

WOHNEN IM ALTER



Koordinationsstelle
für innovative
Wohn- und Pflegeformen
im Alter

In Neumünster hat Sozialministerin Dr. Gitta Trauernicht im Januar eine Koordinationsstelle für innovative Wohn- und Pflegeformen im Alter (KIWA) eröffnet. Sie soll dazu beitragen, dass ältere Menschen alters- und krankheitsgerechter betreut werden. „Mit unserer Beratungsstelle möchten wir vor allem demenzerkrankten Menschen und ihren Angehörigen helfen, für sie passende Wohn- und Betreuungsmöglichkeiten zu finden“, sagt Anke Buhl vom AWO Landesverband, der die Koordinationsstelle leitet. KIWA soll insbesondere die Pflegedienste und -Einrichtungen bei der Entwicklung innovativer Wohn- und Pflegeformen unterstützen.

Kontakt:
Tel. (04321) 5551255
Fax (04321) 5551256
E-Mail: post@kiwa-sh.de

WOHNBERATUNG FÜR DEMENZKranKE



Heinz Jansen ist Vorsitzender der Alzheimer Gesellschaft Kiel e.V. und ehrenamtlicher Mitarbeiter im WOPA-Projekt (Wohnberatung und WohnraumanPASSung). Gemeinsam mit seiner Kollegin Marion Karstens berät er pflegende Angehörige kostenlos in Fragen der Wohnraumanpassung.

Was ist das Ziel Ihres Projekts?
Wir möchten es demenziell erkrankten Menschen ermöglichen, in ihrer häuslichen Umgebung wohnen zu bleiben.

Wie sind Sie zu der Tätigkeit als Wohnberater gekommen?
Meine Frau und ich haben selbst sieben Jahre meinen Vater gepflegt. Er hatte Alzheimer, und wir haben alle Stationen der Krankheit mitgemacht. Da kommt man irgendwann an Grenzen, die man ohne Hilfestellung nicht mehr überwinden kann.

Wer hat Ihnen damals geholfen?
Wir haben zunächst bei Frau Erlemann von der AWO Beratungs-

stelle einen Kurs für pflegende Angehörige gemacht und dabei viel über den Krankheitsverlauf gelernt, aber z.B. auch Entspannungsübungen. Weil ich Diplom-Ingenieur bin, hat uns Frau Erlemann gefragt, ob wir dabei helfen, das WOPA-Projekt auf die Beine zu stellen.

Welche Erfahrungen können Sie als Wohnberater weitergeben?
Wir beantworten vor allem die vielen Fragen der Angehörigen: Wie kann ich Sturzrisiken ausschließen? Wie kann ich die Wohnung gestalten, damit sich der Erkrankte besser orientiert? Muss ich mein Bad umbauen? Gemeinsam suchen wir Lösungsmöglichkeiten, organisieren auf Wunsch die Handwerker-Arbeiten und beraten bei der Finanzierung.

Welche Tipps geben Sie?
Manchmal kann man schon mit einfachen Mitteln viel bewirken, z.B. indem man Möbelkanten mit Kantenschonern versieht oder Kabel aus dem Gehbereich räumt. Wenn sich ein Demenzerkrankter selbst nicht mehr erkennt, kann es sogar sinnvoll sein, den Spiegel im Flur zu entfernen, damit er nicht vor sich selbst erschreckt. Generell sollte man aber nicht alles entfernen, damit sich der Erkrankte in der Wohnung nach wie vor zuhause fühlt.

Das WOPA-Projekt ist eine Initiative der AWO-Beratungsstelle für pflegende Angehörige, der Alzheimer Gesellschaft Kiel e.V. und des AWO-Landesverbandes S-H e.V. mit Unterstützung des Sozialministeriums. Einmal pro Monat bieten die WOPA-Mitarbeiter eine Beratung im KIWA-Büro Neumünster an. Außerdem sollen künftig weitere Ehrenamtliche als Berater geschult werden.

Kontakt: Rita Erlemann
Tel. (0431) 7757044



HILFE ANNEHMEN



Von Rita Erlemann,
Diplom-Psychologin und Leiterin der AWO Beratungsstelle Demenz und Pflege in Kiel

Erschüttert, von Gefühlen bedrängt und voller Fragen – so sieht es wohl in jedem aus, bei dem eine Demenz festgestellt wird. Auch für die Angehörigen bedeutet eine Demenz fast immer eine große Belastung. Trauer, Hilflosigkeit, Wut machen sich breit. Viele machen diese Gefühle mit sich allein aus. Sie erwarten von sich und den Familienmitgliedern, dass die neue Lebenssituation familienintern gemeistert wird. Fremde Hilfe scheint unvorstellbar. Die Angehörigen möchten den Erkrankten auf keinen Fall „abschieben“ und haben Zweifel, ob die Hilfen gut sind. Ich möchte Sie ermutigen: Springen Sie über Ihren Schatten und suchen Sie Hilfe außerhalb der Familie. In einer Betreuungsgruppe oder in einer Tagespflege kümmern sich qualifizierte HelferInnen um die demenzerkrankten Menschen. Angehörige bekommen so Freiraum und Erkrankte können sich in der Gemeinschaft anders erleben als in der Zweier-Pflege-Situation: Kleine Gesten, wie jemandem in die Jacke zu helfen, können wieder zum Vorschein kommen, ein Wohlgefühl des Kompetent-Seins auslösen und einen neuen Erlebensraum öffnen. Manchmal klappt es nicht auf Anhieb, manchmal sind andere Unterstützungsformen angemessen. Auf jeden Fall lohnt es sich, nach qualifizierten Hilfen zu suchen.



DER RETTUNGSFLIEGER

JÜRGEN GROMMISCH HAT DEN HUBSCHRAUBER MIT DEM AWO-BUS GETAUSCHT.

„Da hat sich schon wieder jemand auf den Behinderten-Parkplatz gestellt“, schimpft Jürgen Grommisch, als er die Tür zum AWO-Bus aufschließt. Kopfschüttelnd blickt er auf den Wagen nebenan. Es ist Mittwochmorgen kurz nach halb acht. Jeden Tag holt der 55-Jährige fünf bis acht pflegebedürftige Menschen zu Hause ab und bringt sie in die Tagespflege im Servicehaus Am Wohld in Kiel. Nachmittags fährt sie ein Kollege zurück nach Hause.

Bevor Grommisch im September 2005 zur AWO kam, war er 33 Jahre lang bei der Marine, 20 davon als Rettungsflieger. Irgendwann machte seine Halswirbelsäule nicht mehr mit. Da war er gerade 53. „Aber nur Rumsitzen ist ja auch nichts.“ Der Sohn seiner Nachbarin machte ihn auf den Minijob in der Tagespflege aufmerksam. „Der macht mehr als viel Spaß. Das Einzige, was ich vermisse, ist der Blick auf die Rapsfelder.“

Kein Spagat

Statt in den Hubschrauber klettert Grommisch heute in den AWO-Bus. Kurz vor acht hält er vor einem kleinen Haus in der Wik. Dort wohnt Anneliese Gritzka (85). „Guten Morgen! Kommen Sie, ich mach´ Ihnen die Jacke zu“, begrüßt Grommisch die zierliche alte Dame und führt sie zum Bus. Dort steht bereits ein kleiner Hocker vor der Seitentür: „Ein kleines Hilfsmittel, damit die Damen nicht im Spagat da hoch müssen.“

Als Grommisch ein paar Straßen weiter um die Ecke biegt, winkt ihm Frida Steckmann entgegen. „Ich komm´ hier nicht hoch mit meiner dicken Kiste!“, stöhnt die 83-Jährige und ist dankbar, als Grommisch ihr Hinterteil gekonnt auf den Beifahrersitz hievt.

Frau Steckmann lebt alleine in einem kleinen Appartement. „Da möchte ich auch nicht ausziehen.“ Die Tochter sieht sie nur selten. „Seit mein Mann vor 30 Jahren starb, hab ich mich alleine durchgeboxt. Ich hab´s immer

IMPRESSUM

HERZ Das Blatt der AWO Pflege Schleswig-Holstein erscheint vierteljährlich.

V.i.S.d.P. Hans-Jürgen Damm (Geschäftsführer)
Redaktion Barbara Neubauer
Fotos AWO Pflege, wwsc
Konzeption/ wwsc Märkte und Medien GmbH
Layout
Druck Carius Druck, Kiel

Kontakt AWO Schleswig-Holstein gGmbH, Unternehmensbereich Pflege Vaasastr. 2a 24109 Kiel
Telefon (0431) 26 0 431-0
Fax (0431) 26 0 431-59
E-Mail herz@awo-pflege-sh.de
Internet http://www.awo-pflege-sh.de

► Fortsetzung von Seite 1

geschafft.“ Erst als sie ständig hinfiel, änderte sich das. „Da haben die von der Pflegeberatung mich an die Tagespflege vermittelt.“ Seitdem kommt sie vier Mal pro Woche zur AWO. „Das bringt Spaß. Sonst sitzt man ja doch nur zuhause.“ Als sie im AWO-Haus ankommt, sitzen dort schon andere Gäste. Anfangs waren sie für Frau Steckmann „Fremde“. Heute setzt sie sich ganz selbstverständlich neben eine Frau im rosa Pulli und beginnt zu plaudern.

Wie ein Glas Wasser auf der Armatur

Kurz nach neun wird es lebendig. Es gibt Frühstück am weihnachtlich gedeckten Tisch. Die Lichterketten ha-

ben die Gäste selbst gebastelt. Jürgen Grommisch fährt ein zweites Mal los, um einen MS-kranken Mann zu holen. „Ein Rollstuhl im Auto ist wie ein Glas Wasser auf der Armatur“, sagt Grommisch. „Wenn ich Am Wohld ankomme, muss das Glas noch voll sein.“

In der Tagespflege beginnt inzwischen das Programm. Andrea, die Leiterin, erzählt von den Nachrichten des Tages. Von dem Kleid einer Schauspielerin, das für 150.000 Euro versteigert wurde, und dem Protest der Studenten gegen die geplanten Studiengebühren. „Natürlich sollen die zahlen!“, brummt ein Mann. „Find ich nicht“, kontert eine Dame. Ein paar andere reden leise vor sich hin. Frau Steckmann will mehr über das Thema wissen: „Wir verstehen gar nichts, wenn die dauernd dazwischen sabbeln!“

AWO GEWINNT ALTENPFLEGEPREIS

Die Aktion „Wünsche wecken“ der AWO Pflege wurde bei der Verleihung des Schleswig-Holsteinischen Altenpflegepreises 2006 mit dem 2. Preis ausgezeichnet. Kurz vor Weihnachten 2005 hatten die AWO-MitarbeiterInnen alte Menschen nach ihren Träumen gefragt, den großen, kleinen oder geheimen. Über Hundert konnten seitdem schon erfüllt werden. In einigen Einrichtungen und Diensten geht die Aktion auch in diesem Jahr weiter: „Nicht als Routine, sondern als Ritual zum Jahresausklang“, betont Brigitte Siedschlag-Schmidt, Leiterin der AWO Pflegedienste Neumünster. Im Kieler Servicehaus Mettenhof wurden bereits zu Jahresbeginn neue Wünsche gesammelt, darunter einige besonders spektakuläre: „eine Kutschfahrt mit Pferden“, „eine Ballonfahrt“ oder „ein Rundflug über Kiel“. „Dafür suchen wir jetzt Wunschpaten, die uns bei der Erfüllung helfen“, sagt Sozialpädagogin André Springer.



EIN GUTER TAG

Im „Café Memory“ werden demenziell erkrankte Menschen ehrenamtlich betreut.

„Heute ist ein guter Tag!“ Strahlend begrüßt die ältere Dame Betreuerin Nadine Terwey vom AWO Service- und Wohnzentrum Schönkirchen, während sie ihren Mann ins „Café Memory“ führt. „Nach neun durchwachten Nächten habe ich endlich wieder geschlafen!“

Seit vielen Monaten, das weiß auch Nadine Terwey, greift ihr Mann fast jede Nacht ihre Hand, ist unruhig, voller Ängste. Er ist an Demenz erkrankt. Nicht nur für ihn selbst, sondern auch für seine Frau ist die Krankheit eine große Belastung. „Viele Angehörige fühlen sich allein gelassen mit ihren Problemen, ihrer Verzweiflung“, sagt Nadine Terwey.

Mensch ärgere dich nicht

Später bildet ihre Kollegin einen Stuhlkreis: Gymnastik steht auf dem Programm. Zwischendurch kommt der Friseur. Wer sich angemeldet hat, bekommt die Haare gemacht. Nach dem Mittagessen ruhen sich die meisten im Sessel aus. Nur Frau Steckmann setzt sich zu ein paar Mietern in den Flur zum Mensch-ärgere-dich-nicht Spielen. „Ich will ja nachts schlafen!“ Wie die anderen freut auch sie sich auf das Adventsstündchen am Nachmittag.

Als sich Jürgen Grommisch vor dem Mittagessen verabschiedet, winkt er kurz in die Runde: „Das ist wie früher beim Fliegen. Wenn ich die Leute in Sicherheit hab, kann ich gehen.“

Gemeinsam mit ihrer Kollegin hat die gelernte Fachpflegekraft deshalb das „Café Memory“ initiiert, ein Angebot zur Unterstützung demenziell erkrankter Menschen und ihrer Angehörigen. Jeden zweiten Montag werden hier, in der Begegnungsstätte Am Steinbergskamp, bis zu fünfzehn alte Menschen von sechs ehrenamtlichen Helfern betreut. Es wird gesungen, gespielt, gebastelt, geklönt und gelacht. 7,50 Euro kostet der Café-Besuch für die Gäste. Dafür gibt es auch Kaffee und Kuchen. Am liebsten würde Nadine Terwey das Café jeden Montag öffnen. „Aber mit nur sechs Leuten schaffen wir das nicht. Deswegen suchen wir dringend weitere ehrenamtliche Mitarbeiter.“



„WIE SELBST GEMACHT“

EINMAL IM MONAT FINDET IN MILDSTEDT EIN „ESSEN IN GEMEINSCHAFT“ STATT.

Es ist Dienstagmorgen. Um kurz nach elf wird es lebhaft auf der AWO Sozialstation in Mildstedt. In der Küche rühren zwei Damen in riesigen Töpfen. Aus allen Richtungen laufen ältere Damen und Herren in Richtung Begegnungsstätte. Hier findet jeden letzten Dienstag im Monat um 12 Uhr das „Essen in Gemeinschaft“ statt. Eingeladen sind alle Mieter im Betreuten Wohnen. Rund 35 Gäste kommen regelmäßig – auch heute, obwohl es am Morgen zum ersten Mal in diesem Winter kräftig geschneit hat. Auf dem Speiseplan stehen meist regionale Spezialitäten. Für 6 Euro bekommt jeder eine Hauptspeise, einen Nachtisch und Getränke. Heute gibt es Weinsuppe mit Schinkenbrot. „Hochzeitsessen!“ erklärt Einrichtungsleiterin Susanne Eisenberg zur Begrüßung. Suppe und Brot kommen in Schüsseln auf den Tisch. Jeder nimmt sich, so viel er mag. Die meisten greifen ordentlich zu. Ist eine Schüssel leer, bringen die ehrenamtlichen Servicekräfte Nachschub.

Futjes oder Purzeln?

„Weinsuppe oder auch Tafelspitz mit Meerrettich, das macht sich ja keiner unserer Gäste alleine zu Hause“, sagt Frau Eisenstein. Als sie den Nachtisch ankündigt, geht ein Rausen durch den Saal. „Futjes! Die heißen bei uns in Preußen Purzeln“, sagt Hertha Brückmann. „Weil die immer

so rumgepurzelt sind!“ Die 86-Jährige ist mit ihrer gleichaltrigen Nachbarin Hedwig Niewöhner gekommen. Beide wohnen schon seit fast 17 Jahren im Betreuten Wohnen. Mit ihnen am Tisch sitzt auch Irmgard Carstens (81), die Schwägerin von Frau Niewöhner. Die Damen unterhalten sich angeregt. Auch deshalb kommen sie immer schon eine dreiviertel Stunde früher her. „Zum Schnackchen. Ist doch schön, wenn man sonst so viel allein ist“, meint Frau Carstens.

Hans Jürgen Wohnsen, der am Nachbartisch sitzt, hat einen weiteren Grund fürs Kommen: Hier trifft er nicht nur seine Nachbarn, sondern auch seine Lebensgefährtin, die in Dreimühlen wohnt. „Wir pendeln immer hin und her“, sagt Herr Wohnsen. „Mir schmeckt’s immer wunderbar hier.“ „Wie selbst gemacht“, ergänzt seine Lebensgefährtin.

Keine Lust zu kochen

Auch die Damen am Nachbartisch freuen sich jetzt schon auf das nächste Essen in Gemeinschaft, obwohl sie froh sind, noch selbst kochen zu können: „Da gibt’s Gulasch mit Bohnen. Und wenn man mal keine Lust hat zu kochen oder überraschend Besuch bekommt, kann man sich hier auch sonst immer Essen holen. Man muss nur einen Tag vorher Bescheid sagen.“

DVD-TIPP : „IRIS“

Es ist nur eine Tür, die das Ehepaar Iris Murdoch und John Bailey voneinander trennt. Und doch stellt sie für Iris ein unüberwindliches Hindernis dar. Hilflos blickt sie durch die Glasscheiben auf ihren Mann. Wie sie zu ihm gelangt, hat sie vergessen. Der preisgekrönte Film „Iris“ erzählt die wahre Geschichte der englischen Schriftstellerin Iris Murdoch, die an Alzheimer erkrankt. Die sprachgewandte Autorin verliert nicht nur ihre Fähigkeit zu schreiben, sondern lässt auch ihren Mann an seine Grenzen stoßen. Der Film mit Kate Winslet und Judi Dench in der Hauptrolle stellt den Verlauf der Krankheit und die damit verbundenen Probleme sehr authentisch und sehr bewegend dar.

MDK-BESUCH

Seit dem 1. September 2006 gelten neue Richtlinien zur Begutachtung von Pflegebedürftigkeit. Sie dienen dem Medizinischen Dienst der Krankenkassen (MdK) als Orientierung zur Einstufung in die Pflegestufen. So müssen Pflegegeldempfänger jetzt genau angeben, wer die ehrenamtliche Pflege leistet – ob Angehörige, Nachbarn oder andere Helfer. Umso wichtiger ist es, sich vor dem MdK-Besuch zu informieren, worauf man achten muss. Am besten ist es, wenn bei der Begutachtung auch eine Pflegefachkraft des betreuenden Pflegedienstes dabei ist. Hilfreich kann es auch sein, bereits einige Wochen vorher ein Pflegetagebuch zu führen, das genaue Angaben über die notwendigen Hilfen enthält. Die neuen Richtlinien zur Pflegebedürftigkeit erkennen außerdem an, dass bei demenziell erkrankten Menschen ein höherer Hilfebedarf anfallen kann, z.B. beim Aufstehen und Zubettgehen. Auch der Pflegebedürftigkeitsbegriff selbst soll neu formuliert werden und Demenzkranke besser berücksichtigen.