

# FKV



# O

Die Halbjahreszeitschrift des  
Familien- und Krankenpflege-  
Vereins Köln-Pesch e.V.

# R

# U

# M

06.2022 Ausgabe 38

„Gehirntraining durch Bewegung“ im Mai 2022  
Foto: K.-H. Holtheuer

## INHALT

- S. 2 **Vorwort:** „Positive Taten setzen eine positive Einstellung voraus.“
- S. 3 **FKV intern:** Der FKV – ein besonderer Verein
- S. 4 **FKV intern:** Niemals geht man so ganz ...
- S. 5 **aH:** Sterben, Tod, Trauer: Wie bekomme ich Unterstützung?
- S. 6 **Kurzmeldungen:** Dies und das

Adressfeld

## Vorwort

„Positive Taten setzen eine positive Einstellung voraus.“ (Dalai Lama)

Liebe Leserinnen und Leser,

im Namen des geschäftsführenden Vorstandes, Monika Herweg-Lorenz und Monika Weigel möchte ich erneut allen Familienhelferinnen, leitenden Mitarbeiterinnen, Vorstandskolleginnen und -kollegen, deren Familien und Angehörigen und natürlich auch unseren Mitgliedern/Patientinnen und Patienten sowie deren Angehörigen für ihre vielfältige Unterstützung ganz herzlich danken.

Leider sind durch die Pandemie beim FKV einige geplante Neuerungen u.a. die Einführung einer neuen Buchhaltungssoftware auf der Strecke geblieben. Wir hoffen aber, dass wir bald wieder an der Weiterentwicklung arbeiten können.

An dieser Stelle möchte ich Ihnen auch mitteilen, dass wir aufgrund der starken Nachfrage nach unseren Hilfen (fast immer) neue Mitarbeiter\*innen einstellen. Wir bieten auf Mini-Job-Basis plus Aufwandsentschädigung sozialversicherungspflichtige Stellen als Familienhelfer\*innen, Fahrer\*innen und Haushalts-helfer\*innen an. Allen, die sich bei uns zu diesen sozialen Aufgaben melden, ein herzliches Willkommen!

Haben Sie Interesse an einer ehrenamtlichen Tätigkeit in unserem Verein? Dann melden Sie sich bitte im FKV-Büro (vgl. S. 6). Sie wissen ja: Bei uns können sich alle nach ihren Fähigkeiten und Möglichkeiten einbringen.

Bitte notieren Sie sich schon jetzt den Termin unserer Jahreshauptversammlung, die am 8.09. in der ev. Kirche Pesch stattfindet. Die Einladung zu dieser Veranstaltung, die um 18:30 Uhr beginnt, erhalten Sie spätestens sechs Wochen vorher. Wir hoffen wieder auf eine gut besuchte Versammlung.

Im Übrigen wünscht Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, das gesamte FKV-Team bereits jetzt einen schönen Sommer und Zuversicht für unsere gemeinsame Zukunft!!!

Ihr

Alberto Correa

FKV-Vorsitzender



**DRUCKHAUS**  
VISITENKARTEN | BRIEFBOGEN  
LASERGRAVUREN | T-SHIRTS  
AUTOBESCHRIFTUNGEN  
STEMPEL | AUFKLEBER

AKTUELLES ANGEBOT  
**HOLZSTEMPEL FÜR 12,90 EURO**  
(51x25 ODER 61x30 MM)

MEDIEN- UND DRUCKSERVICE MICHELS GMBH | LONGERICHER STR. 27 | 50767 KÖLN-PESCH | TEL. 0221 - 9594440

## Friseurin

Ich komme gerne  
zu Ihnen ins Haus.



Karen Miesen

Tel.: 0157 / 38212563

## Die Beweglichmacher.de

Praxis für Sport-  
und Physiotherapie

### PATIENTENINFORMATION:

- Krankengymnastik
- Massage
- diverse Kurse
- manuelle Therapie
- Schmerztherapie P. T.
- Befunderhebung u. Therapie nach Cyriax
- medizinische Trainings Therapie
- Funktionelle Verbands Technik
- Kinesio Taping
- Techniken der Osteopathie und trad. chin. Medizin

Waffenschmidtstraße 4, 50767 Köln  
[www.diebeweglichmacher.de](http://www.diebeweglichmacher.de)  
Telefon 02 21 / 99 02 94 95



Inhaber J. Spanier  
staatl. geprüfter Physiotherapeut und sektoraler Heilpraktiker  
Alle Kassen und Privat

## FKV intern

### Der FKV - ein besonderer Verein

Seit 1976 betreuen oder pflegen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter unseres Vereins kranke, schwache, alte Menschen und ihre Familien in Pesch, Esch, Auweiler und Lindweiler. Für seine kompetenten und einfühlsamen Dienste hat sich der **FKV** inzwischen so große Anerkennung erworben, dass er mit zurzeit 1.250 Mitgliedern zu den größten gemeinnützigen Vereinen im Kölner Norden gehört.

Dabei ist der **FKV kein medizinischer Dienst**, dessen pflegerische Maßnahmen ein Arzt verordnen oder eine Krankenkasse genehmigen muss. Unser Verein ist laut der Satzung von 2016 ein **mobiler sozialer Hilfsdienst**, der niedrigschwellige Unterstützung (s.u.) anbietet: sie ist preisgünstig und wird meist vormittags von Montag bis Freitag erbracht. Der Vorteil dieser Organisationsform: Die Pflege kann auf Wunsch ohne bürokratischen Verwaltungsaufwand sofort beginnen. Sie ist praktizierte Nachbarschaftshilfe, die unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter fürsorglich und engagiert leisten. Alle bringen bei ihren Einsätzen nicht nur fachliche Kompetenz, sondern auch viel Liebe und menschliche Wärme in ihren Dienst ein. Sie schenken persönliche Zuwendung: sie haben offene Ohren für die Sorgen der Pflegebedürftigen und vor allem Zeit für ernste oder aufmunternde Gespräche, da sie nicht unter dem Druck der Stoppuhr stehen: bei uns bestimmt das Mitglied die Betreuungszeit mit!



Die Kosten für viele unserer Hilfen werden von den Krankenkassen bis zu bestimmten Höchstgrenzen erstattet. Voraussetzung ist aber, dass die von unseren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern betreuten Personen einen Pflegegrad haben. Im Einzelnen werden folgende Hilfen von uns angeboten und geleistet:

- **Sachkundige, freundliche Information und Beratung** über das FKV-Betreuungsangebot, die Pflegeversicherung oder die Beantragung eines Pflegegrades: Soll ein Mitglied vom medizinischen Dienst begutachtet werden, steht eine leitende Mitarbeiterin gern zur Seite – **kostenlos!**
- **Mobile soziale Dienste** wie z.B. Handreichungen und kleinere Hilfen im Haushalt (**keine** umfangreiche Wohnungsreinigung mit Fensterputzen o. ä.), Hilfen bei der Essenszubereitung, Begleitung bei Einkäufen, Gängen zur Bank, zu Behörden, zum Arzt, zum Friedhof;
- **Taktvolle grundpflegerische Unterstützung** beim Waschen, Duschen, Baden, An- und Auskleiden oder bei der Mobilisierung;
- **Sensible stundenweise Betreuung demenzkranker Menschen** durch unsere speziell geschulten Mitarbeiterinnen zur Entlastung von pflegenden Angehörigen.

**Ausgeschlossen sind medizinische Leistungen** wie z.B.

- die Kontrolle von Vitalwerten wie z.B. Blutdruck, Herz- und Atemfrequenz, Temperatur;
- die Überwachung der Dosierung und Verabreichung von Medikamenten oder Injektionen;
- das An- und Ausziehen von Kompressionsstrümpfen sowie eine Wund- und Dekubitus-Versorgung, um z.B. Druckgeschwüre durch langes Liegen zu vermeiden.

Sie möchten noch mehr konkrete Details wissen? Dann sprechen Sie bitte persönlich oder telefonisch mit einer unserer leitenden Mitarbeiterinnen im Büro. Auch der neue, aktualisierte FKV-Flyer dürfte Ihnen weiterhelfen. Oder besuchen Sie unsere Webseite [www.fkv-pesch.de](http://www.fkv-pesch.de). Es lohnt sich!

*Karl-Heinz Holtheuer*

**HERMES**  
Ihr Brillenspezialist GmbH

Escher Strasse 2  
50767 Köln Pesch  
Telefon 0221-590 35 41  
Telefax 0221-590 75 94  
[pesch@hermes-optik.de](mailto:pesch@hermes-optik.de)

Reha-Service-Team Sanitätshaus Wesing  
zertifiziert nach DIN EN ISO 13485  
alle Kassen und Privat

Alte Kölner Str. 1  
50259 Pulheim  
02238-83383 Telefon  
02238-83285 Telefax

Mo.-Fr. 09.00 - 18.30  
Samstag 09.00 - 14.00  
[info@sanitaetshaus-wesing.de](mailto:info@sanitaetshaus-wesing.de)

## FKV intern

### Niemals geht man so ganz ...

Wie wichtig ehrenamtliche Mitarbeit im Verein ist, erweist sich oft erst, wenn Ehrenamtliche ihre Funktion aufgeben. Das machte am 17. Mai einmal mehr ein Interview mit Herrn **Helmut Grunenwald** (→) über seine langjährige Tätigkeit im FKV deutlich.

Er ist seit 1999 Mitglied und ehrenamtlicher Gerätewart unseres Vereins. Da sein Vater Werkzeugmacher war und er selbst eine Ausbildung zum Kfz-Mechaniker gemacht hatte, traute er sich die Herausforderung zu, alle Pflegehilfsmittel „in Schuss“ zu halten, obwohl einige schon in 3. oder sogar 4. Generation im Einsatz sind.

Als Ehrenamtler war er froh, sich seine Zeit frei einteilen zu können. Gelegentlich wagte er sich voller Ehrgeiz an schwierigere Projekte heran wie z.B. kürzlich an die Neubereifung eines alten Rollstuhls (Foto von 2005 →) mit kurzen und langen Fußstützen, der auch heute noch gute Dienste leistet. Und wenn bei einer Reparatur mal ein Malheur passierte, wenn z. B. aus einem Toilettenstuhl Flüssigkeit auslief – zum Glück nur Wasser –, dann nahm er das mit der Gelassenheit des mit den Jahren gereiften Fachmanns für Pflegehilfsmittel hin.

Helmut Grunenwald stand beim FKV nicht im Rampenlicht; aber man wusste, auf ihn war Verlass: die dringend benötigten Pflegegeräte, die er regelmäßig wartete, gründlich überprüfte und ggf. reparierte, funktionierten immer. Und so bot ihm der Verein 2017 noch einen Mini-Job (Fahrdienst) an, den er bis 2021 vorbildlich ausübte: Man konnte einfach auf ihn zählen!

Nun hat Helmut Grunenwald sein Ehrenamt als Gerätewart aufgegeben, erklärt sich aber mit einem Lächeln bereit, seinen Nachfolger oder seine Nachfolgerin einzuarbeiten. Niemand soll einfach ins kalte Wasser geworfen werden.

Was seine Zukunft betrifft, so möchte er ohne große Verpflichtungen und Termine ein gutes Buch lesen, Fahrrad fahren oder sich mit dem Computer beschäftigen. Aber natürlich ist er weiterhin bereit, im Pescher Heining unser FKV-FORUM oder wichtige Vereinsinfos zu verteilen. Auch deshalb wünschen wir Helmut Grunenwald für seine hoffentlich noch lange Ruhestandszeit nur das Beste und ... ob geklebt, geschraubt oder neu bereift ... wir sagen ganz herzlich: DANKE!

*Manuela Moldenhauer*



Unsere neue FORUMS-Redakteurin, Manuela Moldenhauer, im Interview mit dem langjährigen Gerätewart, Helmut Grunenwald Foto: Ho



**SALON**  
*Limberg* seit 1962  
Friseur & Zweithaarstudio

Haarverlängerung • Haarverdichtung • Haarerersatz

Donatusstr. 4-6 • 50767 Köln • 0221 590 29 19  
[www.salon-limberg.de](http://www.salon-limberg.de)

  
**CORREA IMMOBILIEN**  
SERVICE

**Durch Kompetenz Vertrauen schaffen.**

Correa Immobilien Service  
Offenbachstraße 38  
50767 Köln  
Telefon 0221. 277 16 00  
[info@cis-immo.net](mailto:info@cis-immo.net)  
[www.cis-immo.net](http://www.cis-immo.net)



## Ambulanter Hospizdienst (aH)

### Sterben, Tod und Trauer: Wie bekomme ich Unterstützung?

Der **Ambulante Hospizdienst** im Kölner Norden (**aH**) hat das Ziel, schwerkranke und sterbende Menschen sowie ihre An- und Zugehörigen durch kompetente und einfühlsame Begleitung zu unterstützen. Den **aH**, der mit anderen Diensten der Hospiz- und Palliativversorgung vernetzt ist, tragen der FKV Pesch e.V., der KPV Worrying e.V. und der AKV Köln-Longerich e.V.

Im **aH** arbeiten hauptamtliche Koordinatorinnen mit Ehrenamtlichen zusammen und stimmen ihre Einsätze ab. Sie erörtern mit den Betroffenen und ihren An- und Zugehörigen die aktuelle Lage. Gemeinsam werden Möglichkeiten der Unterstützung und Entlastung sowie Fragen zur Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung besprochen. Zudem wird überlegt, was in der letzten Lebensphase noch zu entscheiden ist. Kurz: Im Zentrum der Gespräche und Begleitungen stehen die Wünsche, Vorstellungen und Bedürfnisse der Betroffenen und ihrer An- und Zugehörigen.

Auf Wunsch begleiten Ehrenamtliche die schwerkranken und sterbenden Menschen und sind für ihre An- und Zugehörigen da. Sie leisten Unterstützung im Alltag, schenken Zeit, hören zu und ermutigen in der letzten Lebensphase.

Die Ehrenamtlichen haben vor ihrem Einsatz einen Qualifikationskurs besucht. Kursinhalte sind die Motivation der Teilnehmenden für ehrenamtliche Tätigkeiten und Themen wie Nähe und Distanz, Kommunikation und Gesprächsführung, die Reflexion übers eigene Sterben, über Tod, Verlust und Trauer. Zur Sprache kommen auch verschiedene Situationen von Sterbenden, ihren An- und Zugehörigen und Rahmenbedingungen ehrenamtlicher Hospizarbeit.

Im Pescher Büro des **FKV** erhalten Sie den aktuellen **aH-Flyer** (↗). Sie können sich auch direkt an die beiden Koordinatorinnen wenden, wenn Sie Fragen haben oder ehrenamtlich bei uns mitarbeiten wollen.

Vielleicht haben Sie auch Interesse, als Mitglied des Vorstandes die Arbeit des **aH** zu unterstützen und zu gestalten. Über Ihren Anruf würden wir uns freuen und geben gerne weitere Auskunft.

**Ambulanter Hospizdienst im Kölner Norden e.V.**, Oldenburger Str. 15, 50737 Köln  
**Tel.:** 0221/16824170 – **Mail:** [info@hospizdienst-koeln-nord.de](mailto:info@hospizdienst-koeln-nord.de) – **Webseite:** [www.hospizdienst-koeln-nord.de](http://www.hospizdienst-koeln-nord.de)

Monika Weigel (Vorsitzende)



Weil es Wichtigeres  
gibt als Geld.

Morgen  
kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Telefon: 02233 9444-0  
E-Mail: [info@voba-rek.de](mailto:info@voba-rek.de)  
[www.voba-rhein-erft-koeln.de](http://www.voba-rhein-erft-koeln.de)

Volksbank  
Rhein-Erft-Köln eG

## Kurzmeldungen

### Dies und das

**Neues Logo und Firmenschild:** Im Januar wurde auf Beschluss des Vorstands das bisherige, nur schwer vermittelbare Logo durch ein neues ersetzt. Entworfen hat es Beisitzer **Gerhard Ebeling**. Das hellgrau unterlegte **Logo** (↘) auf der Eingangstür greift mit zwei zu einem Herzen stilisierten Personen das Vereinsmotto „*Hilfe geben und Hilfe nehmen*“ auf. Darunter sind Charakteristika unserer Pflegearbeit und des Eigenanspruchs des Vereins genannt. So spiegelt es das Wesen und die Eigenständigkeit unserer Arbeit wider.

Gerhard Ebeling stellte auch ein mit **Karl-Heinz Holtheuer** konzipiertes **Firmenschild** (↗) vor: Es ist über dem Büro angebracht und enthält neben dem Logo nur die nötigsten Informationen über den **FKV**: den Namen des Vereins, seine Organisationsform und den lokalen Einsatzbereich.

**Mitglieder werben Mitglieder:** Auch 2021 sank die Zahl der FKV-Mitglieder: Durch Tod oder Umzug verlor der Verein 97 Frauen und Männer bei nur 54 Neuzugängen. Zweifellos hat das zu tun mit unserer relativ alten Mitgliedschaft, die gerade der Vereinszweck, Kranke und Alte zu pflegen, dem **FKV** zugeführt hat. Dazu kommt, dass heute viele erst als Pflegebedürftige dem Verein beitreten. So ist der Mitgliederschwind langfristige nicht zu bremsen oder umzukehren!

Sicher kann man z. B. durch das Verteilen von Flyern in den Haushalten oder durch Kontakte per Brief, Mail, WhatsApp usw. jüngere und ‚mittelalterliche‘ Neumitglieder gewinnen. Aussichtsreicher sind aber wohl direkte, persönliche Gespräche. Der Vorstand ruft daher alle Mitglieder auf, mit ihren Freundinnen, Freunden und Bekannten über die Notwendigkeit eines Beitritts zum **FKV** zu sprechen: so könnten sie sich klar mit den Alten, Kranken und Schwachen solidarisieren. Es gehe ja um eine rundum gute, mitmenschliche Sache – und das für einen Mitgliedsbeitrag von nur 30 € im Jahr! Argumentationshilfen finden Sie u.a. auf Seite 3 dieses FORUMS, auf unserer Website und im neuen FKV-Flyer.

**Sie haben eine E-Mail-Adresse?** Dann schreiben Sie uns bitte, damit wir Sie aktuell über Neuigkeiten aus dem FKV informieren können. Noch ein Vorteil: Dieser papierlose Kontakt ist umweltfreundlich und nachhaltig!

Der Kurs „**Gehirntraining durch Bewegung**“ am 3.05. in der ev. Kirche Pesch fand so großen Zuspruch, dass ein weiteres Treffen unter Regie von Diplomsportheilerin **Ulrike Kraus** (Foto vorne) anberaumt wurde. Abwechslungsreiche Übungen sollen besonders die Konzentrations- und Koordinationsfähigkeit des Gehirns erhöhen.

Gefragt nach ihren **Erwartungen** an den Kurs nannten Teilnehmende Stichworte wie **Begegnungen, Gedächtnistraining, Neues lernen, Kopf- und Körper-Koordination, Konzentration, Bewegung, Lachen** usw. Wie zur Bestätigung fassten auf einer Tafel drei Sätze diese Antworten zusammen: *Alles, was nicht gefordert wird, verkümmert. Leben heißt in Bewegung sein. Es sind die Begegnungen mit Menschen, die das Leben lebenswert machen.*

**Der Theorie folgte die Praxis:** die spielerische Handhabung diverser Gegenstände, ausgeführt mit den Händen oder Füßen, sitzend oder stehend, mit oder ohne Partner\*in, machte allen sichtlich Spaß: **Ulrike Kraus**‘ fast grenzenloser Einfallsreichtum riss alle mit. Kein Wunder, dass viele eine Fortsetzung des Workshops wünschten. Sie hoffen, mit Gehirntraining durch Bewegung ihre geistigen Kräfte zu steigern, vielleicht sogar der Vergesslichkeit oder einer Demenz vorzubeugen.

**Zu guter Letzt:** Als „Glücksfee“ kam am 15.02. Frau **Karin Schwarzendahl** ( l.) vom **Basarteam Esch** ins Vereinsbüro, um dem **FKV** einen 400 €-Scheck zu übergeben. Zusammen mit der Büroleiterin **Birgit Dahmen** (r.) nahm **Alberto Correa** als Vereinsvorsitzender die großzügige Spende erfreut und dankbar entgegen. Sie soll nun gezielt der Betreuung unserer Seniorinnen und Senioren zugutekommen.



**Verantwortlich für den Inhalt:** A. Correa Langer, B. Dahmen, K.-H. Holtheuer, M. Moldenhauer, M. Weigel

**Anschrift:** FKV Köln-Pesch e.V., Schulstraße 4, 50767 Köln • **Bürozeiten:** Mo., Mi., Fr. 09:00 – 12:00 Uhr

**Telefon** (mit Anrufbeantworter): 0221/590 2618 • **Website:** www.fkv-pesch.de • **E-Mail:** fkv-pesch@t-online.de

**Bankverbindung:** Volksbank Rhein-Erft-Köln eG – IBAN DE28 3706 2365 4303 8050 15 • BIC GENODED1FHH