

► 5 Entlastungs- und Unterstützungsangebote für pflegende Angehörige

5.1 Häusliche Entlastungsdienste

Warum ist das wichtig?

- 24 Stunden rund um die Uhr für einen anderen Menschen da sein, ihn versorgen, pflegen und durch den Tag begleiten – so oder ähnlich stellt sich der Alltag vieler pflegender Angehöriger dar. Dass dabei das eigene Leben an mancher Stelle zu kurz kommt, überrascht kaum. Überforderung ist häufig die Folge. In einer solchen Situation helfen oft schon wenige Stunden Auszeit in der Woche, um wieder neue Kraft zu schöpfen. Zahlreiche Angebote aus dem Pflege- und Altenhilfebereich bieten an dieser Stelle Unterstützung für die Pflegenden, so z. B. Tagespflege und Betreuungsgruppen. Trotz der Fülle an Angeboten zeigt sich immer wieder, dass nur wenige pflegende Angehörige hiervon Gebrauch machen. Die Gründe dafür sind vielfältig. Oft ist es schon allein der Gedanke, den geliebten Menschen in die Obhut eines fremden Dienstleisters zu geben und die damit verbundenen Ängste, die die Pflegenden hemmen, Entlastung in Anspruch zu nehmen. Dennoch ist der Bedarf vor allem an kurzzeitiger Entlastung pflegender Angehöriger vorhanden. Angesichts der demografischen Entwicklung wird die Nachfrage weiter zunehmen. Einige Lokale Bündnisse für Familie haben deshalb entsprechende Angebote mit niedrigschwelligem Zugang zur Entlastung pflegender Angehöriger entwickelt.

Was ist das konkret?

- Im Rahmen häuslicher Entlastungsdienste unterstützen freiwillige Helferinnen und Helfer pflegende Angehörige, indem sie die zu pflegende Person zuhause für einige Stunden sozial betreuen. Da wird gemeinsam gelesen, erzählt oder vielleicht ein Spaziergang gemacht und so den Entlastung Suchenden eine Atempause von der andauernden Betreuungsarbeit ermöglicht. Das Engagement der Freiwilligen ermöglicht eine Eins-zu-eins-Betreuung innerhalb der gewohnten Umgebung der Pflegebedürftigen. Zudem ist es für die Pflegenden oftmals leichter, gerade diese Form der Unterstützung und nicht andere Angebote aus dem Pflegebereich anzunehmen, denn die häuslichen Entlastungsdienste übernehmen keine Pflegearbeit, sondern bieten ausschließlich soziale Betreuung an. Im Rahmen solcher Projekte gibt es häufig auch die Möglichkeit, an Informationsveranstaltungen oder Schulungen teilzunehmen, die nicht nur die freiwillig Engagierten im Umgang mit z. B. Demenzkranken befähigen, sondern vor allem den Pflegenden selbst Hilfe und Anleitung an die Hand geben.

Das Projekt „Pflegebegleiter“ (www.pflegebegleiter.de) aus dem Modellprogramm des BMFSFJ „Generationenübergreifende Freiwilligendienste“ ist ein gutes Beispiel für einen solchen Entlastungs- und Hilfedienst.

► 5 Entlastungs- und Unterstützungsangebote für pflegende Angehörige

5.1 Häusliche Entlastungsdienste

Was muss ich beachten? Wie kann ich vorgehen?

- Entscheidet sich ein Lokales Bündnis, Projekte zur Unterstützung und Entlastung pflegender Angehöriger durchzuführen, sollte dies von Beginn an mit intensiver Öffentlichkeitsarbeit einhergehen. Denn die Situation pflegender Angehöriger ist noch immer ein Tabuthema, was den Zugang zu den Angehörigen erschwert. Ziel der begleitenden Medienarbeit, z. B. mit Hilfe von Artikeln in der Gemeindezeitung oder dem Einsatz von Flyern, ist die Sensibilisierung der Öffentlichkeit für das Thema „Alter und Pflege“. Darüber hinaus kann hier neben der üblichen Presse- und Öffentlichkeitsarbeit die Durchführung von Informationsveranstaltungen zu verschiedenen Themen aus dem Handlungsfeld „Gesundheit und Pflege“ von Vorteil sein. Im Rahmen solcher Veranstaltungen können beispielsweise Fragen zum Verlauf von Demenzerkrankungen oder zu den Leistungen von Pflegekassen aufgegriffen und von Expertinnen und Experten aus dem Gesundheits- und Pflegebereich beantwortet werden. Eine offene Fragerunde oder eine Podiumsdiskussion geben den Betroffenen zudem die Möglichkeit, Antworten auf individuelle Fragen zu erhalten. Diese Veranstaltungen dienen nicht nur der Information der pflegenden Angehörigen, sondern schaffen zudem das Bewusstsein, dass es legitim ist, Hilfe und Unterstützung in Anspruch zu nehmen. Vor allem aber zeigen sie, dass die Betroffenen in ihrer Situation nicht allein sind. Daher sind Informationsveranstaltungen gut geeignet, einen ersten Kontakt mit der Zielgruppe aufzubauen. Hilfreich sowohl bei der Organisation einer Informationsveranstaltung als auch bei der Erstellung und Platzierung von Zeitungsartikeln können Kooperationen mit Trägern aus dem Gesundheits- und Pflegebereich sein, denn diese haben oftmals über E-Mail- oder Postverteiler Zugang zu den pflegenden Angehörigen.

Ist die Sensibilisierung der Öffentlichkeit gelungen und das Projekt zur Entlastung pflegender Angehöriger gestartet, sollte in der Praxis die besondere Situation der Zielgruppe berücksichtigt werden. Günstig für den Einstieg sind niedrighschwellige Angebote, die ohne komplizierte Antragsverfahren in Anspruch genommen werden können und zugleich von hoher Qualität bei der Betreuungsleistung und den Voraussetzungen der Betreuungspersonen sind. Eine wichtige Bedingung für qualitativ hochwertige soziale Betreuung pflegebedürftiger Menschen ist die grundsätzliche Eignung der freiwilligen Helferinnen und Helfer. Dabei sind die Motive der Freiwilligen ebenso wichtig wie ihre Bereitschaft, sich im Rahmen der Projektarbeit weiterzubilden und sich auf die Bedürfnisse der pflegenden Angehörigen wie auf die der Pflegebedürftigen einzulassen. In einem oder mehreren Vorgesprächen hat das Projektteam Gelegenheit, die Freiwilligen und insbesondere ihre Motivation für das Engagement in dem Projekt näher kennen zu lernen. Diese Einzelgespräche können entlang von Interviewleitfäden oder in offener Form geführt werden. Im Vorgespräch werden die Freiwilligen auch über das Projekt und die zu erwartenden Aufgaben informiert. Denn nicht nur auf Seiten der pflegenden Angehörigen, sondern auch bei den potentiell ehrenamtlich Tätigen kann es Vorbehalte geben, z. B. dahingehend, ob man sich durch das Engagement in dem Projekt zu viele Verpflichtungen und eine zu hohe Verantwortung in einem Privathaushalt aufbürdet. Daher sollte bereits in den Erstgesprächen deutlich werden, dass es sich bei der angebotenen Entlastung nicht um Pflegeleistungen handelt, sondern um eine Erweiterung des herkömmlichen Pflegeangebotes in Form von sozialer Betreuung. Ebenso wichtig ist es an dieser Stelle, den Freiwilligen die Gewissheit zu geben, dass ihr Engagement nicht als

► 5 Entlastungs- und Unterstützungsangebote für pflegende Angehörige

5.1 Häusliche Entlastungsdienste

Selbstverständlichkeit angesehen wird und dass ihnen das Bündnis stets mit Rat und Tat zur Seite stehen wird. Denn nicht nur der Zugang zu den pflegenden Angehörigen kann schwierig sein, sondern auch zu den Freiwilligen, die mit ihrem Engagement in diesem Bereich häufig auch in belastende zwischenmenschliche Situationen geraten. Umso mehr Rückhalt muss das Projekt selbst bieten, so z. B. mit einem regelmäßigen Erfahrungsaustausch der Freiwilligen und indem sie immer wieder auf möglichen Konfliktsituationen vorbereitet werden.

Freiwillige, die bereit und geeignet sind an dem Projekt mitzuwirken, sollten in einer Schulung auf die konkrete Arbeit vorbereitet werden. In dieser Vorbereitungsphase können beispielsweise Kenntnisse in Erste-Hilfe-Maßnahmen aufgefrischt oder Seminare, die sich konkret mit einer altersbedingten Krankheit wie Demenz befassen, besucht werden. An die inhaltliche Vorbereitung schließen weitere Maßnahmen zur Qualitätssicherung an. Regelmäßige Treffen, die den Freiwilligen die Möglichkeit zu Reflektion und Erfahrungsaustausch geben, sind nicht nur ein Weg, die Qualität des Entlastungsdienstes zu erhalten, sondern bieten zudem den geeigneten Rahmen, die freiwillig Engagierten in ihrem Tun zu bestärken und sie zu motivieren. Gerade im Dialog mit anderen werden Fragen, Unsicherheiten oder Wissenslücken deutlich, die anschließend durch einen Vortrag zum entsprechenden Thema oder durch weitere Kurse geschlossen werden können.

Ein wichtiger Punkt ist auch eine geeignete Anerkennungskultur der Arbeit von Freiwilligen. Hier sind beispielsweise gemeinsame Weihnachtsfeiern oder Sommerfeste denkbar, mit denen das Bündnis allen am Projekt Beteiligten Dank und Anerkennung ausspricht. Ebenso können Artikel in der Gemeindezeitung platziert werden, in denen das Engagement der Freiwilligen gewürdigt wird. Das Hanauer Bündnis für Familie hat darüber hinaus einen neuen Weg eingeschlagen: So haben die in dem Projekt Zeitinseln engagierten Freiwilligen die Möglichkeit, als Projektbotschafterinnen und Projektbotschafter das Projekt z.B. in Gemeinderatssitzungen, auf Stadtfesten oder bei Trägern von Pflegediensten vorzustellen.

Wie aber kommt es nun zur Vermittlung der freiwilligen Helferinnen und Helfer an die Pflegenden? Zunächst bietet es sich an, eine feste Anlaufstelle mit Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartnern einzurichten, an die sich sowohl Freiwillige als auch pflegende Angehörige wenden können. Dabei kann der Rückgriff auf bereits bestehende Kontaktstellen und Einrichtungen, wie z. B. Seniorenbegegnungsstätten, Freiwilligenagenturen, Beratungsstellen, Selbsthilfeorganisationen oder Mehrgenerationenhäuser, von Vorteil sein, da diese oft bereits von der potenziellen Zielgruppe angenommen wurden und keine grundlegend neue Einrichtung etabliert werden muss. Je nach Größe des Betreuerstammes kann dann eine Datenbank aufgebaut werden, die eine passgenaue Vermittlung etwa nach Stadtteil, Alter oder Zeitspanne erleichtert. Neben dieser generellen Zuordnung haben sich Einzelgespräche mit den pflegenden Angehörigen als hilfreich und wichtig erwiesen. In diesen Gesprächen können die Situation, in der sich die Entlastung Suchenden befinden, besprochen und bestehende Bedenken gegenüber dem Projekt ausgeräumt werden. Vermittelt wird in der Regel eine Betreuung von ca. 2 bis 3 Stunden zweimal wöchentlich. Auch wenn es sich dabei um eine scheinbar kleine Entlastung der pflegenden Angehörigen handelt, reichen diese wenigen Stunden oftmals aus, um neue Kraft zu schöpfen oder eine Atempause einzulegen. Nicht selten entstehen daraus auch weiterführende persönliche Beziehungen zwischen den Freiwilligen und den Pflegebedürftigen oder den Pflegenden.

► 5 Entlastungs- und Unterstützungsangebote für pflegende Angehörige

5.1 Häusliche Entlastungsdienste



Eine besondere Herausforderung für Projekte zur Entlastung pflegender Angehöriger ist häufig der erschwerte Zugang zu den betroffenen Angehörigen. Gründe dafür gibt es viele: Scham, Stolz, die Angst vor äußerer Einmischung und andere können hier eine Rolle spielen. Umso wichtiger ist es, den pflegenden Angehörigen Hilfe und Unterstützung zu bieten, die vorbehaltlos ist und ihnen das Gefühl gibt, das Richtige zu tun.

Ein auf der Arbeit Freiwilliger basierender Entlastungsdienst hat nicht den Anspruch, in Konkurrenz mit Angeboten des professionellen Pflegebereichs zu treten. Auch dieser Punkt kann zu Verwirrung oder falschen Erwartungen sowohl bei den Freiwilligen und den Entlastung Suchenden als auch bei Trägern professioneller Pflegeangebote führen. Im Gegenteil – die Projekte wollen den pflegenden Angehörigen stundenweise Entlastung bieten und das bestehende Angebot erweitern. Damit es zu keiner Überschneidung zwischen dem Pflegebereich und dem Entlastungsdienst kommt, sollte von Anfang an geklärt werden, dass der freiwillige Dienst soziale Betreuung und keine Pflege anbietet. Hier kann eine kontinuierliche Presse- und Öffentlichkeitsarbeit sehr von Nutzen sein. Ebenso förderlich sind an diesem Punkt Kooperationen mit Trägern aus dem Gesundheits- und Pflegebereich, die dabei helfen können, Fragen zur Qualitätssicherung zu klären und somit für mehr Vertrauen in das Projekt bei den pflegenden Angehörigen sorgen.

Während der stundenweisen sozialen Betreuung von beispielsweise an Demenz erkrankten Personen kann es auch psychisch belastende Situationen geben. Deshalb erfordert eine erfolgreiche Projektarbeit Vorbereitung und kontinuierliche Begleitung der Freiwilligen. Informationen zu Seminaren über diesen Themenbereich bieten u. a. Pflegekassen und Wohlfahrtsverbände. Die Durchführung von regelmäßigen Treffen der Freiwilligen schafft außerdem Raum für Reflexion und Erfahrungsaustausch.

Um weitere Bedenken – z. B. betreffend der rechtlichen Absicherung in einer Unfallsituation – seitens der pflegenden Angehörigen aber auch der Freiwilligen auszuräumen, sollte für einen Versicherungsschutz der Freiwilligen gesorgt sein.

► 5 Entlastungs- und Unterstützungsangebote für pflegende Angehörige

5.1 Häusliche Entlastungsdienste

Checkliste:

- Alle Einrichtungen und Träger aus dem Pflegebereich (z.B. Seniorenbüro, Stadtverwaltung, Wohlfahrtsverbände, Seniorenheime) mit in die Planung einbeziehen.
- Mit Presse- und Öffentlichkeitsarbeit die Bevölkerung für das Thema „Alter und Pflege“ sensibilisieren und dies kontinuierlich fortführen.
- Rechtliche Grundlagen des Freiwilligendienstes wie Versicherungsschutz klären.
- Feste Anlaufstelle sowie Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner einrichten.
- Freiwillige Helferinnen und Helfer in Vorgesprächen kennen lernen und vorbereitend schulen.
- Niedrigschwiligen Zugang für die pflegenden Angehörigen – z. B. über Kooperationen mit bereits bestehenden Diensten oder mit Hilfe von Informations- und Kennen-Lern-Veranstaltungen – anbieten.
- Möglichkeiten zu Reflexion und Erfahrungsaustausch der Freiwilligen einrichten.
- Nach Möglichkeit fachlich kompetente Begleitung für die Freiwilligen bereitstellen.

So funktioniert es in Riedstadt:

Im September 2003 war es endlich soweit – die Stiftung Soziale Gemeinschaft Riedstadt und die Riedstädter Initiative „Tausend Hände helfen“ starteten das gemeinsame Projekt „Atempause“. Seitdem engagieren sich zahlreiche ehrenamtliche Helferinnen und Helfer für die Entlastung pflegender Angehöriger von Demenzerkrankten. Die „Atempause“ bietet neben Beratung und Information eine Beschäftigungsgruppe und einen häuslichen Entlastungsdienst an. Ganz unkompliziert und möglichst flexibel soll das Angebot sein und ist es auch. Die ehrenamtlich Tätigen kommen zu den Pflegebedürftigen nach Hause, die so in ihrem gewohnten Umfeld betreut werden.

Zur optimalen Vorbereitung auf die Betreuung eines an Demenz erkrankten Menschen bietet das Projekt eine Grundausbildung an. Dabei vermittelt das Seminar „Leben mit Demenz“ an sechs Terminen u. a. Wissenswertes über demenzielle Erkrankungen, über Hilfen im Alltag, über die Situation pflegender Angehöriger, zu Kommunikation und Gesprächsführung sowie zu sozialrechtlichen Bestimmungen. Die als Fortbildung von den Pflegekassen anerkannte und zertifizierte Schulung steht neben den zukünftigen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern den pflegenden Angehörigen selbst sowie allen am Thema Interessierten offen und ist kostenlos.

► 5 Entlastungs- und Unterstützungsangebote für pflegende Angehörige

5.1 Häusliche Entlastungsdienste

Erst nach der Vorbereitung durch das Seminar erfolgt die Vermittlung der Freiwilligen an die Entlastung Suchenden. Beim ersten Besuch in der pflegenden Familie werden die Ehrenamtlichen noch von einer Betreuerin oder einem Betreuer des Projektes begleitet. Aufgrund ihrer Erfahrung im Pflege- und Altenbereich können die Fachkräfte der Stiftung Soziale Gemeinschaft Riedstadt einschätzen, ob zwischen Patient und Freiwilligem ein dauerhaftes Betreuungsverhältnis zustande kommen kann, also die Chemie zwischen ihnen stimmt. Gelegenheit zu Reflexion und Erfahrungsaustausch haben die ehrenamtlich Tätigen während der vierteljährlich veranstalteten Gesprächsabende für alle am Projekt Beteiligten.

Wie lange der jeweilige Besuch bei der oder dem Pflegebedürftigen dauern soll, stimmen die Freiwilligen und die pflegenden Angehörigen untereinander ab. Gegen eine kleine Aufwandsentschädigung von 5 Euro pro Stunde ermöglicht das Projekt „Atempause“ seit nunmehr vier Jahren stundenweise Entlastung für Angehörige von demenziell erkrankten Menschen.

Informationen und Beratung zum Projekt hält das Service- und Beratungszentrum der Stiftung Soziale Gemeinschaft Riedstadt vor.

Ansprechpartnerin des Bündnisses:

Frau Heidi Rinker
Amt für Kinder und Jugend
Rathausplatz 1
64560 Riedstadt
Tel.: 06158/181527
E-Mail: h.rinker@riedstadt.de
Homepage: <http://www.tausend-helfende-haende.de/>

Ansprechpartnerin des Projektes:

Frau Stefanie Steinfeld
Stiftung Soziale Gemeinschaft Riedstadt
Wilhelm-Leuschner-Str. 21
64560 Riedstadt-Erfelden
Tel.: 06158/2579
E-Mail: s.steinfeld@riedstadt.de