

Pflege LebensNah

aktuell

Aktuelles und Interessantes von Ihrem Pflegeanbieter in Rendsburg



Gegen Sucht hilft reden

Was ist gegen ein Glas Wein am Abend oder eine Schlaf-tablette zu sagen?

In Maßen eingenommen spricht wenig

dagegen. Häufig entsteht aus Genuss und Regelmäßigkeit jedoch ein Zuviel, die Gefahr, süchtig zu werden, steigt. Nicht nur die Betroffenen selbst nehmen Schaden. Auch die Angehörigen – Lebenspartner, Freunde, Kinder – quälen sich mit den Folgen. Die Pflege ist keine Insel der Seligen. Auch sie ist mit Sucht konfrontiert. Man trifft Sucht bei den Pflegebedürftigen und bei den Angehörigen. Auch unter den Mitarbeitern gibt es Menschen, die Abhängigkeitssymptome zeigen.

Der Umgang mit Sucht wird erschwert, weil sie in unserer Gesellschaft tabuisiert wird. Wer hat schon die Kraft zuzugeben, dass er selbst süchtig ist oder einen Abhängigen in der Familie hat? Haben wir nicht alle gelernt, dass Reden Silber und Schweigen Gold ist?

Pflege LebensNah will den Teufelskreis von Sucht und Tabu durchbrechen. Allein das Hinsehen und Gespräche führen macht es möglich, gemeinsam auf die Suche nach Auswegen zu gehen. Die vorliegende Ausgabe von Pflege LebensNah greift das Thema auf und setzt so bewusst ein Zeichen: „darüber reden“ ist der erste Schritt aus Krisen.

Wie überall hilft auch in schwierigen Lagen eine gute Portion Optimismus. Mit dem Frühling vor Augen wünsche ich Ihnen und uns diese Zuversicht.

Ihr

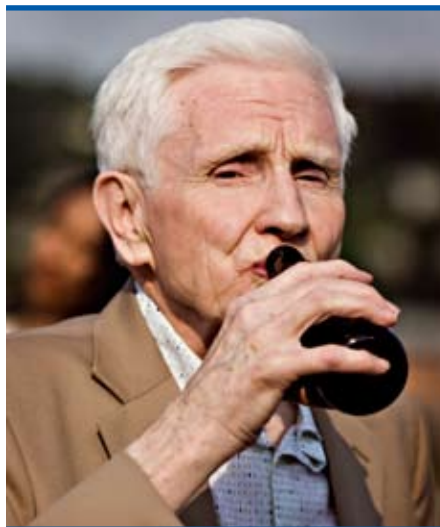
Norbert Schmelter

Geschäftsführer der Pflege LebensNah

Fortbildung zum Thema Sucht im Alter

Pflege LebensNah bricht das Schweigen

Die Fakten liegen auf dem Tisch, aber die Gesellschaft schweigt – jeder zehnte ältere Mensch hat einen riskanten Alkohol- und/oder Tablettenkonsum. Hinzu kommen diejenigen älteren Menschen, die bereits physisch und psychisch abhängig sind. Pflege LebensNah bricht das Schweigen. „In unserer Fortbildungsreihe schulen wir unsere Mitarbeiter zu dem Thema, vermitteln Anzeichen, Umgangsformen und Auswege aus der Sucht“, sagt Norbert Schmelter, Geschäftsführer von Pflege LebensNah.



Mitarbeiter, die mit Einkaufstüten voller Medikamente vom Erstbesuch bei pflegebedürftigen älteren Menschen kommen – das ist längst kein Einzelfall mehr. „Für uns ist dies ein alarmierendes Zeichen. Es gab uns den Anstoß, uns mit diesem Tabuthema auseinanderzusetzen“, betont Schmelter.

Meistens ist es Unwissenheit, die ältere Menschen zu einer Abhängigkeit führt. Wenn aus dieser Unwissenheit Gewohnheit und aus der Gewohnheit der Verlust über die Kontrolle des Medikamentengebrauchs oder Alkoholkonsums wird, liegt eine Sucht vor.

Angehörige und Nachbarn denken häufig: „Lassen wir sie doch, was haben sie denn sonst noch vom Leben?“ Stille Akzeptanz und Schweigen sind aber falsch. Denn was hat ein alter Mensch davon, wenn er aufgrund einer Alkohol- oder Medikamentensucht einer erhöhten Sturzgefahr ausgesetzt ist? Wenn seine geistige Leistungsfähigkeit rapide abnimmt, er sein Interesse für das Leben verliert und seinen Haushalt vernachlässigt? Dies sind alles Dinge, die das Alleinleben erschweren bis unmöglich machen.

Bei Medikamentenmissbrauch ist der Arzt gefragt. Er sollte bei der Medikation einen Kontrollmechanismus einbauen. Aber auch Pflegepersonal ist aufgefordert zu reagieren. „Unsere Mitarbeiter lernen in der Fortbildung Zeichen einer Sucht oder eines riskanten Konsums zu erkennen und entgegenzusteuern, indem sie nach der Ursache suchen. Ist Einsamkeit verantwortlich, vermitteln sie soziale Kontakte oder Freizeitangebote“, erläutert Norbert Schmelter.

Oberstes Ziel ist dabei immer für den betroffenen Menschen eine höchstmögliche Lebensqualität zu erzielen. Um dies zu erreichen, erfolgt die Hilfe immer geplant und im Zusammenwirken des Pflegeteams mit den Betroffenen und Angehörigen.

Wir helfen, pflegen und beraten

Genuss oder Sucht?

Eine halbe Flasche Rotwein oder zwei Flaschen Bier am Abend – was ist das schon? Ergänzt man „jeden Tag“, würden einige stutzen, andere würden sagen: Na und?

Das Beispiel zeigt, dass das Verständnis über einen gesunden und ungesunden Konsum dieser Genussmittel unterschiedlich ist. Doch wo genau verläuft die Grenze



zwischen Genuss und Sucht? *Pflege LebensNah aktuell* befragt hierzu **Johannes Vennen**. Der Diplompsychologe und Psychotherapeut ist Leiter einer Klinik für Drogenabhängige in Sillerup. Zurzeit schult er Mitarbeiter von *Pflege LebensNah* zum Thema „Sucht im Alter“.

Was sind Kennzeichen einer Sucht?

Ein wichtiges Kennzeichen ist die physische

und psychische Abhängigkeit. Anstelle des ungezwungenen Genusses tritt ein Konsumzwang, der nicht mehr kontrolliert werden kann. Der Körper gewöhnt sich an das Genussmittel und braucht eine immer höhere Dosis, um die gewünschte Wirkung zu erzielen. Ein körperliches Entzugssymptom ist z.B. Zittern.

Wie äußert sich süchtiges Verhalten?

Der Betroffene verleugnet und bagatellisiert seinen Konsum. Suchtkranke Menschen besitzen außerdem eine geringe Frustrationstoleranz.

Kann man eine Sucht an der Menge des Suchtmittelkonsums festmachen?

Anhand der Menge kann man eine Aussage über einen riskanten oder problematischen Konsum treffen, nicht aber direkte Rückschlüsse auf eine Sucht ziehen.

Wie erkenne ich als Außenstehender eine Abhängigkeit?

Ein Zeichen kann eine Verhaltensänderung sein, z.B. wenn die betroffene Person, die sonst immer sehr zuverlässig war, es auf einmal nicht mehr ist. Ein anderes Signal kann sein, dass man Menschen in Situationen betrunken erlebt, in die es nicht hingehört, wie z.B. in der Mittagspause.

Zahlen und Fakten zur Sucht

Alkoholabhängigkeit:

2,4 % aller 18 bis 64-Jährigen

Medikamentenabhängigkeit:

1,4 bis 1,9 Mio. Menschen im Alter von 18 bis 64

Alkoholmissbrauch:

3,8 % aller 18 bis 64-Jährigen

Riskanter Alkoholkonsum in Gramm pro Tag:

Frauen: 20 g

Männer: 30 g

Zur Orientierung:

In einem Glas Bier (0,25 l) oder kleinem Glas Wein (0,125 l) befinden sich ungefähr 10 g Alkohol.

Sucht im Alter

(Menschen über 60 Jahre):

Riskanter Alkoholkonsum bei jedem dritten Mann und jeder zehnten Frau. Von einem riskanten Medikamentenkonsum sind 1,8 Mio. Menschen betroffen.

Mögliche Ursachen:

- kritische Lebensereignisse wie abnehmende Potenz, Verrentung, Tod des Partners
- Kein Akzeptieren des Alterns
- Überforderung
- Einsamkeit

Schau hin!

Es kann jeden von uns treffen: Aus einem Alkoholgenuss oder einem Beruhigungsmittel am Abend kann schleichend eine Gewohnheit werden. Die Kontrolle über das „Genussmittel“ entgleitet. Das Gefühl, ohne nicht mehr zu funktionieren steigt, der Körper reagiert mit Entzugsserscheinungen wie Zittern.

Wird die Abhängigkeit von Freunden, Angehörigen oder Kollegen erkannt, wird trotzdem oft geschwiegen. Süchtig sind doch nur Menschen – so die weitverbreitete Meinung – denen man

Sucht geht alle an

die Sucht ansieht. „Wir möchten dieses Bild von Sucht zurechtrücken. In unserer Schulungsreihe zum Thema Sucht gehen wir einen ersten wichtigen Schritt – wir brechen das Schweigen“, erklärt Norbert Schmelter, Geschäftsführer von *Pflege LebensNah*. „Wir sensibilisieren und öffnen unsere Mitarbeiter aus allen Arbeitsbereichen für das Thema“, so Schmelter. In Diskussionsrunden können die Mitarbeiter über Erfahrungen aus ihrer Arbeit und über eigene Probleme sprechen. „In diesen Diskussionsrunden erfahren die Mitarbeiter, dass sie sich gegenseitig Probleme anvertrauen können, dass Austausch gut

tut“, so Schmelter. Neben der Vermittlung von Grundlagen werden in der Schulung Wege des Umgangs mit Abhängigkeiten erarbeitet. An der Schulung nehmen derzeit 30 Mitarbeiter teil.

„Der Pflegeberuf erfordert ständige Aufmerksamkeit, Konzentration und Kraft. Da ist es ganz normal, manchmal an seine Grenzen zu kommen, nicht mehr weiter zu wissen. Schwäche zuzulassen und Sorgen haben zu dürfen, bei deren Bewältigung man sich Hilfe holen darf, gerade von Kollegen und Vorgesetzten – diese Wirkung erhoffe ich mir von der Schulung“, so Schmelter.

Seniorengerechtes Wohnen in Mastbrook

Jörg Klan ist in Mastbrook längst kein Unbekannter mehr. Seit neun Monaten unterstützt er als Familiengesundheitspfleger die Menschen im Stadtteil. Neben der täglichen Beratung und der praktischen Hilfestellung arbeitet er an einem weiteren Projekt: seniorengerechtes und barrierefreies Wohnen in Mastbrook.

„Mein Angebot *Rat und Tat für Mastbrook* wird von vielen Bewohnerinnen und Bewohnern des Stadtteils genutzt“, sagt Jörg Klan. „Die meisten von ihnen sind zwischen 60 und 80 Jahre alt.“ Die Senioren im Stadtteil leben meist in Mehrfamilienhäusern ohne Fahrstuhl. „Für viele ist es schwierig aus dem Haus zu kommen, wenn Rollatoren, Rollstühle oder andere Hilfsmittel zur Fortbewegung benötigt werden“, so Klan.

Diese Lebenssituation wirft viele Fragen auf: Wie können Einkäufe erledigt werden? Wie kommt man an die frische Luft, wenn man im Rollstuhl sitzt? Wer trägt den Rollator die Treppe hinunter und wieder hinauf? Eine Antwort könnte das Angebot „Wohnen mit Service“ bieten. „Eine solche Möglichkeit gibt es bisher nicht in Mastbrook“, erklärt Klan. „Die Menschen wollen

den Stadtteil aber nicht verlassen. Hier haben sie Freunde und kennen sich aus.“

Ein Haus, das „Wohnen mit Service“ anbieten würde, hätte viele Vorteile: Alle Wohnungen hätten breite Türen und keine Schwellen. Im Haus gäbe es einen Fahrstuhl. Eine Notrufanlage könnte schnelle Hilfe durch Pflegekräfte gewährleisten.

Jörg Klan hält weitere Angebote für notwendig: Unterstützung bei Einkäufen, Behördengängen, bei der Vermittlung von Hilfsmitteln, von Krankengymnastik, Fußpflege und die Kooperation mit Ärzten.

„Es wäre schön, wenn ein solches Projekt bald verwirklicht werden könnte – es wäre eine große Bereicherung und eine notwendige Hilfe für die Menschen in Mastbrook.“

Tag der offenen Tür

Die Tagespflege „Haus Eiderblick“ stellt sich vor



Die Tagespflege „Haus Eiderblick“ hat am **12. Juni 2009 von 14.30 bis 16.00 Uhr Tag der offenen Tür** und lädt alle Neugierigen und Interessierten ein, die Angebote kennenzulernen.

Ein Zuhause für den Tag

Die Tagespflege ist für Menschen, die zu Hause leben, aber Unterstützung im Alltag benötigen. Alle pflegerischen und ärzt-

lich angeordneten Leistungen (z.B. Verbandswechsel, Medikamentengabe etc.) werden durch qualifiziertes Fachpersonal erbracht.

Die Tagespflege ist ein Ort, an dem Menschen Gesellschaft finden, sei es durch gemeinsames Spiel, durch Ausflüge oder jahreszeitliche Aktivitäten. Der Gast erfährt außerdem eine individuelle Beschäftigung je nach seinen Fähigkeiten und Möglichkeiten. Das Fachpersonal arbeitet mit den Angehörigen zusammen und bietet Unterstützung sowie Beratung für sie und die Gäste der Tagespflege. Der gemeinsame Alltag kann dadurch erleichtert werden.

Tag der offenen Tür

Haus Eiderblick, Kieler Straße 60 in Rendsburg.
Telefon: **(0 43 31) 43 798 03**

Wer steigt mit ein?



© Jörg Klan

Am **13. Juni 2009** findet der 2. Obereiderhafen-Cup statt und die Pflege LebensNah möchte beim dort stattfindenden Drachenbootrennen ein Boot anmelden.

Wir brauchen dafür mindestens 18 Personen, die Lust haben, gemeinsam in ein Drachenboot zu steigen und zu zeigen, was die Mitarbeiter von Pflege LebensNah drauf haben!

Ihr Mutigen, ihr Tapferen, ihr Taten-durstigen! Ihr, die ihr allen Wettern und Gegnern trotz! Traut Euch und kämpft an der Seite des Steuermanns für Pflege LebensNah!

„Die Teilnahme am Drachenbootrennen ist eine tolle Idee“, sagt Irene Fuhrmann, Leiterin der Hausgemeinschaften für Menschen mit Demenz. „Das schafft ein gemeinsames Erlebnis für alle Mitarbeiter aus den verschiedensten Bereichen von Pflege LebensNah und bringt eine Menge Spaß.“

Vor dem Rennen sollten zwei bis drei Trainingseinheiten absolviert werden. Die Rennstrecke ist mit 250 Metern überschaubar und es wird in verschiedenen Klassen gestartet.

**Worauf wartet Ihr noch?
Leinen los und los geht's!**

Anmeldung bei:
Irene Fuhrmann
Telefon: **(0 43 31) 66 36 40**

Mitarbeiterjubiläen: Wir gratulieren!

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind das Herzstück der Arbeit von Pflege LebensNah. Manche begleiten uns schon viele Jahre, andere sind neu dazugekommen. Dieses Jahr haben wir viele Jubilarinnen und Jubilare unter uns. Ihnen allen möchten wir für Ihre Mitarbeit ganz herzlich danken. Wir freuen uns auf eine weitere Zusammenarbeit. Eine Liste mit allen Jubilarinnen und Jubilaren finden Sie auf unserer Website unter: www.pflegelebensnah.de/aktuelles Eine von ihnen stellen wir hier vor: **Christel Drews**.

„Ich würde mich immer wieder für diesen Beruf entscheiden“

Seit 1989 ist **Christel Drews** (60) engagierte Mitarbeiterin bei Pflege LebensNah. Während dieser Zeit hat sie viele Menschen in ihrem Alltag unterstützt und begleitet und sah sich immer wieder aufs Neue in ihrer Berufswahl bestätigt.

Die geprüfte Haus- und Familienpflegerin begann ihren Dienst bei Pflege LebensNah in der ambulanten Familienbetreuung. Sie unterstützte Familien im Haushalt und in der Pflege. Nach einer Babypause begann sie ihre Arbeit im Team der ambulanten Altenpflege.

„Hier betreue ich 14 Stunden in der Woche alte und bedürftige Menschen in ihrem Zuhause“, erklärt Drews. Einige ihrer Kunden begleitet sie schon seit vielen



Jahren. „Ich habe lange Zeit eine Familie mit elf Kindern betreut, deren Mutter

schwer nierenkrank war. Zwei der Kinder sind sogar meine Patenkinder geworden“, erzählt Christel Drews. Die Vielseitigkeit der Aufgaben und der tägliche Umgang mit den Menschen machen ihr großen Spaß. „Es wird nie langweilig. Jeden Tag muss man sich neu auf die verschiedenen Kunden einstellen“, so Drews.

Jetzt ist Christel Drews 60 Jahre alt. Aber ans Aufhören denkt sie noch lange nicht. „Ich möchte auch noch die nächsten Jahre arbeiten. Der Beruf hält mich jung. Immer wieder erweitere ich mein Wissen und Können, z.B. durch die Arbeit mit dem PC“, sagt Drews.

„Ich würde mich immer wieder für diesen Beruf entscheiden.“

Neu bei uns: Herzlich willkommen!

Seit Februar ist die gelernte Krankenschwester **Conny Loges-Jastrow** (44) Mitarbeiterin von Pflege LebensNah. Zum ersten Mal arbeitet sie hier mit Menschen mit Demenz und lernt dadurch täglich Neues dazu.

Conny Loges-Jastrow hat in ihrer 25-jährigen Berufslaufbahn viele Bereiche kennengelernt, wie die Arbeit im Altenheim und in einer Wohngruppe für MS-Kranke.

„Ich hatte große Freude an meiner Arbeit, aber irgendwann dachte ich, ich will noch einmal einen neuen Bereich kennenlernen“, erzählt Loges-Jastrow.

Jetzt arbeitet Conny Loges-Jastrow seit einem Monat in der Hausgemeinschaft für



Menschen mit Demenz. In dieser Zeit hat sie schon viele neue Erfahrungen gesamt.

melt. „Ich wurde herzlich aufgenommen und bekam Zeit, erst einmal anzukommen. Ein erfahrener Mitarbeiter ist immer an meiner Seite und ich kann jederzeit Fragen stellen. Das konnte ich vorher gar nicht“, erzählt sie.

Die Abläufe ihrer Arbeit kennt sie schon von ihren vorherigen Arbeitsstellen, aber der Umgang mit Demenzpatienten ist ihr neu.

„Dank der umfassenden Einarbeitung und der zweitägigen Schulung kann ich mich schon viel besser in die Gedankenwelt von demenzkranken Menschen hineinversetzen“, erläutert die Krankenschwester. „Zum Beispiel habe ich gelernt, dass gemeinsames Schweigen genauso wertvoll ist wie Worte.“

Probleme bei der Pflege

„Manchmal möchte ich wegrennen ...!“

© Jörg Klan



„Ich hasse ihren Starrsinn! Die Äpfel sind auch nicht richtig, die ich ihr ‚bei Gelegenheit‘ mitbringen sollte. Ich bin so wütend. Ich möchte einfach wegrennen!“

Solche oder ähnliche Gedanken haben viele Menschen, die pflegebedürftige Menschen betreuen. Die Gefühle der Wut und der Aggression können dabei

manchmal so stark sein, dass die pflegenden Menschen selbst erschrocken sind. Dies ist ein Grund, warum hierüber nicht öffentlich gesprochen wird. Die Scham ist zu groß, handelt es sich doch um den eigenen Partner oder die Eltern, die man liebt.

Die eigenen Gefühle werden unterdrückt, „man macht es mit sich selbst aus“. Kann die Wut nicht mehr kontrolliert werden, kann es passieren, dass sie an den pflegebedürftigen Menschen ausgelassen wird, in Form von verbaler Aggression, Vernachlässigung, körperlicher Gewalt oder materieller Ausnutzung. Soweit muss und darf es nicht kommen.

Gefühle von Wut und Aggression sind menschlich und treten in jeder sozialen

Beziehung auf, auch in der zwischen Pflegendem und zu pflegender Person. Diese Tatsache in ein öffentliches Bewusstsein zu rücken, ist ein wichtiges Anliegen von Pflege LebensNah.

„Wir möchten Menschen Mut machen, sich zu öffnen“, erklärt Brigitte Voß, Leiterin der Pflege- und Alzheimerberatungsstelle. „Ein erster wichtiger Schritt hierfür ist zu erkennen, dass man diese Gefühle haben darf, dass es ganz normal ist, an seine Grenzen zu kommen, sich überlastet zu fühlen. In einem zweiten Schritt geht es darum, sich seinen Gefühlen zu stellen“, so Voß. „Hierbei hilft es, sich einem vertrauten Menschen zu öffnen. Oft hilft es ‚einfach mal Dampf abzulassen‘“, ergänzt Voß.

Gibt es keine Person, der man sich anvertrauen kann oder möchte – aus Scham oder Angst – berät und unterstützt Pflege LebensNah unverbindlich, kostenlos und anonym.

Wir können helfen! „Miteinander reden“

Sie haben Angst, bei der Pflege Ihres Angehörigen bald die Fassung zu verlieren? Sie suchen Rat, möchten sich jemandem mitteilen, der Sie versteht,

aber nicht aus Ihrem direkten sozialen Umfeld kommt?

Wir können Ihnen helfen!

Unsere Mitarbeiter aus den verschied-

enen Fachbereichen kennen die Probleme, hören zu, geben Rat und Unterstützung bei Konflikten und bei Gewalt in der Pflege.



Brigitte Voß (Leiterin der Pflege- und Alzheimerberatungsstelle)
Telefon: **(0 43 31) 708 34 71**
Themenschwerpunkt:
Pflege allgemein und Pflege demenzkranker Menschen



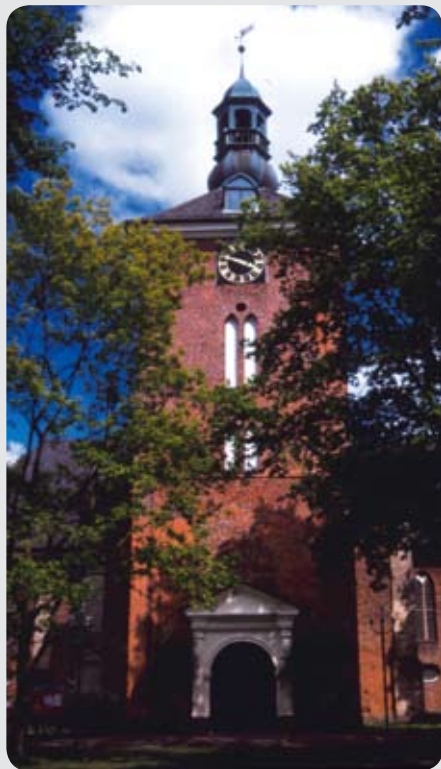
Michael Busch (Leiter des Ambulanten Hospizdienstes)
Telefon: **(0 43 31) 338 94 14**
Themenschwerpunkte:
Betreuung von Menschen in der letzten Lebensphase



Angelika Thaysen (Leiterin des Ambulanten Kinderhospizdienstes)
Telefon: **(0 43 31) 14 35 14**
Themenschwerpunkte:
Betreuung von schwerkranken Kindern und Trauerbegleitung

Die Mitgliedskirchen von Pflege LebensNah stellen sich vor :

Christkirchengemeinde



Einzugsgebiet

Neuwerk, Hoheluft,
Rendsburg-Süd, Kreishafengebiet

Gemeindegröße

3.700 Mitglieder, davon
1.300 Menschen älter als 60 Jahre

Vorsitzender des Kirchenvorstands

Pastor Hans-Joachim Haeger

Geschichte

Die Gemeinde entstand Ende des 17. Jahrhunderts im Zusammenhang mit dem damaligen Ausbau der Rendsburger Festungsanlagen. Mittelpunkt der Gemeinde ist die im Jahr 1700 eingeweihte Christkirche.

Gemeinsame Veranstaltungen mit Pflege LebensNah

Volksliedersingen für Senioren in der Wohngemeinschaft für Menschen mit Demenz

Jeden 3. Mittwoch im Monat von 15.00-16.30 Uhr in der Kirchenstraße 1

Andacht für demenzkranke Menschen

Jeden 4. Mittwoch im Monat in der Christkirche

Weitere Angebote für Senioren

Seniorenkreis im Gemeindehaus Hoheluft, jeden 2. und 4. Freitag im Monat, Seniorenkreis im Gemeindehaus Prinzenstraße 13, mittwochs um 15.00 Uhr (außer jeden 3. Mittwoch im Monat)

Kontakt

Prinzenstraße 13
24768 Rendsburg

Telefon: **(0 43 31) 224 42**

Telefax: **(0 43 31) 290 81**

Email: christkirche-rendsbu@gmx.de

Web: www.christkirche-rendsbu.de

Praktikumsbericht: Menschliches Miteinander

Christa Nast absolvierte vom 22. September bis 12. Dezember 2008 ein Praktikum im „Haus Neuwerk“ von Pflege LebensNah.

„Bei der Auswahl der Einrichtung war für mich das breit gefächerte Angebot von Pflege LebensNah ausschlaggebend“, sagt Christa Nast. Im Praktikum wollte sie das neu Erlernte ihrer Zusatzausbildung zur Sozialberaterin praktisch umsetzen. Einzelne Ziele hat sie sich nicht im Voraus gesetzt, sie betrachtete stattdessen den Weg als Ziel und war offen für die vielfältigen Möglichkeiten der Einrichtung.

Während ihres Einsatzes half sie je nach Bedarf in der Hausgemeinschaft für Menschen mit Demenz, in der Pflege- und Alzheimer Beratungsstelle und in dem dort integrierten „Cafe Sahnehäubchen“. Der Schwerpunkt ihrer Arbeit in der Hausgemeinschaft lag in der Unterstützung der Mitarbeiter im Tagesgeschehen. „Meine Erfahrungen und Kenntnisse als gelernte Altenpflegerin haben mir hier

natürlich sehr geholfen“, berichtet Nast. Besonders stolz ist sie auf eine positive Begegnung mit einer Bewohnerin, die sich kaum für das Alltagsgeschehen



interessierte. Christa Nast ist verstärkt auf sie eingegangen und zeigte Interesse an ihrer Person und ihrer Biografie. Die Bewohnerin veränderte prompt ihr Verhalten: Sie strahlte Freude und Wärme

aus und war freundlich. Höhepunkt ihrer Tätigkeit in der Hausgemeinschaft war eine selbst gestaltete Abschieds-Adventsfeier, zu der Mitarbeiter, Bewohner und Angehörige kamen. Die Praktikantin erhielt auch die Möglichkeit, für alle Mitarbeiter der Hausgemeinschaft eine Fachfortbildung zu geben.

In der Beratungsstelle begleitete sie ein Treffen einer Angehörigengruppe und ein Einzelberatungsgespräch. Im „Cafe Sahnehäubchen“ unterstützte sie die Mitarbeiter und gestaltete die Betreuungsnachmittage in den Gruppen mit.

„Für mich war es ein großes Glück, in einer Einrichtung gearbeitet zu haben, in der menschliches und wertschätzendes Miteinander ein wichtiges Kriterium gemeinsamer Arbeit ist“, bilanziert Christa Nast. „Von den dort arbeitenden Menschen habe ich sehr viel gelernt.“

Ehrenamtliche stellen sich vor



Sie sind aus der Arbeit von Pflege LebensNah nicht wegzudenken – die Ehrenamtlichen. Mittlerweile schenken 100 Menschen einen Teil ihrer Zeit, um Menschen zur Seite zu stehen, denen es nicht so gut geht. Heute stellen wir Ihnen die Ehrenamtliche Anna Kohlrausch vor.

Wie sind Sie auf die Idee gekommen, sich ehrenamtlich zu engagieren?

Ich habe selbst vor Jahren die Hilfe einer Trauergruppe erfahren. Durch den erlebten

Verlust habe ich mich mit den Themen Leben und Sterben, Schmerz und Hoffnung, Orientierungslosigkeit und Hilfestellung auseinandergesetzt. Verdrängung war für mich nicht der richtige Weg. Meine eigene Trauer wandelte sich, sie ebnete ab. Vor ca. zwei Jahren begann ich eine einjährige Ausbildung zur Trauerbegleiterin vom Hospiz- und Palliativverband SH, um die Hilfe der Trauergruppe weitergeben zu können, die auch mich getragen hat.

Welchen Bereich von Pflege LebensNah unterstützen Sie mit Ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit?

Meine Haupttätigkeit ist seit Mitte 2007 die Trauerbegleitung. Angelika Thaysen, die Leiterin des Ambulanten Kinderhospizdienstes, und ich gestalten Trauergruppen, zu denen wir über 16 Wochen 14-tägig im Raum der Stille einladen.

Wir bereiten ein Leitthema vor, das uns alle durch die Nachmittage begleitet. Wir bieten bei Bedarf individuell Einzelbeglei-

tungen an, manchmal reichen weitere Gespräche, manchmal dauert eine Einzelbegleitung ein paar Wochen.

Was gefällt Ihnen besonders an der Arbeit?

Durch die Beschäftigung mit dem Thema Leben und Endlichkeit wandeln sich über lang oder kurz Werte und Wertigkeiten. Gelassenheit und damit Leichtigkeit stellen sich ein, das wirklich Wichtige im Hier und Jetzt wird sichtbar(er) und stärkt die eigene Zufriedenheit.

Das Lachen über sich selbst und das Leben ist durch die Ernsthaftigkeit, oder vielleicht gerade deswegen, authentisch und kommt einfach aus tiefster Seele. Die Sorgfalt, das eigene Leben gut zu gestalten, verstärkt sich und die Wertschätzung und Dankbarkeit für kleine Dinge des Lebens werden intensiver.

Trifft die Gruppe sich nach Beendigung selbständig weiter, ist das für uns Begleiterinnen ein Geschenk - unbezahlbar.

PATIENTENVERFÜGUNG:

Selbstbestimmung in medizinischen Entscheidungen ist vielen Menschen sehr wichtig. Was aber geschieht, wenn man nicht mehr in der Lage ist, seinen Willen zu äußern? Die Patientenverfügung ist eine Möglichkeit, im Voraus zu formulieren, welche Behandlungen gewünscht oder nicht gewünscht sind.

Dafür sollte die Willensbekundung schriftlich erfolgen und möglichst detailliert die Situation und die gewünschten oder abgelehnten Maßnahmen beschreiben.

„Bis heute ist es politisch umstritten, in wie weit Ärzte an die Patientenverfügung gebunden sind“, erklärt Michael Busch, Koordinator des Ambulanten Hospizdienstes von Pflege LebensNah. „Der deutsche Bundestag diskutiert zurzeit, ob der Patientenwille durch eine gesetzliche Regelung als rechtsverbindlich gelten soll.“ Dann würde der im Voraus verfügte Wille des Patienten zum Maß der Dinge. Ärzte, Betreuer oder Ange-

Mein Wille geschehe?

hörige würden im Falle einer akuten Situation in ihrer Position geschwächt. Doch was bedeutet das konkret?

„Es würde vorausgesetzt, dass der niedergeschriebene Wille dem aktuellen entspricht“, erklärt Busch. „Unsere Meinung hängt jedoch immer von den Erfahrungen ab, die wir machen, von den Menschen, mit denen wir reden, den Informationen, die wir uns einholen etc. Deshalb ist es nahezu unmöglich, alle Eventualitäten vorherzusehen, zu wissen, wie man sich fühlt, wenn Fall X eintrifft“, so Busch.

Hier können bisher Menschen, die uns gut kennen oder Ärzte, die Erfahrungen mit den Krankheitsbildern haben als Regulativ entgegenstehen. Sie können im Zweifel für das Leben entscheiden und bewirken, dass der Betroffene trotz eines schweren Schicksalsschlags ins Leben zurückfindet. „Wir wissen aus unserer eigenen Arbeit, dass Menschen auch in

schwierigsten Lebenssituationen sich Lebensqualität und Würde bewahren können“, sagt Busch.

Jeder kann für sich entscheiden, ob er eine Patientenverfügung formulieren möchte oder nicht. Sich hierüber Gedanken zu machen, ist wichtig. Denn es bedeutet, sich mit der Endlichkeit des Lebens und möglichen Ängsten in Bezug auf den Tod auseinander zu setzen. Sie kann helfen, Klarheit über unsere Haltungen, Werte und Einstellungen zum Leben und Sterben zu erlangen. „Wichtig ist hier, seine Meinung im Austausch mit anderen Menschen zu treffen und die Entscheidung regelmäßig zu überdenken“, rät Busch. „Unabhängig von einer Patientenverfügung kann eine Vorsorgevollmacht (in Gesundheitsfragen) gewährleisten, dass ein Mensch, dem man vertraut, rechtlich autorisiert ist, für einen zu sprechen. Wie auch immer man sich entscheidet – wir beraten bei Fragen und Problemen“, so Busch.

Aktion am 4. April 2009



Vergissmeinnicht

Der Frühling ist da, die Menschen gehen raus, treffen Freunde. Menschen mit Demenz bleiben trotzdem oft allein. Jeden Tag müssen sie den Alltag neu kennenlernen und werden dabei oft vom sozialen Umfeld vergessen. Nicht bei Pflege LebensNah.

Kommen Sie bei Ihrem nächsten Markteinkauf am Samstag, den 4. April an unseren

Infostand. Wir informieren Sie über Angebote für Menschen mit Demenz und für Angehörige. Wir schenken Ihnen einen Frühlingsboten gegen das Vergessen! Gleichzeitig laden wir Sie herzlich zu unserem neuen Angebot ein:

Wiener Melange in Rendsburg

Einmal im Monat verwandelt sich das Café Sahnehäubchen in ein Wiener Kaffeehaus mit allem, was dazu gehört: An kleinen Tischen servieren Ihnen stilecht gekleidete Damen Kaffee und Kuchen. Es wird geredet, gelacht, Zeitung gelesen. Im Hintergrund läuft Musik.

Start:

Freitag, 24. April, 14.30-17.30 Uhr

Nächster Termin:

Freitag, 29. Mai, 14.30-17.30 Uhr

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Vorschau

Rendsburg wird Demenzfreundliche Stadt

Rendsburg wird offiziell für ein Jahr, von 2009 bis 2010, *Demenzfreundliche Stadt*. Die Kampagne beginnt am 18. September 2009.

Die steigende Zahl von Demenzerkrankungen zeigt: Demenz geht alle an und wird uns in Zukunft begleiten.

Rendsburg stellt sich dem Thema.

In Vorträgen, Workshops und kulturellen Veranstaltungen an verschiedenen Orten der Stadt erfahren die Bürgerinnen und Bürger mehr über die Erkrankung. Neben Information und Aufklärung schafft die Initiative Möglichkeiten des Austauschs zwischen Betroffenen und Bürgern.

Seien Sie gespannt!

Nähere Informationen finden Sie bald auf: www.pflegelebensnah.de/aktuell_demenz.html

Der Osterbasar

Erster Schritt zum Second-Hand Laden

Zehn Ehrenamtliche von Pflege LebensNah haben ein neues Projekt ins Leben gerufen – die Basargruppe. Gemeinsam organisieren sie Basare, um Geld für die Hospizarbeit zu sammeln. Den Auftakt bildet der diesjährige Osterbasar.



Bis dahin werden wir kleine Märkte und Basare veranstalten“, sagt Anne Bühler, Mitglied der Basargruppe.

„Ich finde es toll, ein gemeinsames Projekt für den guten Zweck auf die Beine zu stellen“, schwärmt Anne Bühler. „Für mich ist dieses Ehrenamt perfekt“, sagt die Ehrenamtliche Marianne Strauch. „Ich bin

Die Gruppe plant und koordiniert den Osterbasar in eigener Regie. Neben der Organisation von Spenden ist die Gruppe selbst kreativ tätig. Außerdem sorgt sie für das leibliche Wohl der Basarbesucher mit Kuchen und Gebäck.

„Langfristig wollen wir einen eigenen kleinen Second-Hand Laden aufmachen.

Vollzeit berufstätig. In der Basargruppe kann ich mich regelmäßig, aber flexibel engagieren.“

Neue Mitglieder sind immer willkommen!

Kontakt:

Anne Bühler: (0 43 31) 337 46 44

Marianne Strauch: (0 43 31) 279 42

Pflege 
LebensNah

Impressum

Pflege LebensNah aktuell

Herausgeber:

Pflege LebensNah

Verantwortlich für den Inhalt:

Brigitte Voß, Pflege LebensNah

Prinzenstraße 8

24768 Rendsburg

Telefon (0 43 31) 3 38 94 16

www.pflegelebensnah.de

Redaktion und Umsetzung:

einfach machen

Marktstraße 57

20357 Hamburg

Telefon (040) 87 97 39 09

E-Mail: kgrau@einfach-machen.net

Bildnachweis:

iStock/ Catherine Lane

iStock/ Aimin Tang