

ASB-Sozialstation

Kreisverband Mainz-Bingen



Wir helfen hier und jetzt.
www.asb-mainz.de



Inhalt

ASB-Sozialstation Mainz	3
Ambulante Pflege	4
Beratungsangebote	6
Unterstützung im Haushalt, Betreuung und Begleitung ...	7
Menüservice	8
Hausnotruf	9
Tagespflege	10
Besuchsdienste	12
Vitalzentrum	13
Pflegestützpunkt	14
Aus- und Fortbildungen in der Pflege	15

Arbeiter-Samariter-Bund Landesverband Rheinland-Pfalz e.V.
Kreisverband Mainz-Bingen

Hattenbergstraße 5 • 55122 Mainz • Telefon 06131 9651 00
www.asb-mainz.de • sekretariat@asb-mainz.de

ASB-Sozialstation

Ulrichstraße 42 • 55128 Mainz • Telefon 06131 936370
www.asb-mainz.de/soziale-dienste • sozialstation@asb-mainz.de

Fotonachweis: ASB KV Mainz-Bingen, ASB/B.Bechtloff (S.1,3–5,8,9,11), ASB/M.Ressel (S.1)
ASB/F.Zanettini (S.12), ASB/A.Königstein (S. 14).
Stand November 2022

Wir sind für Sie da, wenn Sie Hilfe brauchen

Liebe Leserin, lieber Leser, gehören auch Sie zu den Menschen, die im Alter trotz Pflegebedürftigkeit möglichst lange in ihren eigenen vier Wänden wohnen bleiben wollen? Das können wir sehr gut verstehen. Deshalb unterstützen wir Sie mit unseren Sozialen Diensten gerne dabei, ein selbstbestimmtes Leben in Ihrer gewohnten Umgebung zu führen. Und das mit mehr als 30 Jahren Erfahrung.

Unser Leitsatz ist „Hilfe zur Selbsthilfe“, deshalb bekommen Sie von uns genau die Unterstützung, die Sie oder ein Angehöriger benötigen. Das kann eine Beratung sein, unser Menü-Service, der Hausnotruf, Hilfe im Haushalt, vorübergehende oder dauerhafte Pflege sowie stundenweise Betreuung. Auch der Besuch unserer Tagespflege könnte willkommene Abwechslung in Ihren Alltag



Waldemar Hein
Leitung Soziale Dienste

bringen.

Permanente interne und externe Qualitätskontrollen bei allen unseren Angeboten sind für uns selbstverständlich. Sprechen Sie uns gerne an. Gemeinsam finden wir die maßgeschneiderte Unterstützung

Ambulante Pflege:

Zu Hause selbstständig bleiben

Zu Hause regelmäßig und gut versorgt zu sein ist ein Grundbedürfnis pflegebedürftiger Menschen. Auch wer sich um ältere oder kranke Angehörige kümmert, kann diese Aufgabe mit Unterstützung und Beratung leichter bewältigen. Unser ambulanter Pflegedienst kommt nach Hause und hilft dabei, die Selbstständigkeit auch im Alter oder bei gesundheitlichen

Einschränkungen zu erhalten. Die Pflegekräfte in unserem Team unterstützen zum Beispiel bei der Körperpflege, der Nahrungsaufnahme oder der Mobilisation. Außerdem übernehmen sie auch die Versorgung im Bereich der medizinischen Pflege und messen beispielsweise Blutzucker, spritzen Insulin, verbinden Wunden und geben Medikamente.



Aufnahmegespräch

Art und Umfang des Hilfebedarfs werden für jeden Klienten und jede Klientin in einem persönlichen Aufnahmegespräch mit der dazu gehörenden umfassenden Beratung zu Beginn gemeinsam festgelegt.

Pflegende Angehörige oder andere Bezugspersonen beziehen wir selbstverständlich in unsere pflegerische Arbeit mit ein.



Hilfe zur Selbsthilfe

Wir stehen für eine aktivierende Pflege. Deshalb unterstützen wir bei der Erhaltung der Gesundheit, bei der Genesung von Krankheiten und bei der Rehabilitation – und wir freuen uns über jeden Klienten, der sagt: „Das kann ich (wieder) selbst.“

Auszeit für Angehörige

Unser ambulanter Pflegedienst springt auch ein, wenn

pflegende Angehörige krank sind oder eine Auszeit brauchen – sei es für dringende Erledigungen oder um neue Kraft zu tanken, um die eigene Gesundheit nicht zu gefährden.

Das kann zum Beispiel im Rahmen der sogenannten Verhinderungspflege geschehen, aber auch darüber hinaus nach den Wünschen und Bedürfnissen des pflegenden Angehörigen.

Beratungsangebote:

Beratungsbesuche

Verwandte selbst zu pflegen bedeutet viel Verantwortung. Nach dem Sozialgesetzbuch 11 § 37 werden Angehörige deshalb regelmäßig durch Beratungsbesuche von Fachkräften unterstützt.

Wir überprüfen die häusliche Pflegesituation nach den gesetzlichen Vorgaben und suchen gemeinsam Wege und Hilfen, um den Alltag für die Angehörigen und den Pflegebedürftigen zu erleichtern.

Pflegeschulungen

Hilfe bedeutet für uns immer Hilfe zur Selbsthilfe. Deshalb beraten wir auch zu Pflege-techniken und geben Tipps zur Erleichterung der häuslichen Pflege. In Schulungen bei den Ratsuchenden besprechen wir gemeinsam individuelle Versorgungsmöglichkeiten, demonstrieren und üben gleich vor Ort.

Pflegekurse

Außerdem bieten wir Pflegekurse an, die je Einheit ein bestimmtes Pflegeethema beleuchten. Hier kommen viele Ratsuchende zusammen, sodass auch ein wertvoller Austausch unter pflegenden Angehörigen entsteht.

Die meisten unserer Angebote sind zwar nicht kostenlos, aber in vielen Fällen tragen die Kranken- oder die Pflegekassen die Kosten.



Unterstützung im Haushalt, Betreuung und Begleitung

Wer nicht mehr ganz gesund oder nur eingeschränkt beweglich ist, braucht Unterstützung im Haushalt, um alltägliche Arbeiten bewältigen zu können.

Wir bieten auch hier eine Reihe von Hilfsangeboten. Unsere Mitarbeiter übernehmen verschiedene Arbeiten im Haushalt, helfen bei der Vor- und Zubereitung von Mahlzeiten oder erledigen Einkäufe und Besorgungen.

Diese Betreuung umfasst in der Regel keine Pflegeleistungen oder Fahrdienste.

Stundenweise Betreuung

Pflegende Angehörige benötigen hin und wieder eine Auszeit, um zum Beispiel Besorgungen zu erledigen oder soziale Kontakte zu pflegen. Im Rahmen der stundenweisen Betreuung übernehmen wir in dieser Zeit für die Angehörigen die Sorge um ihren pflegebedürftigen Verwandten.



Begleitung

Auch die Aktivitäten der Pflegebedürftigen selbst können durch unser Team betreut werden. So sind Begleitungen durch unsere Mitarbeiter:innen zu Arztbesuchen, zu Behörden, zum Friseur o.ä. möglich, je nach dem gewünschten Umfang der Unterstützung. Betreuung und Begleitung können über die sogenannten „Zusätzlichen Betreuungs- und Entlastungsleistungen“ der Pflegekasse mitfinanziert werden.

Menüservice:

Das Mittagessen kommt ins Haus

Zu Hause schmeckt es am besten. Aber jeden Tag selbst einkaufen und kochen zu müssen kann im Alter oder bei Krankheit zur Belastung werden.

Wer nicht mehr täglich in der Küche stehen kann oder möchte, dem liefert unser Menüservice das Mittagessen direkt nach Hause. Die Mahlzeiten sind fertig zubereitet und kommen täglich warm

ins Haus. Unser Menüservice kann für jeden Tag, nur einige Tage in der Woche oder auch nur für einen begrenzten Zeitraum bestellt werden – ganz nach Wunsch.

In der Regel kann ein Menü aus dem aktuellen Wochenplan gewählt werden. Wer gerne eine größere Auswahl hat, findet à la carte unter 200 Menüs bestimmt seine Lieblingsgerichte.

Individuelle Diäten

Wenn es etwas weniger sein darf, gibt es auch Portionsgrößen für den kleinen Hunger. Selbstverständlich gehören zu unserem Angebot auch eine Fülle von Menüs, die bei Bedarf gesundheitlich erforderliche Besonderheiten berücksichtigen.

Ab einer Menge von sieben Portionen besteht die Möglichkeit, gekühlte Menüs zu bestellen, die zu den persönlichen Essenszeiten selbst angerichtet werden können.



Hausnotruf:

Per Knopfdruck Hilfe rufen

Sich in den eigenen vier Wänden rund um die Uhr sicher fühlen – dabei hilft unser Hausnotruf. Im Notfall ruft man schnell und einfach kompetente Hilfe: ein Knopfdruck genügt. So kann jeder Mensch länger selbstständig in seiner vertrauten häuslichen Umgebung bleiben und dabei sicher sein, dass im Falle eines Falles schnell Hilfe zur Stelle ist.

Den Notruf immer dabei

Die Unterstützung durch Verwandte, Freunde oder den Rettungsdienst wird per Knopfdruck über einen Handsender angefordert. Dieser Sender kann als Kette um den Hals oder wie eine Armbanduhr getragen werden. Er funktioniert in der Wohnung genauso wie in Keller oder Garten. Installation und Bedienung des Hausnotrufs sind denkbar einfach. Neben dem Handsender wird lediglich ein Zusatzgerät am Telefon benötigt, das wir ebenfalls installieren.



Auch für begrenzte Zeit

Es ist auch möglich, nur für einen begrenzten Zeitraum an unserem Hausnotruf teilzunehmen. Während ihrer Abwesenheit haben Angehörige so die Gewissheit, dass sich auch im Notfall jemand um die Eltern oder ein anderes hilfsbedürftiges Familienmitglied kümmert.

Tagespflege: Teilstationäre Betreuung

Wer tagsüber Hilfe und Pflege braucht, abends und nachts aber lieber in seiner gewohnten Umgebung bleiben möchte, für den ist unsere Tagespflege genau das Richtige.

Tagestruktur

Ankunft der Tagesgäste
um 8 bzw. 9 Uhr

Gemeinsames Frühstück
Zeitungslesen

Gruppenangebote, Einzeltraining, externe Therapieangebote

Gemeinsame Zubereitung
des Mittagessens

Mittagessen

Mittagsruhe

Einzel- und Gruppenangebote

Nachmittagskaffee

Abholung der Tagesgäste
um 16 bzw. 17 Uhr

Unsere beiden Häuser in Bretzenheim und im Münchfeld sind Orte zum Wohlfühlen mit großzügigen, gemütlichen Wohnräumen, Ruhe- und Therapieräumen und Terrassen. Hier wird gemeinsam gegessen, gespielt, gesungen und gebastelt. Hier ist Zeit zum Erzählen und zum Erinnern.

Fähigkeiten erhalten

Für unser qualifiziertes Team steht der einzelne Mensch mit seinen Fähigkeiten und Kompetenzen im Mittelpunkt. Wir fördern individuell und aktivieren persönliche Ressourcen. Gerade auch Menschen mit Demenz bieten wir eine feste Tagesstruktur und ein Leben in der Gemeinschaft. Für das Wohlbefinden unserer Tagesgäste arbeiten wir eng mit den Angehörigen zusammen.

Flexibler Besuch

Wir betreuen von montags bis samstags bis zu 15 Tagesgäs-

te in Bretzenheim und bis zu 14 Gäste in unserer Tagespflege im Münchfeld.

Nach Absprache werden alle Gäste morgens von zu Hause abgeholt und am späten Nachmittag wieder zurückgebracht.

Unsere Tagesgäste können das Angebot einen Tag in der Woche in Anspruch nehmen, mehrmals wöchentlich oder täglich, ganz nach den individuellen Bedürfnissen und Wünschen.

Probetage

Probetage für interessierte, potenzielle Tagesgäste sind nach Vereinbarung möglich. Auch interessierte Angehörige sind jederzeit willkommen, wenn sie einen persönlichen Eindruck vom Team und den Räumlichkeiten unserer Tagespflege gewinnen möchten. Sprechen Sie uns gerne an.



Pflegeversicherung

Durch die gesetzlichen Änderungen im Rahmen der Pflegereform wird die Tagespflege verstärkt durch die Pflegeversicherung finanziert. Unsere Preise richten sich nach den Pflegegraden unserer Tagesgäste.

ASB-Tagespflege –
Ein Ort mit Herz und
Zeit zum Erzählen.

Besuchsdienste:

Besuche gegen die Einsamkeit

Wer seine Wohnung nicht mehr oder kaum noch verlassen kann, ist darauf angewiesen, Besuch zu bekommen. Die Ehrenamtlichen in unseren Besuchsdiensten möchten dem Leben dieser Menschen etwas Farbe zurückgeben und ihnen die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben ermöglichen.

Durch Vorlesen, Gespräche, Spiele, Spaziergänge, Briefeschreiben oder andere Aktivitäten öffnen die Besucher eine „Tür nach draußen“ und tragen mit dazu bei, dass die zunehmende soziale Isolation von Menschen mit eingeschränkter Mobilität bekämpft wird. Die Besuche sind kostenlos.



Ehrenamtliches Engagement

Unsere Besuchsdienste leben vom Engagement der von uns geschulten ehrenamtlichen Besucherinnen und Besucher. Diese werden durch qualifizierte ASB-Mitarbeitende betreut, immer in enger Kooperation mit unseren Partnern in den Stadtteilen. Bei regelmäßigen Treffen können sich die Besuchenden untereinander austauschen, Themenabende vertiefen Kenntnisse auf unterschiedlichen Gebieten. Eine professionelle Supervision unterstützt bei schwierigen Situationen.

Vitalzentrum: Freizeit gemeinsam gestalten

Speziell für die Generation 50plus bietet das ASB-Vitalzentrum einen zentralen Raum für die gemeinsame Freizeitgestaltung. Hier kann jeder seine Ideen einbringen und das Programm aktiv mitgestalten.

Unsere Gäste entscheiden selbst, ob sie als Besucherin oder Besucher „einfach mal reinschnuppern“, regelmäßig teilnehmen oder selbst ehrenamtlich mitwirken möchten.

Geselligkeit und Spaß sowie geistige und körperliche Anregung stehen bei uns im Mittelpunkt. Unser Programm umfasst regelmäßige Angebote wie zum Beispiel Seniorengymnastik und Sturzprophylaxe genauso wie einzelne Veranstaltungen. Kegeln, Spielenachmittage, Medientreff, Vorträge, Feiern und vieles mehr bietet das ASB-Vitalzentrum in seinen Räumen an. Gemeinsame Ausflüge runden unser Programm ab.



Alle Termine
und Veranstaltungen:
www.asb-mainz.de/vitalzentrum

Pflegestützpunkt

Was bedeutet Pflegebedürftigkeit? Welche Leistungen bietet die Pflegeversicherung? Antworten auf alle Fragen rund um das Thema Pflege, Unterstützung beim Ausfüllen von Anträgen und Formularen sowie umfassende Informationen zu regionalen Hilfsangeboten und Finanzierungsmöglichkeiten erhalten hilfe- und pflegebedürftige Menschen und ihre Angehörigen bei den Pflegestützpunkten. Der Pflegestützpunkt in un-

serer Sozialstation in Bretzenheim ist zuständig für die Stadtteile Bretzenheim, Drais, Lerchenberg und Marienborn. Gerne kommt eine Mitarbeiterin oder ein Mitarbeiter auch zu Ihnen nach Hause. Der Pflegestützpunkt berät individuell, kostenfrei und trägerneutral.



Aus- und Fortbildungen in der Pflege bzw. für Pflegekräfte

Auch die Aus- und Fortbildung von Pflegekräften liegt uns am Herzen. Dabei sorgen wir in unserer Sozialstation für regelmäßige Schulungen unserer hauseigenen Pflegekräfte und halten so deren Kenntnisse stets auf einem aktuellen Stand.

Auch **Pflegekurse für Ehrenamtliche und Angehörige** bieten wir immer wieder an. Als Referentinnen und Referenten geben dabei erfahrene Pflegeprofis ihr Wissen an die Teilnehmenden weiter.

In unserem Aus- und Weiterbildungszentrum bieten wir zahlreiche Kurse für Pflegekräfte an, die ihr Wissen erweitern oder spezielle Qualifikationen erwerben wollen. Als **Desinfektor:in** oder **Medizinprodukte-Beauftragte:r** werden sie zu gefragten Fachleuten.

Für externe Pflegeeinrichtungen übernimmt das Aus- und Weiterbildungszentrum darüber hinaus den theoretischen Teil der **Ausbildung zur Pflegehilfskraft**.



Aus- und Weiterbildungszentrum:
www.asb-mainz.de/awz

Arbeiter-Samariter-Bund

Kreisverband Mainz-Bingen

Der Arbeiter-Samariter-Bund gehört zu den ältesten Hilfsorganisationen und Wohlfahrtsverbänden in Deutschland und ist Träger zahlreicher sozialer Einrichtungen. In Mainz und Umgebung sind wir seit mehr als 90 Jahren für Sie aktiv.

Wir helfen allen Menschen – unabhängig von ihrer politischen, ethnischen, nationalen und religiösen Zugehörigkeit.

Wir helfen schnell und ohne Umwege, wo unsere Hilfe benötigt wird.

Wir arbeiten für Sie in der Altenhilfe, im Rettungsdienst, im Bevölkerungsschutz und der Katastrophenhilfe. Wir bieten Erste-Hilfe-Kurse sowie fachspezifische Aus- und Weiterbildungen an. Auch wer sich freiwillig engagieren möchte, findet bei uns eine passende Möglichkeit, aktiv zu werden.

Der ASB in Ihrer Nähe:

Kreisverband Mainz-Bingen

Sozialstation

Ulrichstraße 42

55128 Mainz (Bretzenheim)

Telefon: 06131 936370

E-Mail: sozialstation@asb-mainz.de

Internet: www.asb-mainz.de/soziale-dienste