

## BesTe Genesung zu Hause – Brücke aus der Klinik in den Alltag.

Wir erleichtern Ihnen mit Herz und bürgerschaftlichem Engagement den Übergang in den Alltag zu Hause oder in eine Anschlussheilbehandlung.

Mit Freude an einem Besuch bei Ihnen und einem wachen Blick für Ihre Bedürfnisse und Befindlichkeiten sind wir „einfach da“ und achten darauf, dass alles gut läuft, bis Sie sich wieder erholt haben.

Bei Bedarf bieten wir auch erste praktische Hilfestellungen an. Wir kümmern uns um Sie, sind aber durch die zeitliche Befristung und den Einsatz von bürgerschaftlich Engagierten kein Ersatz für hauswirtschaftliche oder pflegerische Dienste. Sollten Sie diese benötigen, helfen wir gerne dabei, sie zu organisieren.



BesTe Genesung zu Hause gehört zum Modellverbund BesT (Bürgerengagement sichert Teilhabe). Der Modellverbund wird finanziert durch das Ministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie, Frauen und Senioren Baden Württemberg und aus Mitteln der sozialen und privaten Pflegeversicherung nach § 45d SGB XI.

**„BesT“**  
Bürgerengagement  
sichert Teilhabe

## Aufmunterung & Unterstützung, damit Sie beruhigt gesund werden können.

Vor allen Dingen ist es Ziel von **BesTe Genesung zu Hause**, dass neben frischer Luft auch frische Gedanken ins Haus kommen, die Ihre Genesung fördern: Durch Gespräche, die Ihre Sorgen und Unsicherheiten ernst nehmen und Ihnen einen positiven, nach vorne gerichteten Blick ermöglichen.

Das Angebot ist kostenlos für Sie. Wir begleiten Sie gerne bis zu vier Wochen, je nach Bedarf und Möglichkeit. Informationen erhalten Sie während Ihres Krankenhausaufenthaltes in den Kreiskliniken Esslingen, Klinikum Kirchheim/Klinikum Nürtingen oder auch gerne direkt bei **BesTe Genesung zu Hause**:

### Wenn Sie im Raum Kirchheim unter Teck wohnen:

Pflegestützpunkt/buefet e.V.  
Widerholtplatz 3  
73230 Kirchheim unter Teck

Telefon: 07021 / 502334  
Mobil: 01525-6614900

info@buefet.de  
www.buefet.de



### Wenn Sie im Raum Nürtingen wohnen:

Deutsches Rotes Kreuz  
Kreisverband Nürtingen- Kirchheim/T. e.V.  
Laiblinstegstraße 7  
72622 Nürtingen

Telefon: 07022 / 70070

info@kv-nuertingen.drk.de  
www.kv-nuertingen.drk.de



## BesTe Genesung zu Hause - Brücke aus der Klinik in den Alltag



**„Ich packe meinen Koffer und  
nehme mit...“**

– um auf einen möglichen Klinik-  
aufenthalt „BesTens“ vorbereitet  
zu sein!

## Beste Vorbereitung auf einen Klinikaufenthalt.

In der Regel sind Klinikaufenthalte mit Aufregung verbunden, vor allem, wenn eine Einweisung ins Krankenhaus unverhofft erfolgt. Damit Sie im Notfall schnell richtig versorgt werden können, sind für die Klinik entsprechende medizinische Dokumente zu Ihrer Person hilfreich.

Für Ihre Genesung ist es aber auch wichtig, dass Sie sich während Ihres Krankenhausaufenthalts möglichst wohlfühlen: dazu gehören neben bequemer Kleidung auch persönliche Dinge, die Sie an zu Hause erinnern, Ihnen den Kontakt zu Ihnen nahestehenden Personen ermöglichen oder Ihnen auf angenehme Art die Zeit vertreiben.

Diese Checkliste soll Ihnen dabei helfen, nichts zu vergessen, was Sie in der Klinik benötigen: Packen Sie in Ruhe und vorsorglich Ihre Tasche oder Ihren Koffer, soweit es möglich ist. Haken Sie ab, was Sie bereits einpacken konnten und legen Sie die Checkliste oben auf in die Tasche. Dann ist es ein Leichtes, noch fehlende Dinge zu ergänzen oder nachzureichen!

## Gute Besserung!

Die Klinik hilft Ihnen dabei, die Versorgung nach Ihrer Entlassung zu klären. Dennoch kann der Weg in den gewohnten Alltag beschwerlich sein, vor allen Dingen, wenn es Niemanden in der Nähe gibt, der sich um Sie kümmern kann, wenn Sie noch geschwächt sind. Deshalb gibt es für Sie aus dem Raum Kirchheim unter Teck – Nürtingen **Beste Genesung zu Hause.**

## Die Checkliste.

### Für die Körperpflege:

- Zahnbürste & Zahnpasta, ggf. Mundwasser
- Haarbürste oder Kamm, ggf. Taschenspiegel
- Seife oder Duschgel, ggf. Duschhaube
- Shampoo & ggf. Spülung
- bei Bedarf: Körperlotion, Gesichts-, und Handcreme, Lippenpflegestift
- vertraute Düfte: Rasierwasser, Parfüm, Seife
- ggf. Haftcreme, Gebissdose, Reinigungstabletten
- Rasierapparat oder -pinsel und Zubehör
- Papiertaschentücher, Wattestäbchen, Nagelpflege
- ggf. Slipenlagen

### An Wäsche:

- 2 Handtücher, 2 Waschlappen, verschiedenfarbig
- 2-3 Nachthemden oder Schlafanzüge
- Bademantel
- 3-4 mal Unterwäsche (Unterhosen und -hemden)
- 2 Paar Socken, gerne auch kuschelig warm
- Hausschuhe
- Schmutzwäschebeutel
- bequeme Kleidung wie Trainings- oder Hausanzug
- ggf. BH

### An Dokumenten:

- Versicherungskarte der Krankenkasse
- Kopie von Medikamentenplan, ggf. von Arztbriefen zu Vorbefunden

- Kopie von Impfpass, ggf. Allergiepass oder Info über Herzschrittmacher
- bei geplantem Klinikaufenthalt: Einweisungsschein
- ggf. Kopie von Patientenverfügung und Vollmacht

### An persönlichen Dingen:

- Persönliches Adress- und Telefonbuch, mit dem Hinweis, wer ggf. zu benachrichtigen ist und wer den Hausschlüssel hat
- ggf. Mobiltelefon
- Schreibutensilien
- Buch, Zeitschrift, Rätselheft, ggf. kleines Fotoalbum
- Uhr oder Wecker
- Im Alltag benutzte Hilfsmittel: Brille & Brillenetui, Gehhilfe, Hörgerät, Prothese ...
- Geld: kleine Scheine oder Münzen, max. 50,00 €
- KEINEN Schmuck oder andere Wertsachen!

### Was am besten im Voraus zu klären ist:

- Welche Vertrauensperson hat Zugang zur Wohnung, um ggf. weitere Kleidung holen zu können, den Briefkasten zu leeren oder Haustiere und Pflanzen zu versorgen?
- Wer entscheidet mit mir (bzw. für mich) Behandlungs- und OP-Schritte, wenn ich dabei Unterstützung brauche? Patientenverfügung und Gesundheitsvollmacht bedenken!