren Menschen in der Corona-Krise zu unterstützen. Außerdem versucht sie Einzelpersonen, die Hilfe anbieten, mit anderen Hilfswilligen oder bereits bestehenden Initiativen in Kontakt zu bringen. „Es melden sich ganz viele, die helfen möchten, aber es kommen kaum Anfragen nach Hilfe“, so die Erfahrung von Götz.

Nach der Corona-Krise möchte Götz ihre eigentliche Arbeit als „Gemeindegewester plus“ fortführen. Vor allem möchte sie dann auch Kontakte zu Senioren aufnehmen. Denn dazu hatte sie aufgrund der derzeitigen Situation noch keine Möglichkeit.

In ihrer Freizeit ist Götz gern in der Natur, wandert, wohnt, arbeitet im Garten, ist kreativ tätig und interessiert sich für Handball.

Zukünftig wird Götz regelmäßig beim Pflegestützpunkt Bad Dürkheim und bei der Gemeindeverwaltung Haßloch präsent sein. Derzeit ist sie montags, sowie mittwochs bis freitags unter der Telefonnummer 0151 18976130 oder unter E-Mail Vera.Goetz@kreis-bad-duerkheim.de zu erreichen.

Rheinpfalz DÜW, 16.06.2020

# Eine Schwester mit Büro

**GEGENÜBER:** Sie heißt zwar Schwester, aber Birgit Langknecht wird nicht zu den Senioren kommen, um sie zu pflegen. Vielmehr ist es der Auftrag der Gemeindegewest plus, sie über Hilfen zu informieren, die ihnen das Leben zu Hause leichter machen sollen.

VON JULIA HELWIG

**GRÜNSTADT/BAD DÜRKHEIM.** Birgit Langknecht ist als Gemeindegewest plus für die Stadt Grünstadt und das Leiningerland zuständig, am 1. April wollte sie eigentlich loslegen. Wegen der Corona-Pandemie hat sie ihren Dienst erst Anfang Juni aufgenommen und in der Zwischenzeit beim Gesundheitsamt mitgearbeitet. Doch jetzt soll es losgehen – und die Gemeindegewest freut sich auf ihre neue Aufgabe und die berufliche Veränderung.

Ihr Job ist es, Senioren ab 80 Jahren über Angebote zu informieren, die ihnen dabei helfen, möglichst lange in der eigenen Wohnung leben zu können. Das beinhaltet Themen wie Pflege oder die Frage, welche Veränderungen in der Wohnung vorzunehmen sind. Manchmal helfe eine Verlegung des Schlafzimmers ins Erdgeschoss, nennt sie ein Beispiel. Auch Hilfestellungen beim Ausfüllen von Behördenunterlagen und die Zeit für einen Plausch gehören zu ihrem Job: „Ich habe ein offenes Ohr für die Menschen, die meine Unterstützung oder Ratschläge wollen. Meine Arbeit soll präventiv sein. Es geht darum, Menschen dabei zu unterstützen, möglichst lange in ihrem gewohnten häuslichen Umfeld wohnen zu können“, sagt Langknecht.

Der Name „Schwester“ ist allerdings nicht wörtlich zu nehmen: Die Gemeindegewest plus führt selbst keine pflegerischen Tätigkeiten aus. „Das darf nicht verwechselt werden. Ich versuche, Menschen Möglichkeiten aufzuzeigen, die ihren Alltag erleichtern, und die Wohnsituation einzuschätzen. Aber auch bei finanziellen Fragen zum Thema Pflege stelle ich Kontakte her oder informiere gegebenenfalls selbst“, erzählt die gelernte Altenpflegerin.

Das Angebot der Gemeindegewest plus ist für die Senioren kostenlos – auch wie häufig Langknecht ins Haus kommt, spielt keine Rolle. „Manche benötigen vielleicht einmal Hilfe oder haben eine konkrete Frage, andere nehmen regel-



**Sie will alten Menschen helfen: Die Dürkheimerin Birgit Langknecht ist als Gemeindegewest plus für Grünstadt und die Verbandsgemeinde Leiningerland zuständig.**

FOTO: HELWIG

mäßig meinen Dienst in Anspruch.“ Erfahrungswerte hat sie noch nicht: „Aktuell habe ich noch keine Senioren, die ich betreue. Es ist ja erst der Anfang“, erklärt die Fachkraft.

Die häusliche Versorgungssituation näher zu betrachten, ist auch Teil ihrer Arbeit. „Ich denke beispielsweise daran, mich an bestehende Netzwerke der Nachbarschafts- oder Einkaufshilfen der Gemeinden anzuschließen oder weitere ins Leben zu rufen, um die Versorgung der Senioren abzudecken“, sagt die Gemeindegewest plus. Ausflüge und ein Bewegungsprogramm will Langknecht außerdem auf die Beine stellen. Denn es hilft ja nichts, wenn die Menschen zwar länger daheim wohnen – aber dann dort vereinsamen.

Das Projekt Gemeindegewest plus wird vom Sozialministerium

des Landes für ein Jahr gefördert. Im Kreis Bad Dürkheim wird es auf Anregung des Seniorenbeirats und nach Beschluss des Kreistags umgesetzt. Das Land fördert 1,5 Stellen komplett, der Kreis hat jedoch beschlossen, dass an jedem der vier Pflegestützpunkte eine Gemeindegewest arbeiten solle, darum hat er auf zwei Stellen aufgestockt. Eine halbe Stelle wird so durch den Kreis finanziert, eineinhalb Stellen durch das Land. Die Landes-Förderung ist zunächst auf ein Jahr begrenzt, der Kreis plant dennoch, das Projekt weiterzuführen: Sollte das Geld aus Mainz nicht mehr fließen, wird der Kreis die gesamten Kosten übernehmen – über eine Zeitspanne wurde dabei aber noch nicht gesprochen. Neben der 54-jährigen Langknecht, die 19,5 Stunden wöchentlich arbei-

tet, gibt es zwei weitere Kolleginnen. Sie sind in Bad Dürkheim und Haßloch (eine ganze Stelle) und Lambrecht tätig.

## ZUR PERSON

Birgit Langknecht ist 1965 in Bad Dürkheim geboren. Die 54-Jährige ist gelernte Altenpflegerin und arbeitete unter anderem für die Christliche Sozialstation. 2002 wechselte sie in den Medizinischen Dienst der Krankenversicherung in Ludwigshafen (MDK) und war bis Januar 2020 als Gutachterin für Pflegegrade zuständig. Die Dürkheimerin hat eine Zusatzausbildung als Case-Managerin bei der Deutschen Gesellschaft für Care und Case Management absolviert. Langknecht ist ausgebildete Validationsanwenderin. In dieser Ausbildung lernte sie außerdem den Umgang mit Menschen mit Demenz.

Rheinpfalz Mittheardter RS, 01.12.2020

## „Wir nehmen uns die nötige Zeit“

**HASSLOCH/KREIS DÜW:** Zuhören. Unterstützen. Gesellschaft leisten. Dafür sind Gemeindegewestern plus ausgebildet und seit Frühjahr im Kreis Bad Dürkheim im Einsatz. Wie sie über 80-jährigen Senioren dabei helfen, in der Pandemie persönliche Kontakte zu erhalten.

VON STEPHANIE BECKER

„Ich habe kein Problem. Mir geht es gut.“ Diese Sätze hört Vera Götz oft. Vielleicht ein bisschen zu oft. Doch die seit Frühjahr tätige Gemeindegewester plus ist gewohnt, nicht wörtlich ausgesprochene Botschaften zu erkennen: „Nicht selten steckt dahinter mehr, wenn man nur gezielte Fragen stellt.“

Als Gemeindegewester plus allen Senioren ab 80 Jahren ohne Pflegestufe kostenfrei dabei zu helfen, möglichst lange in der gewohnten Umgebung daheim zu wohnen – das ist für Vera Götz „der absolute Traumjob“. An dieser Begeisterung können auch Corona-Hürden nichts ändern, die das Projekt im Kreis Bad Dürkheim zum Start erfahren hat. Götz ist seit März für Bad Dürkheim, Haßloch sowie die Verbandsgemeinden Freinsheim, Wachenheim und Deidesheim zuständig. Die Corona-Pandemie samt erstem Lockdown war der Grund, warum die drei neuen Gemeindegewester plus ihren Dienst im Kreis erst verspätet antreten konnten: Vera Götz konnte im April „immerhin telefonisch anfangen“, Beratungen anzubieten. Martina Laubscher (VG Lambrecht) und Birgit Langknecht (Bereich Grünstadt und VG Leiningerland) waren ab April vorläufig im Gesundheitsamt im Telefondienst eingesetzt.

Erst ab Juni konnte es für alle drei „richtig“ losgehen mit Telefonberatung, und einige Wochen später auch persönlich. „Die Menschen freuen sich immer sehr über unseren Besuch“, weiß Vera Götz. Zuvor hat die 55-jährige Krankenschwester mehr als 20 Jahre Erfahrung in der ambulanten Pflege und in Kliniken gesammelt. Ältere Menschen brauchen außerdem Hilfe bei Papieren oder beim Arztbesuch, sie vermissen derzeit Termine wie Seniorenachmittage. „Gesprächsthemen sind immer da“, weiß Götz, „und die drehen sich nicht nur um Corona.“ Zwar mache die Pan-



Isolation im hohen Alter ist ein großes Problem. Die Corona-Krise hat dieses noch verschärft.

FOTO: DPA

demie älteren Leuten Angst, „aber je mehr überall ihre Schutzbedürftigkeit betont wird, desto stärker sorgen sich auch die Bodenständigen“, meint Götz.

Zwei bis vier Hausbesuche am Tag, mit Maske und Abstand, absolviert die Gemeindegewester plus derzeit im Schnitt. Schon über hundert Menschen hat sie trotz erschwelter Corona-Bedingungen über eine kurze oder lange Zeitdauer hinweg betreut: „Nichts ist reglementiert. Das ist das Tolle an der Sache, denn wir nehmen uns die nötige Zeit.“

Auch Angehörige dürfen sich bei

den Gemeindegewesterinnen melden, wenn die Senioren damit einverstanden sind. Beispielsweise auch, um zu erfahren, ob sie andere Helfer vermitteln kann. Das kann der Pflegestützpunkt sein, Haushaltshilfe oder Essen auf Rädern. In ersten Gesprächen sei es wichtig, vertrauensvollen Kontakt aufzubauen, erläutert Martina Laubscher. „Die Menschen sind froh, wenn man mit ihnen spricht“, sagt die 58-jährige Krankenschwester und Ergotherapeutin. Videoanrufe per Smartphone seien „in der Regel zu schwierig und kein Ersatz für persönlichen Besuch“.

In ihrem Einsatzgebiet, der Verbandsgemeinde Lambrecht, betreut Laubscher derzeit 75 bis 90 Senioren. Gern würde sie auch ihre neu erworbenen Kenntnisse als Bewegungsbegleiterin bald einsetzen dürfen. Vor allem findet sie gut, dass sie in ihrem Beruf individuell auf die älteren Leute eingehen kann: „Eine Klientin wollte eine Flöte haben und hat wieder angefangen zu musizieren.“

Zwei ganze Stellen teilen sich Martina Laubscher und Vera Götz mit ihrer dritten Kollegin im Landkreis Bad Dürkheim auf. Davon finanziert das Land anderthalb Stellen, der Land-

kreis Bad Dürkheim eine weitere halbe – das entspricht laut Kreisverwaltung etwa 30.000 Euro. Die Landesförderung sei zwar zunächst bis Ende 2020 begrenzt gewesen, aber das



Vera Götz. FOTO: OPTIK VOGEL/FREI



Martina Laubscher. FOTO: MEHN

Land habe „bereits signalisiert, dass das Projekt auch im kommenden Jahr gefördert werden soll“, sagt Kreis-Pressesprecherin Sina Müller. Sollte der Bescheid „wider Erwarten“ nicht erfolgen, werde der Kreis die Kosten weiter tragen – aber für ein notwendiges „Einspringen“ gebe es derzeit keinen ersichtlichen Anlass.

### KONTAKT

Gemeindegewester plus Vera Götz (Bad Dürkheim, Haßloch, VG Freinsheim, VG Wachenheim, VG Deidesheim): Telefon 0151/18976130; Martina Laubscher (VG Lambrecht): Telefon 0151/15288431.

Rheinpfalz, Mittelhaardter RS, 21.12.2021



**Beim Päckchenpacken: die Gemeindegewestern plus und Mitarbeiterinnen des Sozialamts.** FOTO: FREI/KREIS

Diese enthalten neben Broschüren zur Förderung der Gesundheit und Bewegung auch Alltagsgegenstände wie zum Beispiel eine Lupe, Brillenputz- und Desinfektionstücher. Außerdem sind Kekse, Tee und Schokolade sowie einer Auswahl von Rätseln, Texten und Mandalas in den Adventspäckchen. Der Inhalt wurde unter anderem finanziert und unterstützt durch das Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie sowie der Landeszentrale für Gesundheitsförderung und der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung.

„Uns ist es wichtig, mit den Senioren in dieser von Einschränkungen geprägten Zeit in Verbindung zu bleiben“, sagen die drei Gemeindegewestern plus Vera Götz (Raum Bad Dürkheim und Haßloch), Birgit Langknecht (Raum Grünstadt) und Martina Laubscher (Raum Lambrecht). Unterstützt wurden sie beim Einpacken von Simone Stauder und Michaela Jung vom Kreissozialamt.

Grundsätzlich beraten die Gemeindegewestern plus hochbetagte Mitglieder über vorbeugende und gesundheitsfördernde Angebote sowie Maßnahmen zur Verbesserung und Erleichterung des Alltags. Ziel ist es, dass diese so lange wie möglich in ihrem gewohnten Umfeld ein selbstständiges Leben führen können. jbg

Rheinpfalz DÜW, 11.02.2021

# Vor und zurück mit dem Bein

**BEWEGT IN JEDEM ALTER:** Übung soll Gleichgewicht trainieren



Nach vorne ...



FOTO: GÖTZ/FREI ... und zurück schwingt das Bein.

FOTO: GÖTZ/FREI

VON LAURA ESTELMANN

In dieser Woche ist wieder Gemeindegewest plus Vera Götz mit einer Übung an der Reihe. Sie kümmert sich im Kreis um Menschen ohne Pflegestufe, die über 80 Jahre alt sind, und hilft dabei, dass sie möglichst lange in den eigenen vier Wänden wohnen können. Ein wichtiges Thema dabei ist die Sturzprävention. Und dafür wiederum ist diese Übung gut.

Denn diesmal hat Götz sich eine Übung ausgesucht, die die Balance fördert. Und den eigenen Gleichge-

wichtssinn zu trainieren, kann eben auch der Sturzprävention dienen. Los geht es diesmal im aufrechten Stand, die Füße stehen flach auf dem Boden. Um das Gleichgewicht sicher zu halten, kann man sich mit einer Hand an einer Stuhllehne oder an der Wand festhalten. Das Bein, das neben dem Stuhl steht, ist das Standbein. Nun hebt man den anderen Fuß vom Boden und schwingt das Bein von vorne nach hinten. Das kann jeder so weit oder so gestreckt tun, wie es eben geht und man sicher stehen kann.

Wie oft? 10- bis 15-mal nach vorne

und hinten schwingen pro Standbein. Jeweils drei Wiederholungen pro Seite. Wer eine kleine Pause zwischen den Wechseln machen möchte, hat ja direkt einen Stuhl neben sich stehen.

## DIE SERIE

– Neues Jahr, mehr Sport? Drei Frauen aus der Region haben sich zusammengetan, um Menschen nach den ess-intensiven Feiertagen und im Lockdown in Bewegung zu bringen. Lucie Packheiser, Vera Götz und Britta Blankenfuland haben auf ganz unterschiedliche Weisen mit Sport zu tun. Im wöchentlichen Wechsel kann mit ihnen trainiert werden.

## Video über Arbeit der Gemeindegewest plus

Haßlocher erstellt Beitrag für Offenen Kanal – Auch online bei Kreisverwaltung

Vera Götz ist als Gemeindegewest plus für den mittleren Landkreis Bad Dürkheim zuständig, also für Bad Dürkheim, Haßloch sowie die Verbandsgemeinden (VG) Freinsheim, Wachenheim und Deidesheim. Nun hat Wilhelm Rieger aus Haßloch ihre Arbeit in einem Videobeitrag vorgestellt. Der Film ist einerseits auf der Homepage der Kreisverwaltung unter dem Menüpunkt „Aktuelles“ abrufbar. Außerdem wird er an folgenden Terminen im Offenen Kanal Weinstraße ausgestrahlt: Freitag, 19. Februar, 18.04 Uhr; Samstag, 20. Feb-

ruar, 19.05 Uhr; Montag, 22. Februar, 19.16 Uhr.

Neben Götz kommen auch Landrat Hans-Ulrich Ihlenfeld (CDU) und eine ältere Dame zur Wort, der die Gemeindegewest plus unter die Arme gegriffen hat. Die Gemeindegewestern plus im Landkreis sind Ansprechpartnerinnen für Menschen ab 80 Jahren, die noch keiner Pflege bedürfen. Ihre Beratung soll dabei helfen, dass dies möglichst lange so bleibt.

Vera Götz hat ihr Büro in der Gerberstraße 6 in Bad Dürkheim und im

Rathaus in Haßloch. Sie ist telefonisch erreichbar unter 06322 961-9125 oder 0151 18976130. E-Mail: Vera.Goetz@kreis-bad-duerkheim.de. Für Grünstadt und die VG Leiningerland ist Birgit Landknecht zuständig, Kirchheimer Straße 100, Grünstadt; Telefon 06322 961-9126 oder 0151 18977185; E-Mail: Birgit.Langknecht@kreis-bad-duerkheim.de. In der VG Lambrecht ist Elke Weller aktiv, Marktstr. 23, Lambrecht; Telefon 06322 961-9127 oder 0151 15288431; E-Mail: Elke.Weller@kreis-bad-duerkheim.de. jhp/unn

Rheinpfalz, Mittelhaardter RS, 05.07.2021

## LAND-MAGAZIN

### Tablets für digitale Schulung von Senioren

**KREIS DÜW.** Die drei Gemeindegewestern plus aus dem Kreis Bad Dürkheim haben jetzt Tablet-Koffer mit jeweils drei Android-Tablets und zwei iPads bekommen. Die Tablets sollen für die Schulung von älteren Menschen in der Nutzung digitaler Medien eingesetzt werden, damit diese eine weitere Hilfe an der Hand haben, um länger selbstständig zu leben. Die Tablet-Koffer wurden von der Medienanstalt Rheinland-Pfalz aus Mitteln des Sozialministeriums beschafft und konfiguriert. Landrat Hans-Ulrich Ihlenfeld und Peter Mertens, Mitglied der Versammlung der Medienanstalt RLP, übergaben die Koffer an die Gemeindegewestern plus Vera Götz (Raum Bad Dürkheim und Haßloch), Birgit Langknecht (Raum Grünstadt) und Elke Weller (Raum Lambrecht). Insgesamt erhalten 36 Gemeindegewestern plus in Rheinland-Pfalz je einen Tablet-Koffer. Die Gemeindegewestern plus unterstützen und beraten präventiv Menschen über 80, die noch keine Pflege brauchen. Für die Unterstützung der Senioren mit den Tablets arbeiten die Gemeindegewestern plus eng mit dem Projektteam der „Digitalbotschafter“ zusammen. Ihlenfeld sagte, die Arbeit der Gemeindegewestern plus, die ohnehin gut angenommen wird, werde auf diese Weise noch einmal aufgewertet. Die drei Fachkräfte berichteten aus ihrer täglichen Arbeit, sie hätten schon häufig erlebt, dass ältere Menschen Interesse an neuen Medien hätten – zum Beispiel für den Videochat mit den Enkeln. |guh

Rheinpfalz DÜW, 21.05.2021

# Fit bleiben!

**KREIS BAD DÜRKHEIM:** Die Gemeindegewestern plus im Landkreis Bad Dürkheim machen neue Angebote. Eines hat mit Bewegung, das andere mit Tablets zu tun.

Passend zur Landesinitiative „Land in Bewegung“ machen die Gemeindegewestern plus im Landkreis Bad Dürkheim Menschen ab 60 Jahren ein Bewegungsangebot. Unter anderem geht es bei den Übungen auch um Sturzprophylaxe. Die Aktion am Samstag, 19. Juni, ist Teil der „Bewegungstage Rheinland-Pfalz“ von 18. bis 20. Juni.

Die Gemeindegewestern plus – drei sind es im Landkreis – wollen Senioren ab 80 Jahren beraten und ihnen dabei helfen, möglichst lange alleine in ihren eigenen vier Wänden bleiben zu können. Vor allem Stürze und die daraus resultierenden Verletzungen sind oft Ursache dafür, dass Menschen sich nicht mehr selbst versorgen können. Bewegung und damit Kräftigung soll dem entgegenwirken und für Sicherheit sorgen.

Die Aktion richtet sich auch an Senioren, die sich in ihrem Alltag mit Rollator bewegen. Los geht es am Samstag, 19. Juni, um 14 Uhr an der Bewegungsanlage hinter den Salinen in der Gutleutstraße in Bad Dürkheim. Bis 16 Uhr werden unter fachlicher Anleitung Übungen gemacht – auch an den vorhandenen Geräten. Außerdem gibt es Tipps, wie Stürze vermieden werden können.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt auf 15 Personen in drei Gruppen. Eine Anmeldung ist nötig und bis Montag, 7. Juni, bei den Gemeindegewestern plus möglich: Elke Weller, Telefon 06322 961-9127, Birgit Langknecht, Telefon 06322 961-9126, Vera Götz, Telefon 06322 961-9125.

Bei anhaltendem Regen fällt die Veranstaltung aus. Änderungen aufgrund der dann aktuellen Corona-Re-



**Senioren sollen digitale Medien mit Hilfe der neuen Tablet-Koffer kennenlernen.**

FOTO: DPA

gelungen sind möglich. Es gibt keine Verpflegung, Getränke sollten selbst mitgebracht werden.

## Auf digitalen Wegen

Die Gemeindegewestern plus haben inzwischen je einen Tablet-Koffer erhalten. Die Tablets sollen für die Schulung von älteren Menschen in der Nutzung digitaler Medien eingesetzt werden, damit diese eine weitere Hilfe an der Hand haben, um länger selbstständig zu leben. Die Koffer wurden von der Medienanstalt Rheinland-Pfalz aus Mitteln des rheinland-pfälzischen Sozialministeriums beschafft und konfiguriert. Sie enthalten drei Android-Tablets und zwei iPads.

Die Gemeindegewestern haben in ihrer täglichen Arbeit oft erlebt, dass die Hochbetagten teils großes Interesse an neuen Medien haben – zum Beispiel für den Videochat mit den Enkeln. |rhp/unn

Rheinpfalz DÜW, 21.06.2021

# Bewegungsparcours für Senioren

**BREITENSPORT:** Zehn Männer und Frauen im Alter zwischen 67 und 87 Jahren absolvierten den Bewegungsparcours, denn die Gemeindegewestern plus des Landkreises am Samstag an der Salinen vorbereitet hatten. Die Aktion war Teil der Bewegungstage des Landes.

VON TANJA NEHRDICH

**BAD DÜRKHEIM.** „Und immer dabei lächeln“, erinnerte Vera Götz die Teilnehmer des Bewegungsparcours bei den Aufwärm- und Kräftigungsübungen. Gar nicht so leicht, hatte sie doch vorher erklärt, dass beim „Hacken“ mit den Händen sonst alles vom Bauch bis zum Beckenboden angespannt werden soll. Trotz der Hitze am Samstag waren zehn Menschen über 60 Jahre zur Dürkheimer Saline gekommen um „mal wieder was zu machen“ und sich zu informieren.

Für die Bewegungstage des Landes Rheinland-Pfalz, die vom November verschoben worden waren, hatte sich das Gemeindegewestern-Team vorgenommen, die Senioren zu animieren. Aufgrund der Wetterlage hatten Projektleiterin Simone Stauder und die drei Gemeindegewestern Vera Götz (zuständig für Bad Dürkheim, Haßloch und die Verbandsgemeinden Freinsheim, Wachenheim und Deidesheim), Birgit Langknecht (Grünstadt und Leiningerland) und Elke Weller (Lambrechter Tal) den ursprünglichen Plan, den Schwerpunkt auf die Fitness-Geräte im Kurpark zu legen, kurzfristig geändert, da diese am frühen Nachmittag in der prallen Sonne standen.

## Teilnehmer absolvieren Übungen souverän

Nach einem Kennenlernspiel und einigen Übungen im Durchgang der kühlenden Saline wurde schnell ein alternativer Bewegungsparcours im Schatten aufgebaut. Mit viel Spaß und Engagement absolvierten die Teilnehmer nach ihren persönlichen Möglichkeiten die Aufgaben und Spiele, wie das Balancieren auf einem am Boden liegenden Seil, Wurf- und Fangspiele oder ein Slalom im Rollstuhl. „Schon mal zum Üben“, erklärte Langknecht den zum Großteil noch sehr mobilen Menschen. In der Tat waren viele der Beteiligten durchaus fit, nur ein Teilnehmer war auf den Rollator angewiesen. Simone Stauder bedauerte, dass es nicht mehr Teilnehmer waren: „Diejenigen, die es am nötigsten haben, erreichen wir leider selten.“ Neugierig beäugt wurde das Sportevent von vielen Passanten. So gab es beim Ringe werfen Anfeuerungsrufe und Applaus von Besuchern der Salinengalerie.

Bei jeder Übung hochmotiviert vor-



Das Gleichgewicht halten: Birgit Langknecht gibt Heinz Streb auf dem Balance-Board Hilfestellung.

FOTO: NEHRDICH

neweg war die Wattenheimerin Gerlinde Rechner. „Ich war schließlich Sportlehrerin“, lachte die 83-Jährige. Durchaus anspruchsvoll und damit nicht für alle geeignet waren die Übungen auf einem Balance-Board. Langknecht betonte daher, dass das wackelige Brett nur mit Unterstützung ausprobiert werden solle. Nichts für Jürgen Vogt: „Das wäre für mich lebensgefährlich“, sagte der Kirchheimer in guter Selbsteinschätzung. Nach einem Sturz im vergangenen Jahr musste der 83-Jährige das Fahrradfahren und Walken aufgeben, stützt sich seither auf den Rollator. Den Slalomparcours um die Pylonen absolvierte er aber in durchaus flottem Tempo. Da kam der Ehrgeiz des früheren Leichtathleten, Fußballers und Tischtennispielers dann doch

durch. „Wir gehen auf jeden Fall täglich eine halbe bis Dreiviertelstunde spazieren“, betonte seine zwei Jahre jüngere Frau Maria Vogt, die sich in guter Fitness präsentierte. Aus gegebenem Anlass war dem Ehepaar die Sturzprophylaxe, ein Schwerpunkt der Aktion, wichtig. Wie Maria Vogt ihrem Mann helfen kann, wieder aufzustehen, wenn er dann doch mal gefallen ist, wird Langknecht demnächst bei einem Termin bei den beiden zuhause mit ihnen üben.

Brigitte Klose aus Bad Dürkheim erzählte, dass sie darauf warte, endlich wieder zum Reha-Sport im Fitnessstudio gehen zu können. „Das fehlt mir sehr“, erklärte die 81-Jährige, dass sie deshalb das Angebot der Gemeindegewestern an der Saline mit Freuden angenommen habe. Auch



Zusammen geht es einfach am besten: Jürgen und Maria Vogt absolvieren den Slalom.

FOTO: NEHRDICH

Hannelore Dörr vermisst ihren Sport im Turnverein. „Ich wollte mal wieder was tun“, sagt die Dürkheimerin, die in der Zeitung über die Bewegungstage gelesen hat. „Ich habe schon alles ausprobiert“, so die 75-Jährige, der der Parcours sichtlich Spaß machte.

Heinz Streb war aus Haßloch gekommen, seine Tochter hatte ihn auf das Angebot aufmerksam gemacht. Er habe Probleme mit den Knien und nach einem Sturz auch mit der Schulter. Früher habe er Gymnastik gemacht, erzählte der 81-Jährige, aber heute nicht mehr. Da die Organisatorinnen auch reichlich Broschüren und Infos für Übungen daheim verteilten, kann er zuhause weitermachen. Die im Kurpark festinstallierten Fitness-Geräte wurden dann doch noch berücksichtigt und zumindest kurz auspro-

biert. Mit Unterstützung trauten sich mehrere Teilnehmer auf die teils wackeligen Konstruktionen. „Oh jetzt hab ich es“, freute sich die 79-jährige Hannelore Thate, als sie verstanden hatte, wie die Hüftschwüfung funktioniert.

Die in den Boden eingelassenen Trampoline pries Langknecht als besonders gut für den Gleichgewichtssinn. „Es reicht schon nur darüber zu gehen“, ermunterte sie und gab auch gerne Hilfestellung für alle, die sich mehr zutrauten. Bei der Workout-Station demonstrierte sie noch einfache Einbeinübungen im Stand. All das sei hervorragend als Sturzprophylaxe geeignet, erklärte die Bewegungsbegeisterin noch, dass schon das Gehen über eine Rasenfläche sehr hilfreich sei.

Rheinpfalz DÜW, 24.06.2021

## Der etwas andere Spaziergang

**DACKENHEIM:** In Zeiten der Pandemie saßen wir alle ziemlich viel auf dem Sofa rum. Ute Schrah und Gemeindegewestern plus Vera Götz wollen nun mit einem Angebot in Dackenheim für mehr leichten Sport sorgen – mit drei Bewegungsspaziergängen in und um den Ort

VON LAURA ESTELMANN

Ute Schrah, so erzählt es Vera Götz, hat sie angesprochen, weil sie im Ort etwas für Senioren machen wollte. Denn die Dackenheimerin war für die Jugend schon aktiv und hat Bewegungssteine verteilt – bunt bemalte Kieselsteine, die einfache Übungen zeigen, die jeder machen kann, der sie findet. „Dann hat mich eine Mama angesprochen, die es gut findet, dass die Kinder dadurch rauskommen. Eine Bekannte hat das mitbekommen und vorgeschlagen, dass wir auch was für Erwachsene machen könnten“, berichtet Schrah, die seit 20 Jahren in Dackenheim wohnt, von den Anfängen. Deshalb hat sie sich im März mit Götz in Verbindung gesetzt.

### Wichtig für Sturzprävention

Die wiederum arbeitet als Gemeindegewestern plus in Bad Dürkheim, Haßloch und den Verbandsgemeinden Freinsheim, Wachenheim und Deidesheim daran, dass Menschen, die älter sind als 80 Jahre und keine Pflegestufe haben, möglichst lange eigenständig zu Hause wohnen können. Und da ist Bewegung ein entscheidender Punkt, denn wer agil und beweglich bleibt, läuft sicherer und stürzt weniger. Da kam Götz die Idee von Schrah, die den Online-Shop „Alles mit Dubbe“ betreibt, also gerade



Für Beine und Füße ist diese Übung gedacht, bei der es um Hinsetzen und wieder Aufstehen geht. Ute Schrah (links) und Vera Götz zeigen, wie es richtig gemacht wird. FOTO: FRANCK

recht. Und auch der Gemeinderat hatte nichts dagegen. „Die waren in der Sitzung sofort dafür, sind für Inspirationen immer offen“, freut sich Schrah über die Zustimmung.

Aber der Plan wurde noch weiterentwickelt und nun „soll es ein Angebot für Jung und Alt sein, also für die ganze Familie und nicht nur für Senioren“, verrät Götz, der es am liebsten

wäre, wenn die Generationen von Enkel bis Großeltern zusammen unterwegs wären. Möglich sein soll das ab 25. Juni, wobei es wegen der Pandemie keine Veranstaltung dafür ge-

ben wird. „Wir wollten, dass das jeder unabhängig machen kann“, sagt die Gemeindegewestern. Bis dahin werden an drei Stationen die laminierten Karten an drei Strecken aufgehängt. Zwei davon führen um den Ort herum, eine Route geht durch das Dorf. „Das ist alles gut machbar für Junge und Alte“, versichert Götz.

### In weiteren Orten denkbar

Ausgesucht haben sich Götz und Schrah Übungen zur Entspannung und Achtsamkeit, für Rücken und Bauch, Kopf und Nacken, Beine und Füße sowie Arme und Schultern. Auch Dehnungen sind dabei. „Auf alten Wegen sollen jeweils drei verschiedene Bereiche im Blick sein“, erklärt Götz.

Für die Gemeindegewestern plus könnte das der Auftakt zu mehr sein. Denn sie könnte sich gut vorstellen, solche Bewegungsspaziergänge auch in anderen Orten in ihrem Zuständigkeitsbereich zu aktivieren. „Das ist relativ wenig Aufwand, um die Leute in Bewegung zu bringen“, sagt sie. Das bestätigt Schrah, wenn sie sagt, dass für die Bewegungskarten nichts angeschraubt oder verändert werden muss.

Wenn jemand den Weg nicht alleine laufen möchte, kann er sich auch mit Schrah oder Götz verabreden, dann begleiten sie den Spaziergang.

Rheinpfalz DÜW, 20.07.2021

## Alles Wichtige griffbereit

**KREIS DÜW:** Gemeindegewestern plus verteilen Info- und Vorsorgemappen an Senioren – 4000 Exemplare

**Wichtige Informationen rund um Vorsorge und Nummern für den Notfall auf einen Blick: Die Gemeindegewestern plus verteilen Info- und Vorsorgemappen an Senioren.**

Die Gemeindegewestern plus im Landkreis Bad Dürkheim – Vera Götz, Elke Weller und Birgit Langknecht – sind Ansprechpartnerinnen für Senioren über 80 Jahre, die noch keiner Pflege bedürfen. Mit dem Beratungsangebot sollen sie dabei unterstützt werden, möglichst lange selbstständig leben zu können.

Für diese Zielgruppe haben die Gemeindegewestern plus jetzt eine Informations- und Vorsorgemappe im Gepäck. Darin wird das Projekt der Gemeindegewestern plus vorgestellt und werden die Aufgaben der Pflegestützpunkte erläutert. Außerdem wird eine Übersicht zu Beratungsangeboten bezüglich sozialen Leistungen, Renten- und Lebensberatung gegeben. Die Mappe enthält außerdem Vordrucke zu Vorsorgevollmacht, Betreuung- und Patientenverfügung und Informationen der Seniorenbeiräte und Seniorenbeauftragten. Ein



Die ersten Mappen an die Gemeindegewestern plus übergeben: (v.l.) Vera Götz, Landrat Hans-Ulrich Ihlenfeld, Birgit Langknecht, Kreis-Beigeordneter Timo Jordan, Elke Weller. FOTO: FRIE/KREISVERWALTUNG

herausnehmbarer Infoteil mit wichtigen Rufnummern ist auch dabei, des Weiteren können eigene Daten, zum Beispiel zu behandelnden Ärzten, notiert werden. Die Mappe ist so gestaltet, dass auch eigene wichtige Dokumente darin abgeheftet werden können.

„Wichtige Informationen sind mit dieser Mappe auf einen Blick griffbereit. Das ist eine schöne Ergänzung für die Arbeit der Gemeindegewestern

plus. Ich bin sicher, dass viele die Mappe gerne annehmen, wenn Elke Weller, Birgit Langknecht und Vera Götz sie im Rahmen ihrer Beratung ausgeben“, freut sich der Erste Kreisbeigeordnete Timo Jordan (SPD), in dessen Geschäftsbereich das Projekt fällt. Gemeinsam mit Landrat Hans-Ulrich Ihlenfeld (CDU) überreichte er die 4000 Exemplare an die Gemeindegewestern plus, die sie künftig weiterverteilen werden.

Bei der Gestaltung, etwa der Schriftgröße, wurde auf die Bedürfnisse der Senioren geachtet. Finanziert wurde die Mappe durch eine Landeszuwendung im Rahmen des Projektes Gemeindegewestern plus.

Dem Landkreis sei es auch ein Anliegen, auf wichtige Punkte der Vorsorge hinzuweisen, sagt Ihlenfeld: „Oft wird die Regelung wichtiger persönlicher Angelegenheiten hinausgezögert. Gerade wer im hohen Alter aber noch nicht pflegebedürftig ist, hat mit dieser Mappe eine gute Hilfe an der Hand, um das Thema anzugehen.“

### KONTAKT

- Vera Götz, Bereich: Bad Dürkheim, Haßloch, Verbandsgemeinden Freinsheim, Wachenheim und Deidesheim, Büro Bad Dürkheim: Gerberstraße 6; Büro Haßloch: Rathaus, Telefon 06322/961-9125, 0151/18976130, vera.goetz@kreis-bad-duerkheim.de.
- Elke Weller, Bereich: Verbandsgemeinde Lambrecht, Büro: Marktstraße 23, Lambrecht, Telefon 06322/961-9127, 0151/15288431, elke.weller@kreis-bad-duerkheim.de. jbu

Rheinpfalz, Mittelhaardter RS, 29.10.2021

## Einfach reden können, hilft ungemein

Elke Weller ist Pflegefachfrau, hat als Gemeindegeschwester Plus aber die sozialen Anliegen im Fokus

VON BETTINA GRÄBLIN

**LAMBRECHT.** Elke Weller unterstützt und berät Senioren in der Verbandsgemeinde Lambrecht. Als „Gemeindegeschwester Plus“ kümmert sie sich um soziale Belange ihrer Klienten, hört zu und vermittelt.

„Ich hatte in meinem Beruf immer wieder mit alten Menschen zu tun, das ist spannend und macht mir Freude“, erzählt Elke Weller in ihrem Büro in der Lambrechter Marktstraße. Die examinierte Pflegefachfrau hat in verschiedenen Bereichen Erfahrungen gesammelt und wollte wissen, was „mit dieser Ausbildung alles geht“. Die Anstellung als Gemeindegeschwester Plus habe sich aus einem Zufall ergeben, erzählt sie, denn der Sozialbereich habe sie neben der Pflege immer interessiert.

Und wie sieht nun so ein Arbeitstag als Gemeindegeschwester aus? Jeder Tag sei anders, betont Weller. Wenn sie nicht gerade auf Hausbesuch ist, nimmt die Pflegefachfrau Anfragen von

Klienten entgegen oder ruft diese bei Bedarf zurück; sie organisiert Termine, kümmert sich um Fortbildungen, liest ihre E-Mails und dokumentiert ihre Arbeit.

Die Senioren, die Wellers Dienst in Anspruch nehmen, sind soweit selbstständig und benötigen keine pflegerische Unterstützung. Ihre Anliegen sind vielmehr sozialer Natur, wenn Kontakte rar werden oder aber, wenn alltägliche Aufgaben nicht mehr so leicht von der Hand gehen. Genau hier setzt die Arbeit der Gemeindegeschwester an, in dem sie die Klienten erst einmal über ihre Situation sprechen lässt, denn mal wieder reden zu können, helfe schon ungemein, so Weller. Gemeinsam werde dann nach einer Lösung gesucht. „Ich frage beispielsweise nach dem Freundeskreis, oder ob es einmal einen Stammtisch oder einen Singkreis gab“, erzählt die Neustädterin. Und wenn ja, „was kann man wieder gemeinsam aktivieren?“

Eineinhalb Stunden Zeit nimmt sich Weller für einen Hausbesuch,



„Jeder Tag ist anders“, sagt Elke Weller, die als Gemeindegeschwester Plus im Einsatz ist. FOTO: MEHN

und es lohne sich. So hat sie beispielsweise initiiert, dass es für die Senioren in Iggelbach wieder einen geführten Spaziergang gibt – einmal im Mo-

nat, vom Dorfplatz aus, mit Rollator oder ohne. Die Gemeindegeschwester fungiere aber auch als Schnittstelle zwischen den einzelnen Einrichtungen,

in dem sie beispielsweise Essen auf Rädern oder ambulante Fußpflege organisiere oder auch erste Kontakte zur häuslichen Pflege. Wichtig ist dabei, dass die Anfrage immer vom Klienten kommt. „Meine Aufgabe ist es, Angebote zu machen und zu verknüpfen“, betont die 56-Jährige.

Besonders schätzt Weller hier die Informationsmappe für Senioren, die auch in ihrem Büro aufliegt. Wichtige Auskünfte zu ihrem Tätigkeitsfeld, aber auch zu den Themen Vorsorge und Betreuung sowie diverse Notfallnummern sind darin gesammelt. Und was wünscht sich Weller für die Zukunft? „Dass der gemeinsame Spaziergang in Iggelbach wöchentlich stattfindet“, sagt sie. Und vielleicht auch Nachahmer findet. „Aber auch andere Ideen, Initiativen unterstütze ich gerne und helfe bei der Umsetzung.“

### KURZINFO

Elke Weller, Telefon 06322/961-9127, mobil: 0151/15288431, E-Mail: Elke.Weller@kreis-bad-duerkheim.de

Talpost, 13.05.2021



Die drei Gemeindegewesternplus aus dem Kreis Bad Dürkheim erhielten Tablet-Koffer, um die noch selbstständigen Senioren in der Nutzung digitaler Medien zu schulen und zu unterstützen.

## Unterstützung für digitale Kommunikation von Senioren

Die drei Gemeindegewesternplus im Kreis Bad Dürkheim erhielten Tablet-Koffer, um älteren Menschen digitale Teilhabe zu ermöglichen

Die drei Gemeindegewesternplus aus dem Kreis Bad Dürkheim erhielten Tablet-Koffer. Die Tablets sollen für die Schulung von älteren Menschen in der Nutzung digitaler Medien eingesetzt werden, damit diese eine weitere Hilfe an der Hand haben, um länger selbstständig zu leben. Die Tablet-Koffer wurden von der Medienanstalt Rheinland-Pfalz aus Mitteln des rheinland-pfälzischen Sozialministeriums beschafft und konfiguriert. Vor dem Gebäude der Kreisverwaltung übergaben Landrat Hans-Ulrich Ihlenfeld und Peter Mertens, Mitglied der Versammlung der Medienanstalt RLP, die Koffer mit je fünf Tablets und Zubehör an die Gemeindegewesternplus Vera Götz (Raum Bad Dürkheim und Haßloch), Birgit Langknecht (Raum Grünstadt) und Elke Weller (Raum Lambrecht). Die Gemeindegewesternplus unterstützen und beraten präventiv Menschen über 80, die noch keine Pflege brauchen. Die Koffer enthalten drei Android-Tablets und zwei iPads und helfen den

Gemeindegewesternplus künftig, Senior\*innen in ihrem Verantwortungsbereich bei der digitalen Kommunikation zu unterstützen. Finanziert wurden die Tablet-Koffer vom Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie, konfiguriert wurden die Tablets von den Technikern der Medienanstalt RLP. Für die Unterstützung der Senior\*innen mit den Tablets arbeiten die Gemeindegewesternplus eng mit dem Projektteam der „Digitalbotschafter\*innen“ zusammen.

„Wir werden vor allem den Kontakt zu den bereits vernetzten Digitalbotschafter\*innen bei uns im Kreis suchen, um die Seniorinnen und Senioren mit der Technik vertraut zu machen. Wir freuen uns schon auf die Reaktionen“, sind sich Götz, Langknecht und Weller einig. In ihrer täglichen Arbeit haben sie schon häufig erlebt, dass die Senior\*innen Interesse an neuen Medien haben - zum Beispiel für den Videochat mit den Enkeln. Landrat Hans-Ulrich Ihlenfeld bedankte sich herzlich bei der Medienanstalt

RLP: „Es ist eine gute Sache und wertet die Arbeit der Gemeindegewesternplus, die ohnehin gut angenommen wird, noch einmal auf“. Peter Mertens hob die wichtige Arbeit der Gemeindegewesternplus hervor: „Sie schließen eine wichtige Lücke in der Beratung und sind Ansprechpartnerinnen für viele kleine Fragen. Oft braucht es ja nicht viel, um das Leben in den eigenen vier Wänden zu erleichtern. Die Tablets können hier ein Baustein sein und ich freue mich, im Namen der Landesmedienanstalt RLP, diese überreichen zu dürfen.“ Die Gemeindegewesternplus im Kreis Bad Dürkheim haben eine pflegfachliche Ausbildung und langjährige Erfahrungen als Krankenschwester oder Altenpflegerin. Sie besuchen die Menschen - nach deren vorheriger Zustimmung - zu Hause und beraten sie dort. Zum Beispiel darüber, welche Angebote und Netzwerke zur Stärkung ihrer Selbständigkeit sie vor Ort nutzen und welche Vorkehrungen sie treffen können, um eine Pflegebedürftigkeit möglichst lange zu vermeiden.

# Aus dem Homeoffice bestmöglich helfen

Die ersten drei Monate als Gemeindegewestern plus im Landkreis Bad Dürkheim: Vera Götz im Interview

Am 1. März hat Vera Götz ihre Arbeit als eine der drei Gemeindegewestern plus im Landkreis in Bad Dürkheim aufgenommen. Ihre eigentliche Aufgabe wäre es gewesen, unter anderem hochbetagte Menschen zu Hause zu besuchen und Tipps und Beratung über vorbeugende und gesundheitsfördernde Maßnahmen zu geben. Ziel ist es, dass die Seniorinnen und Senioren so lange wie möglich ein gutes, selbständiges und selbstbestimmtes Leben in ihrem gewohnten Umfeld führen können. Doch mit der Corona-Krise kam alles anders. Die Gemeindegewestern plus gehört zum Krisenteam im Mehrgenerationenhaus Bad Dürkheim. Auch sie hat die vergangenen Wochen im Homeoffice gearbeitet und versucht, von dort aus so gut wie möglich zu unterstützen. Wie, das schildert sie im Interview.

*Frau Götz, Ihr Start als Gemeindegewestern plus hat alles andere als planmäßig begonnen. Eine Ihrer Aufgaben als Gemeindegewestern plus ist es, ältere Menschen dabei zu unterstützen, dass sie auch weiterhin aktiv am Leben teilnehmen können. Denn oftmals haben hochbetagte Senioren niemanden, der ihnen bei der Bewältigung von alltäglichen Problemen hilft oder mit dem sie sich austauschen können. Dieser Aspekt hat durch die Corona-Pandemie und die damit verbundene Empfehlung, soziale Kontakte zu vermeiden, umso mehr an Bedeutung gewonnen. Daher ist jetzt eine Ihrer Hauptaufgaben, alle Hilfsangebote kreisweit zusammenzutragen und zu vermitteln, damit eben genau diese sozialen Kontakte vermieden werden können. Welche Hilfsangebote gibt es, und wie werden diese Hilfsangebote angenommen?*

Es ist einfach toll, wie schnell sich im ganzen Landkreis ehrenamtliche Hilfsangebote entwickelt haben, angefangen bei einzelnen Helfern oder ortsgewunden Initiativen über größere Organisationen wie das MGH, DRK, Pfadfinder, Stiftung Bürgerspital, Vereine und Kirchen bis hin zur Ehrenamtsbörse. Im Moment stehen den vielen Helfern ein kleinerer Teil Bürger gegenüber, die die Hilfe annehmen. Das Angebot ist vielfältig. Sie erledigen Einkäufe, holen Rezepte beim Arzt und übernehmen



Guter Rat auch in Zeiten von Covid-19: die Gemeindegewestern plus Vera Götz koordiniert auch Corona-Hilfsangebote im Landkreis. Foto: privat

Apothekenwege. Auch bieten sie Gesprächsmöglichkeiten am Telefon, lesen vor oder führen den Hund aus.

*Wie erklären Sie sich, dass nur ein kleinerer Teil der Bürger die Hilfsangebote in Anspruch nimmt?*

Ich denke, dass es oft noch Hilfen durch Familienangehörige oder die tatsächliche Nachbarschaft gibt. Man kennt sich eben. Manchmal ist es aber auch nicht so leicht, die Scheu zu überwinden, Hilfe anzunehmen. Hilfe geben fällt den meisten leichter als Hilfe anzunehmen. Außerdem ist es für viele ältere Menschen auch ein Stück Eigenständigkeit und eine Möglichkeit des sozialen Kontaktes, wenn sie noch selbst einkaufen.

*Wie soll man sich aber dann verhalten, wenn Mutter oder Vater*

*darauf bestehen, ihren Einkauf selbst zu erledigen?*

Sie sind lebenserfahren, haben meist schon etliche Krisen durchgemacht

„Kinder haben bei betagten Eltern die Möglichkeit, ein Stück Fürsorge zurückzugeben, die sie früher selbst erfahren haben.“

und selbst gemistet. Daher immer wertschätzend begegnen, sich auf die gleiche Ebene begeben, nicht „von oben herab“. Mit ruhigen Worten die Gefahren aufzeigen und sie vielleicht daran erinnern, dass man als Kind jetzt die Möglichkeit hat, ein Stück Fürsorge zurückzugeben, die man in seiner Kindheit von seinen Eltern erfahren hat.

*Den hochbetagten Menschen wird geraten, dass sie direkte soziale Kontakte möglichst einschränken sollen. Gibt es Möglichkeiten, dennoch nicht von der Außenwelt abgeschnitten zu sein?*

Der Kontakt über das Telefon ist ganz wichtig geworden. Bei technikaffinen älteren Menschen kann man auch die Möglichkeit der Videotelefonie nutzen und zum Beispiel zu festen Uhrzeiten gemeinsam essen oder Kaffee trinken mit den Angehörigen. Vielleicht möchte man auch gemeinsam etwas vorlesen: die Großeltern dem Enkel oder umgekehrt. Eine Möglichkeit wäre auch einen Brief zu schreiben, den derjenige auch immer wieder zur Hand nehmen kann. Oder man kann ein Päckchen schicken mit allem, was ein bisschen Liebe und Zuneigung ausdrückt. Viele nutzen auch den Pausch über den Gartenzaun oder das offene Fenster mit räumlichem Abstand, wenn das geht. Und auch die Kirchen bieten Möglichkeiten, Gespräche am Telefon zu führen, zum Beispiel auch um gemeinsam zu beten.

*Hat Corona auch positive Entwicklungen gebracht?*

Aber ja! Die Entwicklung einer großen Solidarität. Es wird sich um Ältere, Schwächere oder Erkrankte, aber auch um systemrelevante Berufsgruppen gekümmert und gesorgt, eine große Welle der Empathie ist entstanden. Es wäre schön, wenn wir diese Tugenden nach der Krise beibehalten und sich darauf für manche Institutionen etwas aufbauen ließe. Es kam auch zu einer gewissen Entschleunigung, manch einer hat Zeit gefunden, sich auf das Wesentliche zu besinnen, sich auf das, was wichtig ist, zu konzentrieren. Auch zu erkennen, dass nicht alles selbstverständlich ist und wie viele Freiheiten und Privilegien wir sonst in unserem Leben genießen dürfen, ist eine Erkenntnis.

Interview: Regina Holz



## Gemeindegewestern plus im Landkreis Bad Dürkheim

### Hilfe per Telefon und Mail

Im Landkreis Bad Dürkheim gibt es drei Gemeindegewestern plus – seit 1. März ist Vera Götz im Einsatz, seit 1. April sind Birgit Langknecht und Martina Laubscher dabei. Vera Götz hat sich in der Coronakrise der Koordination von Hilfsangeboten angenommen. Sie ist Ansprechpartnerin für alle Fragen und kennt Möglichkeiten, erforderliche Hilfen zu organisieren. Sie

informiert auch über lokale Nachbarschaftshilfen und Unterstützungsangebote wie zum Beispiel Einkaufsdienste und mehr für ältere Menschen. Die Beratung ist kostenfrei und erfolgt gemäß den allgemeinen Empfehlungen zur Verlangsamung der Ausbreitung des Coronavirus zurzeit ausschließlich unter 06322/961-9125 sowie 0151/18976130 (nur Mo sowie Mi-Fr, Di nicht) oder per E-Mail

an vera.goetz@kreis-bad-duerkheim.de. Eine Übersicht der Hilfsangebote findet sich im Internet unter [www.kreis-bad-duerkheim.de](http://www.kreis-bad-duerkheim.de). Die beiden anderen Gemeindegewestern plus haben ihre Arbeit am 1. April aufgenommen und unterstützen in der Corona-Krise zunächst das Gesundheitsamt und traten ihre eigentliche Tätigkeit nach den Corona-Lockerungen am 2. Juni an.

### Kontakte:

Birgit Langknecht, Bereich Grünstadt, VG Leiningerland  
Tel. 0151/18977185 oder 06322/961-9126 oder [birgit.langknecht@kreis-bad-duerkheim.de](mailto:birgit.langknecht@kreis-bad-duerkheim.de)

Martina Laubscher, Bereich VG Lambrecht  
Tel. 0151/15288431 oder 06322/961-9127 oder [martina.laubscher@kreis-bad-duerkheim.de](mailto:martina.laubscher@kreis-bad-duerkheim.de) | RH

# Mit Leidenschaft und Herzblut

Gemeindegewestern plus haben viel zu tun für die Generation „Ü 80“

Wenn Menschen ihren Traumjob gefunden haben, dann fühlen sie sich ihren Aufgaben ganz besonders stark verbunden. Sie versprühen Leidenschaft und Herzblut und sprudeln über vor Ideen. Genau so geht es den drei Gemeindegewestern plus, die seit wenigen Monaten im Landkreis Bad Dürkheim im Einsatz sind und trotz Corona und den damit verbundenen Einschränkungen bereits viele Hausbesuche gemacht und schon einige Projekte angestoßen haben.

„Am Anfang ist es vor allem wichtig, Öffentlichkeitsarbeit zu leisten, um uns bekannt zu machen. Wir haben also Flyer verteilt und uns bei Ärzten, Apotheken, den Pflegestützpunkten, den Gemeinden, den Seniorenbeiräten und vielen anderen Stellen vorgestellt. Und auch in den nächsten Monaten wird es noch ein Hauptanliegen sein, dass die Leute uns erstmal kennenlernen“, sind sich die drei Gemeindegewestern plus im Landkreis Bad Dürkheim – Birgit Langknecht, Martina Laubscher und Vera Götz – einig. Manchem seien die früheren „Gemeindegewestern“ noch ein Begriff, die pflegerische oder medizinische Versorgungsleistungen im häuslichen Bereich erbrachten. „Das ist aber nicht unsere Aufgabe“, stellen die drei klar.

Die Tätigkeit der Gemeindegewestern plus setzt im Vorfeld der Pflege an. Sie bieten nämlich Beratung an für noch nicht pflegebedürftige, hochbetagte Menschen über 80 Jahren, wenn es um unterschiedlichste Alltagshilfen geht. Auf Wunsch finden die Beratungen auch zu Hause statt. Beispiele für Unterstützungsleistungen gibt es viele. Wie kann Sorge dafür getragen werden, dass die Medikamente regelmäßig eingenommen werden? Was tun, wenn der Rücktransport von der Reha nicht bezahlt wurde? Hat die Beantragung eines Pflegegrades Sinn? Wo gibt es Kurse speziell für Senioren, die sie im Umgang mit Handys fit machen? „Aber es kann auch um ganz existenzielle Fragen gehen, wenn etwa die Rente nicht reicht.“ Das ist der erste, offizielle Teil der Aufgabenbeschreibung. Doch die Damen leisten noch viel mehr.

## Zeit zum Hinhören

„Viele ältere Menschen sind einsam und haben niemanden zum Zuhören.“ Genau das wollten und könnten sie als Gemeindegewestern plus besonders gut. Denn die Erfahrung habe gezeigt, dass es oftmals mehrere Gespräche brauche, bis so viel Vertrauen aufgebaut sei, dass Probleme angesprochen werden, die sonst, teilweise aus Scham, verschwiegen würden. Auch innerhalb der Familie würden „unangenehme“ Themen gerne tabuisiert. Hier versuchen die Gemeindegewestern plus eine Gesprächskultur zu schaffen, die es erlaubt, genau diese Dinge anzusprechen. Denn welches Kind sage schon gerne zu seinen Eltern „Du, ich glaube, wir sollten Dich mal auf Demenz testen lassen“ oder „Ich glaube, Du kommst alleine nicht mehr zurecht, wäre es nicht besser für Dich, wenn Du in eine seniorenerechte Wohnung umziehst?“. Hier können wir begleiten und gemeinsam die ersten Schritte gehen.

„Viele Menschen haben mit zunehmendem Alter immer weniger soziale Kon-



Bei der „Dorfplauderei“ in Wattenheim: Birgit Langknecht. Foto: Langknecht



Beim Hausbesuch: Martina Laubscher. Foto: privat



Bei der Abstimmung mit Magda Löwer (li.) und Siegfried Klein vom Seniorenbeirat Haßloch: Vera Götz. Foto: Marcus Rotemann

takte, da möchten wir etwas dagegen tun.“ Und so haben sich die Gemeindegewestern plus schon einiges einfallen lassen. Es soll etwa eine Dorfplauderei oder ein „Klappstuhltreffen“ geben. Alt und Jung sollen mit gemeinsamen Projekten wieder mehr zusammengebracht werden. Auch Kurse speziell für diese Altersgruppe, wie zum Beispiel Sturzprophylaxe, sind eine Idee.

Damit bildet die Entwicklung von Projekten, Treffs und Initiativen, in denen sich die Interessen, Vorstellungen und Kreativität der Seniorinnen und Senioren wiederfinden, einen besonderen Arbeitsschwerpunkt zusätzlich zur Beratung. Um für dieses vielfältige Aufgabengebiet neben all ihrer fachlichen Kompetenz und beruflichen Erfahrung gut vorbereitet zu sein, haben sich die Mit-

arbeiterinnen schon fleißig fortgebildet. Gesundheit und Krankheit im Alter, Betreuungsverfügung, Sturzprophylaxe und eine Ausbildung zur Bewegungsbegleiterin sind nur einige der Schulungen, die bereits absolviert wurden oder anstehen. Finanziell getragen wird das Angebot der Gemeindegewestern plus aktuell vom Land Rheinland-Pfalz sowie den Gesundheitskassen. Diese finanzieren drei halbe Stellen im Landkreis, eine weitere halbe Stelle finanziert die Kreisverwaltung.

## Beratungslücke geschlossen

Eine gute Vernetzung von allen Gesundheits- und Beratungsangeboten vor Ort, wie etwa eine Zusammenarbeit mit dem Netzwerk „Demenz Bad Dürkheim“, soll gefördert sowie die Zusammenarbeit mit den Senioreninitiativen im Kreisgebiet noch weiter ausgebaut werden. Simone Sauder, zuständig im Sozialamt für niederschwellige Hilfeangebote für die älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger, ist sich sicher: „Mit den Gemeindegewestern plus ist eine wichtige Beratungslücke geschlossen und ein direktes, persönliches Unterstützungsangebot geschaffen worden.“

Eine gelungene Konstellation, finden auch die Gemeindegewestern plus, deren Augen leuchten, wenn sie von ihrer Arbeit erzählen. | Regina Holz

## Kontakt

**Birgit Langknecht** für Grünstadt, VG Leiningerland, Büro: Kirchheimer Str. 100, 67269 Grünstadt, 0151/18977185, 06322/ 961-9126, birgit.langknecht@kreis-bad-duerkheim.de  
**Martina Laubscher** für die VG Lambrecht, Büro: Marktstraße 23, 67466 Lambrecht, 0151/15288431, 06322/961-9127, martina.laubscher@kreis-bad-duerkheim.de  
**Vera Götz** für Bad Dürkheim und Haßloch, Gerberstraße 6, 67098 Bad Dürkheim, 06322/961-9125, 0151/18976130, vera.goetz@kreis-bad-duerkheim.de

## Spendenaktion:

Ende 2021 will Vera Götz mit ihrem Büro in den Neubau der Christlichen Sozialstation, Thymianweg 2, Bad Dürkheim umziehen. Die Sozialstation bietet um Spenden für den Neubau: VR Bank Mittelhaardt IBAN 67 5469 1200 0116 0400 18, Sparkasse Rhein-Haardt IBAN 90 5465 1240 0005 7363 43, Verwendungszweck: Name und Adresse des Spenders.

# Fit in Prävention und Pflege

## Gemeindegewestern plus und Pflegestützpunkte im Landkreis Bad Dürkheim

Das Beratungsangebot der Gemeindegewestern plus kann von hochbetagten Mitbürgerinnen und Mitbürgern des Landkreises Bad Dürkheim in Anspruch genommen werden, die zwar keine Pflege benötigen, sich aber Beratung und Unterstützung in ihrer aktuellen Lebenssituation wünschen. Ziel dieser präventiven Beratung ist es, die Pflegebedürftigkeit zu vermeiden beziehungsweise hinauszuzögern.



An den Infoständen in Bad Dürkheim und Haßloch für ein Foto kurz zusammengedrückt (v. li.): Heike Hamsch, Vera Götz sowie Jacqueline Kern, Waltraud Roos, Beate Gebhard-Diehl, Claus Wölfer, Vera Götz. Fotos: Hamsch/Stauder

Die Gemeindegewestern plus informiert über Hilfsangebote, vermittelt Kontakte (beispielsweise zu Seniorenbeiräten, Nachbarschaftshilfen und Bewegungsgruppen) und berät im präventiven und gesundheitsfördernden Bereich, so zum Beispiel über Sturzprophylaxe und Ernährung. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Pflegestützpunkte beraten Pflegebedürftige und deren Angehörige auch bei Fragen und Problemen rund um das Thema Pflege. Hierzu gehören insbesondere die gesamte Palette an Leistungs-

möglichkeiten der Pflegekassen sowie Unterstützung bei der Beantragung und Realisierung der Ansprüche. Sowohl die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Pflegestützpunkte als auch die Fachkräfte im Projekt Gemeindegewestern plus machen sich ein Bild über den Beratungs- beziehungsweise Unterstützungsbedarf und vermitteln kostenfrei und wettbewerbsneutral entsprechende Leistungsanbieter professioneller Pflege oder Hilfe und Unterstützung durch ehrenamtliche Tätige.

Unter Einhaltung der maßgebenden Hygiene- und Abstandsregelungen informierte die Gemeindegewestern plus Vera Götz im vergangenen Sommer an Infoständen in Haßloch und Bad Dürkheim, zusammen mit den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der dortigen Pflegestützpunkte, über die jeweiligen Tätigkeitsfelder und gemeinsame Pro-

jektarbeit. In Haßloch wurde der Infostand darüber hinaus durch das örtliche Seniorenbüro tatkräftig unterstützt. In Bad Dürkheim erfolgte die Organisation durch das Netzwerk Demenz im Rahmen der Demenz-Woche. Die angesprochenen Themen waren vielfältig und reichten von Fragen zu Vorsorgevollmachten und Hilfsangeboten bis hin zum Thema Demenz. „Wichtig ist es, zu zeigen, wie sich unsere Aufgaben ergänzen“, betont Vera Götz. Darüber hinaus wird deutlich, wie wichtig die Zusammenarbeit zwischen den einzelnen Beratungsangeboten und Netzwerkpartnern ist. Das Konzept der Informationsstände soll auch im Jahr 2021 fortgeführt werden, um den Mitbürgerinnen und Mitbürgern die Möglichkeit zu geben, sich über die Arbeit der Gemeindegewestern plus und der Pflegestützpunkte zu informieren. | Silvana Stauder

### Pflege Stützpunkt

#### Kontakte und Adressen

**Pflegestützpunkt Haßloch**  
Gemeinde Haßloch, VG Daldesbetsm, VG Wachenbetsm  
Langgasse 111,  
67454 Haßloch  
Jacqueline Kern, Telefon: 06324/  
5930421, Jacqueline.Kern@  
pflgestuetzpunkte-rip.de  
Waltraud Roos, Telefon: 06324/  
5930422, Waltraud.Roos@pflgestuetzpunkte-rip.de

**Pflegestützpunkt Bad Dürkheim**  
Verbandsgemeinde Freinsbetsm,  
Stadt Bad Dürkheim  
Dresdener Straße 2,  
67098 Bad Dürkheim

Heike Hamsch, Telefon: 06322/  
9108866, Heike.Hamsch@pflgestuetzpunkte-rip.de  
Martin Franke, Telefon: 06322/  
9108865, Martin.Franke@pflgestuetzpunkte-rip.de

**Pflegestützpunkt Lambrecht**  
Verbandsgemeinde Lambrecht  
Friedrich-Ebert-Platz 4,  
67466 Lambrecht  
Martin Franke,  
Telefon: 06325/1840062,  
Martin.Franke@pflgestuetzpunkte-rip.de  
Silke Weissenmayer,  
Telefon: 06325/1840061,

Silke.Weissenmayer@pflgestuetzpunkte-rip.de

**Pflegestützpunkt Grünstadt**  
Stadt Grünstadt, Verbandsgemeinde Leiningerland  
Vorstadt 3,  
67269 Grünstadt  
Silvia Meng, Telefon: 06359/  
8726766, Silvia.Meng@pflgestuetzpunkte-rip.de  
Doris Hoyer-Willy, Telefon:  
06359/8726765, Doris.Hoyer-Willy@pflgestuetzpunkte-rip.de  
Anna Iljuschkina, Telefon:  
06359/8726767, Anna.Iljuschkina@pflgestuetzpunkte-rip.de



### Aktion der Gemeindegewestern Adventspäckchen für Senioren

Eine kleine Aufmerksamkeit in der Vorweihnachtszeit: An etwa 200 Seniorinnen und Senioren, die bereits Beratungsleistungen der Gemeindegewestern plus in Anspruch genommen haben, wurden im Dezember Adventspäckchen kontaktilos verteilt.

Diese beinhalteten neben Broschüren zur Förderung der Gesundheit und Bewegung auch Alltagsgegenstände wie zum Beispiel eine Lupe, Brillenputz- und Desinfektionstücher. Entsprechend der Adventszeit wurden die Päckchen mit Keksen, Tee und Schokolade abgerundet und mit einer Auswahl von Rätseln, Texten und Mandalas ergänzt. Der Inhalt der Adventspäckchen wurde unter anderem finanziert und unterstützt durch das Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie, der Landeszentrale für Gesundheitsförderung und der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung.

„Uns ist es wichtig, mit den Seniorinnen und Senioren in dieser von Einschränkungen geprägten Zeit in Verbindung zu bleiben“, sagten die drei Gemeindegewestern plus Vera Götz (Raum Bad Dürkheim und Haßloch), Birgit Langknecht (Raum Grünstadt) und Martina Laubscher (im Dezember noch zuständig für den Raum Lambrecht). „Niemand sollte einsam sein.“ Grundsätzlich beraten die Gemeindegewestern plus hochbetagte Mitbürgerinnen und Mitbürger über vorbeugende und gesundheitsfördernde Angebote sowie Maßnahmen zur Verbesserung und Erleichterung des Alltags, sodass diese so lange wie möglich in ihrem gewohnten Umfeld ein selbständiges und selbstbestimmtes Leben führen können.

„Wir bedanken uns für die Unterstützung unserer Aktion. Wir sind davon überzeugt, dass damit einigen unserer älteren Mitbürgerinnen und Mitbürgern eine Freude bereitet werden konnte“, so die Gemeindegewestern plus. | Bad



Praktische Utensilien für Senioren. Adventspäckchen. Foto: KV Müller



Dorfplauderei: Birgit Langknecht (rechts im linken Bild) kam unter Corona-Bedingungen mit den Menschen im Leiningerland ins Gespräch. Foto: Stauber



**Grünstadt:** Birgit Langknecht seit Juni 2020 dabei – Initiative zum Austausch angestoßen

## Gelungenes Format „Dorfplaudereien“

Im Landkreis Bad Dürkheim startete das Projekt Gemeindegewest plus im Sommer 2020. Mitten in der Corona-Pandemie waren es für Birgit Langknecht, die für den Bereich der Stadt Grünstadt und der Verbandsgemeinde Leiningerland zuständig ist, keine einfachen Voraussetzungen, sich und ihre Arbeit bei den älteren Mitbürgerinnen und Mitbürgern vorzustellen und mit ihnen ins Gespräch zu kommen.

Ein kleiner Infostand an einem zentralen (Treff-)Punkt innerhalb der jeweiligen Ortsgemeinde mit Sitzmöglichkeiten sollte sowohl die Seniorinnen und Senioren als auch weitere Interessierte zum Gespräch und Austausch einladen, die Idee der „Dorfplauderei“ war geboren. Im Zeitraum

August bis Oktober 2020 fanden so unter Berücksichtigung der Abstands- und Hygieneregeln insgesamt 15 „Dorfplaudereien“ statt. In vielen Gemeinden fand Langknecht bei der Durchführung der Veranstaltung Unterstützung von Ortsbürgermeistern, den Seniorenbeiräten und weiteren ortsansässigen Institutionen. Die jeweiligen Termine wurden über die örtliche Presse, die Amtsblätter und über die Homepages der Ortsgemeinden veröffentlicht.

Die Gemeindegewest plus stellte ihr Arbeits- und Tätigkeitsfeld vor und beantwortete Fragen aus verschiedenen Themenfeldern, wie etwa zum Hausnotrufsystem und der Nutzung der Bürgerbusse. Häufig thematisiert wurden auch die Auswirkungen der Corona-Beschränkungen auf den All-

tag der Älteren, insbesondere der Wegfall der Freizeit-, Beschäftigungs- und Bewegungsangebote für Senioren. Aber auch Probleme im Bereich der Verkehrssicherheit (schlecht einsehbare Bushaltestellen) und Barrierefreiheit (Einstiegshilfen in Bussen) wurden angesprochen.

Darüber hinaus nutzte Langknecht die Gelegenheit, um sich einen Eindruck von der jeweiligen Ortsgemeinde zu verschaffen: Welche Angebote, Veranstaltungen und Initiativen gibt es vor Ort? Welche Angebote fehlen oder warum sind diese nicht mehr vorhanden? Wie ausgeprägt ist die Ortsgemeinschaft? Welche Treffpunkte gibt es? „Teilweise wurde den Teilnehmern erst im Austausch so richtig bewusst, wie viele unterschiedliche Angebote es vor Ort gibt“, berichtet Birgit Langknecht,

was für den Erfolg der Veranstaltung spricht.

Die Eindrücke und Rückmeldungen aus den Gesprächen mit den Seniorinnen und Senioren münden in viele neue Ideen für die weitere Arbeit und Initiativen der Gemeindegewest plus. So ist unter anderem die Initiierung eines Bewegungsprojektes in Planung.

Sobald die Corona-Beschränkungen gelockert werden, will Gemeindegewest plus Birgit Langknecht gemeinsam mit den Seniorenbeiräten und Initiativen vor Ort versuchen, die älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger zu motivieren, bestehende Angebote wieder anzunehmen und zu nutzen. Bis dies soweit ist, steht sie für telefonische Beratungen zur Verfügung.

| Simone Stauber

**Lambrecht**

### Elke Weller neue Gemeindegewest

Sie ist neu im Amt: Seit 15. Januar 2021 ist Elke Weller als Gemeindegewest plus in der Verbandsgemeinde Lambrecht tätig. Weller übernimmt die Aufgabe von Martina Laubscher, die schon mitten in der frühen Pandemiephase des Jahres 2020 die ersten Kontakte knüpfte.

Die 55-jährige Elke Weller ist gelernte Krankenschwester und arbeitete nach ihrer Ausbildung, die sie im Diakonissenkrankenhaus Speyer absolvierte, in verschiedenen medizinischen Einrichtungen.

Als Gemeindegewest plus besucht und berät Frau Weller zukünftig hochbetagte Menschen ohne Pflegebedarf in ihrem häuslichen Umfeld, die zwar noch keine Pflege brauchen, denen es aber beispielsweise an sozialen Kontakten und Püfirsorge mangelt oder die Informationen über Unterstützungsangebote benötigen. Pflegerische Tätigkeiten übernimmt sie – wie auch ihre Kolleginnen – nicht. | ss

**Haßloch:** Bürgerstiftung unterstützt Gemeindegewest plus

### Dienstfahrrad für Vera Götz

Damit Vera Götz, die für Haßloch zuständige Gemeindegewest plus, ihre Hausbesuche im Großdorf mit dem Fahrrad erledigen kann, hat ihr die Bürgerstiftung Haßloch 2020 einen Drahtesel gestiftet.

Bernd Walther hat aus dem Fundus der Fahrradwerkstatt ein sportliches Damenrad in der passenden Farbe ausgesucht und generalüberholt. „Die Bürgerstiftung wünscht Frau Götz viel Freude damit und allzeit gute Fahrt“, sagte Pia Werner aus der Geschäftsführung der Stiftung.

Vera Götz war die erste Gemeindegewest plus im Landkreis und ist seit 1. März des vergangenen Jahres für das Projekt in Aktion: „Das Leben wird mit dem Alter nicht nur bunter und vielfältiger, es stellt uns auch immer wieder vor neue Herausforderungen, die jeder solange wie möglich eigenständig meistern möchte.“ Sie wolle Seniorinnen und Senioren dabei helfen, dass dieser Wunsch in Erfüllung gehe. | Red



Freu sich über ihr umweltfreundliches Dienstfahrzeug: Vera Götz (re.) mit Pia Werner. Foto: Bürgerstiftung

### Kontakte und Adressen

**Gemeindegewestern plus**  
Vera Götz für Bad Dürkheim, Haßloch, Verbandsgemeinden Freinsheim, Wachenbetsm und Deldesbetsm

Büro Bad Dürkheim: Gerbenstr. 6, 67098 Bad Dürkheim  
Büro Haßloch: Rathaus Haßloch, Rathausplatz 1, 67454 Haßloch  
Telefon: 06322/961-9125, 0151/18976130 (Mo, Mi-Fr), Vera.Goetz@kreis-bad-duerkheim.de

**Birgit Langknecht für Grünstadt, VG Leiningerland**  
Büro Grünstadt: Kirchheimer Straße 100, 67269 Grünstadt, Telefon: 06322/961-9126, 0151/18977185, Birgit.Langknecht@kreis-bad-duerkheim.de

**Elke Weller für die Verbandsgemeinde Lambrecht**  
Büro Lambrecht: Marktstr. 23, 67466 Lambrecht, Telefon: 06322/961-9127, 0151/152 88 431  
E-Mail: Elke.Weller@kreis-bad-duerkheim.de

# „Hilfreiche Veränderungen erreichen“

**Gemeindegewest plus Elke Weller Ansprechpartnerin für Seniorinnen und Senioren in der Verbandsgemeinde Lambrecht**

Sie ist die Neue im Team: Elke Weller ist seit 15. Januar Gemeindegewest plus für die Verbandsgemeinde Lambrecht. Gemeinsam mit ihren beiden Kolleginnen Vera Götz und Birgit Langknecht ist sie im Landkreis Bad Dürkheim Ansprechpartnerin für Seniorinnen und Senioren über 80 Jahren, die noch nicht pflegebedürftig sind – und berät sie, damit dies möglichst lange so bleibt.

**Frau Weller, warum wollten Sie Gemeindegewest plus werden?**

Ich bin gelernte Krankenschwester und habe in der klinischen Praxis gesehen, wie wichtig Prävention ist. Im Pflegebereich sieht man die Auswirkungen aus der Vergangenheit, man sieht, was möglich gewesen wäre, wenn Krankheiten oder andere Probleme früher erkannt und angegangen worden wären. In vielen Fällen hätte man durch Beratung und praktische Hilfen schlimmere Situationen vermeiden können. Das ist ein Gedanke, den wahrscheinlich alle haben, die in der Pflege tätig sind. Man arbeitet dem Bedarf immer ein Stückchen hinterher. Als Gemeindegewest plus kann ich in diesem präventiven Bereich tätig sein und die nötige Unterstützung anbieten. Diese Arbeit ist sehr wichtig und sinnvoll.

**Was macht die Arbeit mit alten Menschen aus? Warum gefällt Ihnen diese Arbeit?**

Hinter jedem Menschen steckt eine interessante Lebensgeschichte, die Lebensentwürfe sind sehr unterschiedlich und spannend. Trotz unterschiedlicher Prägung und Geschichte sind aber die Grundbedürfnisse die gleichen: Zuhörerschaft und Aufmerksamkeit. Aber ich arbeite generell gerne mit Menschen, unabhängig vom Alter.

**Hat die Ausbildung als Pflegefachkraft Vorteile für Ihre Tätigkeit?**

Auf jeden Fall! In der Ausbildung haben wir gelernt, mit einem Blick in ein Zimmer festzustellen, wie eine (Wohn-) Situation einzuschätzen und zu bewerten ist, wo ein Handlungsbedarf besteht. Genauso sind wir geschult, persönliche Bedürfnisse zu erkennen, zum



Freut sich auf ihre Aufgaben: Gemeindegewest plus Elke Weller. Foto: KV/Stauder

Beispiel, ob jemand an trockener Haut leidet. Aus all diesen Feststellungen ergibt sich dann die Einschätzung, was dieser alte Mensch noch kann, welche Ressourcen er hat und wo er Unterstützung benötigt. Manchmal kann man

dann mit einfachen Mitteln sehr hilfreiche Veränderungen erreichen.

**Was gefällt Ihnen an Ihrem Einsatzgebiet in der Verbandsgemeinde Lambrecht?**

Beim Gang durch Lambrecht entdecke ich immer wieder viele schöne Ecken, die man auf den ersten Blick nicht wahrnimmt. Die historischen Gebäude, wie zum Beispiel das Zunfthaus, sind sehr interessant. Hier sind viele Dinge eher dezentral, hierdurch entdecke ich auch immer Neues. Was mich sehr freut: Die Menschen, mit denen ich bisher gesprochen habe, sind alle sehr zugewandt und freundlich. Das erleichtert mir als „Nicht-Lambrechtlerin“ meinen Einstieg enorm. Dennoch spürt man, dass vieles Corona-bedingt ausgebremst ist, insbesondere das öffentliche Leben. Ich freue mich darauf, die Verbandsgemeinde zu erleben und zu entdecken, wenn wieder Veranstaltungen und Treffen möglich sind.

**Gibt es bereits Themen oder Probleme, die verstärkt auftauchen? Und haben Sie Ideen, die Sie angeben möchten?**

Insgesamt ist das Thema der fehlenden Mobilität auf jeden Fall wichtig, und hieraus ergeben sich bestimmt künftig auch viele Fragestellungen. Ideen habe ich schon einige. Zum Beispiel eine Plattform für einen Interessenaustausch zu gründen, vielleicht in Form eines Schneeballsystems. So könnten Seniorinnen und Senioren zueinander finden, die gemeinsame Themen und Probleme haben.

Interview: Simone Stauder

**INFO** Kontakt: Elke Weller, Markstr. 23, Lambrecht, Tel.: 06322/961-9127, Mobil: 0151/152 88 431, E-Mail: Elke.Weller@krets-bad-duerkheim.de

Landkreis Bad Dürkheim: Tablet-Koffer für die drei Gemeindegewestern plus

## Unterstützung für digitale Kommunikation

Anfang Mai erhielten die drei Gemeindegewestern plus aus dem Kreis Bad Dürkheim Tablet-Koffer. Die Tablets sollen für die Schulung von älteren Menschen in der Nutzung digitaler Medien eingesetzt werden, damit diese eine weitere Hilfe an der Hand haben, um länger selbstständig zu leben. Die Tablet-Koffer wurden von der Medienanstalt Rheinland-Pfalz aus Mitteln des rheinland-pfälzischen Sozialministeriums beschafft und konfiguriert.

Vor dem Gebäude der Kreisverwaltung übergaben Landrat Hans-Ulrich Ihlenfeld und Peter Mertens, Mitglied der Versammlung der Medienanstalt RLP, die Koffer mit je fünf Tablets und Zubehör an die Gemeindegewestern plus Vera Götz (Raum Bad Dürkheim und Haßloch), Birgit Langknecht (Raum Grünstadt) und Elke Weller (Raum Lambrecht). Landesweit haben im April und Mai insgesamt 36 Gemeindegewestern plus solche Tablet-Koffer bekommen. Die Koffer enthalten drei Android-Tablets und zwei iPads und unterstützen die Helferinnen künftig, Senioren und Seniorinnen in ihrem Verantwortungsbereich bei der digitalen



Übergabe der Tablet-Koffer (v. li.): Peter Mertens als Vertreter der Medienanstalt RLP, Vera Götz, Elke Weller, Birgit Langknecht und Landrat Ihlenfeld. Foto: KVM/Meier

Kommunikation nach vorne zu bringen. Finanziert wurden die Tablet-Koffer vom Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie, konfiguriert wurden die Tablets von den Technikern der Medienanstalt RLP. Für die Unterstützung der alten Menschen mit den Tablets arbeiten die Gemeindegewestern plus eng mit dem Projektteam der sogenannten „Digitalbotschafter\*innen“ zusammen.

„Wir werden vor allem den Kontakt zu den bereits vernetzten Digitalbotschaftern und Digitalbotschafterinnen bei uns im Kreis suchen, um die Seniorinnen und Senioren mit der Technik ver-

traut zu machen. Wir freuen uns schon auf die Reaktionen“, sind sich Götz, Langknecht und Weller einig. In ihrer täglichen Arbeit haben sie schon häufig erlebt, dass die von ihnen betreuten Bürgerinnen und Bürger Interesse an neuen Medien haben – zum Beispiel für den Videochat mit den Enkeln.

Landrat Hans-Ulrich Ihlenfeld bedankte sich herzlich bei der Medienanstalt RLP: „Es ist eine gute Sache und wertet die Arbeit der Gemeindegewestern plus, die ohnehin gut angenommen wird, noch einmal auf. Vielen Dank.“ Peter Mertens hob die wichti-

ge Arbeit der Gemeindegewestern plus hervor: „Sie schließen eine wichtige Lücke in der Beratung und sind Ansprechpartnerinnen für viele kleine Fragen. Oft braucht es ja nicht viel, um das Leben in den eigenen vier Wänden zu erleichtern. Die Tablets können hier ein Baustein sein, und ich freue mich, diese im Namen der Landesmedienanstalt RLP überreichen zu dürfen.“

Die Gemeindegewestern plus im Kreis Bad Dürkheim unterstützen und beraten Menschen über 80 Jahren, die noch keine Pflege brauchen, in ihrer aktuellen Lebenssituation – damit sie möglichst lange selbstständig leben können. Alle Fachkräfte im Projekt Gemeindegewestern plus haben eine pflegefachliche Ausbildung und langjährige Erfahrungen als Krankenschwester oder Altenpflegerin. Sie besuchen die Menschen – nach deren vorheriger Zustimmung – zu Hause und beraten sie dort. Zum Beispiel darüber, welche Angebote und Netzwerke zur Stärkung ihrer Selbständigkeit sie vor Ort nutzen und welche Vorkehrungen sie treffen können, um eine Pflegebedürftigkeit möglichst lange zu vermeiden und in den eigenen vier Wänden bleiben zu können. | Foto/SM

**Bad Dürkheim: Angebot der Gemeindegewestern plus gut angenommen**

## Seniorinnen und Senioren in Bewegung

Anlässlich der Initiative Rheinland-Pfalz „Land in Bewegung“ hatten die Gemeindegewestern plus im Landkreis am 19. Juni ein besonderes Angebot gestartet: Seniorinnen und Senioren konnten an der Saline in Bad Dürkheim einfache Übungen kennenlernen, um beweglich zu bleiben. Geplant war, die vorhandenen Geräte im Kurpark zu nutzen – aufgrund der Hitze an diesem Tag haben Vera Götz, Birgit Langknecht und Elke Weller aber kurzfristig umgeplant.

Angenehmer war es nämlich im Schatten. Und so startete das Bewegungsprogramm mit Gymnastik im Durchgang des Gradierbaus. Zu den Sportgeräten in der Sonne gab es noch grundsätzliche Erklärungen. Es folgten Wurf- und Fangspiele, Übungen auf dem Balance-Board und mit dem Schwungtuch. Auch ein Rollstuhlparcours wurde aufgebaut. „Alles, um die Seniorinnen und Senioren in Bewegung zu bringen“, so die drei Gemeindegewestern plus, die bei der Landeszentrale für Gesundheitsförderung zum „Bewegungsbegleiter“ fortgebildet sind oder noch werden. „Jede Bewegung hilft. Und jede Bewegung ist Sturzprophylaxe“, wissen sie. Zu diesem Thema haben sie auch vie-



*Aufbau im Schauen der Saline: die Seniorengruppe. Foto: KV/Stauder*

le Fragen beantwortet, denn Stürze werden in zunehmendem Alter immer häufiger. Wer sich regelmäßig bewegt, auch wenn es nur wenig ist, ist besser in der Balance und kann Stürze besser vorbeugen. „Bewegung und Sturzprophylaxe sind auch bei unseren Hausbesuchen häufig Thema.“

Die „Bewegungstage“ Rheinland-Pfalz fanden dieses Jahr von 18. bis 20. Juni statt. Bereits 2020 war eine Beteiligung der Gemeindegewestern plus geplant, die Veranstaltung fiel aber wegen Corona aus. Jetzt planen die drei, solche Bewegungsangebote für Menschen ab

80 mit und ohne Rollator in Zukunft regelmäßig zu organisieren. Angedacht sind auch Termine in anderen Orten des Landkreises. „Die Resonanz war gut, darum möchten wir noch mehr Menschen diese Möglichkeit bieten. Schon mit kleinen Übungen kann man viel erreichen.“

Die Gemeindegewestern plus bieten Beratung vor allem für Menschen ab 80, die zu Hause leben und noch nicht pflegebedürftig sind. Sie sollen möglichst lange selbstständig leben. Die Gemeindegewestern plus beraten sie zu Hause an ihre Situation angepasst. | **SM**

**Kontakt: Gemeindegewestern plus**

**Vera Götz**

Bereich: Bad Dürkheim, Haßloch, Verbandsgemeinden Freinsheim, Wachenheim und Deidesheim  
Büro Bad Dürkheim: Gerberstr. 6, 67098 Bad Dürkheim  
Büro Haßloch: Rathaus Haßloch, Rathausplatz 1, 67454 Haßloch  
Telefon: 0 63 22 / 9 61 - 91 25  
Mobil: 01 51 / 18 97 61 30  
E-Mail-Adresse: Vera.Goetz@kreis-bad-duerkheim.de

**Birgit Langknecht**

Bereich: Grünstadt, Verbandsgemeinde Leiningerland  
Büro Grünstadt: Kirchheimer Str. 100, 67269 Grünstadt  
Telefon: 0 63 22 / 9 61 - 91 26  
Mobil: 01 51 / 18 97 71 85  
E-Mail-Adresse: Birgit.Langknecht@kreis-bad-duerkheim.de

**Elke Weller**

Bereich: Verbandsgemeinde Lambrecht  
Büro Lambrecht: Marktstr. 23, 67466 Lambrecht  
Telefon: 0 63 22 / 9 61 - 91 27  
Mobil: 01 51 / 15 28 84 31  
E-Mail-Adresse: Elke.Weller@kreis-bad-duerkheim.de | **Red**

## Gemeindegewestern plus verteilen Info- und Vorsorgemappe

Wichtige Informationen rund um Vorsorge und Nummern für den Notfall auf einen Blick: Die Gemeindegewestern plus verteilen künftig Info-Mappen an Seniorinnen und Senioren.

Die Gemeindegewestern plus im Landkreis Bad Dürkheim – Vera Götz, Elke Weller und Birgit Langknecht – sind Ansprechpartnerinnen für Seniorinnen und Senioren über 80 Jahren, die noch keiner Pflege bedürfen. Durch das Beratungsangebot soll dabei unterstützt werden, möglichst lange selbstständig leben zu können. Für diese Zielgruppe haben sie ab sofort etwas Besonderes im Gepäck: eine Informations- und Vorsorgemappe. Hier wird das Projekt der Gemeindegewestern plus vorgestellt, die Aufgaben der Pflegestützpunkte erläutert, eine Übersicht zu Beratungsangeboten bezüglich sozialen Leistungen, Renten- und Lebensberatung gegeben.



*Präsentieren die Mappen (v.l.): Vera Götz, Birgit Langknecht und Elke Weller mit Landrat Ihlenfeld (2.v.l.) und Erster Kreisbeigeordneter Timo Jordan.*

Sie enthält außerdem Vordrucke zu Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung und Informationen der Seniorenbetreuer und Seniorenbefragten. Ein herausnehmbarer Infoteil mit wichtigen Rufnummern ist auch mit dabei, des Weiteren können eigene Daten, zum Beispiel behandelnde Ärzte, notiert werden. Die Mappe ist so gestaltet, dass auch eigene wichtige Dokumente darin abgehftet werden können.

„Wichtige Informationen sind mit dieser Mappe auf einen Blick griffbereit. Eine schöne Ergänzung für die Arbeit der Gemeindegewestern plus. Ich bin mir sicher, dass viele die Mappe gerne annehmen, wenn Elke Weller, Birgit Langknecht und Vera Götz sie im Rahmen ihrer Beratung ausgeben“, freut sich der Erste Kreisbeigeordnete Timo Jordan. In dessen Geschäftsbericht das Projekt fällt. Gemeinsam mit Landrat Hans-Ulrich Ihlenfeld über-

reichte er die 4000 Exemplare an die Gemeindegewestern plus, die sie künftig weiterverteilen werden. Bei der Gestaltung, etwa Schriftgröße, wurde auf die Bedürfnisse der Seniorinnen und Senioren geachtet. Finanziert wurde die Mappe durch eine Landeszuwendung im Rahmen des Projektes Gemeindegewestern plus. Neben dem Hinweis auf Beratungsstellen, ist es dem Landkreis ein Anliegen, auf wichtige Punkte der Vorsorge hinzuweisen, sagt Landrat Ihlenfeld: „Oft wird die Regelung wichtiger persönlicher Angelegenheiten hinausgezögert. Gerade, wer im hohen Alter, aber noch nicht pflegebedürftig ist, hat mit dieser Mappe eine gute Hilfe an der Hand, um das Thema anzugehen. Ich freue mich, dass wir den Gemeindegewestern plus und unseren Bürgerinnen und Bürgern diese Unterstützung mitgeben können.“ | **SM**

DÜW- Journal 04/2021

### Lambrecht: Gemeindegewestern plus stellen sich vor



Die Gemeindegewestern plus im Landkreis Bad Dürkheim beraten Menschen über 80, die nicht pflegebedürftig sind, aber in manchen Bereichen doch der Unterstützung bedürfen. Die HelferInnen haben ein offenes Ohr für Sorgen und Nöte. In den vergangenen Monaten haben sie ihr Angebot auf mehreren Wochenmärkten präsentiert und kamen mit vielen Interessierten ins Gespräch.

Elke Weller stellte sich auf dem Markt in Lambrecht mit einem Stand vor, begleitet von Silke Weißenmayer, Mitarbeiterin des Pflegestützpunkts Lambrecht. Zu Gast waren auch Stadtbürgermeister Karl-Günter Müller und die Erste Beigeordnete der Verbandsgemeinde, Sybille Höchel

(Foto). Ebenfalls gemeinsam mit Mitarbeitern des Pflegestützpunkts, diesmal Bad Dürkheim, war Vera Götz beim Markt in der Kurstadt mit einem Infostand vertreten, bei einem zweiten Termin informierten zusätzlich auch Mitarbeiter des Betreuungsvereins SKFM. Birgit Langknecht präsentierte sich gemeinsam mit dem Pflegestützpunkt Grünstadt mit einem Infostand in Bockenheim. | SM/Foto: Stauder

**Kontakt:** Vera Götz, Tel.: 0151/18976130, Vera.Goeitz@kreis-bad-duerkheim.de; Birgit Langknecht, Tel.: 0151/18977185, Birgit.Langknecht@kreis-bad-duerkheim.de; Elke Weller, Tel.: 0151/15288431, Elke.Weller@kreis-bad-duerkheim.de

DÜW-Journal 05/2021

Rheinpfalz, Mittelhaardter RS, 02.12.21

## Weitere Projekte anstoßen

Gemeindegewestern plus Vera Götz sieht in Haßloch viele Initiativen – Monatlicher Mittagstisch und Stiftungssuppe sollen wiederkehren

VON UTE HEENE-KREIN

**HASSLOCH.** Seit Frühjahr 2020 besteht im Landkreis Bad Dürkheim das Beratungsangebot der Gemeindegewestern plus (siehe Info). Tätig als Gemeindegewestern plus für Haßloch, Bad Dürkheim und die Verbandsgemeinden Freinsheim, Wachenheim und Deidesheim ist Vera Götz. Sie hat jetzt im Sozialausschuss über ihre Tätigkeit berichtet.

Das Angebot richtet sich an Menschen über 80 Jahre, die zwar noch keine Pflege brauchen und zu Hause wohnen, denen es aber beispielsweise an sozialen Kontakten und Fürsorge oder Hilfe bei alltäglichen Verrichtungen mangelt. Die Beratungsangebote der Gemeindegewestern plus sind neutral, kostenlos und vertraulich. Das Ziel: Menschen die Möglichkeit geben, solange wie möglich selbstbestimmt und eigenständig in den eigenen vier Wänden zu leben. Mehr als 6000 Senioren über 80 Jahre,



Vera Götz

FOTO: FREI

die keinen Pflegegrad haben, wohnen im Einsatzgebiet von Götz. Regelmäßige Kunden besucht sie alle sechs bis acht Wochen. Einige ihrer Kunden hat sie während ihrer Tätigkeit in die Zuständigkeit des Pflegestützpunktes überwiesen. Insgesamt 123 Kunden aus dem Tätigkeitsgebiet haben das Beratungsangebot im Zeitraum März bis Dezember 2020 angenommen, 2021 waren es bis Ende Oktober 95 Kunden.

Bei den Hausbesuchen der Gemeindegewestern plus ist die Spannweite

der Themen äußerst vielfältig. Informiert wird über Unterstützungsangebote zur Entlastung, beispielsweise über Pflegedienste, Ambulanten Hospizdienst zur Trauerbewältigung, Pflegestützpunkt, hauswirtschaftliche Unterstützung und Alltagsbegleitung oder mobile Dienste wie Friseur oder Fußpflege. Götz unterstützt beim Antrag auf Sozialleistungen oder vermittelt weiter an beratende Einrichtungen und Behörden. Sie informiert über die Seniorenangebote vor Ort und führt Senioren mit gemeinsamen Interessen zusammen.

„Die Gemeindegewestern plus hört zu und hat Zeit und vermittelt auch zwischen Angehörigen und Senioren und Seniorinnen, beispielsweise hinsichtlich des Hilfebedarfs.“, erläutert Götz. Verschiedene Projekte wurden seit 2020 initiiert: Informationsstände in den Gemeinden, Bewegungsangebote oder eine Informations- und Vorsorgemappe. In der Gemeinde Haßloch entstanden in Zusammenarbeit mit dem Seniorenbüro das „Café

vor de Deer“, der Plausch am Gartenzaun, eine Begegnungsreihe im Museumsgarten oder in Kooperation mit der Bücherei ein Tablet-Projekt. Auch ein monatlicher Mittagstisch und Stiftungssuppe Haßloch sollen wiederbelebt werden.

Als weiteren Schwerpunkt der Arbeit als Gemeindegewestern plus nennt Götz die umfangreiche Netzwerkarbeit, angefangen von Pflegestützpunkten, Betreuungsbehörde oder Sozialpsychiatrischem Dienst, mit Seniorenberatern und -beauftragten, Mehrgenerationenhaus, Ambulanten Hospiz, Sozialdienste Krankenhäuser bis hin zu Anbietern ambulanten Hilfen und Ehrenamtlichen örtlicher Hilfeanbietern, politisch Verantwortlichen oder der Gemeindegewestern plus überregional.

#### INFO

Gemeindegewestern plus Vera Götz, Terminvereinbarung unter Telefon 06322/961-9125 oder 0151/18976130, E-Mail vera.goeitz@kreis-bad-duerkheim.de

## Flächendeckende Versorgung geplant

Gemeindegewestern plus im ganzen Bundesland

Die Landesregierung Rheinland-Pfalz startete am 1. Juli 2015 mit dem präventiven und gesundheitsfördernden Beratungs- und Vernetzungsangebot Gemeindegewestern plus. Das Angebot richtet sich an hochbetagte Menschen, die noch keine Pflege brauchen, sondern Unterstützung und Beratung im aktuellen Lebensabschnitt.

Die Gemeindegewestern plus besucht Menschen nach vorheriger Zustimmung zu Hause und berät kostenlos und individuell. Das Angebot umfasst sowohl präventiv ausgerichtete Beratung, beispielsweise zur sozialen Situation, gesundheitlichen und hauswirtschaftlichen Versorgung, Wohnsituation, Mobilität oder Hobbys und Kontakte, als auch die Vermittlung von wohnortnahen und gut erreichbaren Teilhabeangeboten wie beispielsweise gesellige Senio-

rentreffen, Bewegungsan-Veranstaltungen und intere Kursen. Da es vor allem in ländlichen Regionen mit vielen kleinen Kommunen an passgenauen Angeboten mangelt, sieht die Landesregierung die Aufgabe der Gemeindegewestern plus entsprechende Angebote in allen Regionen anzubieten zu initiieren und damit die Förderung gesundheits- und selbstbestimmten Lebens zu unterstützen. Ziel ist, das Angebot Gemeindegewestern plus gemeinsam mit den gesetzlichen Krankenkassen und den Kommunen voranzutreiben.

Ziel ist, das Angebot Gemeindegewestern plus gemeinsam mit den gesetzlichen Krankenkassen und den Kommunen voranzutreiben. Ziel ist, das Angebot Gemeindegewestern plus gemeinsam mit den gesetzlichen Krankenkassen und den Kommunen voranzutreiben. Quelle: <https://praeventivhttps://mast.rlp.de>