



Konzept der Seniorenwohngemeinschaft Lebensfreude

für demenziell erkrankte Menschen

Emkendorfer Weg 53
24321 Tröndel

Inhalt

Gründungsgrund dieser Wohngemeinschaft.....	2
Konzeption	3
Unser Gebäude	3
Die Bewohner	3
Gemeinsame Tagesstruktur.....	4
Das Aufstehen.....	4
Das Frühstück.....	4
Nach dem Frühstück ist vor dem Mittagessen	4
Die Mittagspause	5
Der Nachmittag.....	5
Das Abendessen.....	5
Vorbereitungen zur Nacht	6
Die Nachtruhe.....	6
Der Tod gehört zum Leben	7
Haustiere.....	7
Das Team	7
Ärztliche und therapeutische Versorgung.....	7
Angehörigenarbeit	8
Position der Angehörigen	8
Mitwirkung und Mitbestimmung	8
Beschwerden	8
Ehrenamt, Ausbildung und Praktikum.....	9



Gründungsgrund dieser Wohngemeinschaft

Demenz leitet sich vom lateinischen „de-mens“ (de = „weg von“, mens = „geist“) ab und bedeutet sinngemäß „weg vom Geist“. Demenz bedeutet somit, sich langsam zu verlieren.

Als ob das nicht schon schlimm genug sei: Es kommt irgendwann der Zeitpunkt, indem ein Verbleib in der eigenen Wohnung nicht mehr zu verantworten ist. Es steht also nun auch noch eine räumliche Veränderung an. Ein Heim, ggf. die Trennung von den Haustieren und ein Verlust der sinnvollen Beschäftigung bzw. der Hausarbeit. Das aktive Leben verwandelt sich in Warten, während man sich immer mehr selbst verliert.

Wir suchten eine Betreuungsform, um Angehörige zu entlasten - Ihnen wieder ein eigenes Leben zu ermöglichen, ohne ein schlechtes Gewissen zu haben. Für Angehörige bedeutet Demenz oft eine 24-stündige Bereitschaft, 7 Tage die Woche. Einkaufen, Duschen, selbst das Schlafen wird oft zur logistischen Herausforderung. Die eigene Familie, Kinder, Freunde kommen häufig zu kurz und ziehen sich zurück.

Durch unsere Art und Weise der Betreuung sollen Demenzkranke sich gebraucht und wertgeschätzt fühlen. Ein Gefühl der Sicherheit, Geborgenheit und Orientierung soll gegeben sein.

Mitbestimmung und Gestaltung sollen den Alltag bestimmen: Den Tag mit „Arbeit“ füllen und abends wissen was man getan hat - darüber hinaus sein eigenes Reich zu haben und sein Haustier behalten zu können. Und selbstverständlich soll es auch noch bezahlbar sein.

Wir möchten, dass unsere Mitarbeiter gerne zur Arbeit gehen und eine Bindung zu den Bewohnern aufbauen, weil sie Zeit für Nähe haben. Es nicht nur ein „Job“, sondern eine Lebenseinstellung. Mitarbeiter sollen das Gefühl haben, etwas Sinnvolles zu leisten.

Wir suchten eine Betreuungsform, in der das Sterben erlaubt ist. Ein Mensch soll hier in Würde und ohne Schmerzen gehen dürfen - an einem Ort, an welchem er auch ohne Worte verstanden wird.

In dieser Wohngemeinschaft soll es jemanden geben, der ihm seine Hand hält, mit ihm lacht und mit ihm weint - seinen Angehörigen Trost spendet. Sein Tod darf betrauert werden. Es ist ein Ort, an dem das Sterben kein Tabu ist, sondern zum Leben dazugehört.



Konzeption

Unser Konzept soll grundsätzlich auch als Anregung dienen, zur Diskussion einladen und sich weiter entwickeln.

Wir möchten in diesem Zusammenhang einen kurzen Einblick in unsere Arbeit geben und Menschen sowie ihre Angehörigen ansprechen, die in der Zukunft an einem Leben in unserer Wohngemeinschaft interessiert sind.

Das Konzept richtet sich an die Öffentlichkeit, der wir uns hiermit vorstellen. Wir möchten Anlass zur Diskussion geben und einladen, sich Gedanken über die Welt demenzkranker Menschen zu machen - empathisch zu sein und nach Lösungen zu suchen, damit sie in Würde mit der Krankheit alt werden können.

Unser Gebäude

Das Haus liegt in einer ruhigen Straße, verfügt über eine barrierefreie Wohnfläche von 300 qm und bietet neun Bewohnern ein Einzelzimmer sowie einem Paar ein Doppelzimmer. Die Zimmer sind unmöbliert und können individuell eingerichtet werden. Sie haben alle eine eigene Waschgelegenheit.

Die Gemeinschaftsräume sind möbliert, können aber in Absprache mit den übrigen Mietern mit eigenen Möbeln ergänzt werden.

Es gibt die „gute Stube“ in der auch schon mal ein Nickerchen auf dem Sofa gehalten werden kann oder gemeinsam Fernsehen geschaut wird. Von diesem Raum geht es auf die 18 qm große Terrasse, die einen Blick in den Garten erlaubt.

Verschiedene behindertengerechte Bäder mit WC und Dusche stehen zur Verfügung.

Eine Rollstuhllampe führt zu einer weiteren Terrasse von ca. 50 qm als auch in den Garten.

Die große Wohnküche mit angrenzendem Therapieraum ist das Herzstück des Hauses und Mittelpunkt des Geschehens.

Das Gelände umfasst 5.500 qm und bietet außerdem weiteren Platz für die Gestaltung.

Die Bewohner

Die Wohngemeinschaft setzt sich aus Bewohnern (Mietern) beiderlei Geschlechts zusammen. Alle weisen eine Demenzerkrankung auf.



Gemeinsame Tagesstruktur

Die dargestellte Tagesstruktur ist folglich eine Momentaufnahme. Denn wie der Krankheitsverlauf und den damit einhergehenden Veränderungen in den Bedürfnissen der Bewohner, unterliegt auch die Tagesstruktur einem Wandel.

Es wird trotz allem versucht, eine gewisse Routine und wiederkehrende Rituale einzuhalten, um den Bewohnern Sicherheit und Orientierung zu geben. Wir möchten an dieser Stelle noch einmal ausdrücklich betonen, dass nicht die Struktur sondern der Mensch mit seinen individuellen Bedürfnissen im Vordergrund steht.

Das Aufstehen

In aller Regel startet der Tag zwischen 7 und 8 Uhr mit der morgendlichen Pflege durch den gewählten Pflegedienst. Je nach Bedarf und vereinbarten Leistungen geht es erst ins Bad oder zum Frühstück. Dabei wird beispielsweise berücksichtigt, wie die Bewohner die Nacht geschlafen haben und mit welcher Stimmung die Bewohner in den Tag starten.

Das Frühstück

Im Bademantel oder bereits frisch gewaschen und munter - zwischen 7:30 und 8:30 Uhr wird gefrühstückt. Wir versuchen schon diese Mahlzeit gemeinsam einzunehmen, wer allerdings bereits früh hoch war, der hat vielleicht schon mal in einen Keks gebissen oder einen Kaffee getrunken, während für alle der Tisch gemeinsam eingedeckt wurde.

Es hängt wieder von den Bewohnern ab, was es zum Frühstück gibt. Wenn etwa „süße“ Bewohner in der Gemeinschaft wohnen, dann gibt es Honig, Marmelade, Quark und verschiedene Brotsorten. Neben den individuellen Wünschen nehmen natürlich der Gesundheits- und Ernährungszustand einen wesentlichen Einfluss auf die Auswahl der Speisen.

Am Wochenende gibt es Brötchen und sonntags das obligatorische Frühstücksei. Beim Frühstück wird über das Datum (Tag und Monat, Jahreszeit), das Wetter und den bevorstehenden Tag gesprochen. Dieses ist schon Teil der Therapie ROT (Realitäts-Orientierungs-Training).

Wer eigenes Geschirr hat, bekommt dieses selbstverständlich zur besseren Orientierung. Dadurch kann der Tisch schon mal sehr „bunt“ aussehen. Doch, wie bereits erwähnt, allgemeine Maßstäbe zählen hier nicht.

Nach dem Frühstück ist vor dem Mittagessen

Nach dem Frühstück wird in aller Regel gemeinsam die „Hausarbeit“ erledigt. Abwaschen, Staub saugen, fegen, Staub wischen, Wäsche zusammen legen, Betten machen, Blumen gießen, Tiere versorgen.... - jeder macht das, was er kann und mag.

Hierdurch fühlen sich die Bewohner in ihren Fähigkeiten bestärkt. Sie tragen etwas zur Gemeinschaft bei und fühlen sich dazugehörig.



Zwischen 9:30 und 10 Uhr gibt es eine Zwischenmahlzeit. Diese besteht je nach Geschmack aus Obst, Joghurt, Pudding etc..

Von 10 bis 11:30 Uhr ist Therapiezeit. Hier wird ganz individuell in Einzel- oder Gruppenarbeit mit den Bewohnern gearbeitet. Bei dem Einen ist es die 10-minütige Aktivierung um Erinnerungen wach zu rufen, bei einem anderen ist es die Erinnerungsarbeit mit dem eigenen Fotoalbum. Es fehlt nicht die Zeit zum Singen, Tanzen, Gymnastik machen, Basteln oder Malen.

Das Befinden ist jeden Tag anders und so müssen wir eben jeden Tag individuell der Situation anpassen. So kann es eine Massage, basale Simulation oder Aromatherapie geben: Der Mensch steht mit seinen Bedürfnissen im Mittelpunkt. Folglich lässt sich hier kein „Stundenplan“ aufstellen wie man ihn vielleicht aus Heimen kennt.

Auf Trinkbedürfnisse wird grundsätzlich geachtet, und Getränke zur eigenen Versorgung stehen ohnehin zur Verfügung. Ab 11:30 Uhr beginnen die Vorbereitungen für das Mittagessen. Auch dieses ist eine Gemeinschaftsarbeit. Wer mag, der macht mit.

Zwischen 12 und 13 Uhr wird gemeinsam Mittag gegessen. Alle sitzen zusammen, die Mitarbeiter essen mit den Bewohnern gemeinsam, sie unterstützen bei Bedarf und leiten ein Gespräch ein, in das nach Möglichkeit alle Bewohner einbezogen werden.

Die Mittagspause

Unsere Erfahrung hat gezeigt, dass viele Bewohner ein Bedürfnis nach einer Mittagsruhe haben. Die Präsenzkkräfte begleiten die Bewohner in ihre Zimmer. Hier ruht der Eine im Sessel, der Nächste geht in sein Bett oder es wird am Schreibtisch „gearbeitet“. Wer nicht ruhen möchte, wird in dieser Zeit von den Präsenzkkräften begleitet.

Der Nachmittag

Wir beginnen den Nachmittag gegen 14:30 Uhr mit Kaffee und Kuchen. Auch hier wird versucht, alle Bewohner an einen Tisch zu bringen. Bei schönem Wetter geht es bereits zum Kaffee nach draußen. Oft kommen nun auch Angehörige zu Besuch ins Haus. Beim Kaffee wird dann besprochen, was am Nachmittag gemacht wird und wer sich mit einbringen möchte. Hier ist Freiraum für Spaziergänge, Gartenarbeit, Werken, Basteln, Raten, Singen, Tanzen....

Das Abendessen

Das Abendbrot zwischen 18 und 19 Uhr nehmen wir nochmals als Anlass, um alle Bewohner an einen Tisch zu bringen. Was es zum Abendbrot gibt, hängt wieder von den Vorlieben der Bewohner ab. Gegebenenfalls wird vor dem Aufdecken gefragt, ob jemand noch etwas von dem übriggebliebenen Mittagessen möchte oder eine Suppe wünscht. Ansonsten gibt es verschiedene Brotsorten und herzhaften Aufschnitt, Salat oder frisches Gemüse. Vorrangig spielen sowohl der Ernährungs- als auch der Gesundheitszustand die entscheidende Rolle.



Nach dem Abendbrot wird, wie zu allen Mahlzeiten, mit einigen Bewohnern abgedeckt und die Küche aufgeräumt. Ein fester Brauch ist die gelesene Geschichte und das gemeinsame Singen. Wer lieber Nachrichten im Fernsehen sehen möchte, zieht sich in die Stube zurück.

Vorbereitungen zur Nacht

Je nach Vereinbarung mit dem Pflegedienst und dem Hilfebedarf werden die Bewohner ins Bad begleitet und ihren Wünschen und Ritualen entsprechend bei der Abendtoilette unterstützt. Auch hier wird sich Zeit genommen, um Sicherheit, Geborgenheit und Ruhe zu vermitteln.

Einige Bewohner möchten eine Wärmflasche an die Füße und die Tür einen Spalt offen gelassen haben, andere nochmals in den Arm genommen werden oder einfach in Ruhe im Zimmer sitzen und lesen. Einige Bewohner bekommen noch einen kleinen Snack zur Nacht (z.B. eine Banane), um den kleinen Hunger zwischendurch zu stillen.

Die Nachtruhe

Die Ruhephase beginnt um 22 Uhr. Dann wird es dunkel im Haus und die Nachtbeleuchtung auf dem Flur bietet allen Bewohnern eine zeitliche Orientierung. Die Präsenzkraft geht noch einmal durch die Zimmer, schaut wer schläft und fragt ggf. nach dem Befinden. Dann kehrt Ruhe im Haus ein.



Der Tod gehört zum Leben

Jeder Bewohner hat das Recht, sein Leben zufrieden bis zum Ende in der Gemeinschaft zu verbringen - mit Menschen, die seine Bedürfnisse kennen und ihn auch ohne Worte verstehen.

Es ist uns ein großes Anliegen, den Bewohnern ein würdiges Sterben ohne Angst und ohne Schmerzen zu ermöglichen. Hierfür arbeiten wir eng mit den behandelnden Ärzten und den Angehörigen zusammen, um eine bestmögliche palliative Versorgung zu gewährleisten. Erleichtert wird uns diese Aufgabe durch die mit der Zeit gewachsene Beziehung zu den Bewohnern, welche ein „Verstehen“ ohne Worte ermöglicht.

Wir möchten den Bewohnern das Gefühl geben, nicht allein zu sein, Ihnen Schmerzfreiheit, Geborgenheit und Sicherheit geben. Angehörige haben in dieser Phase selbstverständlich die Möglichkeit im Hause zu übernachten.

Haustiere

Unsere Wohngemeinschaft setzt auf die positive Wirkung von Haustieren.

Sie bringen einerseits „Leben in die Bude“ - andererseits strahlen sie Ruhe aus, wenn sie sich zu den Bewohnern auf das Sofa kuscheln und sie mit der Nase an stupsen, um Streicheleinheiten zu bekommen. Derzeit gibt es einen Hund (Emily), eine Katze und Hühner in unserer Gemeinschaft.

Bewohner können nach Absprache ihr Haustier mitbringen, soweit es mit den vorhandenen Tieren kompatibel ist.

Das Team

Unser Team setzt sich aus Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen des gewählten Pflegedienstes, der Wohngemeinschaft, ehrenamtlich Beschäftigten, Angehörigen sowie der Einrichtungsleitung zusammen. Wir arbeiten miteinander für die Bewohner. Neben fachlicher Kompetenz muss vor allem auch Freude an dieser Art der Tätigkeit vorhanden sein. In unserer Wohngemeinschaft zu arbeiten, bedeutet langfristig Bindungen aufzubauen, Geduld zu haben, empathisch zu sein und respektvoll den Menschen gegenüber zu treten.

Ärztliche und therapeutische Versorgung

Die Bewohner haben, wie beim Pflegedienst, eine freie Arztwahl. Ob Angehörige mit den Bewohner zum Arzt fahren oder den Arzt Ihres Vertrauens ins Haus kommen lassen, das liegt in ihrer Entscheidung. Wir haben einen Hausarzt, der in unsere Wohngemeinschaft kommt. Ebenfalls steht eine Physiotherapeutin für Besuche in unserem Haus zur Verfügung.



Angehörigenarbeit

Position der Angehörigen

Angehörige sind sehr wichtige Partner. Sie kennen die Bewohner, überblicken oft die Ressourcen und wissen häufig welche Vorlieben und Ängste es gibt. Ein offener Umgang schafft Vertrauen auf beiden Seiten.

Bei einem geplanten Einzug werden Angehörige auf Wunsch auch in der vertrauten Umgebung besucht, um Ängste zu besprechen und Fragen vorab zu klären.

Durch die gemeinsame Vergangenheit von Bewohner und Angehörigen entstehen oft die unterschiedlichsten Probleme. Dinge aus der Vergangenheit, die nicht gerne angesprochen werden, können ein für Außenstehende nicht nachvollziehbares Verhalten mit sich bringen. Hier wird nicht gerichtet, sondern versucht zu vermitteln.

Vierteljährlich gibt es ein Treffen mit den Angehörigen, auf welchem die vorher bekannt gegebenen Punkte besprochen werden.

Mitwirkung und Mitbestimmung

Angehörige sind Partner in der Unterstützung der Bewohner. Sie verfügen über die Informationen, die uns die Bewohner meist nicht mehr geben können.

Gemeinsam mit den Angehörigen wird für die Bewohner ein Ablaufplan erstellt. Dieser umfasst die durch den Pflegedienst zu leistenden Tätigkeiten. Hierbei sind Vorlieben und Ressourcen der Bewohner zu berücksichtigen.

Eine Unterstützung bzw. Mitwirkung der Angehörigen ist etwa gefragt, wenn es um die Planung von Ausflügen oder einer Teilnahme an Veranstaltungen geht. Sofern Angehörige dies nicht leisten können - etwa bei einer Verhinderung durch die Berufstätigkeit - gibt es die Möglichkeit der Abrechnung über die Verhinderungspflege.

Vorschläge und Wünsche zu Veränderungen innerhalb der Wohngemeinschaft können in Schriftform (formlos) eingereicht werden; sie werden dann mit auf die Tagesordnung gesetzt, um diese beim nächsten Treffen der Angehörigen zu erörtern.

Beschwerden

Wenn Menschen miteinander agieren, dann können auch Missverständnisse entstehen. Hier möchten wir an gemeinsamen Lösungen arbeiten. Dafür ist es wichtig, das unangenehme Bauchgefühl möglichst zeitnah anzusprechen und nicht zu warten bis sich Themen aufstauen. Dieses gilt sowohl für Angehörige als auch für Mitarbeiter.



Zur konstruktiven Klärung gibt es verschiedenen Möglichkeiten: Beispielsweise kann ein Termin mit der Mentorin vereinbart werden, um ein persönliches Gespräch zu führen, damit das Problem transparent sowie aufgelöst wird. Ein Abpassen zwischen „zwischen Tür und Angel“ möchten wir vermeiden.

Eine andere Möglichkeit ist die Schriftform. Zu diesem Zweck hängt im Flur der Wohngemeinschaft ein Briefkasten für Lob und Kritik. Nachrichten können gleichfalls anonym eingeworfen werden - für eine Problemlösung sollte jedoch ein Ansprechpartner genannt werden. Für Anregungen ist diese Form schon eher geeignet.

Die meisten Probleme lassen sich leicht aus der Welt schaffen indem man darüber spricht. Gehen Erwartungen und Möglichkeiten auseinander? Sind beide Seiten mit allen Einzelheiten vertraut? Nur in einem transparenten Umfeld kann für die Bewohner das Optimale geleistet werden. In der Konsequenz ist es daher wichtig, Probleme bzw. Themen anzusprechen, miteinander zu diskutieren und Lösungen oder Maßnahmen einvernehmlich zu verabschieden.

Ehrenamt, Ausbildung und Praktikum

Um eine noch individuellere Begleitung der Bewohner in der Wohngemeinschaft zu ermöglichen, sind wir immer auf der Suche nach Menschen, die Interesse an der ehrenamtlichen Arbeit mit Demenzkranken haben. Besonders für Bewohner, die nur wenig Besuch bekommen, kann es eine echte Bereicherung sein. Für dieses Ehrenamt sollte man ein gewisses Maß an Humor, Herz und Verstand mitbringen.

Eine fachliche Ausbildung in diesem Berufszweig wird über den kooperierenden Pflegedienst angeboten.