

Geschäftsführung:

Caritas Biberach-Saulgau
Fachdienst im Alter
Kolpingstr. 43 88400 Biberach
Thomas Münsch 07351/8095-193
muensch@caritas-biberach-saulgau.de

Verwaltung:

Bettina Gabriel, Karin Kolesch
07351/8095-190 (i.d.R. vormittags)
Fax 07351/8095- 209
hia@caritas-biberach-saulgau.de

**Rundbrief Organisierte Nachbarschaftshilfe****Nr. 3 – Dez. 2020**

Liebe Einsatzleiterinnen, Helferinnen und Vertreter der Träger für die org. Nachbarschaftshilfen, hier ist unser dritter Rundbrief, der **Sie als Einsatzleiterinnen „analog“** erreicht, da wir Ihnen etwas in natura beilegen.

Personalien / Veränderungen:

Die **Liste der Einsatzleiterinnen** wird regelmäßig auf der Webseite <http://www.nachbarschaftshilfen-bc-slg.de/einsatzstellen-nachbarschaftshilfen/> aktualisiert. Deshalb teilen Sie uns Veränderungen bitte mit, nur dann können wir die Liste aktuell halten.

Eine traurige Mitteilung müssen wir an dieser Stelle machen: **Roswitha Rist**, Einsatzleiterin in Ochsenhausen, ist am 30.11.2020 überraschend mit 66 Jahren verstorben. Wir sind dankbar für ihr fünfzehnjähriges Engagement!

Rückschau:

Veranstaltungen, Fortbildungen und Kurse mussten abgesagt werden; wir starteten am 10.9.2020 mit einem **Einführungskurs** für neue Helfer/innen in Biberach, den wir jedoch abbrechen mussten, da eine Teilnehmerin sich an anderer Stelle mit dem Coronavirus infizierte. Einige Kurseinheiten finden nun per „Hausarbeit“ statt.

Das **Treffen der Einsatzleitungen/Vertreter der Träger** der org. Nachbarschaftshilfen am Do., den 8.10.2020 fand in Biberach unter Beachtung der Hygieneregeln statt. Andrea Müller informierte über die Aufgaben des [Pflegetützpunkts](#) beim Landratsamt Biberach.

Weitere angesprochene Themen/Rückmeldungen hat Barbara Mader, die im Rahmen ihres Sozialarbeitsstudiums ein Praxissemester bei uns absolviert, festgehalten:

- Einige Gruppen haben keine Anerkennung als Helferkreis nach §45 SGB XI, deshalb ist eine Abrechnung über Entlastungsbetrag nicht möglich
- Viele Klienten wollen hauswirtschaftliche Tätigkeiten („Putzen“) durch die org. Nachbarschaftshilfe in Anspruch nehmen um Entlastungsbetrag ausschöpfen zu können.
- Grundsätzlich sind reine, regelmäßige Putzarbeiten keine primäre Aufgabe der org. Nachbarschaftshilfe, dafür sind definierte HWS-Kräfte z.B. der Sozialstationen zuständig
- Es gibt zu wenig Helferinnen und zu wenig bis gar keine neuen Kräfte
- Vertragliche Vereinbarungen mit dem Hilfesuchenden o. Angehörigen werden oft skeptisch gesehen, sind aber zur eigenen Absicherung notwendig

Hinweise zu Corona

Handlungsempfehlungen und ein Muster-Hygiene-Konzept findet man unter:

<https://www.zukunft-familie.info/aktuelles/aktuelles/handlungsempfehlungen-fuer-traeger-von-nachbarschaftshilfen-zum-umgang-mit-corona-covid-19>

oder im geschützten Bereich (mit Passwort) auf unserer Webseite, auf der fortlaufend wichtige Informationen und Merkblätter gesammelt zu finden sind.

Zum Tag des Ehrenamts am 5.12.2020:

Erschienen im Südfinder und Schwäb. Zeitung online:

Ehrenamtliche der Caritas Biberach-Saulgau stiften Solidarität, schaffen Zusammenhalt und Lebensqualität, zeigen Herz als:

- ♥ Näherinnen von Kinderbekleidung bei „Aktion Babykorb“
- ♥ Kinderpaten
- ♥ Lernbegleiter/innen
- ♥ Unterstützer/innen des Frauenschutzhauses
- ♥ Unterstützer/innen für Flüchtlinge und Zugewanderte
- ♥ Nachbarschaftshelferinnen
- ♥ Pflegebegleiter/innen
- ♥ Krankenhauslotsen
- ♥ Wohnberater und Technikbotschafter
- ♥ Wohnbegleiter/innen
- ♥ Aktive in der Hospiz- und Trauerarbeit
- ♥ Engagierte in Gemeindeclubs und Tagesstätte für psychisch kranke Menschen
- ♥ Gleichaltrige Mailberater/innen in der Suizidprävention für Jugendliche
- ♥ Aktive in der Seniorenarbeit
- ♥ Seniorenmedienmentoren
- ♥ Informierende zu Vorsorge-Dokumenten (Patientenverfügung u.a.)
- ♥ Mitwirkende aus dem „Kreuzbund“ in der Suchtprävention
- ♥ Partner bei caritativen Aufgaben der Kirchengemeinden
- ♥ Engagierte in den „Orten des Zuhörens“
- ♥ Mitglieder in Verbandsgremien
- ♥ Förderer von Stiftungen und Projekten

Wir Hauptberufliche sagen HERZLICH DANKE und wünschen uns weiter Ihr Engagement gerade in der Corona-Zeit!



www.caritas-biberach-saulgau.de

Im Rahmen dieser Aktion haben wir auch geworben für das Engagement in der org. Nachbarschaftshilfe:



Wir brauchen Ihr stundenweises Engagement und Ihre Mitarbeit!

Organisierte
Nachbarschaftshilfe
unterstützt Menschen
in ihrem Haushalt
und Alltag

Kath. Arbeitsgemeinschaft Organisierte Nachbarschaftshilfe
in den Dekanaten Biberach und Saulgau
c./o. Caritas Biberach-Saulgau, Kolpingstr. 43,
88400 Biberach, 07351 8095-190

www.nachbarschaftshilfen-bc-slg.de
Die örtlichen Einsatzleiterinnen geben Auskunft!

Not sehen und handeln.
Caritas



Bedarf heute und zukünftig

Nach Bevölkerungsvorausberechnungen werden im Landkreis Biberach die über 80ig-Jährigen von 2018 bis 2030 in folgenden Kommunen überproportional zunehmen: (über 60%): Kirchberg, Mietingen, Hochdorf, Mittelbiberach, Betzenweiler / (40-60%): Ingoldingen, Ummendorf, Maselheim, Gutenzell-Hürbel, Achstetten. Und ein Teil der Älteren ist, bei zunehmendem Alter, auf Hilfen im Alltag angewiesen. Einige Gemeinden und ihre Verwaltungen und Bürger im Landkreis Biberach und Sigmaringen haben die Entwicklung erkannt und sich auf den Weg als „sorgende Gemeinde“ gemacht (z.B. Schemmerhofen, Dürmentingen, Tannheim, Hochdorf). Wir werden diese Entwicklungen auch weiter unterstützen, soweit wir können. Die Anstrengungen werden aber verstärkt werden müssen.

Veränderungen beim Fachverband Zukunft Familie e.V.: Vorstand und Geschäftsstelle

Neue Vorsitzende ist Anita Glass (Geschäftsführerin, Zweckverband Katholische Familienpflege Rems-Murr, Dekanat Rems-Murr), nachdem Martina Fäh aus Krankheitsgründen den Vorsitz abgab. Die Geschäftsführerin Liz Deutz ist in Ruhestand gegangen, ihre Nachfolgerin ab Juni ist Birgit Hannemann. Der Referent für Nachbarschaftshilfe Sven Salwiczek wird zum 1.1.21 eine Leitungsstelle in Ludwigsburg übernehmen.

Impuls: „Und plötzlich ganz auf mich gestellt...“:

„Wie wir mit plötzlichem Entzug von Kontakt umgehen, ist personenabhängig und teilweise in unserer Lebensgeschichte begründet. Rückzug oder „Jetzt erst recht“ – Depression oder „trotzdem!“ ... Wir können uns unseren Reaktionsstil nicht unbedingt aussuchen. Wir sind ja die geworden, die wir sind. Wir können uns aber annehmen mit dem, was uns möglich ist und was eben auch nicht.

In der Regel erleben handelnde Menschen sich als robuster, als gesünder und als optimistischer. Sie gehen kritische Zeiten positiv an. Menschen, die ins Denken verfallen und sich im Grübeln verfangen, haben es schwerer. Die Psychologie sagt, Denken ist immer schon Handeln. Das gilt nur, wenn das Denken auf Lösungssuche geht. Lösungen zu suchen heißt zu fragen: „Und jetzt? Was kommt als Nächstes? Was wäre jetzt ein guter kleiner Schritt in Richtung besser?“

Was ich tun kann, ergibt sich aus dem, was jetzt Not tut und womit ich jetzt anfangen kann. Ich kann immer nur mit dem anfangen, was und wie es gerade bei mir aussieht. Ich kann, wenn es in mir grübelt, zu mir sagen: „Okay, in Ordnung. Jetzt grübelt es. Kein Wunder. Und was kommt als Nächstes nach dem Grübeln?“

Wenn uns beim Grübeln die Energie wegrutscht, ist das Denken kreiselnd statt nach vorne gerichtet. Diese Energie-Schlappe ist eine natürliche Reaktion. Etwas in uns versucht mit einer neuen Situation klar zu kommen, und weiß nicht wie. Etwas ist weggefallen was unsere Tage hat positiv sein lassen, und jetzt ist Trauer da.

Entzug von Kontakt ist ein schmerzhafter Verlust, und kann frühere lebensgeschichtliche Verlusterlebnisse aufwecken. Diese früheren Erfahrungen sagen: „Verlust tut weh!“. Sie lähmen das Heute. Sie lassen innerlich resignieren und sich selbst aufgeben. Genau das ist das Einfallstor für Selbstvorwürfe. Vorwürfe gegenüber sich selbst, haben mit dem aktuellen Verlusterleben nicht unbedingt etwas zu tun. Und doch ist plötzlich alles was wir tun, und auch alles was wir nicht tun, Beweis für die eigene Wertlosigkeit. Dies ist die Wirkungsweise des inneren Kritikers, einer Stimme in uns, die an unserem Selbstwert nagt.

Ein verletzlicher Selbstwert ist wie eine altersmorsche Brücke. Sie hat an einer bestimmten Stelle einen großen Riss. Über die Jahre ist der Riss vielleicht immer größer geworden. Wenn man über die Brücke will, muss man einen Sprung machen. Manchmal gelingt das, manchmal nicht. Immer wenn aus Versehen ein Fuß in dieses Loch reintritt, werden Menschen so ängstlich und verkrampft, dass jeder weitere Schritt zum verzagten Tasten wird. Wo ist es sicher?

Im Suchen nach neuen Lösungen gibt es keine Sicherheit. Nur Fragen hilft. Und diese Fragen können wir auch an andere richten: „Wie machst Du das? Wie gehst du mit allem um?“ Wenn niemand da ist zum Antwort geben, können wir auch Gott fragen, und erhalten Trost, Zuspruch und innere Führung ... Hinhören müssen wir und uns überraschen lassen. So hat die eine Ehrenamtliche für sich beschlossen, zweimal in der Woche in die Stille zu gehen. Nach innen zu horchen. Und diese Stille-Zeit zu einem festen Anker ihrer Tage zu machen. Sie hat gemerkt, dass das ihre Ängste beruhigt. Sie erlebt sich dadurch weniger von äußeren Kontakten abhängig. Sie ist mehr in spürender Verbindung zur eigenen Mitte.

Tun in freundlicher Achtsamkeit für sich selbst ist der Schlüssel, der aus Entmutigung und Depression herausführt. Es lohnt sich, dabei neue Türen aufzustoßen und Dinge auszuprobieren, die vor Corona gar nicht vorstellbar waren. Jetzt sind sie es. Jetzt haben Phantasie, Kreativität und Raffinesse die Chance, Lösungswege aufzutun, die Sie zu einem Lebensschlaumeier machen. Sie wissen es nämlich besser. Sie wissen besser als andere, dass da viel, viel mehr geht als man gemeinhin so denkt. „Trau Dich!“, - das ist ihr Motto, jetzt!

(Friedegard E. Blob, Leiterin Tübinger Zentrum für Focusing und Künstlerische Therapie)

Wir hoffen, dass Ihnen diese Zeilen Bestätigung oder Ermutigung sein können, vielleicht können Sie diese Gedanken auch weitergeben an die Helferinnen oder in Ihrem Umfeld?

Wir legen Ihnen ein **Tütchen Sonnenblumen** bei als Zeichen der Hoffnung auf einen neuen Anfang im Frühjahr/Sommer und darauf, dass all Ihre (jetzt eingeschränkten Aktivitäten) neu aufkeimen in 2021 – möge auch der **Stern** ein adventliches Ermutigungszeichen sein.



Mit herzlichem Gruß und besten Wünschen, „bleibet gsond“ und weiter engagiert für die Menschen, die Sie als Adventsengel (in welcher Form auch immer) brauchen

Thomas Münch