

Urlaub für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen

25 Jahre Deutscher Generationenfilmpreis

Gesundheitswesen und Klimakrise



(Soziale) Innovationen in der Langzeitpflege



SONDERAUSGABE DES BEITRAGS

"Betreuter Urlaub für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen"

(Ulrike von Schilling | Marie Pfeiffer)





Prof. Dr. Hermann Brandenburg, Herausgeberkreis von ProAlter

Liebe Leserinnen und Leser von ProAlter,

kürzlich schickte mir der Vorstand eines großen Wohlfahrtsunternehmens in der Altenpflege den Abschlussbericht über das 50-jährige Bestehen seiner Institution. Dort sind sehr viele wissenschaftliche Projekte, Beratungen und Veränderungen in der Pflege- und Versorgungspraxis aufgeführt. Man teilte mir mit, dass man den Begriff der „Innovation“ vermieden habe. Als Grund wurde angegeben, dass dieser Terminus in den letzten Jahren überstrapaziert und undifferenziert genutzt wurde. Dieser Vorstand hat Recht. Denn in der Tat ist „Innovation“ ein Containerbegriff, in dem alle das reinpacken, was ihnen gerade einfällt. Und damit erodiert das eigentliche Anliegen von Innovationen, nämlich eine substantielle Veränderung zum Besseren zu bewirken.

Der nun vorliegende Schwerpunkt zu „(Sozialen) Innovationen in der Langzeitpflege“ in ProAlter möchte ganz bewusst einen anderen Weg gehen. Dazu sind drei Dinge notwendig: Erstens ist zu klären, was man unter „Innovation“ verstehen soll – und was nicht. Und hierfür hat das KDA einen Index entwickelt, welcher der Praxis anhand eines Kriterienkatalogs Hinweise dafür gibt, wie man sich inhaltlich und strategisch besser aufstellen kann. Zweitens muss ein differenziertes Verständnis von Innovation entwickelt werden, denn es geht nicht nur um technische Innovationen. Vor allem soziale Innovationen stehen für das Feld

der Langzeitpflege im Vordergrund. Und drittens sind gute und wegweisende Projekte erforderlich. Klar – Deutschland ist das Land der Projektitis. Aber wir müssen alles dafür tun, dass gute Projektergebnisse nachhaltig Bestand haben. Sowohl im Hinblick auf die institutionellen Logiken vor Ort als auch auf die Anreizstruktur der Rahmenbedingungen gilt es daran zu arbeiten, dass das Engagement nicht verpufft.

Am Ende braucht es ein neues Pflege- und Versorgungskonzept, das wir in Deutschland entwickeln sollten. Denn die Langzeitpflege hat viele Potenziale, die aber nicht genutzt werden. Es wäre nicht die schlechteste Idee, wenn das KDA – ohnehin Vorreiter für eine gute Pflege und Versorgung älterer und alter Menschen – einmal eine bundesweite Tagung zum Thema „Innovationen in der Langzeitpflege: WAS, WIE, WANN und FÜR WEN?“ veranstaltet. Dabei sollten nicht nur interessante Projekte vorgestellt werden, sondern in einer Klausurtagung mit den Verantwortlichen der zuständigen Ministerien, Träger und Verbände darüber beraten werden, wie diese Ideen nachhaltig und verbindlich umgesetzt werden können. Erst wenn der weiße Rauch aus den Schornsteinen weht, dürfen die Verantwortlichen das Feld wieder verlassen.

Ihr **Hermann Brandenburg**



INHALT

Schwerpunkt (Soziale) Innovationen in der Langzeitpflege

- 4 Aktualgenese und Selbsttranszendenz als Wesenskern innovativer Langzeitpflege am Beispiel der Tagespflege**
Prof. Dr. Frank Schulz-Nieswandt
- 10 Ein Kessel voller Buntess?**
Zur Vielfalt der Innovationsmöglichkeiten in der Langzeitpflege
Prof. Dr. Thomas Boggatz
- 14 Gesundheitsförderung und Gewaltprävention in Pflegeheimen**
Vom Projektconcept zur praktischen Umsetzung vor Ort
Hanna Batzoni,
Christiane Manthey, Sebastian Schuster,
Prof. Dr. Markus Witzmann
- 19 Neue Wege gehen**
Mit Videobotschaften herausforderndes Verhalten von Menschen mit Demenz meistern
Renate Berner, Dr. Anja Rutenkröger
- 24 Pflege anders denken**
Das domino-coaching™-Pflegeverfahren mit rehabilitativem Ansatz
Lutz Karnauchow
- Bildung**
- 28 25 Jahre Deutscher Generationenfilmpreis (... und kein bisschen leise)**
Katarzyna Salski
- Management**
- 31 Pflegeselbsthilfe in NRW**
Entwicklung zur bedarfsorientierten Infrastruktur
Noémie Monteils, Leon Hellermann
- 35 Vereinbarkeit von Beruf und Pflege als gesamtgesellschaftliche Verantwortung**
Adelheid von Spee,
Dr. Sarah Hampel, Greta Ollertz
- 38 Forschungsprojekt DiVa**
Erfahrungen und Herausforderungen pflegender Angehöriger bei der Nutzung einer App in ihrem Pflegealltag
Annika Hudelmayer, Dr. Johanna Schütz,
Kenneth zur Kammer
- 42 „klimafreundlich pflegen – überall!“**
Interview mit Thomas Dickamp



53

Leben

Betreuer Urlaub



45

Menschen

Aktion Herzenswunsch

Menschen

- 45** „Für mich waren vor allem die kleinen Wünsche wichtig!“
Demenz Support: Erfüllte Herzenswünsche – die Glücklichen der Aktion stehen fest
Marilena Berlan

Forschung

- 47** Hitze und Gesundheit: Bedeutung des Gesundheitswesens in der Klimakrise
Dr. Julia Schneider
- 50** Sex im Altenheim darf kein Tabuthema sein
Neele Hedrich, Fabian Pioch,
Prof. Dr. Julia Steinfort-Diedenhofen,
Prof. Dr. Birgitta Sträter, Elisabeth Scharfenberg

Leben

- 53** Betreuer Urlaub für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen
Ulrike von Schilling, Marie Pfeiffer

Ethik

- 58** Umgang mit psychiatrischen Krisensituationen im Altenpflegeheim
Ein ethisch begründeter Praxisleitfaden
Dr. Susanne Filbert, Dr. Gwendolin Wanderer,
Dr. Barbara Wolf-Braun

In eigener Sache

- 62** Neues Projekt zu sozialen Innovationen in der Alternshilfe am KDA gestartet
Dr. Maria Keil, Caroline Rehner, Veronika Schneider

- Editorial 01
- Vorschau/Impressum 64

Betreuter Urlaub für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen

„Zu reisen ist zu leben.“ (Hans Christian Andersen)

Urlaub ist eine Zeit der Entspannung, der Geselligkeit und des Genusses für viele Menschen. Allerdings kann es für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen eine Herausforderung sein, ihre gewohnte Umgebung zu verlassen und sich an neue Situationen anzupassen. Trotz alledem sollen pflegebedürftige Menschen und deren Angehörige die Möglichkeit haben, Urlaube zu erleben und von den positiven Auswirkungen auf ihr Wohlbefinden profitieren.

Hintergrund

Die demografische Entwicklung in Deutschland bewirkt einen tiefgreifenden sozialen Wandel. Dieser wirkt sich besonders auf den Bereich der Pflege und Betreuung aus. Heutzutage werden ungefähr zwei Drittel aller Pflegebedürftigen ambulant betreut. Die Angehörigen übernehmen dabei einen Großteil der Pflegeverantwortung. Dies ist eine große Herausforderung für deren eigene Lebensgestaltung. Die Versorgung der pflegebedürftigen Angehörigen führt häufig dazu, dass sich die Pflegepersonen aus ihrem sozialen Umfeld mehr und mehr zurückziehen. Insgesamt fühlen sich viele pflegende Angehörige einer außerordentlichen körperlichen und psychischen Belastung ausgesetzt. Pflegende Angehörige stellen häufig ihre eigenen Bedürfnisse und ihre persönliche Lebensqualität hinten an. Sie erlauben sich oft nicht, eine Auszeit zu nehmen, da sie sich verpflichtet sehen, für die zu pflegende Person da zu sein. Von daher ist es wichtig, innovative Ansätze zur Unterstützung und Entlastung pflegender Angehöriger zu erproben (BMG/ www.bund.de 2015).

Urlaube als wichtige Erlebnisse

Wichtige Erlebnisse der meisten Menschen sind Urlaube, die im Laufe des Lebens unternommen wurden. Immer wieder hörten wir als Mitarbeiterinnen des Forum Demenz Wiesbaden von Angehörigen von Menschen mit Demenz, wie glücklich sie frühere Reisen gemacht haben und wie traurig es ist, jetzt nicht mehr gemeinsam in Urlaub fahren zu können. So entstand im Jahr 2009 die Idee, eine begleitete Urlaubsreise für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen anzubieten.

Grundlage und Ziele des betreuten Urlaubs

Initiator des Urlaubsangebots ist das Forum Demenz der Stadt Wiesbaden. Das Forum Demenz ist ein Zusammenschluss Wiesbadener Institutionen der Altenarbeit und des Gesundheitswesens mit Angeboten für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen. Das Ziel besteht darin, die Lebensbedingungen der Erkrankten und der sie Pflegenden zu verbessern sowie die Begleitum-



aufatmen&erholen

Auszeit – Erholungswochen

für Menschen mit Demenz
und deren Angehörige

21. bis 26.04.2024

22. bis 27.09.2024



*Einfach
Mensch
sein*

Bildungs- und Erholungsstätte Langau e.V.
Langau 1 · D-86989 Steingaden
info@langau.de · www.langau.de

stände der Erkrankung erträglicher zu machen. Die Geschäftsstelle befindet sich im Amt für Soziale Arbeit der Stadt Wiesbaden. Die Netzwerkstrukturen sind im Regelhaushalt der Stadt Wiesbaden verstetigt und werden über den kommunalen Haushalt getragen. Über die Netzwerkarbeit des Forum Demenz Wiesbaden konnten mit dem Diakonischen Werk und den Beratungsstellen für selbständiges Leben im Alter Kooperationspartner gefunden werden, um solch ein Projekt zu stemmen.

Einwöchige Reise in die Eifel

Entstanden ist eine betreute einwöchige Reise einmal jährlich in die Eifel, die bei allen Beteiligten – Gästen oder Betreuenden – immer wieder ein Lächeln ins Gesicht zaubert und zeigt, dass schöne Erlebnisse auch mit einer so schwie-

menz und ihren Angehörigen berücksichtigt. Der Austausch mit anderen Angehörigen und Fachkräften soll für die Zeit nach dem Urlaub stärken und beim Umgang mit der Erkrankung helfen.

Umsetzungskonzept

Um die Angehörigen vom Betreuungsalltag zu entlasten, wird durch die Teilnahme/Anwesenheit von ehrenamtlich Helfenden eine 1:1-Betreuung gewährleistet. Diese gestalten zum Teil schon seit vielen Jahren engagiert Nachmittage in den Betreuungsgruppen für Menschen mit Demenz des Diakonischen Werks und haben dadurch viel Erfahrung. Besonders schön ist es aber, dass bisher in jedem der zwölf Urlaube Ehrenamtliche mitgefahren sind, die noch keinerlei Erfahrung mit dem Krankheitsbild hatten. Oftmals waren es Studierende, die durch ihre Spon-

tanität eine Natürlichkeit und Unbekümmertheit in das gemeinsame Erlebnis brachten. Zur Koordination des Urlaubs stehen drei hauptamtliche Mitarbeiterinnen der Geschäftsstelle des GeReNet.Wi und des Diakonischen Werks zur Verfügung, die im Vorfeld alle Betreuenden schulen und auch während des Urlaubs für Fragen der Ehrenamtlichen und Angehörigen zur Verfügung stehen. Das Programm im Urlaub ist so gestaltet, dass die Angehörigen sowohl Zeit für sich selbst haben als auch mit ihren er-



© Alex von Schilling

kranken Partner*innen Zeit verbringen können. Tagsüber werden Ausflüge oder Wanderungen in die Nachbarorte, an einen See oder ins Café angeboten. Die Ausflüge sind hauptsächlich für die Angehörigen vorgesehen. Zeitgleich gibt es ein Freizeitprogramm an der Unterkunft für die Menschen mit Demenz, die an den Ausflügen nicht teilnehmen. Hier wird z. B. gemalt, Boccia gespielt oder Tanzen im Sitzen angeboten. Das Abendprogramm stellt die Geselligkeit in den Fokus. Beim italienischen Abend mit Pizza, dem gemeinsamen Grillabend oder dem Cocktailabend herrscht immer ausgelassene Stimmung.



Damit die Teilnehmenden auch später noch in Erinnerungen schwelgen können, wird der Urlaub von einem Fotografen begleitet. Die so entstehenden Fotos werden anschließend in einem Fotobuch zusammengefasst, welches den Teil-

nehmenden auf dem Nachtreffen ausgehändigt wird. Immer wieder erzählen uns Angehörige, dass sie selbst Jahre später – oftmals gemeinsam mit der erkrankten Person – diese Fotos anschauen und sich über die schöne Erinnerung freuen.

Herr und Frau L. gehen auf Reisen – ein Fallbeispiel

Herr L., 85 Jahre hat vor 5 Jahren die Diagnose Morbus Alzheimer erhalten. Er lebt mit seiner zwei Jahre jüngeren Ehefrau in einem Vorort von Wiesbaden. Seine Frau, die selbst körperlich durch eine Hüftoperation und eine überstandene Brustkrebsbehandlung eingeschränkt ist, pflegt ihn rund um die Uhr. Herr L. ist ein sehr zufriedener Mann, der sich an Kleinigkeiten erfreuen kann und es genießt in Gesellschaft zu sein und den Gesprächen anderer zuzuhören. Durch das Fortschreiten seiner Krankheit ist er selbst nicht mehr in der Lage, Gespräche zu führen. Das Ehepaar, das immer viel auf Reisen war, einen großen Freundeskreis hatte und immer gerne Gäste zu sich einlud, nahm zwei Mal an der Reise in die Eifel teil. Die anfänglichen Bedenken, dass die eingeschränkte Mobilität und die nächtliche Unruhe zu Schwierigkeiten führen konnten, wurden schon am ersten Tag widerlegt. Frau L. genoss die Zeit für sich bei Spaziergängen und einem morgendlichen Schwimmbadbesuch, der schnell zum Ritual ihrer Entspannung wurde. Besonders aber erfreute sie sich daran, dass es ihrem Mann sichtlich gut in der 1:1-Betreuung ging. Ein 21-jähriger Student und Herr L. wurden ein eingespieltes Team, das gemeinsam Kreuzworträtsel löste, Boccia spielte und an Gruppenangeboten teilnahm. Beim abendlichen Zusammensitzen bei einem Wein konnten die Betreuer*innen in glückliche und zufriedene Gesichter sehen. Frau L. schöpfte in dieser Woche viel Kraft und konnte in der angebotenen Angehörigengruppe wertvolle Tipps für den Pflege- und Betreuungsalltag gewinnen. So meldete sie ihren Mann in einer Tagespflege und einer Betreuungsgruppe, in der auch zwei weitere Mitreisende schon waren, an. Sie selbst geht nun alle zwei Wochen zum Angehörigencafé und nimmt gemeinsam mit ihrem Mann einmal im Monat an einem Stammtisch teil, der hauptsächlich von ehemaligen Urlauber*innen besucht wird. Der Urlaub zeigte dem Paar, dass es möglich ist, gemeinsam schöne Zeit zu verbringen, aber auch wie wichtig es ist, Betreuungsangebote anzunehmen, um als pflegende Angehörige Kraft zu tanken.

Bewertung und Wirkung des Urlaubs

Einer der größten Entlastungsfaktoren im Urlaub für Menschen mit Demenz und deren Angehörige ist die freie Zeit, die den pflegenden Angehörigen zur Verfügung steht. Da die Ehrenamtlichen sich tagsüber um die demenziell erkrankten Teilnehmenden kümmern, haben die Angehörigen die Chance, entspannende und entschleunigende Dinge zu tun, die selbstverständlich scheinen, für sie aber meist unmöglich sind: Spazieren gehen, ein Buch lesen, mit anderen Angehörigen einen Kaffee trinken oder in Ruhe einen Mittagschlaf halten. Zu Beginn des Urlaubs fällt genau das vielen Angehörigen gar nicht so leicht, denn sie sind es gewohnt, immer abrufbereit zu sein. Doch in der Gruppe stellt sich schnell ein vertrautes Gefühl ein und es fällt leichter, etwas Verantwortung abzugeben. Diese Unterstützung zu erfahren, ist für die Angehörigen sehr entlastend. Sie sind nicht auf sich alleine gestellt, sondern können ihre Sorgen und Fragen teilen und jederzeit bei der Betreuung um Hilfe bitten.

Geschützter Rahmen für alle Beteiligten

Im Eifelurlaub herrscht großes Verständnis für die Krankheit Demenz. Durch die Zusammensetzung aus Betroffenen, Haupt- und Ehrenamtli-

chen wird ein geschützter Rahmen für die Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen geboten. Alle Mitreisenden kennen die Erkrankung und alle Teilnehmenden sind in der gleichen Situation. Demenziell bedingte Verhaltensweisen sind demnach ein natürlicher Bestandteil der Reise und werden meist mit Humor genommen. Der emotionale und räumliche Abstand zum Alltag tut sowohl den pflegenden Angehörigen als auch den Menschen mit Demenz gut. Die Angehörigen und ihre Partner*innen können ohne den Stress des Alltags Zeit miteinander verbringen und in der fremden, naturbelassen-

nen Umgebung stellt sich schnell ein Urlaubsgefühl ein. Eine Woche lang haben die Angehörigen die Möglichkeit, Seiten an ihren demenziell erkrankten Partner*innen zu entdecken, die im alltäglichen Leben häufig untergehen. Spiele, Rätsel und Bewegungseinheiten wecken vorhandene Ressourcen und lassen die Menschen mit Demenz über den Zeitraum des Urlaubs meist zunehmend aktiver und offener werden. Dies löst bei den Angehörigen große Freude aus und sie sind stolz, wenn sie sehen, was ihre erkrankten Partner*innen alles können und zeigen.

Soziale Kontakte sind entscheidend

Das vielleicht Schönste am Eifelurlaub sind die sozialen Kontakte. Immer wieder wird erwähnt, wie gut der Austausch mit anderen Angehörigen tut. Innerhalb der Woche werden mehrmals Angehörigengruppen mit einer Fachkraft angeboten, in denen die pflegenden Angehörigen unter sich sprechen können. Diese Gruppen erfreuen sich großer Beliebtheit und werden als sehr wertvoll wahrgenommen. Auch die Gespräche mit den Haupt- und Ehrenamtlichen sind für die Angehörigen eine willkommene Abwechslung, da sie im Alltag meist wenig Gelegenheit zum persönlichen Austausch mit Menschen haben,

die ihre Probleme kennen und darauf eingehen. Auch für die Menschen mit Demenz ist es schön, in entspannter Atmosphäre Gespräche zu führen und von besonderen Erlebnissen aus ihrem Leben berichten zu können.

Fazit

Der Urlaub kann sowohl für Menschen mit Demenz als auch für deren Angehörige positive Auswirkungen auf deren Wohlbefinden haben. Er bietet die Möglichkeit, positive Emotionen zu erleben, soziale Interaktionen zu fördern, neue Erfahrungen zu machen und sich eine Auszeit vom Alltag zu nehmen. Wichtig ist, dass der Urlaub sorgfältig vorbereitet und geplant wird, um mögliche Herausforderungen zu bewältigen. Für die Teilnahme am Urlaub ist es wichtig, dass die Teilnehmenden einigermaßen mobil sind und die Einzelbetreuung gut annehmen. Aus diesem Grund findet vor der Reise immer ein Kennenlernen statt. Der Betreuungsschlüssel trägt sehr viel zum Gelingen des Urlaubs bei. Durch die vielen ehrenamtlichen Betreuenden und die Bezugsbetreuung können auch herausfordernde Situationen gut gemeistert werden. Die gute Betreuungssituation wird durch großzügige Spendengelder von „... ihnen leuchtet ein Licht e. V.“ Benefizaktion des Wiesbadener Kuriers und der „Wiesbaden Stiftung“ ermöglicht.

Ausblick

Als 2009 der erste Urlaub in die Eifel stattfand, war er eines der ersten betreuten Urlaubsangebote für Menschen mit Demenz und Angehörige. Inzwischen werden ähnliche Reisen von verschiedenen Anbietern organisiert. Eine Liste mit Angeboten führt die Deutsche Alzheimer Gesellschaft e. V. (www.deutsche-alzheimer.de/fileadmin/Alz/pdf/Urlaubsreisen_DAlzG.pdf).

Reisen prägt Menschen in jedem Alter. Und die Erfahrungen dieses Urlaubsangebots zeigen, dass auch eine Erkrankung kein Hindernis für eine Reise sein muss. Im Gegenteil – gerade in herausfordernden Lebenssituationen kann Urlaub dabei helfen, kurz innezuhalten und Kraft zu tanken. 2022 wurde der Einfluss des Urlaubs

auf das Wohlbefinden der Menschen mit Demenz und das Entlastungserleben der Angehörigen erstmals evaluiert. Dieses Jahr wird eine erneute Evaluation erfolgen, um aussagekräftigere Ergebnisse zu erzielen. Die Ergebnisse dieser Evaluation werden in einer der folgenden ProAlter-Ausgaben erscheinen. ■

Literatur

Kelle, N./Ehrlich, U. (2022): Situation unterstützender und pflegender Angehöriger von Menschen mit Demenz [DZA Aktuell 04/2022]. Deutsches Zentrum für Altersfragen, Berlin.

Kurz, A./Wilz, G. (2010): Die Belastung pflegender Angehöriger bei Demenz – Entstehungsbedingungen und Interventionsmöglichkeiten. In: Der Nervenarzt 82, S. 336–342.

BMG/www.bund.de (2015): Öffentliche Bekanntmachung des Bundesministeriums für Gesundheit (BMG) zum Thema „Gestaltung und Erprobung von betreuten Urlaubsangeboten für pflegebedürftige Menschen und deren Angehörige“, veröffentlicht am 06.11.2015 auf www.bund.de.

Schmidt, M./Schneekloth, U. (2011): Abschlussbericht zur Studie „Wirkungen des Pflege-Weiterentwicklungsgesetzes“. Bericht zu den Repräsentativerhebungen im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit von TNS Infratest Sozialforschung, Berlin.

Statistisches Bundesamt (2017): Pflegestatistik 2015. Pflege im Rahmen der Pflegeversicherung. Deutschlandergebnisse. Wiesbaden.

Zank, S. /Schacke, C. (o. J.): Arbeitsgruppe Gerontologie – Projekt Längsschnittstudie zur Belastung pflegender Angehöriger von demenziell Erkrankten (LEANDER), (BMFSFJ-Nr. 68432). Berlin.

Forum
Demenz
Wiesbaden

Autorinnen

Ulrike von Schilling, Diplomgerontologin, Geschäftsstelle GeReNet.Wi/Forum Demenz Wiesbaden.

Kontakt: Ulrike.vonSchilling@wiesbaden.de

Marie Pfeiffer, Erziehungswissenschaftlerin, Geschäftsstelle GeReNet.Wi/Forum Demenz Wiesbaden.

Kontakt: Marie.Pfeiffer@wiesbaden.de