Pflegedienst
St. Barbara

Dörpen - Heede
Rütenbrock

Vertell mi wat

PAX ET BONVM

Kirchstraße 4 · 26892 Heede
Telefon 0 49 63 / 739 650
Telefax 0 49 63 / 739 6522
www.pflegedienst-stbarbara.de

Grußwort

Liebe Patienten, liebe Angehörige, liebe Leser,

da ist das Jahr 2023 schon fast wieder um. Verging die Zeit für Sie auch so schnell? In diesem Jahr haben wir nach zwei Jahren Corona Einschränkungen endlich wieder etwas Freiheit zurückgewonnen. Das sieht man in diesem Heft ganz deutlich an der Flut der Bilder, die Sie in unserem Jahresrückblick erwarten. Ein Highlight aus dem letzten Sommer war für uns das Jubiläum der Tagespflege St. Barbara in Heede. Natürlich darf neben den ganzen Bildern unsere Kategorie „Informativ“ nicht fehlen. In diesem Heft behandeln wir die Themen „Kommunikation und Vernetzung“ sowie „eigene Grenzen erkennen“. Mit diesen Themen möchten wir vor allem pflegende Angehörige erreichen.

Lassen Sie uns gemeinsam auf ein ereignisreiches 2023 zurückblicken.

Nun wünschen wir Ihnen eine besinnliche (Vor-)Weihnachtszeit und viel Spaß beim Durchblättern und Lesen.

Ihr Team vom Pflegedienst St. Barbara

Kommunikation und Vernetzung

Pflege ist eine anspruchsvolle und zeitaufwendige Aufgabe. Gerade für den ambulant pflegenden Angehörigen, der möglicherweise viele Stunden täglich weitestgehend auf sich alleine gestellt ist, kann es äußerst wichtig sein, alle angebotene Unterstützung und Hilfe in Anspruch zu nehmen. Aufbau und Erhalt eines engmaschigen sozialen Netzes aus Freunden, Verwandten, Nachbarn, Pflegedienst, Hausarzt, Selbsthilfegruppen u.a. kann eine wichtige Voraussetzung dafür sein, dass der Pflegende von aktiver Hilfestellung und der Erfahrung anderer profitieren kann. Dies kommt natürlich auch dem Pflegebedürftigen in hohem Maße zugute.

Zudem ist es für pflegende Angehörige wichtig auch mal aus dem Alltag auszubrechen. Niemand kann sich 24/7 um einen anderen Menschen kümmern. Es bedarf immer wieder kleiner Ruhepausen, in denen man zu Atem kommt. Helfen kann schon ein Kaffee mit Freunden, ein Treffen mit der Familie oder ein kurzer Plausch mit dem Nachbarn. Außerdem sollte niemand sich scheuen Hilfe in Anspruch zu nehmen. Der Hausarzt kann beratend zur Seite stehen, genauso wie der ambulante Pflegedienst. Letzterer kann natürlich auch durch Sachleistungen in Form von Pflege, z.B. am Morgen, unterstützen. Mittlerweile gibt es in vielen Gebieten außerdem Selbsthilfegruppen für pflegende Angehörige, in denen man sich mit Gleichgesinnten austauschen und wertvolle Tipps erhalten kann. Sie sehen, dass eine gute Vernetzung für Körper und Geist der pflegenden Person unglaublich wertvoll ist.

Eigene Grenzen erkennen

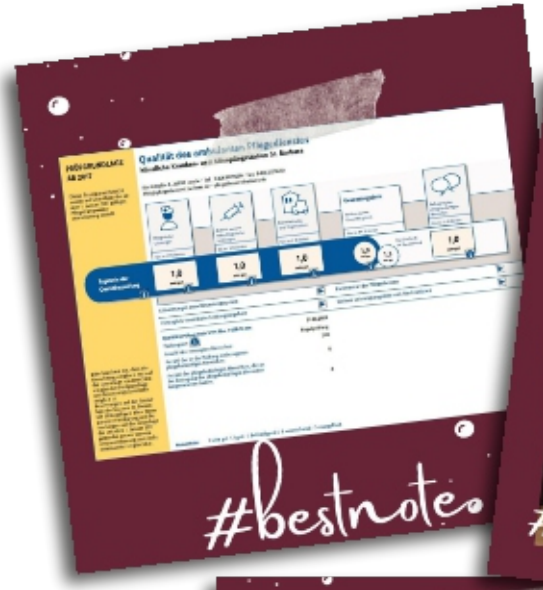
Ebenso wichtig, wie die Vernetzung unter pflegenden Angehörigen ist das Erkennen von eigenen Grenzen. Die Pflege von Angehörigen ist eine verantwortungsvolle und nicht immer einfache Aufgabe.

Neben der Unterstützung, die man durch das Netz aus Freunden, Familie oder auch Dienstleister wie einen ambulanten Pflegedienst erhält, ist es wichtig auch auf den eigenen Körper zu hören. Viele pflegende Angehörige leiden unter einer chronischen Überlastung, gestehen sich diese aber nicht ein. Hilfe suchen Sie sich oft nicht, weil sie das Gefühl haben den Pflegebedürftigen Angehörigen im Stich zu lassen.

Wie bei der Kommunikation und Vernetzung schon angesprochen, kann sich niemand rund um die Uhr einem anderen Menschen und deren Pflege verschreiben. Jeder braucht Ruhephasen und in schwierigen Fällen auch Unterstützung. Genau für solche Fälle gibt es ambulante Pflegedienste, Tagespflegen und auch stationäre Einrichtungen. Zögern Sie nicht, sich Hilfe zu holen.

Jahresrückblick

Unser Jahr in Bildern



Jahresrückblick

Unser Jahr in Bildern

Jahresrückblick

Unser Jahr in Bildern

Jahresrückblick

Unser Jahr in Bildern

Jahresrückblick

Unser Jahr in Bildern

Liebe Patienten, liebe Angehörige,

mein Name ist Schwester Cyrene, ich arbeite seit 1999 beim Pflegedienst Sankt Barbara und wohne seit dem Jahr 2000 in Heede.

Ich möchte Ihnen mitteilen, dass ich aus gesundheitlichen Gründen diesen Dienst beenden muss. Die Entscheidung ist mir nicht leicht gefallen, denn ich hatte viel Freude in meinem Dienst.

Danken möchte ich allen für Ihr Vertrauen und Wohlwollen. Ich habe eine ganze Generation miterleben dürfen in Freud und Leid. Mit Ihnen hatte ich schöne Begegnungen und wertvolle Erinnerungen.

Ihnen alles Gute und Gottes Segen!
Tschüss Ihre Schwester Cyrene

Weihnachtsgeschichte

Ertappt

Am Sonntag saß ich im Gottesdienst und fühlte mich plötzlich ertappt… Wer mir ein schlechtes Gewissen bereitete und das, obwohl ich (noch) überhaupt nichts gemacht habe? Der Evangelist Lukas. Ich gebe zu, ich hab´s nicht so mit Ankündigungen des Weltuntergangs und Endzeitstimmung. Schon gar nicht im Advent! Da will ich es heimelig und gemütlich. Aber dieser eine Satz hat mich berührt: „Nehmt euch in Acht, dass Rausch und Trunkenheit und die Sorgen des Alltags euer Herz nicht beschweren und dass jener Tag euch nicht plötzlich überrascht“ (Lk 21,34).

Das saß. Weil diese Aufforderung nicht nur etwas mit apokalyptischen Szenarien zu tun hat. Ich erinnerte mich vielmehr an all die vergangenen Adventszeiten, die von zu viel Hektik im Büro, zu vielen Sorgen, ob ich rechtzeitig für jeden das passende Geschenk finden würde, zu viel Glühwein, Bratwurst und Baumstriezel auf dem Weihnachtsmarkt – insgesamt einfach zu viel – geprägt gewesen waren. Dabei hatte ich oft den eigentlichen Sinn des Advents als Zeit der Vorbereitung, der Besinnlichkeit, des Wartens aus dem Blick verloren. Und so wurde ich tatsächlich manchmal von Weihnachten „überrascht“: Die Geschenke waren eingepackt, die Krippe aufgestellt, der Christbaum geschmückt – aber ich selbst war innerlich noch nicht so weit… „Wäre Christus tausend Mal in Bethlehem geboren und nicht in dir, du bliebest dennoch ewiglich verloren.“, hat der Dichter Angelus Silesius gesagt. Das klingt hart, passt aber irgendwie zum Lukasevangelium.

Ich habe die Kirche jedenfalls mit dem festen Vorsatz verlassen, den Advent dieses Jahr bewusst als Zeit der Vorbereitung zu begehen – nicht als Vorbereitung auf die Feiertage mit all ihren Ritualen und Traditionen, sondern auf das Kommen Gottes. Ich will bereit sein, wenn er bei mir anklopft, und nicht pappsatt auf der Couch sitzen oder dem Wahnsinn nahe durch die Innenstadt hetzen. Ich werde da sein, Gott. Ich warte auf dich.
(Quelle: Vivat!)

Telefonliste

Ärzte:

MVZ Dörpen Fr. Dr.
Tashkova
Hauptstraße 3
26892 Dörpen
Tel. 04963-996600

Praxis Dres. Dekkers
Meisenstraße 15
26892 Dörpen
Tel. 04963-765

Hausarztpraxis Heede
Dr. H.-P. Leemhuis/
Mechthild Vahle
Vinkestraße 2
26892 Heede
Tel. 04963-4688

Dr. med. Jae-Seong Riedel
Pollertstraße 37
26892 Kluse
Tel. 04963-990089

Harald Papke
Hauptstraße 84
26892 Dörpen
Tel. 04963-8878

Dr. med. univ. Herbert Stix
Am Markt 5
26907 Walchum
Tel. 04963-7269825

Apotheken:

Apotheke am Markt
Hauptstraße 7
26892 Dörpen
Tel. 04963-739838

Hermes Apotheke
Hauptstraße 49
26892 Dörpen
Tel. 04963-511

Linden-Apotheke
Hauptstraße 19
26892 Heede
Tel. 04963-2282

Sanitätshäuser:

Sanitätshaus & Rehatechnik Koop
Osteck 2
26892 Dörpen
Tel. 04963-905770

Sanitätshaus LanCas
Siemensstraße 1
26871 Papenburg
Tel. 04961-890600

oder

Lönsstr. 1
26892 Dörpen
Tel. 04963-9196602

Pflegedienst:

St. Barbara Heede
Kirchstraße 4
26892 Heede
Tel. 04963-739650

Tagespflege:

St. Barbara Heede
Kirchstraße 4
26892 Heede
Tel. 04963-7396520

St. Georg Walchum
Am Markt 5
26907 Walchum
Tel. 04963-9167012

Pflegedienst St. Barbara

Dörpen - Heede Rütenbrock

PAX ET BONVM

Impressum:

Herausgeber: Pflegedienst St. Barbara · Kirchstraße 4 · 26892 Heede · Telefon 0 49 63 / 739650 · Telefax 0 49 63 / 7396522 info@pflegedienst-stbarbara.de · www.pflegedienst-stbarbara.de • Redaktion: Markus Schütte • Satz & Layout: Werbestudio Albers GmbH in Aschendorf • Verantwortlich für den Inhalt ist der Herausgeber der Broschüre. Alle Rechte vorbehalten. Die Broschüre ist ein Service des Plegedienst St. Barbara in Heede und darf ausschließlich zu diesem Zweck verwendet werden. Sie darf nicht reproduziert, elektronisch vervielfältigt oder verbreitet werden.