

gesund + gepflegt

DAS MAGAZIN DES LANDKREISES WÜRZBURG

KU Das Kommunalunternehmen
des Landkreises Würzburg

W LANDKREIS
WÜRZBURG



Für Inklusion ausgezeichnet

Mehrere Beispiele zeigen, wie im Kommunalunternehmen Kooperationen Menschen mit Behinderung ein eigenständiges Berufsleben ermöglichen.



Hülsenfrüchte sind gesund
und nachhaltig – vor allem, wenn
sie aus der Region kommen.

Landratsamt



Mit Mitte 40 ins Altenheim?
Warum junge Pflegebedürftige
besondere Angebote brauchen

Pflege und Wohnen



In Greußenheim ist einiges los.
Deshalb fühlen sich hier
Senioren und Youngsters wohl

Gemeindeporträt



Ausbildung auf Augenhöhe
Die moderne Pflegeschule der
Main-Klinik Ochsenfurt

Gesundheit



MVZ in Waldbrunn:
Ausbau der hausärztlichen Ver-
sorgung im westlichen Landkreis

Kommunalunternehmen

Barrierefreiheit entsteht in den Köpfen

Ein Mensch, der behindert ist, lernt seine verborgenen Kraftquellen erst kennen, wenn er wie ein normaler Mensch behandelt wird.

nach einem Zitat von Helen Keller, taubblinde Schriftstellerin und Aktivistin



Normenweg

In meinem Amt als stellvertretende Landrätin und in meinem beruflichen Kontext am Berufsförderungswerk in Veitshöchheim beschäftige ich mich mit Veränderungen in der Arbeitswelt, Barrierefreiheit im beruflichen Umfeld und Inklusion. In den nächsten Jahren stehen wir vor der Aufgabe, die Digitalisierung voranzutreiben, die Künstliche Intelligenz (KI) sinnvoll einzusetzen und geeignete Fach- und Arbeitskräfte zu gewinnen. Jetzt stellen Sie sich vielleicht die Frage, was hat Barrierefreiheit im Berufsumfeld mit Arbeits-/Fachkräftemangel zu tun?

Barrierefreiheit ermöglicht Menschen mit Behinderungen die Teilhabe am Arbeitsleben, indem sie assistive, also unterstützende, Technologie oder Hilfsmittel nutzen. Es gilt Potenziale wirken zu lassen, Vorurteile abzubauen, die auf Unwissenheit oder fehlender Erfahrung basieren. Wie z.B. die Annahme, dass (Seh-)Einschränkungen die kognitiven Fähigkeiten beeinträchtigen oder Menschen mit Behinderung häufiger krank und nicht belastbar sind. Unternehmen sollten Einstellungs- und Personalentwicklungsprozesse inklusiv gestalten, etwa durch barrierefreie Bewerbungsverfahren, Praktikumsangebote und Sensibilisierung der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter für die Bedürfnisse von

Menschen mit Behinderungen. Diese haben das Recht auf gleichberechtigte Teilhabe am Arbeitsleben, um ihre Talente entfalten zu können – ein wichtiger Schritt zur Schaffung einer inklusiven Gesellschaft.

Es ist mein Ziel, die Teilhabe am Arbeitsleben selbstverständlich und gleichberechtigt zu gestalten und Inklusion im Arbeitsleben gesellschaftlich und politisch zu fördern. Erfolgreiche Beispiele dazu finden Sie auf den Seiten 18 und 19 in diesem Magazin.

Christine Haupt-Kreutzer
stellvertretende Landrätin des Landkreises Würzburg
Teamleiterin Ausbildung im BFW Berufsförderungswerk Würzburg gGmbH

Inhalt

Beratung/ Kommunalunternehmen	
Möglichst lange zu Hause wohnen.....	Seite 3
Auszeichnung für Inklusion	Seite 18
Pilotprojekt MVZ Waldbrunn	Seite 20
Landratsamt	
Gesund, regional und nachhaltig	Seite 4
Im Team um die Wette gerannt.....	Seite 6
Spannende Wege in Greußenheim.....	Seite 7
Gemeindeporträt	
Alle lieben Greußenheim.....	Seite 8
Pflege und Wohnen	
Zu jung für das Altenheim.....	Seite 10
Ausbildung in der Pflege	Seite 12
Gesundheit	
Ausbildung auf Augenhöhe	Seite 14
Kardiologie in der Main-Klinik	Seite 16
Reflux	Seite 17

Offizielle Eröffnung des Musterhauses im Juli durch (von links) Karen Heußner, Tobias Konrad, Thomas Eberth, Reinhold Lechner, Eva von Vietinghoff-Scheel, Markus Schenk, Christine Haupt-Kreutzer, Freiherr Felix von Zobel.



So lange wie möglich im eigenen Zuhause wohnen

Anschaulich und lebensnah: Das Musterhaus zeigt vielfältige Möglichkeiten alters- und behindertengerechter Anpassung.

„Für fast jedes Alltagsproblem können wir hier Lösungen zeigen.“

Tobias Konrad

Weitere Informationen

Beratungszeiten im Musterhaus in Kürnach, Prosselsheimer Str. 16 (Parkplätze am Haus):
montags und donnerstags,
Vereinbarung individueller
Führungs- und Beratungstermine
unter Tel. 0931 80442-38 oder
katrin.mueller@wirkommunal.de

Wer bauen will, kann in weitläufigen Musterhausparks Tipps und Ideen sammeln. Wer Rat und Hilfe sucht, wenn es für Ältere um sicheres (Weiter-)Wohnen in den eigenen vier Wänden geht, hat's einfacher. In Kürnach (Landkreis Würzburg) hat vor kurzem das Musterhaus für altersgerechtes, barrierefreies Wohnen eröffnet. Auf drei Etagen präsentiert es eine Fülle von Utensilien, Ausstattungs- und Gestaltungsmöglichkeiten, die selbstständiges Leben trotz Einschränkungen im gewohnten Reich erleichtern oder überhaupt erst ermöglichen. Vom Minihilfsmittel bis zum Umbau, vom preiswerten Gerät bis zum kostspieligen technischen Equipment, „für fast jedes Alltagsproblem können wir hier Lösungen zeigen“, sagt Tobias Konrad. Er ist hauptverantwortlich für das in Unterfranken einzigartige Projekt. Da vom Freistaat gefördert, steht das Musterhaus allen Interessenten aus dem gesamten Regierungsbezirk offen, Träger ist das Kommunalunternehmen des Landkreises Würzburg (KU).

Kostenlose Beratung in Sachen Wohnen für ältere und behinderte Menschen bietet das KU bereits seit 2014. Mit dem Kürnacher Objekt erweitert es jetzt sein Angebot und verleiht ihm eine ganz neue Klasse. „Hier wird das, was wir in unseren Gesprächen den Seniorinnen und Senioren sowie deren Angehörigen empfehlen, anschaulich, im wahrsten Sinne begreifbar“, so der Leiter von WIRKOMMUNAL im KU. Die umgebaute Bestandsimmobilie im Ortskern orientiert sich an der realen Alltagswelt vieler Menschen, setzt Lösungen für deren typische Problembereiche wie Treppen vor und im Haus, Bäder, Beleuchtung, Mobiliar in Szene. So zum Beispiel, wie



Das Musterhaus in Kürnach zeigt, wie sich ein alters- und behindertengerechtes Zuhause gut mit einem gemütlichen Wohnambiente verbinden lässt.

Stufen per Rampe, Lift oder Transportsystem überwunden, Haustüren und Fenster teils zeitgesteuert gesichert, Bäder von senioren- über rollstuhlgerecht bis hin zu barrierefrei umgebaut werden können. Zudem zeigen zwei Küchen mal barrierefreie, mal barrierearme Möblierung. Im Schlafzimmer befinden sich Pflegebetten, teils mit Sensormatratze, und Schränke mit Liftsystemen. Demonstrieren können die bei WIRKOMMUNAL tätigen zertifizierten Wohnberaterinnen und -berater hier weiterhin etliche (digitale) Helfer und technische Assistenzsysteme wie Infrarotsturzsensoren, Herdwächter sowie intelligente Gebäudeelektronik. Die Ausstattung wird laut Konrad immer wieder ergänzt und aktualisiert werden. Kooperationspartner können die Räumlichkeiten für Beratungen und Schulungen zu den Produkten nutzen.



Biolandwirt Benedikt Endres aus Bütthard-Gützingen weiß um die Vorteile von Hülsenfrüchten wie hier Kichererbsen für den Landwirt – und den Verbraucher.

Hülsenfrüchte: Vom Feld auf den Teller

Linsen, Kichererbsen & Co. sind kulinarisch vielseitig, haben viele gesundheitliche Vorteile und sind gut für die Umwelt. Inzwischen werden sie auch in der Region angebaut und vermarktet.



Dass Hülsenfrüchte gesund sind, hat sich inzwischen herumgesprochen. Kichererbsen zum Beispiel. Aber dass Kichererbsen und andere Hülsenfrüchte inzwischen auch hier in der Region angebaut werden, wissen wohl die wenigsten. Warum sie nicht nur für die Gesundheit, sondern auch für Umwelt und Klima richtig gut sind – und wie man sie am besten in eine gesunde, nachhaltige Ernährung einbaut.

Hülsenfrüchte – was ist das eigentlich noch mal? „Es handelt sich um eine artenreiche Pflanzenfamilie“, sagt Janina Herrmann, Managerin der Öko-Modellregion stadt.land.wü. 20.000 Arten gibt es weltweit, von denen aber nicht alle essbar sind. Was für uns bekannt klingt, sind Bohnen, Erbsen und Linsen, von denen es jeweils wieder viele Unterarten gibt. Lupinen und Luzernen sind weniger bekannt, gehören aber ebenfalls dazu.

Knöllchenbakterien als Kraftwerke

Was sie zu Hülsenfrüchten macht, sind verschiedene botanische Merkmale, wie zum Beispiel die namensgebende Hülse oder die schmetterlingsartige Form ihrer Blüten. Besonders interessant aus landwirtschaftlicher und ökologischer Sicht ist jedoch eine ganz besondere Fähigkeit der Hülsenfrüchte: An ihren Wurzeln lagern

sich Knöllchenbakterien an, die Stickstoff aus der Luft binden und für die Pflanzen nutzbar machen können. „Die Pflanze bringt quasi ihre eigene Düngerfabrik mit und man braucht keinen industriell hergestellten Stickstoffdünger“, so Janina Herrmann. Und mit diesen Kraftwerken versorgen sie nicht nur sich selbst: Über Pflanzenrückstände hinterlassen sie den Stickstoff auch für nachfolgend angebaute Pflanzen. Es findet als eine natürliche Düngung statt.

Ein wichtiger Grund, warum Landwirt Benedikt Endres auf Hülsenfrüchteanbau setzt. Auf seinem Bio-landhof im südlichen Landkreis Würzburg wachsen Linsen, Sojabohnen und seit 2020 sogar Kichererbsen. „Die Kraftwerke des konventionellen Ackerbaus stehen dort, wo Öl gefördert wird. Denn die konventionellen Düngemittel werden sehr energieintensiv synthetisch hergestellt“, sagt Endres. Bei Bio-Produkten nach der EU-Öko-Verordnung dürfen solche Dünger nicht eingesetzt werden. Unter anderem wegen der Knöllchenbakterien sind Hülsenfrüchte für Biolandwirte wie ihn in der Fruchtfolge interessant. Was ihn darüber hinaus begeistert: Sie können vom Acker quasi direkt auf unsere Teller wandern, weil man mit ihnen so viele kulinarische Optionen hat. „Die ‚Farm to Fork‘-Strategie geht hier komplett auf“, sagt er.



Von links nach rechts: Landrat Thomas Eberth, Rico Neubert (Leiter Kreisentwicklung), Brigitte Schmid (Fairtrade-Landkreis Würzburg), Manuela Fuchs-Krenn und Janina Herrmann (Öko-Modellregion stadt.land.wü.) und Christian Schuchardt (Oberbürgermeister Stadt Würzburg) stellen den neuen Einkaufsführer regional.fair.bio. vor.

Große Gesundheitswirkung, kleiner CO₂-Fußabdruck

Diese kulinarische Vielseitigkeit wissen auch immer mehr Menschen zu schätzen – insbesondere Vegetarier und Veganer. Aber auch alle anderen, die ihren Fleischkonsum reduzieren und damit ihren CO₂-Fußabdruck verkleinern möchten. Denn genau dafür sind Hülsenfrüchte perfekt geeignet. Aus dem Stickstoff, den sie mit Hilfe der Knöllchenbakterien aus der Luft holen, stellen sie nämlich jede Menge Eiweiß her.

Drei Dinge sind es, die Dr. Markus Keller vom Institut für pflanzenbasierte Ernährung in Gießen an Hülsenfrüchten besonders spannend findet: „Sie haben wertvolle Inhaltsstoffe, man kann tolle Sachen aus ihnen machen und sie sind sehr preisgünstig.“ Neben Eiweiß und Kohlenhydraten enthalten sie auch zahlreiche Vitamine und Spurenelemente – teilweise auch solche, die in unserer westlichen Ernährungsweise gerne einmal zu kurz kommen. Dazu zählt ein hoher Ballaststoffanteil auf das Konto von Linse und Co. ein. Mit 39 Prozent hat die Sojabohne den höchsten Proteingehalt, dicht gefolgt von der Lupine. Dabei ist nicht nur die Menge an Eiweiß hoch, sondern auch die Qualität. Insbesondere, wenn man Hülsenfrüchte mit Getreide kombiniert – und genau das ist bei vielen traditionellen Gerichten wie etwa Spätzle mit Linsen der Fall –, erhält man einen optimal ausgewogenen Aminosäuremix. Das heißt, dass der Körper dann alle Bausteine bekommt, die er für einen gesunden Eiweißstoffwechsel braucht.

Doch Hülsenfrüchte können noch mehr: Typ-2-Diabetikern helfen sie, ihren Blutzuckerspiegel besser unter Kontrolle zu halten. Außerdem können sie helfen, einen zu hohen Blutdruck zu senken und wirken hohen Blutfettwerten entgegen. Die Angst, dass Sojaprodukte schädlich sind, weil sie hormonähnliche Wirkungen haben, hält sich zwar sehr hartnäckig, ist aber inzwischen durch mehrere Studien widerlegt. „Hülsenfrüchte haben zahlreiche präventive und therapeutische Wirkungen. Negative Wirkungen sind bei maßvollem Konsum

nicht belegbar“, resümiert Dr. Markus Keller. Sein Institut empfiehlt ein bis zwei Portionen Hülsenfrüchte oder traditionelle Sojaprodukte wie Tofu oder Tempeh pro Tag als Richtwert.

Einkaufsführer regional.fair.bio: Hülsenfrüchte aus der Region kaufen

Wer auf der Suche nach lokalen Hülsenfrüchten ist, stellt in den Supermarktregalen schnell fest, dass der Großteil der Hülsenfrüchte aus Ländern wie der Türkei, Kanada oder Frankreich importiert wird. Eine Hilfestellung für den lokalen Einkauf bietet der neu aufgelegte Einkaufsführer von Stadt und Landkreis Würzburg. Aufgelistet und mit eigenem Icon markiert sind auch die Bio-Verkaufsstellen der Region – so z. B. der Online-Shop von Biolandwirt Benedikt Endres, sowie weiterer Direktvermarkter oder Einzelhändlern wie dem Würzburger Unverpackt-Laden, der ein breites Sortiment an bio-regionalen Produkten anbietet, zu dem auch Hülsenfrüchte gehören.



5 Tipps zum Kochen mit Hülsenfrüchten

- 1 Hülsenfrüchte nie roh essen.
- 2 Getrocknete Hülsenfrüchte vor dem Kochen einweichen. Das spart Energie und macht sie leichter verdaulich.
- 3 Salz ins Kochwasser geben: Das verlängert die Kochzeit nicht, sondern verkürzt sie sogar.
- 4 Saure Zutaten wie Tomaten oder Zitronensaft erst am Ende der Kochzeit zugeben, denn sie verhindern, dass sie gar werden.
- 5 Bei sehr hartem Wasser kann es helfen, eine Prise Natron ins Kochwasser zu geben.

Der Einkaufsführer

Der Einkaufsführer ist kostenlos in den Rathäusern von Stadt und Landkreis erhältlich. Zudem kann er kostenfrei beim Landratsamt Würzburg, Zeppelinstraße 15, 97072 Würzburg, oder per E-Mail an oekomodellregion@ira-wue.bayern.de angefordert werden.

Der Einkaufsführer als PDF-Datei zum Download: www.landkreis-wuerzburg.de/nachhaltig-einkaufen





Mit insgesamt 43 Personen gingen die Kolleginnen und Kollegen des Landratsamtes dieses Jahr an den Start – mit dabei waren auch Freunde und Familie der Mitarbeitenden.

Für den Teamgeist um die Wette gerannt

Die Teilnahme am WUE2RUN Firmenlauf ist für das Landratsamt Würzburg zur Tradition geworden. In diesem Jahr starteten über 40 Mitarbeitende und erzielten tolle Ergebnisse. Was das betriebliche Gesundheitsmanagement damit zu tun hat.

Leicht bewölkt und nicht zu heiß – perfekte Startbedingungen für das #TeamLRAWü beim WUE2RUN Firmenlauf Würzburg am 29. Juni 2023. Mit insgesamt 43 Personen gingen die Kolleginnen und Kollegen des Landratsamtes dieses Jahr in neu designten Shirts an den Start – mit dabei waren auch Freunde und Familie der Mitarbeitenden.

Bereits seit mehreren Jahren ist das Landratsamt beim Firmenlauf dabei. „Beim sportlichen Miteinander stärken wir den Teamgeist und den Zusammenhalt der Kolleginnen und Kollegen“, betont Sarah Eitelwein, die im Landratsamt Würzburg für die Personalentwicklung zuständig ist und natürlich auch zu den Starterinnen gehörte.

Ein Arbeitskreis im Landratsamt kümmert sich jedes Jahr darum, dass die Kolleginnen und Kollegen beim Firmenlauf starten – inklusive Corporate Shirt, Verpflegung und Wohlfühlatmosphäre vor und nach dem Lauf. In diesem Jahr gab es ebenfalls wieder einen Lauftreff mehrere Wochen im Vorfeld, um für den Lauf im Juni zu trainieren.

Die Teilnahme stärkt aber nicht nur das Wir-Gefühl, sondern ist auch eine unmittelbare Maßnahme der betrieblichen Gesundheitsförderung und damit Teil

des Betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM). Das Landratsamt hat hier in den vergangenen Jahren systematisch und nachhaltig gesundheitsförderliche Strukturen und Prozesse geschaffen. Vor allem die Angebote der freiwilligen Gesundheitsförderung wurden stark ausgebaut. „Unsere mittlerweile fast 800 Kolleginnen und Kollegen sind unsere wichtigste Ressource. Nur mit leistungsfähigen, motivierten und vor allem gesunden Beschäftigten sind wir weiterhin erfolgreich“, sagt Katharina Ostheimer, Stabsstelle Betriebliche Sozialberatung (BSB) am Landratsamt Würzburg.

Auch beim vergangenen Firmenlauf stand die sportliche Leistung im Hintergrund, auch wenn so mancher darüber zum Sporttreiben gelangt ist und profihafte Zeiten vorlegen kann. Der schnellste Läufer des Landratsamts erreichte nach 28 Minuten und 38 Sekunden das Ziel und knackte somit die 30-Minuten-Marke auf der 7,4 Kilometer langen Strecke. Alle Kolleginnen und Kollegen kamen wohlbehalten über die Ziellinie und konnten sich danach am Grillbuffet stärken.



„Willst du mit mir laufen?“ Darauf hatten die Läuferinnen und Läufer des Landratsamts nur eine Antwort: JA!

Der erste fränkische Wildkräutergarten bietet eine wohltuende Erholungs-oase.

Auf spannenden Wegen

Greußenheim ist sehr gefragt bei Erholungsbedürftigen aus nah und fern.

Dafür sorgen unter anderem tolle Freizeit- und Kulturangebote. Allein fünf besondere Wege locken: Ein Kultur-, ein Bildstock- sowie ein Lichterweg, außerdem gibt es einen „Weg der Lieder“ und einen „GeDANKEN-Weg“. Letzterer wurde von lokalen Künstlern wie Bernd Kleinschnitz mitgestaltet.



Hier startet der „GeDANKENWeg“, der an sechs künstlerisch gestalteten Stationen zum Nachdenken und zum Danken einlädt.

Als er mit dem Projekt „GeDANKENWeg“ konfrontiert wurde, musste Bernd Kleinschnitz erst mal in sich gehen. „Dann kam mir der Idee, dass ich etwas machen wollte, durch das man hindurchsehen kann, um etwas



Mit dem „Weitblick“ will Bernd Kleinschnitz die Wanderer auf dem GeDANKENWeg auffordern, über die Zukunft nachzudenken.

zu entdecken“, schildert er. Heute schaut man dort, wo sein Kunstwerk „Weitblick“ steht, wie durch ein Fenster weit in die Ferne. Dieser Blick ins Weite hat für den Greußenheimer eine tiefere Bedeutung. „Es macht wenig Sinn, in die Vergangenheit zu schauen, die kann man nicht mehr ändern, man muss über die Zukunft nachdenken“, ist er überzeugt. Die müsse lebenswert gestaltet werden: „Sonst stirbt die Menschheit aus.“

Insgesamt sechs Kunstwerke sind entlang des „GeDANKENWegs“ zu bestaunen. „Alles ist Geschenk“ heißt das Objekt von Paul-Lorenz Kraus. Oskar Kohl steuerte ein Werk namens „Herzgeföhle“ bei. Außerdem geben die Kunstwerke „Wurzeln und Verbindungen“ von Alois Kühnlein und Thomas Kuhn, „BeSINNung“ von Berthold Kirchner und „Geborgenheit und Schutz“ von Leo Braunwart Impulse.



„Alles ist Geschenk“ nennt Paul-Lorenz Kraus seine Skulptur.

Der „Weg der Lieder“ geht auf die Idee von Greußenheims Nachtwächter Erich Hetzer zurück. An sieben Stationen finden sich Texte und Melodien zu Liedern, die zum jeweiligen Standort besonders gut passen. Gestartet wird mit „Wohlauf, die Luft geht frisch und rein“. „Das soll zum Wandern animieren“, erläutert Erich Hetzer. Das besinnliche Volkslied „Kein schöner Land“ wird in der Nähe des Greußenheimer Kreuzwegs gesungen.



Über „Geborgenheit und Schutz“, geschaffen von Leo Braunwart, kann man an dieser Station des GeDANKENWegs nachsinnen.

Wer den ganzen Tag über fleißig gearbeitet hat, findet im ersten fränkischen Wildkräutergarten eine wohltuende Erholungs-oase. „Hier darf gekostet, gerochen und gestaunt werden“, sagt Sigute Wosch, die durch den Wildkräutergarten führt. Ausführliche Tafeln beschreiben, welche heilsamen Stoffe in den Kräutern enthalten sind und wie man sie nutzt. Bei ihren Führungen erläutert die Greußenheimerin, warum der Wiesen-Salbei im Logo des Wildkräutergartens einen Ehrenplatz erhielt. Wer wissen möchte, was das mit Kaiser Karl zu tun hat, sollte sich einfach der nächsten Führung anschließen.

Weitere Informationen

Auf der Homepage des Landkreises unter der Rubrik „Urlaub dahemm“ www.landkreis-wuerzburg.de/Bildung-Freizeit-Kultur/Urlaubdahemm gibt es weitere Informationen.



Faschingszug in Greußenheim

Sie lieben den Ort, an dem sie leben

In Greußenheim fühlt sich (nicht nur) die ältere Generation pudelwohl. Hier wird zusammen gegessen, gesportelt, Theater gespielt und Fasching gefeiert.

Weitere Informationen

In Greußenheim wohnen rund 1.650 Menschen. Ca. 20 Prozent sind über 65 Jahre alt. Die 1136 erstmals urkundlich erwähnte Gemeinde zeichnet sich durch eine gute Infrastruktur, viele Freizeitmöglichkeiten und ein reges Vereinsleben aus. Es gibt eine Filialarztpraxis und eine Praxis für Physiotherapie. Etwa zehn Menschen aus Greußenheim nutzen das APG-Seniorenabo.

Alles schmeckt besser, sitzen andere mit am Tisch. Karin Kuhn, Bürgermeisterin von Greußenheim, ist froh, dass es seit Mai 2022 mit dem Ristorante Pizzeria Nino wieder eine Gaststätte in Greußenheim gibt. Hier findet einmal im Monat von 14 bis 17 Uhr der Seniorenkreis statt. Montags und donnerstags sind Seniorinnen und Senioren zum Genusstisch eingeladen.

Rollator-Kurs hoch im Kurs

Greußenheims Ältere vermissen die Urbanität der unterfränkischen Metropole Würzburg nicht, denn in ihrer eigenen Gemeinde ist eine Menge los. Nicht wenige engagieren sich zum Beispiel in der Kirche. „Wir haben eine Lektorin, die mit 93 Jahren ohne Brille laut und deutlich liest, das beeindruckt mich jedes Mal aufs Neue“, schwärmt Karin Kuhn.

Auch im Greußenheimer Sportverein tummeln sich keineswegs nur Youngsters. Menschen im Alter von 65+ machen in den verschiedensten Abteilungen mit. Wobei es auch spezielle Angebote für Ältere gibt. 2015 zum Beispiel startete ein vielbeachteter Rollator-Kurs mit neun Seniorinnen, der dieses Jahr wieder aufgelegt wurde. „Bei beiden Kursen waren die Teilnehmerinnen jeweils über 80“, berichtet Vorstandsfrau Christa Öchsner.

Ältere, die sich für Gartenkunst interessieren, sind beim Greußenheimer Obst- und Gartenbauverein

richtig. Der betreut den von Vereinsmitgliedern aufgebauten Fränkischen Wildkräutergarten. Auch Fahrten zu Gartenschauen werden organisiert.

Auf offener Bühne

Schauspielbegeisterte Greußenheimer im jungen Seniorenalter bringen sich beim Theaterverein „Vorhang auf“ ein. „Diesen Verein haben wir gegründet, um anlässlich unseres 875-jährigen Jubiläums ein historisches Schauspiel aufzuführen“, berichtet Karin Kuhn, die als Vorsitzende fungiert. „Kaiser Karls Gericht“ wurde von der Greußenheimer Mundartdichterin Reineldis Roth verfasst. „2024 zeigen wir es noch einmal“, verrät die Bürgermeisterin. 85 Schauspieler werden dann auf der Bühne stehen: „Darunter mehrere Akteure über 65.“ Davon, dass die Gemeinde die Greußenheimer Geisberghalle saniert und die Bühne der Halle erweitert hat, profitiert nicht zuletzt auch der Theaterverein sowie der Faschings- und Musikverein.

Junge Menschen aus Greußenheim schwingen sich ins Auto und fahren zu Kulturevents nach Würzburg und Umgebung, sie kommunizieren per E-Mail miteinander oder begeben sich im weltweiten Netz auf Entdeckungsreisen. All das liegt den höher Betagten fern, sagt Renate Westerwelle, die den Greußenheimer Seniorenkreis leitet. „Die allermeisten verlassen Greußen-



Seniorenfasching in der Pizzeria Nino

Bürgermeisterin
Karin Kuhn

heim kaum einmal, die allermeisten machen nichts im Internet“, so die 63-jährige Bäckerin. Umso glücklicher seien sie, wenn sie zusammensitzen und sich unterhalten können.

Der Seniorenkreis ist das Herzstück der gemeindlichen Seniorenarbeit. Für die ältere Generation ist er unersetzlich. Zum Teil kommen über 50 Interessierte zu den monatlichen Treffen.

Immer wieder erhält Renate Westerwelle ein herzliches Lächeln von „ihren“ Teilnehmenden, immer wieder bekommt sie zu hören: „Du machst das wirklich richtig toll.“ Aber auch die Älteren untereinander, sagt sie, haben ein ausgesprochen gutes Verhältnis. „Eine Teilnehmerin musste inzwischen ins Pflegeheim ziehen, sie wird dort oft besucht.“ Apropos Pflege: Auch dafür ist in Greußenheim gesorgt. „Wir haben eine Tagespflege und eine Sozialstation am Ort“, berichtet Karin Kuhn. Wer ein Pflegeheim

benötigt, begibt sich meist in die Einrichtung des Kommunalunternehmens nach Würzburg: „Bald soll es eine neue Einrichtung in Uettingen geben, darauf freuen wir uns schon.“

Alt und Jung feiern zusammen

Um ihre betagten Mitmenschen zu unterstützen, kamen einige schon vor knapp 15 Jahren auf die Idee, eine Organisation zu gründen, die Hilfen wie Fahrten zum Arzt anbietet. Die allerdings wird kaum in Anspruch genommen, was laut Bürgermeisterin Kuhn letztlich als sehr positiv anzusehen ist: „Die Seniorinnen und Senioren selbst helfen einander, außerdem unterstützen Kinder und Enkel.“ Etwas anderes hingegen wird garantiert ein Erfolg werden: „Wir planen einen Mehrgenerationen-Park.“ Hier sollen am westlichen Ortseingang und am „Süßen Brünnele“ seniorengerechte Wohnungen entstehen. Greußenheims

ältere Menschen sollen möglichst an dem Ort wohnen bleiben können, an dem sie ihre Kindheit und Jugendzeit verbracht haben und fest integriert sind. „Bei der Sonnwendfeier unserer Gemeinde zum Beispiel waren auch viele Seniorinnen und Senioren anwesend“, berichtet Renate Westerwelle. Da haben Alt und Jung zusammen gefeiert.

„Auch bei uns im Faschingsverein, dem 180 Greußenheimer angehören, sind einige jenseits der 65“, berichtet Bernd Kleinschnitz, Vorsitzender der Faschingsfreunde. Die mehrtägigen Prunksitzungen werden jedes Jahr von einer großen Anzahl der Senioren sehr gerne besucht und haben einen hohen Stellenwert. Dabei erinnern sich viele an ihre vergangenen Auftritte. Sein Heimatort, so der 56-Jährige, sei für ältere Menschen „definitiv äußerst lebenswert“. Der Seniorenkreis, an dem auch seine Eltern teilnehmen, stelle dabei das unbestrittene Highlight dar.



Rollator-Kurs durch den Sportverein Greußenheim





Zu jung für das Altenheim?

Junge Pflegebedürftige sind Menschen, die aufgrund einer Krankheit oder eines Unfalls auf die Hilfe anderer angewiesen sind. Die Junge Pflege richtet sich an alle, die unter normalen Umständen mitten im erwerbsfähigen Leben stehen würden. Laut Malteser Hilfsdienst e.V. sind rund 490.000 Pflegebedürftige unter 65 Jahre alt. Das sind knapp 17 Prozent aller pflegebedürftigen Menschen in ganz Deutschland.

Eine junge Pflegebedürftige ist Lilli Werner (Namen geändert). Sie lebt nach einem Hirnschlag vollstationär in einer Senioreneinrichtung im Landkreis Würzburg. Die Frau ist Mitte 40 und wohnt in einem Pflegeheim, in welches sie eigentlich nicht gehört. Denn das Angebot des Hauses richtet sich laut Heimleitung an die Generation Ü70. Doch nach einem geplatzten Aneurysma und einem Schlaganfall kann sich Lilli Werner nicht mehr selbst versorgen. Sie ist auf eine Pflege rund um die Uhr angewiesen, da sie halbseitig gelähmt ist. Für das Aufstehen, Anziehen und Waschen benötigt sie Hilfe. „Ich kann aber alleine essen, es muss nur kleingeschnitten sein“, sagt Lilli Werner. Um körperlich wieder fitter zu werden, macht sie drei Mal in der Woche Reha-Sport. Aufgrund ihres Alters zählt die Frau aus dem Landkreis

Würzburg zum Bereich der „Jungen Pflege“. Sie ist eine der Jüngsten in der gesamten Einrichtung.

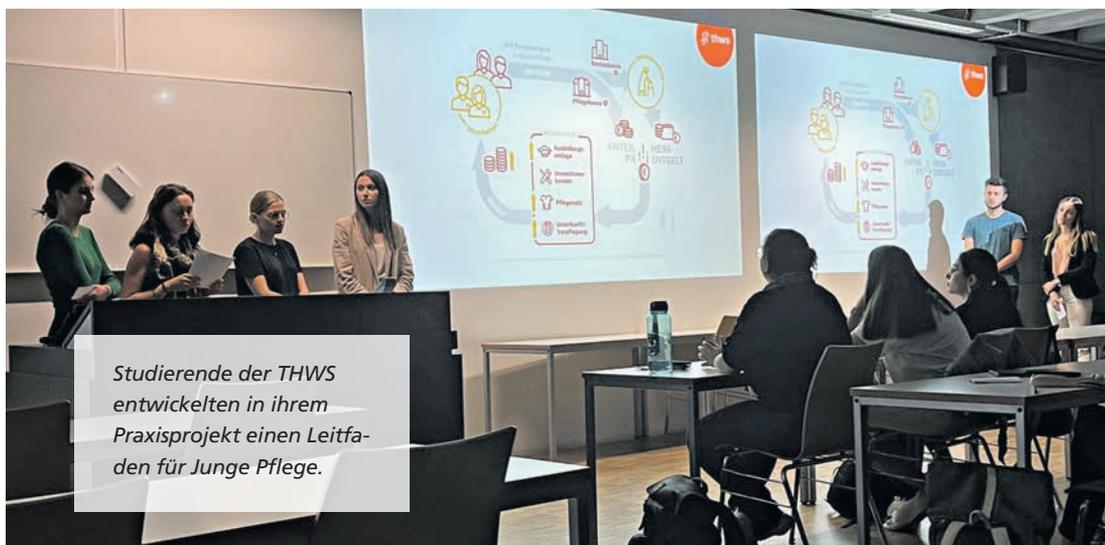
Das Zimmer von Lilli Werner ist mit vielen Fotos und Pflanzen persönlich eingerichtet. Freunde, Familie und ihre Patenkinder sind ihr sehr wichtig. So stehen etliche Bilder auf den kleinen Regalen an der Wand über dem Bett oder neben dem Fernseher. Die Motive: der Junggesellenabschied einer Freundin und eine Kollage des Kitzinger Stadtbalkons. Ihr Lieblingsort.

Die junge Frau kann sich auf die Unterstützung ihrer großen Familie verlassen und genießt sonntags das gemeinsame Kaffeetrinken. Da sie Vollzeitpflege benötigt, kommen nur Tagesausflüge infrage. Lillis Vater hat ein rollstuhlgerechtes Auto gekauft. Demnächst geht es an den Brombachsee.

Praxisprojekt an der THWS: Leitfaden für Junge Pflege

Dass das Thema „Junge Pflege“ sehr unterrepräsentiert ist, möchten die Studierenden der Fachrichtung Gesundheitsmanagement der Technischen Hochschule Würzburg-Schweinfurt (THWS) ändern. In ihrem Praxisprojekt entwickelten sie einen Leitfaden, wie Junge Pflege am Standort Röttingen aussehen könnte. Demnach beschäftigen diese Menschen andere Themen.

So haben einige eine Partnerschaft und benötigen daher ein größeres Bett, damit die Partnerin oder der Partner auch übernachten könnte. Junge Pflegebedürftige ziehen meist ein Einzelzimmer vor, um ausreichend Privatsphäre zu genießen. Zudem arbeiten einige im Homeoffice, weswegen ein Einzelzimmer auch praktischer ist.



Studierende der THWS entwickelten in ihrem Praxisprojekt einen Leitfaden für Junge Pflege.

Eine Studentin, die sich intensiv mit dem Thema Junge Pflege beschäftigt, ist Lisa Heinrichs. Sie schreibt ihre Masterthesis über die Qualitative Bedarfsanalyse für Junge Pflege in der vollstationären Langzeitpflege. „Ich komme aus der Pflege, denn ich bin gelernte Gesundheits- und Krankenpflegerin“, sagt Heinrichs. Sie arbeitet im Bereich Qualitätsmanagement in den Senioreneinrichtungen des Landkreises Würzburg.

Für ihre Masterthesis führte Heinrichs Interviews mit 13 Menschen im Alter zwischen 18 und 64 Jahren, die einwilligungsfähig, aber aufgrund einer Erkrankung wie Multiple Sklerose (MS), eines Handicaps oder eines Unfalls pflegebedürftig sind und in einem Altenheim leben. Heinrichs untersuchte, welche Bedürfnisse und Wünsche diese Personengruppe hinsichtlich ihrer Wohn- und Versorgungssituation hat.

Andere Tagesstruktur für junge Pflegebedürftige

„Da junge Pflegebedürftige manchmal erwerbstätig sind, brauchen diese Menschen eine andere Struktur.

Abends, wenn sie Feierabend haben, gibt es wenige Betreuungsangebote“, so Heinrichs. Auch das Sportangebot müsse an die Junge Pflege angepasst werden. Hier biete sich beispielsweise Rollstuhlbasketball an. Junge Pflegebedürftige wünschen sich Flexibilität bei Essenszeiten und beim Zu-Bett-Gehen. Individualität ist ebenso wichtig. So möchten manche von ihnen auch die eigenen Möbel mitbringen oder die Wände bunt streichen.

Röttingen: Wohnbereich für Junge Pflege

Gute Voraussetzungen für einen Wohnbereich mit dem Konzept „Junge Pflege“ bietet das Seniorenzentrum Röttingen. „Der barrierefreie Wohnbereich für die Junge Pflege würde im Erdgeschoss eingerichtet werden. Hier gibt es 22 Pflegeplätze, die sich auf 20 Einzelzimmer und ein Doppelzimmer aufteilen“, erklärt Artur Hild, Pflegedienstleiter im Seniorenzentrum Röttingen. Er ist für eine stärkere Präsenz des Themas Junge Pflege. „Es ist Bedarf da. Diese jungen



Junge Pflege im Fokus: Lisa Heinrichs erforscht die Wohn- und Versorgungssituation junger Pflegebedürftiger in Süddeutschland.

„Da junge Pflegebedürftige manchmal erwerbstätig sind, brauchen diese Menschen eine andere Struktur. Abends, wenn sie Feierabend haben, gibt es wenige Betreuungsangebote.“

Lisa Heinrichs

Menschen kommen in der Altenpflege unter, weil es keine andere Option gibt. Aber junge Pflegebedürftige sollten die Chance haben, in so einer Einrichtung bedarfsgerecht zu leben“, sagt Hild. Doch ob und wann genau in Röttingen ein Wohnbereich für die Junge Pflege entsteht, hänge leider aktuell von der Personalsituation ab.



Mit liebevoller Fürsorge setzen die Pflegerinnen und Pfleger alles daran, den Bedürfnissen junger Pflegebedürftiger nach Partnerschaft, flexibleren Tagesstrukturen und einer individuelleren Wohnsituation gerecht zu werden.



Auf großen Flächen werben die Senioreneinrichtungen des Landkreises Würzburg in Röttingen für das Projekt.

Vanessa Drösler ist Ausbildungsbeauftragte der Senioreneinrichtungen des Landkreises Würzburg.

Ein Beruf mit Herz und Perspektiven

*Ausbildung in der Pflege:
Die Senioreneinrichtungen des
Landkreises Würzburg unterstützen
ihre Nachwuchskräfte auf ihrem
Weg in einen Beruf, der zahlreiche
Möglichkeiten eröffnet.*

Folge uns auch auf Instagram!



Seit diesem Sommer ist Vanessa Drösler die neue Ausbildungsbeauftragte der Senioreneinrichtungen des Landkreises Würzburg. Zusammen mit drei Praxisanleiterinnen begleitet und unterstützt sie die so wichtigen Nachwuchsfachkräfte auf ihrem Weg zu qualifizierten Pflegekräften und steht ihnen mit Rat und Tat zur Seite.

Vanessa Drösler begann ihre berufliche Laufbahn im Kommunalunternehmen 2012 mit einer Ausbildung zur Kauffrau für Bürokommunikation, gefolgt von einer Tätigkeit als Personalsachbearbeiterin bis 2017. Währenddessen absolvierte sie Weiterbildungen zur Wirtschaftsfachwirtin sowie zur Betriebswirtin und machte den Ausbilderschein. Seit 2019 arbeitet sie als Personalreferentin bei den Senioreneinrichtungen des Landkreises Würzburg und übernimmt nun zusätzlich die Aufgabe der Ausbildungsleitung für die Pflegeausbildung.

„Ich trage die Verantwortung für die Durchführung der praktischen Ausbildung. Das beinhaltet die Vorbereitung und Realisierung, das Bewerbungs- und Einstellungsverfahren, die Suche nach passenden Einsatzstellen und das Abschließen von Kooperationsverträgen“,

erklärt Vanessa Drösler ihr umfangreiches Aufgabengebiet. „Außerdem stehe ich den Auszubildenden als Ansprechpartnerin bei Problemen zur Seite und sichere die Qualität der Praxisanleitungen.“ Zusätzlich kümmert sie sich um Antragstellungen für finanzielle Förderungen während der Ausbildung und entwickelt kontinuierlich Konzepte weiter, damit die bestmöglichen Ausbildungsziele erreicht werden.

Was können Auszubildende bei den Senioreneinrichtungen des Landkreises Würzburg erleben?

Für und mit den Auszubildenden organisieren die Senioreneinrichtungen des Landkreises Würzburg zahlreiche Aktivitäten und Benefits, um die Lehrjahre möglichst attraktiv zu gestalten. Dazu gehören Willkommensveranstaltungen, jährliche Azubiausflüge, Ausbildungswochen und regelmäßige Austauschgespräche. Die Auszubildenden profitieren von einer Tarifbezahlung nach öffentlichem Dienst, betrieblicher

Altersvorsorge, Sonderzahlungen wie Weihnachtsgeld und Zuschlägen sowie weiteren Vorteilen. Dazu gehört bei persönlicher Eignung auch eine Übernahmegarantie in eine unbefristete Festanstellung bei erfolgreichem Abschluss.

Was macht diese Ausbildung so attraktiv?

Die Attraktivität des Jobs und der Ausbildung in der Pflege bei den Senioreneinrichtungen des Landkreises Würzburg liegt nicht nur in der Krisensicherheit und einem sicheren, kommunalen Arbeitgeber, sondern auch in der Möglichkeit zur Selbstverwirklichung und den vielfältigen Aufstiegschancen, die auch ohne Studium möglich sind. „Für mich persönlich ist es besonders spannend, die Auszubildenden über die gesamte Ausbildungsdauer zu begleiten und ihre Entwicklung bis zum wohlverdienten Abschluss zu sehen“, beschreibt Bettina Staudigel, eine der drei Praxisanleiterinnen, ihre Tätigkeit.



Die Praxisanleiterinnen Bettina Staudigel (links) und Andrea Keppner (rechts)

Was unterscheidet die Ausbildung in der Pflege von anderen Ausbildungen?

Die Ausbildung erfordert Interesse an verschiedensten Pflegeprozessen, ein Gespür für die Bedürfnisse der Menschen in ihrer jeweiligen Lebensphase sowie persönliche Stärken wie Offenheit, freundliche und respektvolle Kommunikation, Organisationstalent und Teamfähigkeit. So erwerben die Auszubildenden umfassende Kenntnisse und Kompetenzen in der Pflege von Menschen aller Altersgruppen und Versorgungsbereiche, die in der gesamten EU anerkannt sind.

„Besonders wichtig und einzigartig in der Altenpflege ist die Beziehungsgestaltung mit den Bewohnerinnen und Bewohnern, bei der Gefühle geteilt, gemeinsam gelacht und geweint, Hürden überwunden

und Abenteuer erlebt werden“, fasst Johanna Göckel, ebenfalls Praxisanleiterin, die Pflegeausbildung in emotionale Worte.

„Die Pflegeausbildung bietet eine solide Grundlage für eine erfüllende und zukunftssichere Karriere in einem Berufsfeld, das stets gebraucht wird und die Möglichkeit bietet, das Leben anderer Menschen positiv zu gestalten. In der Pflegeausbildung verbinden sich Herzlichkeit, Fachkompetenz und Perspektiven zu einer einzigartigen Berufserfahrung für jeden, der sich für diesen Weg entscheidet“, fasst Andrea Keppner, die Dritte im Team der Praxisanleiterinnen, die Vorteile einer Ausbildung in der Pflege zusammen.



Den Abschluss der Azubiwoche bildete der gemeinsame Ausflug in den Kletterwald Einsiedel. Der Teamzusammenhalt und die Stimmung waren unübertroffen.

Weitere Informationen

Das verdienst du zu Recht:

1. Ausbildungsjahr 1.190 €
2. Ausbildungsjahr 1.252 €
3. Ausbildungsjahr 1.353 €

Tarifanpassungen erfolgen jährlich

Du kannst urlauben:

an 30 Tagen im Jahr





Ausbildung auf Augenhöhe

Die moderne Pflegeschule der Main-Klinik Ochsenfurt hat sich etwas ganz Neues einfallen lassen. Ein Blick hinter die Kulissen zeigt, wie Pflegeprofis heute ausgebildet werden.

„Der Idealfall unseres problemorientierten Lernens macht die Schülerinnen und Schüler zu ihren eigenen Lehrerinnen und Lehrern. Sie erarbeiten sich Themen, suchen Lösungen und stellen ihre Ergebnisse zur Diskussion.“

Michael Wink,
Leiter der Pflegeschule an der
Main-Klinik Ochsenfurt

„Kein Beruf bietet mehr Möglichkeiten als die Pflege“, ist Michael Wink, Leiter der Pflegeschule an der Main-Klinik Ochsenfurt sicher. „Die Ausbildung zur Pflegefachfrau bzw. zum Pflegefachmann legt die Basis für zahlreiche Karrieremöglichkeiten und Einsatzfelder in der Pflege.“

So auch in Ochsenfurt. Bislang fand der Unterricht der Pflegeschule an der hiesigen Berufsschule und in Schulungsräumen der Main-Klinik statt – seit diesem September steht den Auszubildenden ein neues modernes Gebäude auf dem Campus der Klinik zur Verfügung.

Um die hohen Ansprüche der seit 2020 eingeführten generalistischen Pflegeausbildung zu erfüllen, sind die 2.100 Theorie- und 2.500 Praxisstunden der Ausbildung eng miteinander verzahnt. Den Großteil der praktischen Ausbildung absolvieren die Auszubildenden in Einrichtungen der Akutversorgung, wie Krankenhäusern, der Langzeitpflege, beispielsweise einem Seniorenheim, oder auch bei ambulanten Pflegediensten.

Neue Wege in der Pflegeausbildung

„Selbst scheinbar alltägliche Pflegesituationen enthalten sehr komplexe Strukturen“, erläutert Michael Wink, „und die reformierten Ausbildungsgesetze erfordern viele neue Ausbildungsinhalte. Mit Frontalunterricht, wie er früher oft üblich war, kommt man schnell an Grenzen.“ Daher wurden in Ochsenfurt neue Unterrichtsmodelle eingeführt.

So legt die Pflegeschule Wert auf praxisnahe Ausbildung in Form von Handlungssituationen, in denen die Auszubildenden ihre Problemlösungskompetenz trainieren. „Theoretisches Wissen, praktische Übungen und wissenschaftliche Grundlagen helfen ihnen, Aufgaben und Fragestellungen eigenständig zu lösen.“

Lebensecht simuliert

Dazu hat sich die Pflegeschule etwas ganz Neues einfallen lassen: In einem Simulationsraum können Schülerinnen und Schüler an lebensechten Puppen unterschiedliche Pflegesituationen erleben und einüben. Der Raum gleicht, je nach Aufgabe, dem Patientenzim-

mer einer Klinik, einem Zimmer in einem Seniorenheim oder auch privaten Räumlichkeiten bei ambulanter Pflege. Die Puppe, die sprechen kann, wird aus einem Nebenraum, dem „Cockpit“, gesteuert. Mithilfe vieler Vitalparameter wie Blutdruck und Herzfrequenz können unterschiedliche Pflege- und Notfallsituationen praxisnah simuliert werden.

„Hier üben die Auszubildenden in einem geschützten Raum, erweitern ihr Wissen und stärken ihr Selbstvertrauen“, erläutert Sophie Otto, die in der Main-Klinik als zentrale Praxisanleiterin ein offenes Ohr für die Belange der Auszubildenden hat. Die Übungen werden auf Video aufgezeichnet. „So können die Teilnehmerinnen und Teilnehmer die Situation anschließend aus einem anderen Blickwinkel wahrnehmen und ihr Verhalten reflektieren.“

Schüler zu Lehrern machen

„Der Idealfall unseres problemorientierten Lernens“, ergänzt Michael Wink, „macht die Schülerinnen und Schüler zu ihren eigenen Lehrerinnen und Lehrern. Sie erarbeiten sich Themen, suchen Lösungen und stellen ihre Ergebnisse zur Diskussion.“ Diese pädagogischen Freiheiten nutzen sie auch für Vorschläge, um die Ausbildung noch attraktiver zu machen: „So haben sie ein Mentorenprogramm angeregt, in dem ältere Auszubildende neuen Kolleginnen und Kollegen hilfreich zur Seite stehen.“

Die Pflegepädagoginnen und -pädagogen der Schule sehen sich weniger als Lehrerinnen und Lehrer, eher als Ausbildungsbegleitende und -beratende, die die Lernfortschritte anhand der präsentierten Ergebnisse begutachten. Sie formulieren gemeinsam mit den Auszubildenden Lernziele, geben Rückmeldungen über Leistungen und Tipps für Verbesserungsmöglichkeiten.

Ziel ist es, niemanden auf dem Weg zum Berufsabschluss allein zu lassen. Daher zählt hier nicht nur fachliches Wissen, sondern auch das Vertrauen untereinander und Transparenz in der Ausbildung durch Feedback und Dokumentation. „Wir wollen nicht nur kompetent ausbilden, sondern auch auf Augenhöhe“, unterstreicht der Schulleiter.

Eine Basis für die Pflegekarriere

Die Verzahnung von theoretischem Wissen und praktischer Ausbildung bereitet Schülerinnen und Schüler bestmöglich auf die Anforderungen des Pflegeberufs vor. Die Pflegeschule schafft somit solide Grundlagen für eine erfolgreiche und erfüllende Karriere in der Pflegebranche – von der Arbeit in einem Krankenhaus, in einer stationären Pflegeeinrichtung oder einer ambulanten Einrichtung, bis hin zu einem pflegeorientierten Studium.

„Nach dem erfolgreichen Abschluss haben wir allerdings keine ‚fertigen‘ Pflegekräfte“, unterstreicht Michael Wink – und vergleicht die Ausbildung eher mit einem Studium der Medizin: „Dort lernt man das Grundlagenwissen und erhält erste praktische Anleitungen. Aber Expertise und fachliche Spezialisierungen folgen im Beruf – genauso wie bei den Pflegefachleuten.“



Azabis und Lehrkräfte lernen und lehren auf Augenhöhe.



Alle Auszubildenden erhalten ihren eigenen Laptop.



Komfortable Aufenthaltsbereiche zum Entspannen, Lernen und Austauschen

Einladung

Lernen Sie die neue Pflegeschule an der Main-Klinik persönlich kennen: an unserem **Tag der offenen Tür am 27.10.2023 von 14 bis 18 Uhr auf dem Gelände der Main-Klinik in Ochsenfurt**. Dort erfahren Sie aus erster Hand, wie moderne Pflegeausbildung gestaltet wird und wie sich die zukünftigen Pflegefachfrauen und -männer hier auf ihren Beruf vorbereiten. Eingerahmt wird der Tag der offenen Tür von einem bunten Programm für die ganze Familie – mit individuellen Beratungsangeboten über Pflegeausbildung und duale Studiengänge, Mitmachstationen zu medizinischen Themen, Programmen für Kinder und einem begehbaren Rettungswagen des Bayerischen Roten Kreuzes. Dazu informieren wir Sie in Vorträgen zu Erste Hilfe am Kind, Demenz sowie aktuellen Themen der Pflegeberatung und -ausbildung. Neben Getränken, Snacks, Kaffee und Kuchen bietet der Food-Truck von hotvooie Fritten in allen Variationen an. Wir freuen uns auf Ihren Besuch und die Möglichkeit, Ihnen unsere neue Pflegeschule sowie die damit verbundenen Ausbildungskonzepte persönlich vorstellen zu können. Nähere Infos zum Tag der offenen Tür finden Sie auf der Website [main-klinik.de](https://www.main-klinik.de).

Weitere Informationen

Wer nun neugierig auf die Ausbildung zur/zum Pflegefachfrau/Pflegefachmann geworden ist, kann sich einen Eindruck davon auf der Website [pflegeschule-mko.de](https://www.pflegeschule-mko.de) machen.



Alle Informationen rund um die Main-Klinik als Arbeitgeber stehen auf dem Karriereportal [karriere-main-klinik.de](https://www.karriere-main-klinik.de) zur Verfügung.

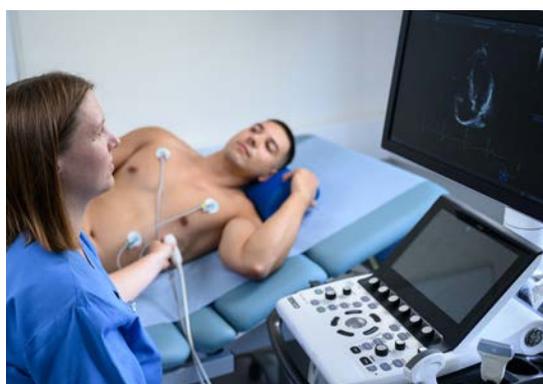




Durch die enge Verzahnung von MVZ und Klinik bieten Dr. Kristina Baar (links) und Dr. Lotte Possler Patientinnen und Patienten einen hoch zu schätzenden Vorteil: eine „Rundumbetreuung“.

„Herz-lich“ willkommen an der Main-Klinik

Die kardiologische Patientenversorgung im Landkreis erhält Unterstützung: Dr. Kristina Baar verstärkt seit Juli das Team des Medizinischen Versorgungszentrums (MVZ) an der Main-Klinik Ochsenfurt.



Die Echokardiografie, auch Herzecho genannt, ist eine der wichtigsten Routineuntersuchungen am Herzen. Diese Ultraschalluntersuchung kann über verschiedene Herzkrankungen Aufschluss geben.

„Kardiologie fand ich schon im Studium sehr spannend“, erinnert sich Dr. Kristina Baar an ihren medizinischen Werdegang. „Daher habe ich zu einem Thema der Herzinsuffizienz promoviert und meinen Facharzt in Kardiologie gemacht.“

Ihre Kompetenzen werden an der Main-Klinik sehr geschätzt, denn Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind keine Seltenheit: Sie zählen zu den häufigsten Todesursachen hierzulande: „Oft münden kardiologische Krankheitsbilder wie Bluthochdruck, Herzklappenerkrankungen oder Herzrhythmusstörungen in Herzinsuffizienz“, erläutert die gebürtige Würzburgerin und einzige niedergelassene Kardiologin im Raum Ochsenfurt. „Daneben sehen wir auch seltenere Diagnosen wie Herzmuskelentzündung oder verschiedene strukturelle Veränderungen der Herzmuskulatur, die gerade auch jüngere Patientinnen und Patienten treffen können.“

Ambulante und stationäre Versorgung stärken

„Vielen Betroffenen können wir im MVZ bereits ambulant helfen“, unterstreicht sie. „Gerade beim Thema Herzinsuffizienz kann eine gute ambulante Versorgung stationäre Einweisungen vermeiden.“ Durch ihre bisherige Arbeit in einer Klinik kennt sie auch die stationäre Seite, was die enge Zusammenarbeit mit den

Kolleginnen und Kollegen auf den Stationen erleichtert. Räumliche Nähe und kurze Dienstwege sieht sie an der Main-Klinik in Ochsenfurt als große Pluspunkte: „Patientinnen und Patienten haben hier den Vorteil, dass ihre medizinischen Daten am Standort bleiben und rasch verfügbar sind, wenn sie zwischen ambulanter und stationärer Behandlung wechseln.“

Zwei volle Stellen für die Herzen der Region

Über die kardiologische Verstärkung im ambulanten Bereich freut sich besonders auch Oberärztin Dr. Lotte Possler. Die Fachärztin für Innere Medizin und Kardiologie sowie Akut- und Notfallmedizin hat einen Teil ihrer Arbeitskraft bisher im MVZ eingesetzt. Dank ihrer neuen Kollegin kann sie sich nun vollständig den Patientinnen und Patienten in der Inneren Abteilung der Main-Klinik widmen.

„Ich bin sehr glücklich, meine zusätzlichen ambulanten Aufgaben in gute Hände abgeben zu können“, unterstreicht die Kardiologin. Und beide Ärztinnen sind sich einig: „Durch nun zwei volle kardiologische Stellen in Ambulanz und Klinik können wir hier etwas Tolles aufbauen – und die Versorgung der Herzen der Region stärken!“



Von der Diagnose zur Therapie: Internist Dr. Hans Klingel (links) und Chirurg Dr. Alexander Wierlemann arbeiten interdisziplinär eng zusammen.

Reflux – nur nicht sauer werden

Brennen, Aufstoßen, saurer Geschmack im Mund: Bei Reflux gelangt Magensäure in die Speiseröhre – unangenehm, aber selten gefährlich. Ein wichtiges Warnzeichen des Körpers muss aber beachtet werden.

„Sodbrennen, der brennende Schmerz hinter dem Brustbein als Folge von Reflux, ist unangenehm, aber selten gefährlich. Mögliche Folgen wie Tumorbildungen durch gereizte Schleimhäute sind rar“, unterstreichen Dr. Alexander Wierlemann, Chefarzt der Allgemein- und Viszeralchirurgie, und die Chefarzte der Inneren Medizin, Dr. Joachim Stenzel und Dr. Hans Klingel. „Gewöhnliches Sodbrennen ist kein Fall für die Notaufnahme.“

Die drei Mediziner an der Main-Klinik Ochsenfurt (MKO) beschäftigen sich oft mit Diagnose und Therapie von Reflux, denn es handelt sich um eine Volkskrankheit. Daher sind zeitnahe ambulante Diagnosetermine manchmal schwer zu bekommen. In dringenden Fällen

hilft auch die persönliche Kontaktaufnahme durch den Hausarzt.

Andere Erkrankungen ausschließen

„Tritt Sodbrennen ohne erkennbaren Anlass, lange oder stark auf, sollten die Ursachen einmal gründlich abgeklärt werden“, unterstreicht Gastroenterologe Dr. Hans Klingel.

Dazu arbeiten die Ärzte an der Main-Klinik fachübergreifend zusammen und verwenden modernste Technik wie hochauflösende Endoskope und Sensoren zur Druck-, Fluss- und Säuremessung. So können Reflux-Symptome von ähnlichen Beschwerden anderer Krankheiten, wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen, sicher abgegrenzt werden.

Viele Therapieoptionen bei Reflux

„Viele Reflux-Ursachen sind gut therapierbar“, unterstreicht der Ärztliche Direktor der Main-Klinik, Dr. Joachim Stenzel. „Änderungen im Lebensstil, wie Gewichtsreduktion und der Verzicht auf das Rauchen,

können helfen.“ Auch säurehemmende Medikamente führen meist zu mehr Lebensqualität. Manchmal ist ein minimal-invasiver operativer Eingriff notwendig. „Das ist beispielsweise dann der Fall, wenn sich der Magen wegen eines Zwerchfellbruchs teilweise oder ganz in den Brustraum verlagert und dadurch Reflux entsteht“, erläutert Chirurg Dr. Alexander Wierlemann.

Schluckbeschwerden ernst nehmen

„Auch wenn Reflux an sich oft unproblematisch ist, gibt es ähnliche Alarmzeichen des Körpers, die keinesfalls übersehen werden dürfen“, warnen die Mediziner eindringlich. Dazu zählen vor allem Schluckbeschwerden: „Kann Essen nicht vollständig geschluckt werden, oder fließt Speisebrei in den Mund zurück, ohne den Magen zu erreichen, muss rasch medizinischer Rat eingeholt werden!“

Auch bei ungewolltem Gewichtsverlust sowie bei familiärer Vorbelastung mit Krebserkrankungen der Speiseröhre ist eine endoskopische Abklärung bei Beschwerden sinnvoll.



Vanessa Weber (Zweite von links) überreicht zusammen mit ihrer Integrationsbegleiterin Annika Popp (links) und Marilena Krieger (rechts) von den Mainfränkischen Werkstätten ein historisches Gleisstück als Auszeichnung an KU-Vorständin Eva von Vietinghoff-Scheel.

Kommunalunternehmen für Inklusion ausgezeichnet

Mehrere Beispiele zeigen, wie Kooperationen Menschen mit Behinderung ein eigenständiges Berufsleben ermöglichen.

Weitere Informationen

Ansprechpartnerinnen für Inklusion im Arbeitsleben sind

- beim Berufsförderungswerk Würzburg:

Christine Haupt-Kreutzer unter
Tel. 0931 9001-880 oder
christine.haupt-kreutzer@
bfw-wuerzburg.de

- bei den Mainfränkischen Werkstätten:

Madeleine Leube unter
Tel. 0931 359018-50 oder
madeleine.leube@
mainfraenkische-werkstaetten.de

Den Menschen im Blick – so lautet die Devise des Kommunalunternehmens des Landkreises Würzburg (KU). Einem der größten Arbeitgeber der Region geht es in seinen Arbeitsbereichen gleichermaßen um das Wohl seiner Bürgerinnen und Bürger wie um das seiner knapp 1.400 Beschäftigten. Diese Bemühungen spiegeln auch die Kooperationen des KU mit dem Berufsförderungswerk Würzburg (BFW) und den Mainfränkischen Werkstätten (MFW) wider. Sie zielen darauf ab, Erwachsene mit Beeinträchtigung bestmöglich in das Arbeitsleben zu integrieren. Wie gut das funktioniert, wurde kürzlich wieder deutlich.

Historisches Gleisstück als Symbol

„Wir brennen für Inklusion. Sie schafft für beide Seiten eine Win-win-Situation“, betont KU-Vorständin Eva von Vietinghoff-Scheel bei der Entgegennahme eines historischen Gleisstücks der Würzburger Straßenbahn. Diese so schwere wie bedeutsame Auszeichnung vergeben die MFW als Dank für den gemeinsam zurückgelegten Weg und in der Hoffnung, „inklusives Arbeiten auch künftig auf die Schiene zu bringen“, erklärt Marilena Krieger, Leiterin des Fachbereichs „INklusiv! Gemeinsam ar-

beiten“. Konkreter Anlass für die Gleisübergabe ist die erfolgreiche Integration der 24-jährigen Vanessa Weber.

Erfolgreiche Integration

Der jungen Frau steht die Freude über ihre Beschäftigung ins Gesicht geschrieben: Für das „sehr nette Mädelssteam“ der KU-Tochter ProCura DienstleistungsGmbH erstellt sie vor allem Excel-Tabellen. Ihre Integrationsbegleiterin Annika Popp ist begeistert: „Vanessa hat trotz herber Rückschläge, aber mit viel Zähigkeit über Praktika bei KU-Einrichtungen ihr Ziel erreicht. Sie hat sich einen unbefristeten Außenarbeitsplatz in ihrem Betrieb erarbeitet.“ Wichtig sei ihr zudem gewesen, ohne Fahrdienst zur und von der Arbeitsstelle zu kommen. Dafür hatte sie sowohl den Umzug in eine neue Umgebung als auch das Trainieren des Arbeitswegs in Kauf genommen. Der ist anstrengend, weil sie auf längeren Strecken mit Rollator unterwegs ist.

Auch Sven Köbe ist INklusiv!-Mitarbeiter. Nach durchwachsender Schul-, Ausbildungs- und Berufslaufbahn auf dem ersten Arbeitsmarkt hat auch er über diesen Fachbereich beruflich Fuß gefasst. Seit knapp fünf Jahren ist der 39-Jährige als Betreuungs-



Vanessa Weber bei ihrer Arbeit für die ProCura DienstleistungsGmbH



Kommunalunternehmen

Tobias Dietrich ist bei EDV-Problemen der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des KU ein gefragter Mann.

„Wir brennen für Inklusion. Sie schafft für beide Seiten eine Win-win-Situation“,

betont KU-Vorständin
Eva von Vietinghoff-Scheel.

assistent in der Seniorenwohnanlage am Hubland in einer Wohngruppe mit an Demenz erkrankten Menschen tätig. „Hier werd’ ich gebraucht“, sagt er selbstbewusst und fügt hinzu, dass ihm die Arbeit mit Seniorinnen und Senioren Spaß mache, obwohl ihn die Kolleginnen und Kollegen mitunter „ganz schön einspannen“. Sie sehen ihn als vollwertiges Teammitglied, so Integrationsbegleiter Dominik Bertelt.

Entlastung für Fachkräfteteam

Egal ob Einsteigerin Vanessa oder alter Hase Sven, beide konnten ihre beruflichen Pläne durchsetzen, arbeiten auf „sozialraumorientierten ausgelagerten Arbeitsplätzen“, so Madeleine Leube, verantwortlich für „Teilhabe Arbeit Bildung Inklusion“ bei den MFV. Mit ihr als Leiterin des Fachbereichs „INklusiv! Gemeinsam arbeiten“ startete 2015 die Zusammenarbeit mit dem Kommunalunternehmen. „An erster Stelle steht für uns der individuelle Berufswunsch unserer Werkstattbeschäftigten“, betont Leube. „Wer in einem Betrieb in seiner Region arbeiten will, dem helfen unsere Integrationsbegleiterinnen und -begleiter bei der Realisierung.“ Der „maßgeschneiderte Arbeitsplatz“ weist viele Nutzeffekte auf, auch für den Kooperationsbetrieb: Unter anderem hat die Beschäftigung keinen Einfluss auf seinen Stellenplan. Das heißt, so Eva von Vietinghoff-Scheel, „diese Zusatzkräfte sind eine echte Entlastung unserer Fachkräfte. Und sie bereichern unsere Teams.“

Beratung für Arbeitgeber

Auch das BFW – Berufsförderungswerk Würzburg kümmert sich um Erwachsene mit Behinderung. Das überregionale Bildungszentrum für blinde, sehbehinderte oder andersartig gesundheitlich ein-

geschränkte Menschen lotet mit ihnen Chancen auf Wiedereingliederung ins Berufsleben aus und bietet etliche neue praxisnahe Ausbildungen und Qualifizierungen. Sie führen zu einem Abschluss in einem anerkannten IHK-Ausbildungsberuf oder an der Bayerischen Verwaltungsschule.

„Zudem beraten wir Arbeitgeber hinsichtlich Fördermöglichkeiten und Hilfsmitteln oder Arbeitsplatzanpassungen“, erläutert Christine Haupt-Kreutzer. Laut der Teamleiterin Ausbildung am BFW ist die Kooperation mit dem KU ein wichtiges Instrument zur Integration: „Durch ein Praktikum können unsere Kursteilnehmerinnen und -teilnehmer ihre Fachlichkeit unter Beweis stellen und noch immer vorhandenen Vorurteilen – Menschen mit Behinderung sind oft krank, schwierig einzuarbeiten, brauchen viel Betreuung – entgegenwirken.“

Praktika als Türöffner

Das KU bietet in seinen Bereichen diverse „Türöffner“-Praktikumsplätze, die jährlich etwa fünf BFW-ler nutzen. So auch Tobias Dietrich. Seinen erlernten Handwerksberuf musste er wegen einer vor sieben Jahren plötzlich auftretenden seltenen Augenerkrankung aufgeben. Im BFW erlernte er erst Blindenschrift, absolvierte dann die (verkürzte) Ausbildung zum Anwendungsentwickler samt Praktika. Das letzte in der IT-Abteilung des KU mit Sitz an der Main-Klinik. Der Anfang 30-Jährige, inzwischen verheiratet und wegen des Jobs nach Ochsenfurt gezogen, ist geblieben, längst voll integriert und froh darüber, dass er in seiner Situation „das Hobby zum Beruf“ machen konnte.



Betreuungsassistent Sven Köbe kümmert sich mit viel Hingabe um Seniorinnen und Senioren.

Pilotprojekt

Waldbrunn erhält Medizinisches Versorgungszentrum in kommunaler Trägerschaft



Das MVZ Waldbrunn wurde im Oktober eröffnet, übergangsweise in komplett ausgestatteten Containerbauten. V.l.n.r.: Dr. Martina Ebert-Kube (Ärztin MVZ Waldbrunn), Eva von Vietinghoff-Scheel (Vorständin KU), Thomas Eberth (Landrat), Prof. Dr. Alexander Schraml (Projektleiter), Hans Fiederling (Altbürgermeister Gemeinde Waldbrunn), Tanja Orth (Bauamtsleiterin Gemeinde Waldbrunn), Markus Haberstumpf (Bürgermeister Gemeinde Waldbrunn), Steffen Röder (Bauamt Gemeinde Waldbrunn).

Ein Mangel an Hausärztinnen und Hausärzten – diese Problematik wurde im westlichen Teil des Landkreises Würzburg in den vergangenen Jahren mit der Schließung von mehreren Arztpraxen zunehmend akut. In der Gemeinde Waldbrunn wurde dem nun entgegengesteuert: Am Hildegard-von-Bingen-Platz entstand ein neues Medizinisches Versorgungszentrum (MVZ) zur hausärztlichen Versorgung. Die Besonderheit: Das MVZ steht unter der Trägerschaft des Kommunalunternehmens des Landkreises Würzburg (KU) und liegt damit in öffentlicher Hand.

„Der Landkreis trägt gemeinsam mit seinem KU Verantwortung für die Daseinsvorsorge, auch und insbesondere in den Bereichen Gesundheit und Pflege“, so Landrat Thomas Eberth. „Handlungsbedarf ergibt sich dann, wenn eine Unterversorgung droht oder schon eingetreten ist. Wir sehen seit vielen Jahren, dass die Lücke im hausärztlichen Versorgungsbereich immer größer wird. Gemeinsam mit der Gemeinde Waldbrunn haben wir uns deshalb entschieden, diesen innovativen Schritt im Rahmen unserer Möglichkeiten zu gehen: die Gründung eines kommunalen MVZs.“

Pfeiler der medizinischen Versorgung

„Das KU ist mit der Main-Klinik Ochsenfurt ein wichtiger Pfeiler der stationären medizinischen Versorgung in der Region Würzburg“, erklärt KU-Vorständin Eva von Vietinghoff-Scheel. „Nun gehen wir den Schritt in den ambulanten Bereich – als eines der ersten in Bayern und Neuheit in der Region Würzburg.“

Dem KU obliegt die kaufmännische Führung des MVZ, die Gemeinde Waldbrunn stellt die Räumlichkeiten. Am Hildegard-von-Bingen-Platz 1 rollen dafür demnächst die Bagger: Hier entsteht ein neues Gebäude, das neben der Hausarztpraxis auch für weitere Nutzungen vorgesehen ist.

Praxisteam ist aufgestellt

Das MVZ öffnete jedoch bereits am 2. Oktober seine Pforten. „Wir haben mit Dr. Christina Schenk, Dr. Katharina Höhn und Dr. Martina Ebert-Kube drei Ärztinnen gewonnen, die ein sehr breites allgemeinmedizinisches Spektrum mit modernen Behandlungsmethoden abdecken“, erklärt Projektleiter Prof. Dr. Alexander Schraml. „Mit ihnen und vier Medizinischen Fachangestellten konnten wir bereits ein komplettes Team für das neue MVZ gewinnen.“

Bis das neue Gebäude steht, zieht die Praxis in übergangsweise errichtete Containerbauten ein. „Patientinnen und Patienten müssen auch während der Bauzeit bei ihrem Praxisbesuch auf nichts verzichten“, betont KU-Vorständin von Vietinghoff-Scheel. „Die Räumlichkeiten sind liebevoll gestaltet und eingerichtet. Diagnose- und Therapieeinrichtungen stehen uneingeschränkt zur Verfügung.“

Weitere Informationen

In Waldbrunn gibt es seit Oktober am Hildegard-von-Bingen-Platz ein neues Medizinisches Versorgungszentrum (MVZ). Als Hausärztinnen sind dort tätig: Dr. med. Christina Schenk (Ärztl. Leitung), Dr. med. Martina Ebert-Kube und Dr. med. Katharina Höhn.

**Terminvereinbarung unter
Tel. 09306 9899100 oder
www.mvz-landkreis.de**

IMPRESSUM

Herausgeber: Landkreis Würzburg | Das Kommunalunternehmen des Landkreises Würzburg, vertreten durch Vorständin Eva von Vietinghoff-Scheel, Zeppelinstr. 67, 97074 Würzburg, E-Mail: info@kommunalunternehmen.de, www.kommunalunternehmen.de | www.landkreis-wuerzburg.de, Vorsitzender des Verwaltungsrates: Landrat Thomas Eberth. Zuständige Aufsichtsbehörde: Regierung von Unterfranken. **Redaktionsleitung:** Carmen Mayr (Das Kommunalunternehmen des Landkreises Würzburg) **Texte und redaktionelle Mitarbeit:** Carmen Mayr, Eva-Maria Schorno, Lucas Kesselhut, Janina Herrmann, Manuela Fuchs-Krenn, Christoph Gehret, Daniela Pannozzo, Jörg Fuchs, Pat Christ, Julia Graber, Martina Häring, Christine Haupt-Kreutzer, Sabine Dähn-Siegel, Anke Faust, Regina Sämman **Fotos und Abbildungen:** Petra Winkelhardt, Gemeinde Greußenheim, Julia Graber, Ronald Grunert-Held, Thomas Rützel, Daniel Delang, Christian Schuster, Carmen Mayr, Christoph Gehret, Sandra Amberger, Daniel Peter, Andrea Eberth, Barbara Heller, Silvia Gralla, Sarah Fuhrmann, Nicole Grasmann, Adobe Stock **Konzept und Umsetzung:** MainKonzept, Berner Straße 2, 97084 Würzburg, www.mainkonzept.de **Gestaltung:** Julia Geisler **Projektmanagement:** Lea Kamm **Druck:** Main-Post GmbH, Berner Str. 2, 97084 Würzburg.