



# Unsere Sozialstation

Wir pflegen und betreuen Menschen mit Herz  
und Kompetenz in Feucht und Umgebung.



# Inhalt

Grußwort .....	3
Leitbild .....	4
Serviceleistungen .....	5
<b>Beratung, Unterstützung, Pflege</b>	
Unterstützung für pflegende Angehörige .....	6
Beratung für pflegende Angehörige .....	7
Behandlungspflege .....	8
Grundpflege .....	9
Alltagsbegleiter – Hilfe im Haushalt .....	10
Fahrdienst .....	11
Stundenweise Betreuung zu Hause .....	12
Stundenweise Verhinderungspflege .....	13
Pflegeschulung im häuslichen Bereich .....	14
Vermittlung von Essen auf Rädern .....	15
<b>Gruppen und Treffen vor Ort</b>	
Aktivgruppe für Senioren .....	16
Herzsportgruppe .....	17
Mittagstisch für Senioren .....	18
Gesprächskreis für pflegende Angehörige .....	19
café caritasse .....	20
<b>Mitglied werden</b>	
Ehrenamt .....	21
Menschen würdig pflegen .....	22

# Liebe Leser:innen



**Herzlich willkommen** in der Caritas-Sozialstation Feucht/Schwarzenbruck. Wir stellen ein bedeutendes Netz der Hilfe für Feucht, Schwarzenbruck, Burgthann und Winkelhaid bereit. Für pflegebedürftige Menschen und deren Angehörige sind wir täglich im Einsatz. Unser Team besteht aus professionellem Pflegepersonal, Begleiter:innen im Haushalt und All-

tag, Ehrenamtlichen und großzügigen, hilfsbereiten Spendern, die sich in immer mehr Diensten engagieren. Das christliche Menschenbild der Caritas hilft uns zu verstehen, wie selbstverständlich Mitmenschlichkeit ist. Ebenso wie Selbstständigkeit und Selbstverantwortung gehört Hilfsbedürftigkeit unausweichlich zu unserem Leben.

## **Die Caritas-Sozialstation ist offen für alle.**

Wir freuen uns, dass unsere Arbeit im christlichen Geist Wertschätzung erfährt und sich Menschen unabhängig von konfessionellen Bindungen unseren sozialen Diensten anvertrauen. Als starker Verbund von vielfältigen Diensten arbeiten wir im Netzwerk mit anderen Trägern und Partnern. Qualifiziert, verbindlich und verlässlich. Unsere Dienste erbringen wir vor Ort und orientieren uns daran, was Sie wirklich brauchen. Die Qualität unserer Leistungen zeigen wir durch Menschlichkeit, Fachlichkeit und Wirtschaftlichkeit. Durch regelmäßige Fort- und Weiterbildungen hält sich unser Team immer auf aktuellem fachlichem Stand.

Gerne stehen wir Ihnen für ein Beratungsgespräch und persönliche Fragen zur Verfügung. Wir freuen uns auf den Kontakt mit Ihnen.

Herzliche Grüße,

A handwritten signature in blue ink that reads "Ulrich Burghaus". The signature is written in a cursive, flowing style.

**Ulrich Burghaus, Geschäftsführer**

# Leitbild

**Wofür wir stehen – Die Grundwerte unserer Arbeit und unseres Selbstverständnisses in 12 Sätzen erklärt.**

## **Christlich**

Wir sind ein Dienst der katholischen Kirche. Botschaft und Beispiel Jesu sind Maßstab und Grundlage unseres Handelns.

## **Menschlich**

Wir stehen in der 2000-jährigen Tradition christlicher Nächstenliebe.

## **Vielfältig**

Wir sehen jeden Menschen als ein Abbild Gottes, deshalb achten wir seine Würde, ungeachtet der Herkunft, des Geschlechts, der Religion oder dem gesellschaftlichen Stand der betreuten Person.

## **Gemeinsam**

Wir sind eine christliche Dienstgemeinschaft und gehen partnerschaftlich miteinander um.

## **Wertschätzend**

Wir begegnen Menschen freundlich, respektvoll und liebevoll.

## **Kompetent**

Wir pflegen Menschen zu Hause nach aktuellem fachlichem Wissen.

## **Bedürfnisorientiert**

Wir orientieren unsere Arbeit an den Bedürfnissen der Menschen, achten ihre Selbstbestimmung und geben Hilfe zur Selbsthilfe.

## **Pflege mit Herz**

Wir betrachten es als besonderes Anliegen, Schwerkranke und Sterbende zu begleiten.

## **Hilfsbereit**

Wir beraten und unterstützen pflegende Angehörige.

## **Fördernd**

Wir fördern zusammen mit den Krankenpflegevereinen ehrenamtliches Engagement.

## **Gemeinnützig**

Wir arbeiten nach den Grundsätzen der Wirksamkeit, Wirtschaftlichkeit und Sparsamkeit.

## **Verbunden**

Wir sind ein Teil des Netzwerkes Caritas und arbeiten mit sozialen Diensten und den Pfarrgemeinden zusammen.

# Serviceleistungen

Wir orientieren unser Angebot an den Bedürfnissen der Menschen.

## Wir unterstützen Sie in Ihrer persönlichen Lebensführung

Unsere ambulante Pflegeeinrichtung leistet eine **fachlich kompetente und bedarfsgerechte Pflege** nach den aktuellen wissenschaftlichen, pflegerischen und medizinischen Erkenntnissen zu wirtschaftlich vertretbaren Bedingungen.

Dabei **respektieren, fördern und erhalten** wir bei Ihnen als pflegebedürftigen Menschen so weit wie möglich Ihre **individuelle Lebenssituation** und auch Ihre Fähigkeit, sich selbst zu versorgen.

Zu einer ganzheitlichen Versorgung unserer Patienten sind die Leistungen der Kostenträger oft nicht ausreichend. Aus diesem Grund bieten wir viele zusätzliche Leistungen an.



## Unsere Angebote zur Pflege, Betreuung und Entlastung

- Alltagsbegleiter (Seite 10)
- Fahrdienst (Seite 11)
- Stundenweise Betreuung zu Hause (Seite 12)
- Stundenweise Verhinderungspflege (Seite 13)
- Vermittlung von Essen auf Rädern (Seite 15)

## Gruppen und Treffen vor Ort

- Aktivgruppe (Seite 16)
- Herzsportgruppe (Seite 17)
- Mittagstisch (Seite 18)
- café caritasse (Seite 20)

## Angebote speziell für pflegende Angehörige

- Unterstützung (Seite 6)
- Beratung (Seite 7)
- Gesprächskreis (Seite 19)
- Pflegeschulung im häuslichen Bereich (Seite 14)

# Unterstützung

## für pflegende Angehörige

Wer einen Angehörigen zu Hause pflegt, kennt die damit verbundene psychische und körperliche Belastung. Deshalb ist es besonders wichtig, gut auf die eigene Gesundheit zu achten. Um eine Überlastung zu vermeiden, bietet die Caritas-Sozialstation verschiedene Möglichkeiten zur Unterstützung und Hilfe an.

### Unterstützung und Hilfe finden

- Gesprächskreis für pflegende Angehörige, speziell auch für Angehörige von Demenzkranken (Seite 19)
- Aktivgruppe für Senioren (Seite 16)
- Stundenweise Betreuung (Seite 12)
- Beratung und Begleitung durch geschultes Personal (Seite 8, 9 und 10)
- Pflegeschulung (Seite 14)
- Vermittlung von Essen auf Rädern (Seite 15)
- Mittagstisch für Senioren (Seite 18)

Für eine kostenlose und vertrauliche Beratung steht unser Team gerne zur Verfügung.



### Beratungsthemen

- Informationen über Pflegezuschüsse sowie Hilfs- und Entlastungsmöglichkeiten im Alltag
- Vorbereitung des Antrages auf eine Pflegestufe
- Individuelle Finanzierungslösungen für Pflege- und Haushaltshilfen sowie Hausnotruf
- Unterstützung und Begleitung in Antragsverfahren der Kranken- und Pflegeversicherung des Landkreises
- Tipps für den Umgang mit an Demenz erkrankten Menschen
- Psychosoziale Begleitung bei zwischenmenschlichen Problemen und Gefühlen der persönlichen Erschöpfung und Überforderung

# Beratung

## für pflegende Angehörige

### Das Thema Pflegebedürftigkeit wirft plötzlich viele Fragen auf

Die Versorgung von pflegebedürftigen Angehörigen zu Hause ist eine anspruchsvolle Aufgabe und erfordert viel Planung und Organisation.

Wir sind spezialisiert auf alle hiermit zusammenhängenden Fragestellungen und beraten Sie zu pflegeentlastenden, unterstützenden und präventiven Maßnahmen.

### Pflegebesuch nach § 37 Absatz 3 SGB XI (Beratungseinsatz)

Wer zu Hause gepflegt wird und Pflegegeld bezieht, ist **verpflichtet**, in regelmäßigen Abständen, gegenüber der Pflegekasse einen **Beratungsbesuch nachzuweisen**.

Zu diesem Termin kommen wir zu Ihnen nach Hause und besprechen die **aktuelle Pflegesituation**. Die Beratung ist vertraulich und die **Kosten** hierfür **übernimmt** die zuständige **Pflegekasse**.

Bei den Pflegegraden 2 und 3 muss der Beratungseinsatz halbjährlich

(alle sechs Monate) und bei Pflegegraden 4 und 5 vierteljährlich (alle drei Monate) nachgewiesen werden.

Sie erhalten bei dem Besuch auch Informationen und hilfreiche Tipps, um die Qualität der Pflege zu Hause gewährleisten und stärken zu können wie z.B. zu weiteren Pflegeleistungen, Pflegekursen oder Wohnraumanpassungen.



### Beratungsthemen

- in allen persönlichen Angelegenheiten
- Pflegeversicherung
- rechtliche und finanzielle Möglichkeiten
- Behördenangelegenheiten und Sozialleistungen
- Vermittlung/Organisation von Hilfen, Dienstleistungen, Entlastungsangeboten
- Informationsvermittlung von z.B. Demenz, Betreuung, Vorsorge

# Behandlungspflege

## Verordnung durch den Arzt

Bei **akuten oder chronischen Erkrankungen** übernehmen wir die speziell notwendige Behandlungspflege als eine ergänzende Maßnahme zur ärztlichen Behandlung.

Nachdem Ihnen der Arzt eine Verordnung über die notwendigen Behandlungspflegeleistungen ausgestellt hat, rufen Sie bei uns an und vereinbaren einen Termin.

Unsere Pflegekräfte arbeiten dabei grundsätzlich nach der jeweiligen Verordnung des Arztes und den Vorgaben der Krankenkasse.

Die **Kosten** der Behandlungspflege trägt Ihre Krankenkasse. Ihre Eigenbeteiligung beträgt ungefähr 10 % der anfallenden Kosten für maximal 28 Behandlungstage.

## Moderne Wundversorgung

In Zusammenarbeit mit verschiedenen Ärzten unterstützen wir Sie gerne bei der Versorgung chronischer Wunden. Hierzu haben wir ein **Team aus Wundmanager:innen nach ICW Standard**.



## Unsere Leistungen

- Blutdruckmessung
- Blutzuckermessung
- Insulin Injektionen
- Subkutane Injektionen und Infusionen
- Verbandswechsel
- Kompressionsstrümpfe anziehen und ausziehen
- Kompressionsverbände anlegen
- Dekubitusbehandlung
- Magensondenversorgung
- Stomaversorgung (Colostoma, Tracheostoma)
- Medikamente richten und verabreichen
- Einreibungen



# Grundpflege

## Ambulante Pflegeleistungen

Unter Grundpflege versteht der Gesetzgeber „**pflegerische Hilfeleistungen**“, die der Mensch bei den „gewöhnlichen und regelmäßig wiederkehrenden Verrichtungen des täglichen Lebens“ wie Körperpflege und Ernährung benötigt.

Wenn Sie hierbei **Hilfe** benötigen können Sie diese **bei Ihrer Pflegekasse beantragen**. Von dieser wird der Medizinische Dienst der Krankenkasse beauftragt, den Umfang Ihrer Pflegebedürftigkeit zu ermitteln, wozu er Sie aufsucht. Gemäß dieser Begutachtung erhalten Sie Ihren individuellen Pflegegrad, aus dem sich die Leistungen der Pflegekasse ergeben. Gerne begleiten wir Sie in dieser Phase.

Nun können Sie uns mit Ihrer Pflege beauftragen. Als ambulanter Pflegedienst übernehmen wir alle Leistungen der häuslichen Pflege z.B. Waschen, Baden, mundgerechtes Zubereiten der Nahrung, Hilfe beim An-/Auskleiden. Vorher **beraten** wir Sie **über die Art und den Umfang der Leistungen** und schließen mit Ihnen einen Pflegevertrag ab, der einen Kostenvoranschlag enthält.

Die Beträge der gesetzlichen Pflegeversicherung gewährleisten meist nur eine Grundversorgung und decken oft nicht alle Wünsche ab. Sie können **jederzeit mehr Leistungen vereinbaren**, die wir Ihnen privat verrechnen.

## Kombination aus Pflegegeld und Sachleistungen

Unser Angebot erstellen wir für Sie nach bestem Wissen und Gewissen. Das heißt wir **informieren** Sie **über alle Kosten**, die auf Sie zukommen können.

Erbringt die Sozialstation nur einen Teil Ihrer Pflege, während Sie sonst durch Angehörige versorgt werden, können Sie auch eine Kombination von Pflegegeld und Sachleistungen wählen.



### Nach der Beratung kennen Sie

- die Gesamtkosten
- den Anteil der Pflegekasse
- die Höhe Ihres Eigenanteils

# Alltagsbegleiter

**Kleine Hilfe im Haushalt – große Wirkung.**

Vielen Menschen fällt es aufgrund von körperlichen Einschränkungen mit zunehmendem Alter schwerer ihren Haushalt zu führen.

## Weiterhin selbstständig zuhause leben können

Alltagsbegleiter sind **stundenweise im Einsatz**, entlasten pflegende Angehörige und fördern betreuungs-/pflegebedürftige Menschen durch aktivierende Beschäftigungen.

Sie unterstützen bei der Gestaltung und Bewältigung des Alltags, um ein weitgehend **unabhängiges Leben** führen zu können und um verlernte Fähigkeiten wiederzuerlangen.

## Finanzierung

Ein Pflegegrad ist für die Leistung der Alltagsbegleiter keine Voraussetzung.

Liegt ein Pflegegrad vor, werden die Kosten von der Pflegekasse übernommen. Die Abrechnung erfolgt als Pflegesachleistung und/oder als Entlastungsbetrag.

## Kostenfreie Beratung

Wir beraten Sie, welche Leistungen für Sie interessant sein können und erarbeiten mit Ihnen gemeinsam ein **individuelles Angebot**.

Die **Beratung** über die Möglichkeiten der Hilfe im Haushalt und der Betreuung ist für Sie **kostenfrei** und erfolgt bei uns in der Sozialstation, aber auch gerne bei Ihnen zuhause.



## Unsere Leistungen

- **Unterstützung bei der Bewältigung des Alltags** z.B. Aufgaben im Haushalt, Hilfe beim Einkaufen, Kochen oder Wäsche sortieren
- **Unterstützung bei der Gestaltung des Alltags** z.B. beim Spaziergang, Vorlesen, gemeinsam Spiele spielen
- **Begleitung** zu Arztbesuchen, Behördengängen, Physiotherapie, Veranstaltungen

# Fahrdienst

für Patienten, Mitglieder und Mitarbeiter.

## Unterstützung für Menschen mit eingeschränkter Mobilität

Die Caritas hat es sich zum Ziel gemacht, Menschen mit Handicap die Möglichkeit zu geben, mobil zu werden. Nutzen Sie den **kostenlosen und flexiblen** Fahrdienst und lassen sich zum Einkaufen, zum Arzt oder zu Veranstaltungen fahren.

Der Fahrdienst steht auch für Mitglieder, Mitarbeiter und ehrenamtliche Mitarbeiter der Caritas-Sozialstation Feucht/Schwarzenbruck e.V. zur Verfügung.

## Wir fahren in den Gemeinden

- Feucht
- Schwarzenbruck
- Burgthann
- Winkelhaid

In diesem Gebiet sind die Fahrten kostenlos. Gegen eine geringe Aufwandsentschädigung sind auch Fahrten nach Nürnberg oder Neu Markt möglich, sofern die Voraussetzungen dafür erfüllt sind.



Melden Sie sich **telefonisch oder per E-Mail** an die Sozialstation und teilen Ihren Fahrtwunsch mit.

Bitte berücksichtigen Sie hier eine **Vorlaufzeit von zwei Werktagen**.

Wir stehen Ihnen gerne für weitere persönliche Fragen zur Verfügung.



## Mögliche Fahrzeiten

- Mo–Mi: 8:00–12:00 Uhr
- Do: 8:00–18:00 Uhr
- Fr: 14:00–18:00 Uhr

## Gleich buchen?

**Telefon 09128 92344-0**

# Stundenweise Betreuung zu Hause

## Betreuungsleistungen nach § 45b SGB XI

Im Alter kann es bedrückend sein, wenn man alleine lebt, sein Zuhause vielleicht nicht mehr verlassen kann oder seltener Besuch erhält.

Die **geschulten und fürsorglichen Mitarbeiter** des Betreuungsteams leisten keine pflegerischen Dienste, sondern betreuen die zu pflegende Person für einen vereinbarten Zeitraum in ihrer gewohnten Umgebung.

Bei der Planung der Einsätze wird auch berücksichtigt, dass möglichst **dieselbe helfende Person** in der Familie ist. Dadurch können Beziehungen wachsen, die vor allem für einen Menschen mit Demenzerkrankung sehr wichtig sind.

### Entlastung – auch für pflegende Angehörige

Durch die Pflege und die damit verbundenen Aufgaben entsteht oftmals eine hohe körperliche und seelische Belastung. Die stundenweise Betreuung ermöglicht den pflegenden Angehörigen eine kleine Auszeit zum Beispiel zur Entspannung, für Besorgungen oder Termine.

Wohnen die Angehörigen mit der pflegebedürftigen Person in einem Haushalt, sollten sie sich während der Betreuungszeit nicht zu Hause aufhalten, um besser abschalten und etwas Abstand gewinnen zu können.

### Finanzierung

Die **Kosten** der Betreuung können über den Entlastungsbetrag und/oder die Verhinderungspflege abgerechnet werden.

Gerne beraten wir Sie zu Pflegezuschüssen, sowie zu Hilfs- und Entlastungsmöglichkeiten im Alltag.



### Die Vorteile

- **Flexible Betreuung** z.B. zweimal pro Woche über einen längeren Zeitraum oder spontan bei kurzfristig auftretendem Bedarf
- **Unterhaltung und Unterstützung** durch Vorlesen, Spielen, Spaziergängen, Garten aufsuchen

# Stundenweise Verhinderungspflege

## Verhinderungspflege nach § 39 SGB XI

### Wir ermöglichen eine Vertretung für Ihre pflegenden Angehörigen

Die Verhinderungspflege oder Ersatzpflege tritt ein, wenn die Pflegeperson zum Beispiel durch Krankheit, Urlaub oder aus anderen Gründen verhindert ist und die häusliche Pflege für diese Zeit nicht gewährleisten kann.

Die **Pflegekasse übernimmt die Kosten** einer Ersatzpflege für längstens **sechs Wochen** oder 42 Tage pro Kalenderjahr.

### Voraussetzung und Wartezeit

Dabei ist allerdings **Voraussetzung**, dass die Pflegeperson den Pflegebedürftigen vor der erstmaligen Verhinderung mindestens sechs Monate im häuslichen Bereich gepflegt hat und dem Pflegebedürftigen zum Zeitpunkt der Verhinderung mindestens Pflegegrad 2 zugeordnet ist.

Die Wartezeit von 6 Monaten gilt nicht, wenn der Pflegebedürftige aus dem Pflegegrad 1 in Pflegegrad 2 wechselt.

### Kombination von Angeboten

Die Verhinderungspflege ist ein Angebot der Pflegeversicherung ab Pflegegrad 2. Sie dient der zeitlich begrenzten Entlastung der Angehörigen. **Sie erhalten bis zu 2.418,00 Euro Zuschuss** (Stand 03/2023).

Die Verhinderungspflege kann auch stunden- oder tageweise in Anspruch genommen werden. Kurzzeit- und Verhinderungspflege können auch wechselseitig in Anspruch genommen werden.

Die zur Verfügung stehenden Leistungsbeträge werden bis zu einem Höchstbetrag gegenseitig angerechnet.



### Die Vorteile

- **Professionelle Pflege** auch bei Abwesenheit
- **Keine finanzielle Belastung** des Pflegenden und der Pflegeperson

# Pflegeschulung

im häuslichen Bereich nach § 45 SGB XI für pflegende Angehörige.

## Hilfe für pflegende Angehörige

Sie erhalten Tipps, mit denen sich die Hürden zwischen Fürsorge und Überforderung im Alltag besser meistern lassen.

Bei Interesse und Bedarf schulen wir Sie gerne individuell zu Hause. Wir bieten aber auch **Hauskrankenpflegekurse** an. Ein solcher Kurs gibt Anregungen für die pflegerische Tätigkeit. Er zeigt Ihnen Wege auf, wie Sie unterstützt werden können.

Unser Angebot ist für „Neulinge“, aber auch für Personen ausgerichtet, bei denen die Handgriffe bereits eingespielt sind. Das Kennenlernen von neuen Pflorgetechniken kann sehr hilfreich sein.

Der Kurs bietet ferner die Möglichkeit, sich mit vielen Themen rund um die Pflege auseinanderzusetzen und untereinander Erfahrungen auszutauschen. Zahlreiche Inhalte werden hier behandelt – sowohl in der **Theorie** und im Gespräch als auch in **praktischen Übungen**.

## Dauer und Finanzierung

Der Kurs umfasst zehn Einheiten mit jeweils zwei Stunden. Die Kosten werden in der Regel von der Pflegekasse übernommen.

Gerne klären wir Sie in einem persönlichen Beratungsgespräch über die anfallenden Kosten auf.



### Themen

- Methoden der aktivierenden, wohltuenden Körperpflege
- Anregungen zur Krankenbeobachtung, Hebe-/Lagerungstechniken
- Umgang mit Medikamenten
- Informationen zur Finanzierung der Pflege
- Pflegeanleitungen und Betreuungsmöglichkeiten verwirrter Menschen
- Umgang mit Sterbenden, Tod und Trauer, Selbsthilfe für Pflegende

# Vermittlung von Essen auf Rädern

Täglich heiße Mittagsgerichte direkt nach Hause liefern lassen.

## Wünschen Sie auch einen Mahlzeitendienst?

Oft fällt es schwer, täglich einzukaufen und selbst zu kochen. Die Alternative ist, sich das **Mittagessen** von einem Mahlzeitendienst **direkt nach Hause liefern** zu lassen.

Wir kooperieren mit unterschiedlichen Mahlzeitendiensten aus der Umgebung und stehen Ihnen gerne für weitere Auskünfte zur Verfügung.

## Kostformen und Diäten

Je nach Bedarf können Sie zwischen verschiedenen Kostformen und Diäten wählen:

- Vollkost
- Schonkost
- Diätkost z.B. für Diabetiker
- Fleischlose Kost



# Aktivgruppe für Senioren

Unser „aktiver“ Nachmittag für Senioren mit eingeschränkter Alltagskompetenz bietet eine gesellige und abwechslungsreiche Zeit.

## Was bedeutet das für Sie?

Die Aktivgruppe ist ein Angebot der Caritas-Sozialstation für Menschen mit Einschränkung in den Bereichen:

- beginnende/fortgeschrittene Demenz
- Morbus Parkinson
- Zustand nach Schlaganfall
- Senioren mit Einschränkungen im Alltag

## Finanzierung

Über den Entlastungsbetrag oder die Verhinderungspflege können die Kosten abgerechnet werden.



## Unser Angebot

- gemeinsames Essen
- Gedächtnistraining
- viel Musik und Gesang
- Gesellschaftsspiele
- körperliche Aktivität
- Sinnesaktivierung
- Jahreskreis erleben
- kleine Ausflüge
- Feste feiern
- Gemeinsamkeit erleben



# Herzsportgruppe

Sie leiden an einer Herzerkrankung und wollen dieser aktiv entgegen treten? Dann sind Sie in unserer Herzsportgruppe genau richtig!

## Die Vorteile

Herzsportgruppen sind **ärztlich betreute** und von fachlichen Bewegungstherapeuten durchgeführte **Aktivgruppen**. Als Patient können Sie lernen und erfahren, dass Sie selbst etwas bewirken und auch in schwierigen Situationen selbstständig handeln können. Darüber hinaus können Sie Ihre Erfahrungen mit anderen Menschen teilen und sich gegenseitig motivieren.

Wissenschaftliche Studien belegen die positiven Auswirkungen von körperlicher Aktivität. Neben der **Verbesserung des Herz-Kreislauf-Systems** steigern sich Lebensqualität, Leistungsfähigkeit und das Wohlbefinden bei Menschen mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

## Wer leitet die Herzsportgruppe?

Sie werden von speziell qualifizierten Übungsleiter:innen mit der Lizenz für Herzsportgruppen betreut.

Zusätzlich wird unsere Trainingsgruppe ärztlich überwacht.

## Ablauf der Trainingsstunde

- wöchentliches, angeleitetes Training über 60 Minuten, abgestimmt auf Ihren aktuellen Leistungsstand
- regelmäßige Kontrolle von Herzfrequenz und Blutdruck während der Übungseinheiten
- Bewegung und Sport mit Gymnastik, Ausdauer und Spiel
- Übungen zur Entspannung



## Ziele der Gruppe

- körperliche Belastbarkeit selbsteinschätzen
- persönliche Risikofaktoren beherrschen
- Grenzen zielgerichtet und individuell dosiert erweitern
- persönliche Ressourcen und Kompetenzen stärken
- Selbstsicherheit im Alltag wiedererlangen

# Mittagstisch für Senioren

Freundliche und ehrenamtliche Helfer aus Feucht und Umgebung bedienen Sie am Tisch.

## Geht es Ihnen auch so?

- Sie möchten nicht immer für sich alleine kochen?
- Sie möchten andere Senior:innen kennenlernen?
- Das Essen schmeckt besser, wenn Sie in Gesellschaft und gemütlicher Atmosphäre sind?
- Das Einkaufen und Kochen fällt Ihnen im Augenblick nicht leicht und Sie würden sich gerne an einen gedeckten Tisch setzen?
- Zusammen isst man besser als alleine?

Dann besuchen Sie den Mittagstisch und freuen sich auf ein leckeres Essen, nette Gespräche, neue Kontakte, Informationen und Neuigkeiten zu den Angeboten unserer Sozialstation.

Das Drei-Gänge-Menü erhalten Sie für **5,50 Euro** zuzüglich Getränken (Stand 2023).

## Genießen Sie bei uns

- ein schmackhaftes und abwechslungsreiches Mittagessen
- eine gesellige und gepflegte Atmosphäre
- Essen frisch auf den Tisch
- Getränke zum Essen auf Wunsch



# Gesprächskreis

für pflegende Angehörige

## Sie pflegen oder betreuen einen Angehörigen?

Dann sind Sie einer von fast einer Million pflegender Angehörigen und wissen, welche Herausforderungen dies darstellen kann.

Die Pflege von Angehörigen ist eine Leistung, die größten Respekt verdient. Sie sollten Ihr Leben und Ihre eigenen Bedürfnisse jedoch nicht aus den Augen verlieren.



## Austausch und Informationen

Der Gesprächskreis bietet eine Möglichkeit, sich mit anderen Menschen in einer ähnlichen Lebenssituation auszutauschen und eigene Erfahrungen zu teilen. So können Sie sich in vertrauensvoller Atmosphäre gegenseitig unterstützen und beraten.

Darüber hinaus erhalten Sie **Informationen und nützliche Tipps** rund um das Thema Pflege.

Begleitet wird die Gesprächsrunde durch unser fachkundiges Team. Die Teilnahme ist für Sie **kostenlos**.

Bei Interesse melden Sie sich gerne bei uns in der Sozialstation.

### Betreuung



Während der Gesprächsrunde übernehmen wir gerne die Betreuung Ihres Angehörigen.

# café caritasse

Raum für Austausch und Gespräche mittwochs zur Bauernmarktzeit.

## Herzlich willkommen im café caritasse

Zwanglose Begegnungen in lockerer Runde, andere Menschen kennenlernen, sich über den Alltag austauschen, gemeinsame Interessen herausfinden – das ist auf unkomplizierte Weise im Café möglich.

Neben Tee und Kaffee gibt es ab und an selbst gebackene Kuchen.

Die caritasse ist eine Plattform in Feucht, um mit anderen ungezwungen ins Gespräch zu kommen.

## Miteinander füreinander

Miteinander warme Getränke genießen, füreinander da sein und voneinander lernen – so trägt jede:r auf seine Weise zum guten Miteinander vor Ort bei.

**Das Café ist eine Anlaufstelle für Jung und Alt, für neu Zugewanderte und Alteingesessene.**

Gerne informiert Sie das Team der caritasse über das gesamte Angebot der Caritas im Nürnberger Land.



## Öffnungszeiten

**Jeden Mittwoch von  
09:30 bis 12:00 Uhr**

Zur Bauernmarktzeit hat das Café in der Brauhausgasse 5 in Feucht für alle geöffnet.



## Das Begegnungscafé

Raum für Austausch & Gespräche

CAFE AMERICANO  
CAPPUCCINO  
LATTE MACCHIATO  
ESPRESSO  
CAFFÉ LATTE  
UND TEE



# Ehrenamt bei der Caritas

## Helfende Hände sind herzlich willkommen

### Ehrenamtliche Möglichkeiten

Viele Angebote von uns lassen sich nur durch ehrenamtliche Mitarbeiter aufrechterhalten. So wird der, jeden Freitag, in Feucht angebotene Mittagstisch ausschließlich mit Ehrenamtlichen durchgeführt.

Ebenso wird in den Aktivgruppen durch Ehrenamtliche die Unterstützung der verantwortlichen Pflegekräfte vorgenommen. Besuchsdienste bei Patienten, Fahrdienste oder Begleitung beim Einkaufen sind weitere Möglichkeiten sich ehrenamtlich einzubringen.

### Dabei wird immer wieder die Frage gestellt: Bekomme ich im Ehrenamt etwas bezahlt?

Dazu lässt sich folgendes sagen: Die Arbeit im Ehrenamt ist prinzipiell unentgeltlich. Mit der steigenden Anzahl und Vielfalt des ehrenamtlichen Engagements ist es allerdings möglich geworden, eine Vergütung für seine ehrenamtliche Tätigkeit zu erhalten. Dabei handelt es sich um Freibeträge.

### Vergütung durch die Ehrenamtspauschale

Bis **840 Euro jährlich** bzw. 70 Euro monatlich ist die Aufwandsentschädigung **steuerfrei**. Voraussetzung hierfür ist, dass es sich um eine gemeinnützige und nebenberufliche Tätigkeit handelt.

### Vergütung durch die Übungsleiterpauschale

Eine Entlohnung bis zu **3.000 Euro jährlich** bzw. 250 Euro monatlich ist hier **steuerfrei** möglich. Vorausgesetzt, die Tätigkeit liegt im pädagogischen Bereich oder dient der Pflege alter, kranker und behinderter Menschen. Auch hier muss es sich um eine gemeinnützige und nebenberufliche Tätigkeit handeln.

Sofern Sie Spaß an einer ehrenamtlichen Tätigkeit haben freuen wir uns von Ihnen zu hören, wobei das Alter keine Rolle spielt.



# Menschen würdig pflegen

Unser Förderverein – Hilfe und Beratung direkt vor Ort.

## Wozu Mitglied werden?

In Deutschland leben mehr und mehr pflegebedürftige Menschen, für die nicht genügend Pflegeplätze zur Verfügung stehen. Diese Menschen wünschen sich nichts sehnlicher, als ihren **Lebensabend zuhause in den eigenen vier Wänden verbringen** zu können. Um das gewährleisten zu können, brauchen kranke, alte und behinderte Menschen Hilfe und Unterstützung. Die Dienste der Caritas-Sozialstation werden in der Regel von den Kranken- und Pflegekassen vergütet.

## Sie helfen durch Ihre Mitgliedschaft und/oder Spende

- dass auch Ihre **ambulante Pflege im Alter** durch eine Station in Ihrer Nähe gewährleistet bleibt
- dass immer genügend **Fachkräfte mit hoher Kompetenz** in Pflege und Betreuung für Sie und Ihre Familie zur Verfügung stehen
- **aktive Mitgestaltung** der vielfältigen Aufgaben der Pflegestation

## Über Spenden auf folgende Konten freuen wir uns

- **Raiffeisenbank im Nürnberger Land eG**  
IBAN: DE37 7606 1482 0004 2789 92  
BIC: GENODEF1HSB
- **Sparkasse Nürnberg**  
IBAN: DE80 7605 0101 0380 2613 13  
BIC: SSKNDE77XXX
- **LIGA-Bank**  
IBAN: DE60 7509 0300 0005 1285 01  
BIC: GENODEF1M05



**Vielen Dank!**



Der **Jahresbeitrag** für die gesamte Familie **beträgt 15 Euro** (Stand 2023).  
Ihren Mitgliedsbeitrag und Spenden können Sie steuerlich absetzen.



# Hier pflegen wir Menschen



## **Caritas-Sozialstation Feucht/Schwarzenbruck e.V.**

Pfizingstraße 17 • 90537 Feucht

**Tel.** 09128 92344-0

**Fax** 09128 92344-29

[sozialstation@caritas-feucht.de](mailto:sozialstation@caritas-feucht.de)

[www.caritas-sozialstation-feucht.de](http://www.caritas-sozialstation-feucht.de)

Mo – Fr: 10 bis 12 Uhr

und Do: 15 bis 17 Uhr



Wir im Netz