



Gemeinsam wohnen,
zusammen leben!

NINA UNTERWEGS IN EINER SENIOREN-WOHNGEMEINSCHAFT
BETREUT DURCH DIE CARE MOBILE PFLEGEDIENSTE GmbH

Wie wohne ich im Alter?

Eine Reportage aus der Senioren-Wohngemeinschaft in der Berliner Möllendorffstr. 45

Einen Weg, bei dem alle zufrieden sind, Bewohner und Mitarbeiter. Wie geht das?

Ein Blick hinter die Kulissen einer Wohngemeinschaft.

Auch die kleine Kinderreporterin Nina ist neugierig und besucht die Bewohner in der Senioren-Wohngruppe im Stadtteil Lichtenberg.

Stationäre Pflege ist oft Fließbandarbeit

Stationäre Pflege bedeutet oft Pflege im Akkord, Betreuung unter Zeitdruck nach Stoppuhr, ohne persönlichen Bezug, was zählt ist die Zeitvorgabe, von Zimmer zu Zimmer, Fließbandarbeit. Individuelle Bedürfnisse bleiben oft auf der Strecke. Gestresstes, gehetztes Pflegepersonal und unzufriedene, genervte Bewohner, so stellt sich der Alltag in vielen stationären Senioreneinrichtungen heute dar.

Gibt es Alternativen, bei der sich alle Wohlfühlen, ist das überhaupt möglich?

Ja, es gibt eine Wohn- und Pflegeform, in der das Wohlbefinden der Bewohner und die Zufriedenheit der Mitarbeiter gleichermaßen im Vordergrund stehen. Die Antwort sind Wohngemeinschaften mit einer geringen Anzahl an Bewohnern (i.d. Regel 6-12). Dadurch ist es möglich, sehr individuell auf jeden Bedarf einzugehen.

Jeder so wie er es mag - die individuelle Freiheit der Senioren ist das oberste Gebot. Ob Compu-

ter-Freak oder Feuerzeugsammler, Fußball-Fan oder Leseratte, Hobbykoch oder Sängerin, für alle Interessen gibt es Entfaltungsmöglichkeiten. Jeder Bewohner hat sein eigenes Zimmer, das nach seinen eigenen Vorstellungen und mit den eigenen Möbeln eingerichtet werden kann. Dunkle Eichenmöbel oder helle und moderne Möbel, alles entscheiden die Bewohner selbst. Die Mitbestimmung endet auch nicht am Kochtopf. Die Bewohner entscheiden selbst, was auf den Teller kommt. Hobbyköche unter den Bewohnern bringen sich ein und wer einmal keine Lust hat, in der WG zu essen, kann natürlich auch ins Restaurant gehen. Die individuelle Freiheit der Bewohner und die Förderung einzelner Persönlichkeiten ist oberste Prämisse. Die Umsetzung dieses großen Ziels setzt natürlich zufriedene Mitarbeiter voraus. Denn nur wer Spaß bei der Arbeit hat, der kann auch gut pflegen.

Die in diesem Heft vorgestellte Senioren-Wohngemeinschaft besteht seit 6 Jahren aus zwei Wohneinheiten, zwei Küchen und vier Bädern. Es leben Demenzkranke, Suchtkranke und alte Menschen gemeinsam. In der WG arbeiten Schwestern, Pfleger und einige ehrenamtliche Mitarbeiter, das kollegiale Verhältnis ist ausgesprochen herzlich. Die Atmosphäre zwischen den Mitarbeitern und den Bewohnern ist ganz und gar familiär, viele Zimmertüren stehen offen. Der



Liebe Leser und Leserinnen,

Pflege sollte nicht gleichbedeutend mit dem Ende einer Persönlichkeit einhergehen. Der Mensch sollte bis zu seinem Lebensende so leben dürfen, wie er es möchte. Sogenannte Pflege-WGs können einen alternativen Weg für die Menschen gestalten, die sich ein aktives Leben mit anderen Menschen wünschen. Nicht jeder ist für die Wohngemeinschaft gemacht aber wenn Sie glauben, dass die WG auch etwas für Sie oder Ihre Angehörigen sein könnte, wird Ihnen dieses Heft einen Einblick in das Alltagsleben einer WG verschaffen können.

Scheuen Sie sich nicht uns anzusprechen, wenn Sie Fragen haben. Wir freuen uns auf ein Gespräch!

Ihre Michaela Wengler
Pflegedienstleitung
Care Mobile Pflegedienste GmbH

Essensplan wird immer gemeinsam erstellt und eine Einkaufsliste für die ganze Woche geschrieben. Die Wäsche wird nicht in einer Wäscherei gewaschen, sondern in der WG, dafür gibt es mehrere Waschmaschinen.

Im Unterschied zu einem Seniorenheim wird der Tagesablauf weitestgehend von den Bewohnern selbst gestaltet. Jeder bringt sich nach seinen eigenen Möglichkeiten ein. Darunter gibt es zum Beispiel leidenschaftliche Hobby-Köche, denen es eine große Freude ist, sich an der Zubereitung der vier täglichen Mahlzeiten zu beteiligen. Frühstücksbuffet, Mittagessen, Kaffee mit Obst oder manchmal Kuchen sowie natürlich ein Abendessen, die regelmäßigen Mahlzeiten geben den Bewohnern eine feste Tagesstruktur.

Ehrenamtliche Helfer, Krankentherapeuten und Physiotherapeuten auch mit Hunden bringen den alten Menschen viel Freude

Auch ehrenamtliche Betreuungsassistenten bringen Abwechslung in den Tagesablauf. Ein Paar mit einem VW Bus kommt regelmäßig und nimmt einen Teil der Bewohner mit auf große Touren. Raus geht es zu Ausflügen in die Natur, in den Zoo, die alte Heimat wird besucht oder auch ein schönes Ausflugslokal, nie wird es langweilig. Skat und Gesellschaftsspiele stehen auch immer wieder auf dem Programm. Sollte ein Arzt benötigt werden, gibt es die Praxis direkt im Haus. Kurze Wege sind ein Riesenvorteil. So ist immer eine schnelle ärztliche Versorgung gewährleistet.



Neue Liebe, neues Glück... ...auch mit 78!

Bewohner Ursula Petersen (75) und Werner Strubel (78) beschreiben Ihr Leben in einer Senioren-WG

„Mein Freund“, sagt Ursula lächelnd und streichelt Werner zärtlich über den Kopf. Sie haben sich in der WG kennen und mögen gelernt. Werner war Polizist und ihn störte es anfangs sehr, dass hier in der WG nicht so viel los war. „In meinem Beruf hatte ich natürlich immer viel Action, aber heute liebe ich die Spiele-Nachmittage mit meiner Ursula. Am liebsten „Mensch ärgere Dich nicht“, meistens gewinnt aber Ursula, sie ist einfach ein Glückskind.“ Ursula Petersen arbeitete früher als Pförtnerin und liest für ihr Leben gern. „Ich verschlinge Krimis und Romane, hier kann ich abschalten vom Alltag. Wir schauen aber auch oft Kriminalfilme im Fernsehen gemeinsam, das mögen wir beide sehr gern. Und häufig gehen wir noch in den Park, Enten füttern“, strahlt Ursula. „Uns ist es ausgesprochen wichtig, dass wir hier viel selbst entscheiden können, gerade bei der Essensauswahl, so gibt es dann auch oft mein Lieblingsessen, Gemüseintopf“, erzählt Werner. „Die Hefe-Klöße von heute habe ich ausgesucht“, freut sich Ursula und kann das Mittagessen kaum erwarten. Werner ist

Hertha BSC Fan, die aktuelle Tabellenposition zaubert ihm ein breites Grinsen ins Gesicht: Platz 3! Zwar geht er nicht mehr ins Olympiastadion, aber die samstägliche Sportschau ist sein Pflichtprogramm, worauf er sich stets freut. Beide sind glücklich in der WG, die funktioniert wie eine große Familie. „Wir genießen hier unseren Lebensabend und können uns gar nichts Schöneres vorstellen.“ Am Nachmittag kommt „hoher Besuch“: Die kleine Kinderreporterin Nina besucht die Senioren-WG, sie möchte sehen, wie alte Menschen in ei-

ner Senioren-Wohngemeinschaft zusammenleben. „Mit Werner und Ursula spiele ich gleich eine Runde „Mensch ärgere Dich nicht“, das wird bestimmt lustig. Ich spiele für mein Leben gern und ich sehe, dass die alten Menschen hier riesige Freude haben, gemeinsam ihre Zeit zu verbringen“, freut sich die kleine Reporterin und strahlt.

Drohende
Vereinsamung
(Deprivation)

Menschen, die im Alter allein wohnen und gesundheitlich in Ihrer Mobilität eingeschränkt sind, haben es schwerer den Kontakt zur Gesellschaft zu halten. Eine Folge daraus kann die Vereinsamung sein. In Wohngemeinschaften hingegen ist es möglich, diese Menschen trotz eventueller Einschränkungen in den Alltag der Gemeinschaft einzugliedern. Wichtig ist vor allem auch hier die Strukturierung des Alltags und die Übernahme von Aufgaben in der Gemeinschaft. Das daraus gestärkte Selbstwertgefühl der Klienten fördert Lebensmut und den eigenen Antrieb.



Wenn die Vergesslichkeit zunimmt (Demenz)

Vergesslichkeit ist nicht immer gleich eine Diagnose für Demenz. Doch hat man es mit der hinterlistigen Krankheit zutun, so sind auch hier Wohngemeinschaften eine gute Alternative. In den WGs können aktiv Fähigkeiten der Klienten erhalten und gefördert werden, die Tagesstrukturierung geplant und umgesetzt werden und eine Abwechslung in gewohnter Umgebung geschaffen werden. Wichtig ist, dass sich Klienten mit der Diagnose Demenz immer noch ernstgenommen fühlen.

Diagnose Demenz!

Helga Neumann (90)

Bei Helga ist seit 2013 Demenz diagnostiziert. Sie ist die gute Seele der Senioren-Wohngemeinschaft in der Berliner Möllendorffstrasse. Sie war früher Maskenbildnerin und liebt es deshalb auch heute noch, sich zu verkleiden. Helga steckt alle WG-Bewohner mit ihrer guten Laune an. Ständig lacht sie, tanzt und singt und ist meist in Begleitung ihrer liebsten Puppe Anneliese. Auch die Kinderreporterin Nina lässt sich von Helgas guter Laune anstecken. „Komm, ich helfe dir, deine Puppe zu kämmen“, sagt Nina und nimmt Helga an die Hand. Helga freut sich riesig über den Kinderbesuch und begleitet die kleine Reporterin in ihr Zimmer. Nina hat ein Buch von zu Hause mitgebracht und liest Helga daraus einige Geschichten vor. „Hat es dir gefallen Helga? Das ist mein Lieblingsbuch, welches ich schon dreimal gelesen habe.“ Helga strahlt und klatscht begeistert in die Hände.



Allein, weil die Partnerin starb

Bewohner Harald Schwieg (86)

Der rüstige Harald Schwieg wohnt seit fast zwei Jahren in der Senioren-Wohngemeinschaft, nachdem er fünf Jahre nach dem Tod seiner Frau allein gelebt hatte. „Mein Sohn hatte mir von den Möglichkeiten erzählt, in einer Senioren-WG zu leben. Da wurde ich neugierig. Ich bin ein sehr geselliger Typ. Da ist das gemeinsame Leben mit anderen älteren Menschen genau das Richtige für mich. Es gibt nur ein Wort, welches das Leben hier für mich beschreibt: Bombastisch! Ich komme sehr gut mit dem Personal von Care mobile aus und bin hier rundum zufrieden.“ Einmal in der Woche geht Harald Schwieg ins Restaurant. „Das ist für mich das Highlight der Woche, Freitag ist mein Kneipentag. Ich liebe gutes Essen, und es darf auch ruhig mal asiatisch sein.“ Auch Harald Schwieg bekommt heute Besuch von Kinderreporterin Nina, sie schaut hinter die Kulissen und interessiert sich dafür, wie alte Menschen in einer Wohngemeinschaft zusammenleben. „Schau mal Nina, möchtest du mal meine Kopfhörer probieren, ich gucke sehr gern gute Filme

und damit ich nicht abgelenkt werde, setze ich die Kopfhörer auf.“ Das lässt sich Nina nicht zweimal sagen und schon hat sie die Kopfhörer auf ihren Ohren und genießt den tollen Sound aus der eigenen Musikanlage von Harald Schwieg.

Bewegungseinschränkungen

Mobilität ist wichtig. Menschen deren Mobilität eingeschränkt ist, verlieren schnell gewohnte Strukturen des Alltags. Vor allem die Menschen, die allein leben müssen kann dies hart treffen. In Wohngemeinschaften werden diese Menschen meist aufgefangen, ein familiäres Umfeld geschaffen, das über das eigenen Handicap hinweghelfen kann.



Pflegen mit Leib und Seele!

„Altenpflegerin zu lernen ist mein Traumberuf! Ich bin seit einem Jahr hier bei Care mobile in der Senioren-Wohngruppe in Berlin Lichtenberg. In der Altenpflege merkt man, dass man das Richtige tut.“ Carla Zimmermann ist eine junge Altenpflegerin in der Ausbildung. Für sie ist das Pflegen von alten Menschen eine Herzensangelegenheit. „Ich bin begeistert, hier in dieser WG zu arbeiten, denn wir haben alle Zeit der Welt auf die persönlichen Bedürfnisse der Bewohner einzugehen. Auch ist das Betriebsklima zwischen uns Kollegen sehr entspannt und wir helfen uns immer gegenseitig.“ Der Antrieb für Carla Zimmermann,

den Beruf der Altenpflegerin zu erlernen, ist es, tagtäglich die Dankbarkeit der Patienten zu erfahren. „Die Rückmeldungen und Zufriedenheit der alten Menschen hier in der WG zaubern ihr jeden Tag ein Lächeln ins Gesicht. Ich liebe es hier zu arbeiten. Heute zeige ich auch der kleinen Nachwuchsreporterin Nina, was man für tolle Erlebnisse als Altenpflegerin haben kann.“ Nina und Carla kümmern sich gemeinsam um die 97jährige Emma Schulz. Carla redet mit der dementen alten Dame über vergangene Zeiten aus dem langen Leben von Emma. „Es ist unglaublich, mitzuerleben mit welcher Begeisterung und Liebe Carla mit

der pflegebedürftigen Emma umgeht. Es ist einfach beeindruckend“, staunt Nina.

Nachwuchs/ Ausbildung

Die Pflegebranche wird sich in Zukunft noch mehr mit dem Thema Nachwuchs und Ausbildung auseinandersetzen müssen. Als Ausbildungsbetrieb leisten wir unsere Teil dazu.

Die WG-Ehe! 12 Jahre un- zertrennlich

Ingrid Neumund (62)

Ingrid Neumund lebt gemeinsam mit ihrem Ehemann seit vielen Jahren in der Senioren-Wohngemeinschaft. „Mein Mann hatte damals einen Schlaganfall und für uns bot sich die Gelegenheit, gemeinsam hier einzuziehen. Jeder von uns hat ein eigenes Zimmer und wir wohnen auf dem Flur gegenüber. Wir können uns gar nicht vorstellen, woanders zu wohnen. Wir sind wunderbar betreut und können auch unsere Wünsche jederzeit äußern.“ In der Küche zu helfen, ist für Ingrid eine tägliche Routine, auch das Zubereiten des morgendlichen Obstellers für die anderen Bewohner macht ihr große Freude.“ Mein Mann und ich sind die längsten Bewohner hier. In der WG sind richtig gute Freundschaften über die Jahre entstanden und wir helfen uns auch immer gegenseitig. Diesen Zusammenhalt gibt es in herkömmlichen Seniorenunterkünften sicherlich nicht“, beschreibt Ingrid stolz die Besonderheit ihrer Senioren-WG. Heute wird die 9jährige Kinderreporterin Nina in der Küche helfen. „Wir werden zusammen einen leckeren Eintopf zubereiten. Ich freue mich riesig darauf, der jungen Nina mein Kartoffelsuppenrezept zeigen zu können. Das wird ihr sicher auch gut schmecken.“



Privatsphäre

Mal für sich sein können, in privater, eigener häuslichen Atmosphäre und dennoch nicht allein, von helfenden Mitmenschen nur eine Tür weit entfernt und die Gewissheit, das mit dem professionellen Pflegepersonal auch Hilfe in Notsituation da ist. Viele unserer Klienten beschrieben genau diesen Umstand als größten Vorteil für Ihr Leben in den Wohngemeinschaften.



Der Einstieg in die Branche

Qualifikation ist wichtig! Ihr Start in einen Job in der Pflege könnte ein Basiskurs sein, gekoppelt mit einer gerontopsychiatrischen Zusatzqualifikation. Fragen Sie uns, wir beraten Sie gern!



Pflege wie sie sein soll!

Mitarbeiterin Carmen Zinn (43)

„Bei Care mobile fühle ich mich unheimlich wohl“, schwärmt Carmen, die seit 2008 im Unternehmen beschäftigt ist. „Ich habe früher in anderen Pflegeunternehmen gearbeitet und weiß, dass woanders unter einem unheimlichen Zeitdruck gearbeitet wird. Diesen Zeitdruck gibt es hier in der Senioren-Wohngemeinschaft gar nicht, auch keine Fließbandarbeit. Ich kann hier auf alle persönlichen Bedürfnisse der Bewohner eingehen, dafür habe ich immer genügend Zeit. Auch kann ich mir die persönlichen Biografien und Interessen der pflegebedürftigen Menschen genau anschauen und individuell darauf eingehen. Während Carmen Zinn die demente Hertha Bergmann (97) versorgt, redet sie viel über Geschichten aus der Vergangenheit ihrer Bewohner. „Oft bemerke ich das Lächeln von Frau Bergmann, wenn ich über ihre Vergangenheit rede. Ich spüre deutlich, dass sie sich hier in der Senioren-WG wohl fühlt.“ Carmen Zinn schwärmt für ihr Unternehmen und ist begeistert, dass der Chef des Unternehmens immer ein offenes Ohr für die Belange des Personals hat. „Man kann nur gut pflegen, wenn man auch motiviert zur Arbeit geht. Man kann mit dem Chef offen über alles reden, Vorschläge und Verbesserungen einbringen. Man spürt einfach, dass ihm das Wohlergehen der Mitarbeiter und Bewohnern gleichermaßen am Herzen liegen.“

Eine Wohngemeinschaft wäre auch was für Sie?

Testen Sie sich selbst mit unserer Checkliste

Nicht jeder Mensch ist für das Modell einer Wohngemeinschaft geeignet. Wir haben für Sie eine kleine Checkliste erstellt, die Ihnen einen groben Überblick geben kann, ob Sie oder Ihre Angehörigen für eine Platz in einer Wohngemeinschaft in Frage kommen würden. Nehmen Sie sich die Zeit und vor allem: Seien Sie ehrlich zu sich selbst.

Wir stehen Ihnen gern auch für ein persönliches Beratungsgespräch zur Verfügung. Gern auch in den Räumlichkeiten einer Wohngemeinschaft.

CHECKLISTE WOHNGEMEINSCHAFTEN

- Sind Sie ein geselliger Mensch?
- Möchten Sie neue Kontakte knüpfen?
- Interessieren Sie sich für regelmäßige Ausflüge und Gruppenaktivitäten?
- Sind Sie körperlich eingeschränkt?
- Nimmt die Vergesslichkeit zu?
- Brauchen Sie mehr Unterstützung den Alltag zu bewältigen?
- Möchten Sie Ihre Angehörigen entlasten?
- Wünschen Sie sich ein aktiveres Leben?
- Liegt eine Pflegebedürftigkeit bei Ihnen vor?



Märkische Allee 173, 12681 Berlin

☎ | 030 63 10 47 47

www.care-mobile.de