



INNOVATIVE COMMUNITY CARE CENTERS



Fallbeispiele aus der Praxis



Finanziert von
der Europäischen Union

Das „I-CCC-Projekt“ wird von der Europäischen Union kofinanziert. Dieses Dokument gibt nur die Meinung der Autor*innen wieder und die Kommission kann für die Verwendung der darin enthaltenen Informationen nicht verantwortlich gemacht werden.



ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Aus Liebe zum Menschen.

Inhalt

Einleitung	4
Individuelle und langfristige Begleitung in der Pflege	5
Die Hintergründe	5
Der Begleitprozess	5
Die Erkenntnisse	6
Manchmal braucht es nicht viel	7
Die Hintergründe	7
Der Begleitprozess	7
Die Erkenntnisse	8
Fallbeschreibung einer Begleitung aus sozialarbeiterischer Sicht	9
Die Hintergründe	9
Der Begleitprozess	9
Die Erkenntnisse	11
Gemeinsames Training trotz(t) Demenz	12
Die Hintergründe	12
Das multimodale Übungsprogramm mit der BRAINMEE App	12
Die Erkenntnisse	13

Impressum:

Österreichisches Rotes Kreuz, Wiedner Hauptstraße 32, 1041 Wien, ZVR-Zahl: 432857691,
E-Mail: service@roteskreuz.at, Inhalt und Redaktion: Gabriele Detschmann, Andrea Stöckl, Anton Zierl,
Satz & Layout: markushechenberger.net Werbeagentur. Auflage September 2023.

Einleitung

Im Rahmen des EU-geförderten Projekts „Addressing and preventing care needs through innovative community care centers“ (I-CCC) mit 3-jähriger Laufzeit wurden an jeweils zwei Standorten in Österreich (darüber hinaus auch in Serbien und Montenegro) innovative „Community Care Centers“ (I-CCC) aufgebaut und erprobt. Ziel dieser „Kompetenzzentren für die Pflege zuhause“ war es, ältere Menschen mit Unterstützungsbedarf und deren Angehörige zu beraten und zu schulen sowie gesundheitsfördernde Aktivitäten anzubieten. Der Verbleib in der häuslichen Umgebung sollte dadurch möglichst lange gewährleistet bleiben. Zusätzlich wurden neue Freiwilligen-Dienste zur Unterstützung von Menschen mit Demenz und kognitiven Einschränkungen erprobt und etabliert.

Diese Präsentation von Fallbeispielen ist ein Projektergebnis im Rahmen des Arbeitspakets „Evidence-based LTC dialogue with national decision-makers to influence policy reform“ innerhalb des I-CCC-Projekts. Zur Förderung von neuen Denkansätzen und letztendlich Politikänderungen im Langzeitpflegebereich werden individuelle Geschichten von Klient:innen, Freiwilligen und Mitarbeiter:innen in Form von Fallbeispielen erläutert. Die Veröffentlichung von persönlichen Erfahrungen, insbesondere jene von Menschen mit demenziellen Beeinträchtigungen und deren pflegenden und betreuenden An- und Zugehörigen, veranschaulicht die Leistungen und Vorteile der Community Care Centers.

Individuelle und langfristige Begleitung in der Pflege

Das folgende Fallbeispiel verdeutlicht die Vorteile einer festen Ansprechperson in wohnortnahen Beratungs-, Vernetzungs- und Koordinationsstellen für Menschen mit Pflege- und Betreuungsbedarf sowie deren An- und Zugehörige. Aufgrund der langfristigen Begleitung war im folgenden Beispiel die Mitarbeiterin des CCC mit der individuellen Situation vertraut – sie kennt all ihre Klientinnen und Klienten und deren Bedürfnisse und Wünsche und unterstützt die pflegenden und betreuenden An- und Zugehörigen im Alltag. Diese Beständigkeit steigert Vertrauen und schafft Erleichterung für die Betroffenen.

Die Hintergründe

Frau F. leidet an einer fortgeschrittenen demenziellen Erkrankung. Es zeigen sich bei der pensionierten Pädagogin Auffälligkeiten in den Bereichen Orientierung, Gedächtnis und Sprache sowie im Verhalten. Bei den Aktivitäten des täglichen Lebens ist Frau F. auf Unterstützung angewiesen, Hilfe nimmt sie jedoch nur ungern an. Die Teilnahme an gewohnten gesellschaftlichen und kulturellen Aktivitäten ist ihr wichtig, allerdings nur mehr eingeschränkt möglich.

Die Pensionistin wird überwiegend von ihrem Gatten und einer Betreuungsperson betreut. Herr F. ist ebenfalls in Pension, ist aber auch nach wie vor in seinem ehemaligen beruflichen Umfeld tätig. Die Verhaltensänderungen sind für Herrn F. immer wieder herausfordernd, vor allem in der Öffentlichkeit.

Auf das Beratungsangebot aufmerksam geworden ist der Gatte durch die Teilnahme an der I-CCC-Online-Schulung „Validation für pflegende Angehörige“, an der auch die drei Kinder des Paares und die Betreuungsperson teilnahmen.

Der Begleitprozess

Innerhalb von 10 Monaten nimmt Herr F. vier persönliche Beratungsgespräche in Anspruch. Zusätzlich sind er und seine Tochter mit der I-CCC Mitarbeiterin per E-Mail in Kontakt. Es ist der Wunsch bzw. das Ziel der Familie, Frau F. so lange wie möglich mit Unterstützung der Familie und extramuraler Betreuung zu Hause zu pflegen und zu betreuen. Gleichzeitig möchte Herr F. weiterhin den für ihn wichtigen gesellschaftlichen Aktivitäten nachgehen können.

Gemeinsam mit der I-CCC Mitarbeiterin werden Maßnahmen besprochen und Lösungen gesucht. Eingangs wird eine Netzwerkkarte erstellt, da das soziale Gefüge eine wichtige Ressource darstellt. Kinder, Enkelkinder, Freundinnen, die Betreuerin von Frau F. und selbst der Familienhund werden in den Gesprächen berücksichtigt und bei Bedarf in den Prozess eingebunden. Nachdem Herr F. die Sorge darüber äußert, dass seine Gattin den Hund zu viel füttere, wird beispielsweise mit dem Ausbildungszentrum des Roten Kreuzes für Such- und Therapiebegleithunde Kontakt aufgenommen, um Aktivitäten zu finden, die Frau F. stattdessen mit ihrem Hund ausführen kann. Die Betreuungsperson von Frau F. nimmt ebenfalls drei Beratungsgespräche in Anspruch, wodurch die Kommunikationsprobleme beseitigt und die Interaktion zwischen Frau F. und ihrer Betreuungsperson gestärkt werden können. Die Betreuungsperson wird von der Familie vermehrt als Entlastung wahrgenommen.

Die sozialen und kulturellen Aktivitäten des Ehepaares in der Vergangenheit, wie Konzert- und Restaurantbesuche, werden in der Beratung ebenso bedacht. Herrn F. wird empfohlen, das Stamm-

restaurant zu bitten, lediglich das für den jeweiligen Gang notwendige Besteck bereitzulegen. Frau F. ist dadurch befähigt, nahezu selbständig zu essen und dadurch ihren Status und ihre Würde im öffentlichen Bereich aufrechtzuerhalten. Durch die Umsetzung der Demenzstrategie und demenzfreundlicher Initiativen in Wien sind zunehmend mehr Dienstleistungsunternehmen offen für derartige Anliegen.



© inside creative house - istock

Als sich Herr F. im Rahmen der Beratung nach Pflegegeld und teilstationärer Betreuung für seine Gattin in einem Tageszentrum erkundigt, kann ihn die I-CCC Mitarbeiterin an den Fonds Soziales Wien vermitteln, während er selbst die Begleit- und Entlastungsangebote für pflegende Angehörige im I-CCC weiterhin in Anspruch nehmen kann.

Die Erkenntnisse

Die Pflege und Betreuung von Frau F. stellt eine komplexe Situation dar. Je mehr Informationen vorhanden sind bzw. je mehr Personen und Institutionen in eine Pflege- und/oder Betreuungssituation involviert sind, desto wichtiger ist ein strukturiertes Vorgehen. Die Festlegung einer Ansprechperson, die sich dem Fall langfristig annimmt und mit der jeweiligen Pflege- und Betreuungssituation vertraut ist, hat sich bewährt:

Vielen Dank für das heutige Gespräch - es war, wie schon alle Gespräche davor, für uns/mich unglaublich hilfreich und ist wieder eine perfekte Basis, die nächsten Schritte zu planen. (Herr F., persönliche Kommunikation 2022)

Ein großer Vorteil des I-CCC ist, dass die Begleitungs- und Beratungsangebote nicht dem üblicherweise vorherrschenden Zeitdruck in der Gesundheits- und Krankenpflege unterliegen. Auch konnte Herr F. die kostenlosen und wohnortnahen Beratungs- und Schulungsangebote wiederholt in Anspruch nehmen und erfuhr dadurch die nötige psychosoziale Unterstützung bei der Pflege und Betreuung seiner Gattin (eine Maßnahme, die auch die Interessengemeinschaft pflegender Angehöriger (IG Pflege) fordert). Auch das ortsunabhängige Online-Angebot für pflegende An- und Zugehörige (Beratungen und Schulungen) sowie die angepassten Öffnungszeiten an Tagesrandzeiten konnten für Herrn F. Flexibilität und Erleichterung im Alltag schaffen.

Das Beispiel der Familie F. zeigt außerdem, wie wichtig die Vernetzung und Kooperation mit vorhandenen Organisationen und Strukturen ist. Viele Betroffene wissen nicht, an wen sie sich wenden können, wenn ein Pflegefall eintritt bzw. wann Anträge auf Pflegegeld zu stellen sind bzw. extramurale Pflegedienste in Anspruch genommen werden können. Im Fall der Familie F. konnte das I-CCC eine Vermittlerposition einnehmen und das Paar an relevante Gesundheits- und Pflegedienstleistungen anbieter:innen verweisen.

Manchmal braucht es nicht viel

Wie das vorherige Beispiel bereits verdeutlichte, kann ein Community Care Center das vorhandene Beratungsangebot ergänzen und sich v.a. den Sorgen und Fragen von pflegenden An- und Zugehörigen widmen – individuell, bedarfsgerecht und unbürokratisch. Die Verfügbarkeit eines ergänzenden Beratungs- und Begleitangebots sollte auch im stationären Setting nicht unterschätzt werden. Pflegende und betreuende An- und Zugehörige hören auch dann nicht auf, „Angehörige“ zu sein, wenn das zu betreuende Familienmitglied in ein Pflegeheim übersiedelt und in der stationären Einrichtung gepflegt wird. Studien belegen, dass die Entscheidung zur Heimunterbringung eine der schwierigsten ist, und dass diese von den Betroffenen noch lange hinterfragt wird (Cole et al. 2018). Angehörige sind meist wesentlich an der Entscheidung zur Übersiedlung beteiligt und werden dann zu Fürsprecher:innen, die das Pflegepersonal beobachten und die Pflege bewerten (Hayward et al. 2022; Seiger Cronfalk et al. 2017). Angehörigenpflege ist demnach ein hochkomplexes Geschehen, das flexible und auch kurzfristig abrufbare Angebote während des gesamten Pflegeprozesses erforderlich macht.

Die Hintergründe

Frau L., Tochter einer fast 100-jährigen Frau, meldet sich im I-CCC mit einer Anfrage. Seit geraumer Zeit bemerkt die Tochter eine motorische Unruhe der Mutter, die in einem Pflegeheim lebt. Die einst sehr willensstarke Frau, die nicht mehr selbständig aufstehen und gehen kann, bewegt im Rollstuhl ständig ihre Beine und versucht, Tische und Stühle wegzuschieben. Im Lehnstuhl läuft sie Gefahr herauszurutschen. Die Lagerung im Cosy Chair, einem mobilen Pflege- und Ruhesessel, wird ange-dacht. Die Tochter empfindet ihre Mutter dadurch in der Beweglichkeit einschränkt. Sie fragt nach Möglichkeiten der bodennahen Positionierung.

Der Begleitprozess

Nach der Anfrage der Angehörigen per E-Mail wird ein Telefontermin vereinbart, bei dem die Situation genau beschrieben wird. Die I-CCC Mitarbeiterin nimmt die Gefühle der Person ernst und hört aufmerksam zu. Sie anerkennt das Verantwortungsgefühl ihrer Klientin und lädt Frau L. ein, sich in ihre Mutter einzufühlen. Dadurch kommt Frau L. zu der Erkenntnis, dass man in einem Alter von fast 100 Jahren und mit eingeschränkter Sehfähigkeit und Osteoporose den Transfer zum und vom Boden möglicherweise als beängstigend und schmerzhaft empfindet und dass man in diesem Alter auch das Recht hat zu ruhen. Die I-CCC Mitarbeiterin erarbeitet gemeinsam mit Frau L. Möglichkeiten zur sensorischen Stimulation, die an die Bedürfnisse der Mutter angelehnt sind.

Nach drei E-Mails ist die Beratung beendet, die Angehörige kann die Vorgehensweise des Heimes akzeptieren. Sie wird darauf hingewiesen, dass sie die Angebote des I-CCC jederzeit wieder in Anspruch nehmen kann. In ihrer Abschlussmail bedankt sich Frau L. bei der I-CCC Mitarbeiterin für die Unterstützung:

Herzlichen Dank für Ihre ausführlichen und raschen fachlichen Informationen. Das Hineinfühlen in eine Ihnen unbekannte 100 Jahre alte Frau finde ich einfach super! Wir werden Ihre unterschiedlichen Anregungen Schritt für Schritt aufnehmen und bei Mama probieren, was sie besonders anspricht. (Frau L., persönliche Kommunikation 2023)

Die Erkenntnisse

Dieses Beispiel zeigt, dass nicht immer ein langfristiger Beratungsprozess notwendig ist, um pflegende und betreuende Angehörige in ihrer Rolle zu unterstützen und ihren Alltag zu erleichtern, wenn die Beratung problemzentriert und zum richtigen Zeitpunkt angeboten werden kann. Dabei hat es sich auch bewährt, die Ergebnisse der Beratungssituationen schriftlich in einer E-Mail festzuhalten und den Klient:innen im Anschluss zur Verfügung zu stellen, da die vielen Informationen einer Beratung oft gar nicht auf einmal erfasst werden können.

Auch hier wird die Notwendigkeit an zusätzlichen Unterstützungs- und Entlastungsmaßnahmen für pflegende und betreuende An- und Zugehörige deutlich. Die geschulten Mitarbeiter:innen des I-CCC können aus einer unabhängigen, sachlichen Perspektive heraus zwischen verschiedenen Pflegearrangements und -settings wertfrei vermitteln, ohne diese zu bewerten oder Partei zu ergreifen. Sie nehmen sich der ganz persönlichen Sorgen ihrer Klient:innen an, die oft in engem Zusammenhang stehen mit jenen der von ihnen gepflegten oder betreuten Personen und sich unter anderem nach der Überantwortung einer Person mit Pflegebedarf in stationäre Einrichtungen ergeben können. Diese Gefühle und Bedürfnisse pflegender Angehöriger anzuerkennen mag für Außenstehende im ersten Moment als unwesentlich erscheinen, für die Betroffenen kann die eigene Wahrnehmung aber verunsichernd sein und zur Belastung werden. Durch Entlastungsgespräche kann (emotionalen) Überlastungen vorgebeugt und die persönliche Widerstandsfähigkeit gestärkt werden.

Quellen:

Cole, L., Samsi, K., & Manthorpe, J. (2018). Is there an "optimal time" to move to a care home for a person with dementia? A systematic review of the literature. *International Psychogeriatrics* 30(11). 1649–1670. <https://doi.org/10.1017/S1041610218000364>

Hayward, J. K., Gould, C., Palluotto, E., Kitson, E., Fisher, E. R., & Spector, A. (2022). Interventions promoting family involvement with care homes following placement of a relative with dementia: A systematic review. *Dementia* 21(2). 618–647. <https://doi.org/10.1177/14713012211046595>

Seiger Cronfalk, B., Ternstedt, B.-M., & Norberg, A. (2017). Being a close family member of a person with dementia living in a nursing home. *Journal of Clinical Nursing* 26(21–22). 3519–3528. <https://doi.org/10.1111/jocn.13718>

Nagl-Cupal, M., Kolland, F., Zartler, U., Mayer, H., Bittner, M., Koller, M., Parisot, V., Stöhr, D., Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz (Hrsg.) (2018). *Angehörigenpflege in Österreich: Einsicht in die Situation pflegender Angehöriger und in die Entwicklung informeller Pflegenetzwerke*. Wien: Universität Wien.

Fallbeschreibung einer Begleitung aus sozialarbeiterischer Sicht

Das hier dargestellte Fallbeispiel beschreibt eine Lücke in der Betreuung älterer Menschen, die trotz guter Abdeckung im Bereich der Pflege und aller damit verbundenen Dienstleistungen, vor allem im sozialarbeiterischen Bereich, festzustellen ist. Dies erscheint als ein wesentliches Ergebnis des I-CCC Projektes, da die sozialarbeiterische Komponente vielleicht sogar über das ursprüngliche Ziel eines Kompetenzzentrums für ältere Menschen mit dem Hauptaugenmerk auf Unterstützungsbedarf, hinausgeht.

Der Bedarf an Sozialarbeit im Raum Hartberg wird anhand des Fallbeispiels des Herrn K. dargestellt und verdeutlicht die Notwendigkeit und Vorteile eines Community Care Centers in diesem Bereich.

Die Hintergründe

Herr K. leidet an einer bereits fortgeschrittenen demenziellen Erkrankung, die sich für ihn neben den gesundheitlichen Problemen (Merkfähigkeit, Vergesslichkeit, Orientierungslosigkeit, etc.) vor allem in den tagtäglichen einfachen Anforderungen zeigt. Darüber hinaus erschweren ein künstlicher Darmausgang und ein Blasenverweilkatheter den Tagesablauf des ehemaligen Bauarbeiters.

Die mobile Hauskrankenpflege, die ihn wöchentlich besucht, deckt den gesamten Bereich der körperlichen Pflege (Unterstützung im Rahmen der Körperpflege, Versorgung von Wunden, Verabreichung von Medikamenten, Mobilisation, etc.) gut ab, nicht jedoch den Bereich der sonst notwendigen Unterstützungen zu finanziellen und organisatorischen Themen (Schulden, Miete, Rechnungen, Gebühren, behördliche Formalitäten, etc.).

Herr K. lebt allein, hat außer seinem Bruder (der jedoch nicht in der Steiermark lebt und mit dem er keinen Kontakt hält) keine sonstigen Angehörigen. Nachbarn, Bekannte und Freunde, die ihn regelmäßig unterstützen oder nach ihm sehen, gibt es nicht.

Da die mobile Hauskrankenpflege die sich anhäufenden finanziellen Probleme bei Herrn K. erkannt und die Situation als sehr akut eingestuft hat, wird Herr K. auf das Angebot des I-CCC aufmerksam gemacht und der Kontakt mit dem Sozialarbeiter des I-CCC hergestellt.

Der Begleitprozess

Trotz Information der mobilen Hauskrankenpflege an Herrn K. über die Beziehung eines Sozialarbeiters stellt sich die Situation als schwierig dar. Herr K. hegt Ängste und zeigt Unsicherheit betreffend einer neuen Bezugsperson, vor allem in Hinblick auf die Preisgabe von ganz persönlichen Daten und Informationen.

Nach einem Erstgespräch, den folgenden Entlastungsgesprächen und dem Aufbau einer Vertrauensbasis verringern sich die Bedenken, Sorgen und Ängste, und die Hilfestellung wird zunehmend akzeptiert. Das I-CCC und der Sozialarbeiter werden als Wegbegleiter wahrgenommen und angenommen.

Aus der Gesamtsicht der Situation des Herrn K. wird in Übereinstimmung mit der mobilen Hauskrankenpflege die Überlegung betreffend einer Erwachsenenvertretung angestellt und Herrn K. vorgeschlagen. Nach einigen Gesprächen mit dem Aufzeigen der Vor- und Nachteile einer derart einschneidenden Maßnahme zeigt sich Herr K. aber durchaus zustimmend und später fast erleich-

tert. Zusätzlich wird das Vertretungsnetzwerk mit einbezogen und eine rechtliche Beurteilung durch das Gericht angestrebt. Da diese Prozesse jedoch eine längere Zeitspanne in Anspruch nehmen, sind vorweg die unmittelbar notwendigen Maßnahmen einzuleiten. Dies sind vor allem: Unterstützung bei der Antragstellung auf Pflegegelderhöhung, Abwenden eines Inkassoverfahrens, Begleichung überfälliger Rechnungen, Bearbeitung von Mahnungen, Klärung von GIS-Gebühren und Kirchenbeitrag, Erledigung behördlicher Angelegenheiten, Organisation einer Essenzustellung, Anstellen von Überlegungen zu Altersheim/Pflegeheim oder einer Wohnassistenz der Lebenshilfe, etc. Besonders virulent sind dabei die Probleme finanzieller Natur und die dabei notwendige Hilfe bei sämtlichen Bankgeschäften (Umgang mit Bankomatkarte und PIN-Code, Passwörtern, etc.). Allein ein Gespräch mit der Kirchenbeitragsstelle ist für Herrn K. eine Hürde. Insbesondere das Ausfüllen von Formularen, Anträgen, Eingaben, Abmeldungen und sonstiger Schriftverkehr sind von Herrn K. praktisch nicht mehr zu bewältigen.

Um bis zur Einsetzung eines Erwachsenenvertreters für Herrn K. (die Zeitspanne, um ein derartiges Verfahren abzuschließen, kann mehrere Monate in Anspruch nehmen) vor allem im finanziellen Bereich keinen größeren Schaden entstehen zu lassen, ist eine sozialarbeiterische Hilfestellung durch den Sozialarbeiter des Community Care Centers jedenfalls notwendig.



© ÖRK/LV Burgenland/Daniel Neubauer

Die Erkenntnisse

Der Fall des Klienten Herrn K. zeigt sehr deutlich die komplexe Situation bei älteren oder von Demenz betroffenen Personen ohne Unterstützung seitens Angehöriger. Besonders durch die aktuellen Teuerungen entstehen bei vielen älteren Menschen neben ihrer Grundproblematik zusätzliche Herausforderungen.

Einerseits sind der Bereich der Pflege und alle damit verbundenen Dienstleistungen durch bestehende Einrichtungen relativ gut abgedeckt, andererseits besteht eine Lücke im sozialarbeiterischen Bereich, die vom I-CCC, wie im oben angeführten Begleitprozess beschrieben, abgedeckt werden kann.

Das Beispiel des Klienten Herrn K. zeigt auch, wie wichtig die Vernetzung und Kooperationen mit vorhandenen Einrichtungen und Strukturen sind.

Aus der anfänglich vorhandenen Skepsis von Herrn K. zeigt sich auch, dass die Hemmschwelle groß ist, Angebote in Anspruch zu nehmen, die eine enge Begleitung und damit ein hohes Maß an Preisgabe persönlicher Information erfordern. Hilfe wird erst sehr spät in Anspruch genommen, wenn ein sozialarbeiterischer Unterstützungsbedarf bereits überfällig ist und private Netzwerke den Bedarf nicht mehr erfüllen können. Man möchte, solange irgendwie möglich, unabhängig von Institutionen und Einrichtungen bleiben.

Es zeigt sich auch, dass die Hilfe durch das I-CCC als weitgehende Bereicherung angesehen wird, wenn die sozialarbeiterische Beratung und Betreuung über einen längeren Zeitraum stattfinden.

Der Fall zeigt deutlich den Vorteil des I-CCC als eine zusätzliche und völlig unbürokratische Anlaufstelle, die älteren Menschen bei Problemen kurzfristig, aber auch für einen überschaubaren längeren Zeitraum, eine wertvolle Hilfestellung sein kann. Durch schon bestehende oder neu geschaffene Vernetzungen / Kooperationen mit anderen sozialen Einrichtungen werden neue Synergien und für die Bevölkerung ein zusätzliches Angebot geschaffen. Das I-CCC zeigt sich dabei nicht nur als wesentlicher Akteur, sondern auch als wertvolles Bindeglied.

Gemeinsames Training trotz(t) Demenz

Im Rahmen des I-CCC Projekts wurden neue freiwillige Dienste zur Unterstützung für Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen und Demenz unter Einsatz neuer Technologien getestet und etabliert. Das Tablet-gestützte Training mit der BRAINMEE-App wurde von Expert:innen entwickelt und bietet mit Rätseln, Spielen, Gedächtnis- und Bewegungsübungen ein vielfältiges Programm zur körperlichen und geistigen Aktivierung.

Einmal pro Woche besuchen die freiwillig engagierten Projektmitarbeiter:innen die Teilnehmenden für circa eine Stunde und führen mit ihnen gemeinsam das Übungsprogramm durch. Die Dauer des Programms beläuft sich auf sechs bis zwölf Monate. Die Tablets werden dafür kostenlos zur Verfügung gestellt. Vor dem Start durchlaufen alle freiwillig tätigen Mitarbeiter:innen eine umfangreiche Schulung. Dadurch soll ein besonders sensibilisierter und wertschätzender Umgang mit Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen oder Demenz und deren Angehörigen ermöglicht werden.

Die Hintergründe

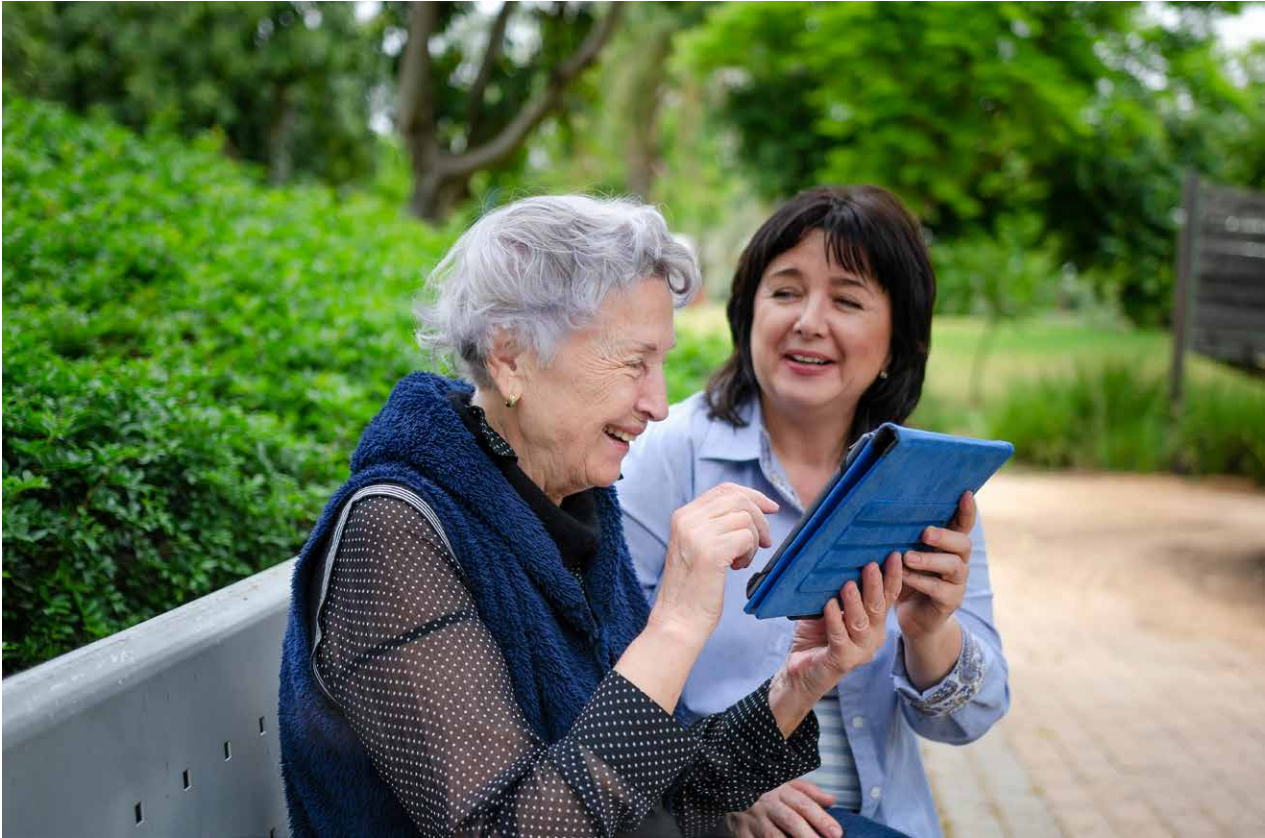
Der freiwillige I-CCC Mitarbeiter R. besucht seit April 2022 jeden Mittwochvormittag Frau Z. in ihrer Wohnung. Bei Frau Z. wurde im Herbst 2021 eine Demenz diagnostiziert, woraufhin ihre Tochter nach Möglichkeiten suchte, die es ihrer Mutter erlauben würden, zuhause aktiv zu bleiben. Der behandelnde Neurologe sah das Übungsprogramm als gute Maßnahme dafür an und hat der Familie die Teilnahme empfohlen.

Das multimodale Übungsprogramm mit der BRAINMEE App

Während der Besuche absolvieren der I-CCC Mitarbeiter und Frau Z. gemeinsam das Tablet-basierte Übungsprogramm von BRAINMEE. In der von Expert:innen entwickelten App steht jede Trainingseinheit von circa 45 Minuten unter einem bestimmten Thema und enthält eine Abfolge von Aufgaben, die unterschiedliche Sinne anregen: von Bewegungs- und Wahrnehmungsförderung über Wissensfragen, Rechenaufgaben, Lückenwörtern, Puzzles und Fehlersuchbildern hin zur Musik – das Programm ist abwechslungsreich gestaltet und kann in unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden absolviert werden.

Auch das Tempo ist individuell wählbar, d.h. man kann jederzeit eine Pause machen oder sich über die gezeigten Inhalte unterhalten. Wichtig dabei sind die Freude am Training und die soziale Interaktion. Das stellt auch der freiwillig tätige Mitarbeiter fest:

Das Spannende [an diesem neuen freiwilligen Dienst] ist die Kombination des regelmäßigen sozialen Kontaktes mit einem speziell zugeschnittenen Übungsprogramm für Menschen mit Demenz und kognitiven Schwächen. (freiwilliger Mitarbeiter R., persönliche Kommunikation 2022)



© verbaska – stock.adobe.com

Die Erkenntnisse

Aus dem Beispiel lassen sich mehrere Erkenntnisse ableiten. Einerseits waren die umfangreichen Schulungen für Freiwillige ausschlaggebend für den Erfolg der Aktivität. Durch das Schulungsangebot wurden demenzspezifisches Wissen, Kompetenzen und Interaktionsformen der freiwilligen Mitarbeiter:innen im Umgang mit und zur Unterstützung von Betroffenen und ihren Angehörigen erweitert und gestärkt. Somit sorgten die Hausbesuche vor allem für Spaß und Abwechslung im Alltag der Teilnehmenden und motivierten die Betroffenen dazu, das Training regelmäßig in ihren Alltag zu integrieren. Die Tochter von Frau Z. bemerkte nach ein paar Monaten erste Veränderungen im Verhalten ihrer Mutter, die nach den gemeinsamen Übungen immer sehr gut gelaunt war. Hier scheint sich auch die Langfristigkeit zu bewähren. Tatsächlich bestätigen erste Forschungsergebnisse, dass diese Interventionsform bei Alzheimerdemenz erst nach einer 6-monatigen Trainingsdauer Effekte erzielt (Russeger 54).

Auch hat die Kombination von kognitiver, physischer und sozialer Aktivierung durch spielerische Ansätze ein hohes Erfolgspotenzial, wie das Feedback von Frau Z. zeigt:

Ich will Übungen machen, damit ich geistig aktiv bleibe. Es ist schön, diese gemeinsam mit [R.] zu machen und zu wissen, dass ich die Aufgaben schaffen kann. Besonders die Bewegungsübungen mag ich gerne. Da strenge ich mich so richtig an und merke, dass ich auch Muskeln spüre, die ich sonst nicht verwende. (Frau Z., persönliche Kommunikation 2022)

Quelle:

Russeger, S. (2022). Spielgestützt zur Aktivierung bei Alzheimerdemenz. JATROS Neurologie & Psychiatrie 4. 54-55.

Notizen





ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Aus Liebe zum Menschen.