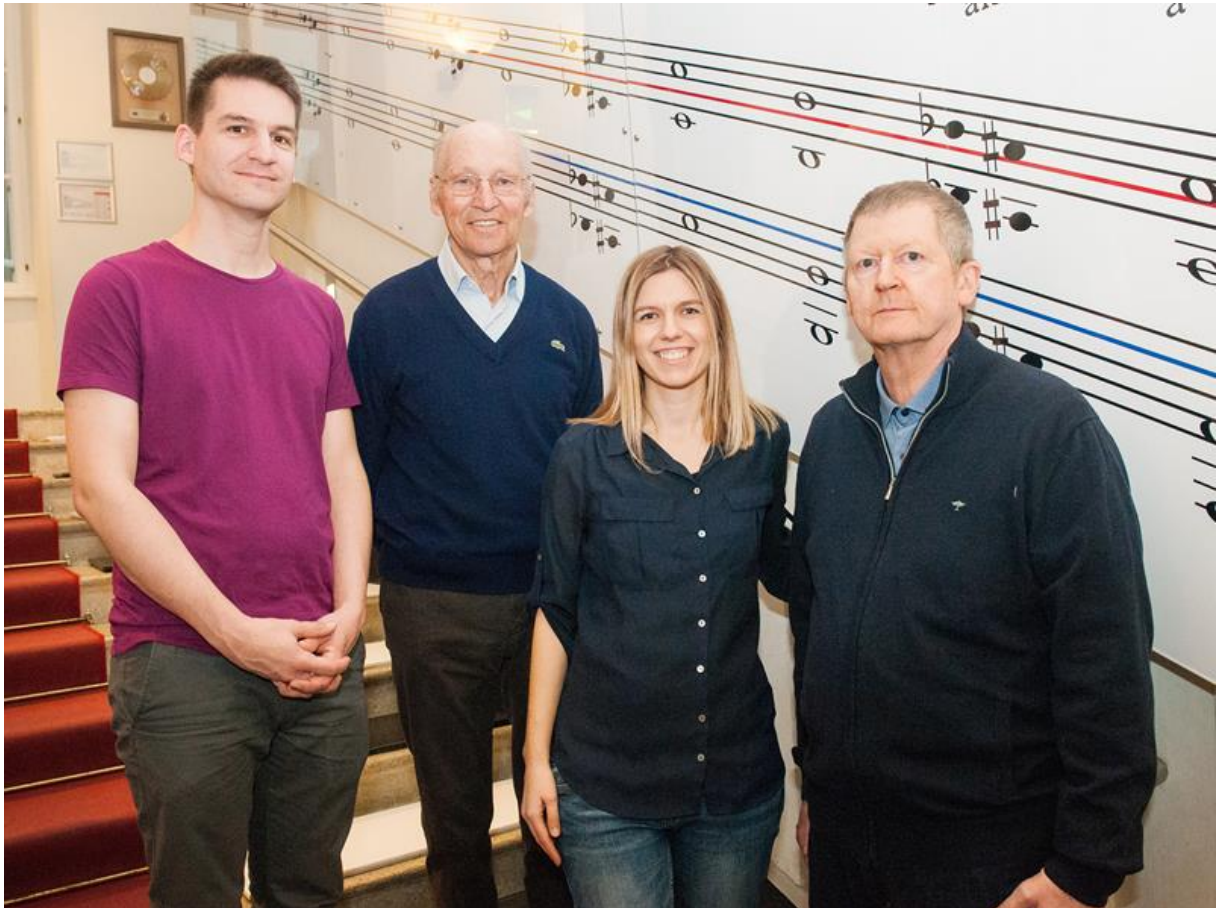


Caritas Pflege

Freizeitbuddy bei Demenz



Caritas Pflege © Stefanie J. Steindl

Das Handbuch zum Modellprojekt.

Dieses Projekt wurde gefördert von:



Impressum

Herausgeberin	Caritas der Erzdiözese Wien Angehörige und Demenz, Caritas Pflege Albrechtskreithgasse 19-21, 1160 Wien
Projektleiter	Mag. Norbert Partl, Leiter Angehörige und Demenz

© 2021 Caritas der Erzdiözese Wien, Caritas Pflege, Albrechtskreithgasse 19-21, 1160 Wien. Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung, der Verbreitung der auch nur auszugsweisen Wiedergabe und der Speicherung in Datenbanken, sowie der Übersetzung, sind der Herausgeberin vorbehalten.

Vorwort

Ein Dank an all die Mutigen

Eine Runde Liliputbahn fahren ist einfach. Aber mit einer mir völlig fremden Person? Mit der Unsicherheit, ob die auch wirklich den Weg zu einem WC kennt? Und ob sich meine Frau den vereinbarten Treffpunkt nachher gemerkt hat? Ob mir Antworten auf deren Fragen einfallen?

Trotz all dieser Bedenken, hat Karl sich der jungen Frau angeschlossen. Ja, der Mut ist belohnt worden. Alles hat geklappt. Karl sind Erlebnisse von früher eingefallen und die junge Frau hat sehr interessiert zugehört. Er war froh mitgemacht zu haben. Und außer Karl hat es 85 weitere Mutige im Projekt gegeben, die über ihren Schatten (der oft Vergesslichkeit oder eine Demenzdiagnose bedeutet hat) gesprungen sind.

Sie ermutigen uns weiterzumachen, mitzumachen - auch dann, wenn wir selbst einmal diejenigen sind, die Begleitung beim Ausflug mit der Liliputbahn oder ins Museum benötigen.

Danke Karl, danke allen Freizeittandems, allen Angehörigen, allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in Partnerorganisationen und allen, die irgendwo Mut zugesprochen haben gemeinsam unterwegs zu sein.

Und natürlich auch ein Dank an die Projektfördergeber und an alle die einen finanziellen Beitrag geleistet haben.

Norbert Partl

Caritas Pflege/Angehörige und Demenz

Inhalt

Vorwort.....	3
1. Der Hintergrund des Modellprojektes	6
2. Ziel des Handbuches.....	7
3. Freizeitbuddy bei Demenz: ein dreifaches Angebot	8
3.1. Freizeitbuddy-Tandem	8
3.2. Treffpunkt Freizeitbuddy	9
3.3. Freizeitbuddy Kalender	11
3.4. Das Matching.....	12
4. Möglichkeiten der Freizeitgestaltung.....	13
4.1. Kooperationspartner*innen	14
5. Die Teilnehmer*innen - Menschen mit Vergesslichkeit und mit Demenz	15
5.1. Angebotsnutzen.....	16
6. Freizeitbuddy – Ehrenamtliche Begleiter*innen	22
6.1. Voraussetzung und Schulung	22
7. Modellprojekt	24
7.1. Konzeption.....	24
7.2. Kommunikation	26
7.3. Personalkonzept	27
7.4. Regionaler und zeitlicher Rahmen der Umsetzung	28
7.5. Finanzierung Modellprojekt	30
7.6. Pilotphase	30
8. Anhänge	36

Abbildungen und Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Übersicht Freizeitbuddy-Tandem	8
Tabelle 2: Übersicht Treffpunkt Freizeitbuddy.....	9
Tabelle 3: Übersicht Freizeitbuddy Kalenderveranstaltung	11
Tabelle 4: Projektphasenplan Freizeitbuddy bei Demenz	28
Abbildung 1: Freizeitbuddy Tätigkeitsprofil	13
Abbildung 2: Überblick gewonnener Kooperationspartner*innen	14
Abbildung 3: Fiktive Persona1, eigene Darstellung	15
Abbildung 4: Fiktive Persona2, eigene Darstellung	16
Abbildung 5: Wichtigkeit des Einsatzes in der eigenen Organisation	18
Abbildung 6: Erlebte Situation im Umgang mit Menschen mit Demenz in der eigenen Organisation.....	18
Abbildung 7: Angaben zu Situationsbeschreibung (Häufigkeit).....	19
Abbildung 8: Angaben zur Zufriedenheit und Beteiligung an dem Modellprojekt	19
Abbildung 9: Veränderung des Stellwertes Demenz durch das Modellprojekt in der eigenen Organisation.....	20
Abbildung 10: Welche Rolle hat die Caritas aus Organisationssicht gespielt, damit das Thema im eigenen Haus aufgegriffen wurde.....	21
Abbildung 11: Module und inhaltliche Schwerpunkte Curriculum Begleiter*innen bei Demenz.....	23
Abbildung 12: Personas zu Zielgruppe Menschen mit Demenz und Freizeitbuddy	25
Abbildung 13: Hauptaktivitätsfelder für erste Freizeitideen	26
Abbildung 14: Beispielhafte Darstellung der Jahresplanung Steuergruppe und Beirat 2019	31

Anhänge

Anhang 1: Freizeitbuddy bei Demenz Folder	36
Anhang 2: Einlegeblatt Kalenderveranstaltung, Freizeitbuddy Folder	37
Anhang 3: Freizeitbuddy Kooperationsvereinbarung	38
Anhang 4: Freizeitbuddy Informationsblatt.....	40
Anhang 5: Freizeitbuddy Stundenerfassung	42
Anhang 6: Freizeitbuddy Leitfaden für Freiwillige.....	43

1. Der Hintergrund des Modellprojektes

Demenz sowie der Anstieg an Demenzerkrankungen stellt die Betroffenen selbst, ihre Angehörigen und die Gesellschaft vor neue Herausforderungen. Bedarf an Betreuung für die Zielgruppe gibt es in unterschiedlichen Settings. Aufgrund der Erkrankung bzw. deren Symptomatik führen die Betroffenen, die zu Hause wohnen, zumeist ein Leben in Isolation. Kontakte begrenzen sich oftmals auf nahe Angehörige oder im Bedarfsfall auf professionelle Dienste. Unternehmungen im öffentlichen Raum finden selten statt.

Durch die Österreichische Demenzstrategie werden unterschiedliche Maßnahmen mit dem Ziel, ein gutes Leben für Menschen mit demenzieller Erkrankung zu ermöglichen, sowie die Teilhabe und Selbstbestimmung der Betroffenen sicherzustellen, gesetzt. Ausgehend von der Österreichischen Demenzstrategie verfolgt die Caritas Pflege Wien das Ziel, die Lebensqualität und Selbstbestimmung demenziell erkrankter Menschen zu erhalten und zu steigern. Durch unterschiedliche Handlungen gestaltet die Caritas Pflege Wien die Umsetzung der Demenzstrategie Österreich aktiv mit.

Literatur und Praxis zeigen, dass Menschen mit Vergesslichkeit vor allem Unterstützung in Form von Begleitung, später auch Betreuung brauchen. Wesentlich für die Förderung der Lebensqualität sind alltagsbezogene Aktivitäten sowie die Teilnahme an gesellschaftlichen Ereignissen. Trotz der Wichtigkeit sind die Betroffenen oftmals von der Teilhabe am sozialen Leben ausgeschlossen, bzw. erfolgt ihrerseits ein Rückzug aus der Gesellschaft.

Die Caritas Pflege nahm sich mit der Konzeption des Modellprojektes „Freizeitbuddy bei Demenz“ der Verbesserung der sozialen Teilhabe für Menschen mit demenzieller Erkrankung, die zu Hause leben, an. Insbesondere zielt das Projekt auf die Steigerung der Lebensqualität von Menschen mit Demenz sowie auf das Entgegensteuern der Stigmatisierung.

Durch die langjährigen Erfahrungen in der professionellen Betreuung und Pflege und dem breiten Einsatz von Freiwilligen in der Organisation kann durch die Caritas Wien ein essentieller Beitrag zur sozialen Teilhabe und zur Akzeptanz durch die Gesellschaft für jene Menschen, die von einer Demenzerkrankung betroffen sind, geleistet werden.

„Freizeitbuddy bei Demenz“ hat gezeigt, dass ein Nutzen über die Kernzielgruppe hinaus erfolgt. Das Modellprojekt führt über die beteiligten freiwilligen Mitarbeiter*innen und Freizeitorganisationen zu einem Verständnis des Krankheitsbildes in der Gesellschaft. Es unterstützt auch Angehörige in deren persönlicher Entlastung und gibt die Möglichkeit der Teilhabe an gesellschaftlichen Alltagsaktivitäten.

2. Ziel des Handbuches

Das Modellprojekt basiert auf gewonnene Erkenntnisse durch direktes Ausprobieren in der Praxis sowie den Ergebnissen aus der wissenschaftlichen Begleitung durch das Institut für Pflegewissenschaften der Universität Wien. Beides ist im Handbuch zusammengefasst abgebildet.

Das Handbuch unterstützt den Wissenstransfer für weitere Ideen sowie Maßnahmen und baut auf den Inhalten des Projektberichtes auf. Die Inhalte bieten Anreiz, um die soziale Teilhabe von Menschen mit Demenz durch gezielte Aktivitäten zu verbessern. Ebenso zeigt es Möglichkeiten rund um die Prozessgestaltung und Konzeption eines derartigen Modellprojektes auf. Durch das Öffnen von Lernerkenntnissen soll es zudem eine Unterstützung für weitere Angebote bieten.

Die Handbuchinhalte richten sich insbesondere an weitere Organisationen bzw. Personen, die ähnliche Projekte entwickeln. Wissen und Erfahrungen sind im Handbuch abgebildet, um ein voneinander Lernen zu ermöglichen sowie den erforderlichen Rahmen für eine Umsetzung schaffen zu können.

Um den Nutzen von „Freizeitbuddy bei Demenz“ erlebbar zu machen, beinhaltet das Handbuch Aussagen von Modellprojekt-Beteiligten wie Betroffenen und ihren Angehörigen selbst, den Freizeitbuddies, Kooperationspartner*innen von Freizeitaktivitäten oder Verantwortlichen wie bspw. den Projektkoordinator*innen.

3. Freizeitbuddy bei Demenz: ein dreifaches Angebot

Freizeitbuddy bei Demenz steht für Freizeitaktivitäten für Menschen mit Vergesslichkeit sowie mit einer demenziellen Erkrankung. Die Aktivitäten erfolgen gemeinsam mit einem persönlichen Freizeitbuddy. Ein Buddy ist ein freiwillig engagierter Begleiter bzw. eine freiwillig engagierte Begleiterin. Ausschlussgrund für eine Teilnahme ist eine Demenzerkrankung, die schon zu weit fortgeschritten ist und Pflegebedürftigkeit bedeutet (bspw. Unterstützung im Toilettengang). Für alle Freizeit-Formate gilt, dass die Angehörigen im Bedarfsfall erreichbar sind.

Buddies und Menschen mit Demenz werden nach ihren Vorlieben und Interessen vorab analog gematcht und miteinander bekannt gemacht. Für das Zusammenführen sind die Projektkoordinator*innen zuständig. Das Angebot Freizeitbuddy bietet drei Möglichkeiten für die Gestaltung der Freizeit bzw. der Teilhabe an Freizeitaktivitäten für die Freizeitbuddy-Paare.

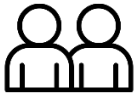
1. Tandem
2. Gruppenveranstaltung
3. Kalenderveranstaltung

Je nach Vorliebe und Interesse des gematchten Paares können die Freizeitformate individuell ausgewählt und besucht werden.

3.1. Freizeitbuddy-Tandem

„Beides ist toll, das Museum (Anm. als Kalenderveranstaltung) ist interessant, da kann man diskutieren, beim Radfahren (Anm. als Tandem-Angebot), da muss man nicht reden, es geht um's Hobby.“ Herr R. auf die Frage, ob ihm das Tandem-Angebot oder die Kalenderveranstaltung besser gefällt.

Tabelle 1: Übersicht Freizeitbuddy-Tandem

	Freizeitbuddy-Tandem
Personenanzahl	zwei Personen, das Tandem-Paar setzt sich aus einer Person mit Vergesslichkeit bzw. demenzieller Erkrankung sowie einem Freizeitbuddy zusammen
Zeitausmaß	zwei Stunden
Frequenz	wöchentlich oder 14-tägig
Inhalt	Freizeitaktivitäten lt. Angebot der Kooperationspartner*innen und darüber hinaus

Beim Tandem Angebot geht ein Freizeitbuddy mit der gematchten, an Demenz erkrankten Person regelmäßig einer Freizeitaktivität nach. In der Regel erfolgen die Aktivitäten einmal wöchentlich und orientieren sich an den Interessen und Vorlieben des jeweiligen Freizeitbuddy-Paares. Zur Wahl stehen Angebote von Kooperationspartner*innen sowie auch andere Freizeitmöglichkeiten darüber hinaus. Das Angebot der Kooperationspartner*innen steht den Freizeitbuddy-Paaren als Übersicht zur Verfügung.

Eine Tandem-Aktivität verläuft in einem Zeitraum von ungefähr zwei Stunden. Die zeitliche Begrenzung unterstützt die Freizeitbuddies darin, dass sie nicht in eine Betreuungssituation kommen und für die Betroffenen selbst ist es ein gut gewählter Zeitrahmen, um sich bspw. körperlich nicht zu überfordern.

Das Tandem-Format bietet vor allem Flexibilität in der inhaltlichen Gestaltung. Für den Fall, dass die Betroffenen nicht hinaus gehen können oder wollen, können auch Aktivitäten Zuhause wie z.B. Schachspielen unternommen werden.

Angehörige nehmen an diesem Format nicht teil (Ausnahme: das erste Treffen), sondern gehen ihrer persönlichen Tagesgestaltung nach.

Beispiel

Freizeitbuddy Stefan ist am Weg zum technischen Museum. Dort wird er auf Johannes Huber treffen. Stefan ist schon seit einem guten dreiviertel Jahr sein Freizeitbuddy. Stefan darf Johannes sogar bei seinem Spitznamen Hansi nennen.

Hansi hat Demenz. Da er noch eine sehr gute Orientierung hat, ist es möglich, dass sie einander vor Ort beim Museumseingang treffen. Hansi war Bediensteter bei der österreichischen Bundesbahn. Deshalb und weil er seit seiner Jugend ein begeisterter Bastler und Schrauber ist - er hat alles versucht selbst zu reparieren, gehen sie sehr gerne in das technische Museum.


Ein Fixpunkt ist die „12.10er“. Hansi erzählt beim Anblick der Dampflokomotive sehr viel Wissen über seine Zeit bei der Bundesbahn. Der Eintritt ist für Stefan als Freizeitbuddy kostenfrei, Hansi zahlt den normalen Eintrittspreis. Stefan kennt das technische Museum gut, er hat als Freizeitbuddy die Möglichkeit an einer für das Modellprojekt speziellen Führung zu Beginn seiner freiwilligen Tätigkeit wahrgenommen. Nach zwei Stunden im Museum treten beide zusammen die Rückfahrt an, denn Stefan wohnt nicht weit von Hansi entfernt.

Zuhause angekommen, trinken Hansi und seine Frau gemeinsamen einen Kaffee. Sie plaudern über den Besuch im Museum und wen seine Frau beim Einkauf währenddessen getroffen hat.

3.2. Treffpunkt Freizeitbuddy

„Für mich macht das Projekt aus... die vielen positiven Aspekte, vor allem als Freiwillige, ich bin auch als Aktivgruppenleiterin dabei. Wenn man Freiwillige ist, ist es ganz wichtig, dass es Spaß macht und voll aus freiem Herzen passiert, ich bekomme viel in den Gruppen zurück.“ Zitat Freizeitbuddy

Tabelle 2: Übersicht Treffpunkt Freizeitbuddy

	Treffpunkt Freizeitbuddy
Personenanzahl	max. 20 Gäste (Menschen mit Demenz/Vergesslichkeit und Angehörige) und 10 Freizeitbuddies; Voraussetzung: an einer Gruppe teilnehmen können
Zeitausmaß	zwei bis drei Stunden
Frequenz	14 täglich, immer am selben Tag, nachmittags
Inhalt	<ul style="list-style-type: none"> - gemeinsame Kaffee- und Kuchenrunde (inkl. Angehörige) - anschließend „Aktivgruppe“ für Menschen mit Vergesslichkeit bzw. Demenz und Freizeitbuddies im Verhältnis 1:1 - Angehörige nehmen gerne parallel das Angebot einer moderierten Selbsthilfegruppe an.

Treffpunkt Freizeitbuddy ist ein Angebot für Betroffene und Angehörige vor Ort in einer Modellprojekträumlichkeit. Die Gruppe startet gemeinsam mit einem Kaffee und Kuchen und teilt sich nach einer halben Stunde in eine Angehörigen- und eine Aktivgruppe.

Die Angehörigengruppe dient einem Austausch in der Gruppe und wird fachlich begleitet. Durch den offenen Austausch kann es Angehörigen zukünftig leichter fallen Unterstützung anzunehmen. Für viele ist ein Freizeitbuddy der erste Schritt hinaus aus einer isolierten Welt zu zweit.

Die Aktivgruppe startet mit einer Ankommens-Runde. Beispielsweise erfolgt eine Übung im Rahmen der Biografiearbeit oder mit klassischen Gedächtnistraining für Menschen im Alter.

„Hattest du früher Tiere? Welches Tier fällt dir ein von A-Z?“

„Welche Sprichwörter kennst du?“

Nach der Einstimmung gibt es unterschiedliche Gestaltungsmöglichkeiten:

- Bewegungsteil, beispielsweise wird gemeinsam gekegelt
- Kreativteil, gemeinsames Gestalten mit unterschiedlichen Materialien
- Gesellschaftsspiele
- Musik, Tanz oder Singen

Die Aktivgruppe wird grundsätzlich von einer Gruppenleitung geplant und begleitet, teilweise übernehmen auch Freizeitbuddies die Anleitung von Übungseinheiten wie z.B. dem Bewegungsteil.

Für den Treffpunkt Freizeitbuddy wird eine freiwillige Spende von Euro 10,- pro Person (Menschen mit Demenz bzw. Vergesslichkeit und Angehörige) erbeten.

Beispiel

Roswitha und Johannes Huber haben soeben am großen Tisch Platz genommen. Kaffee und Kuchen stehen schon bereit. Heute ist Treffpunkt Freizeitbuddy. Sie nehmen zum ersten Mal teil. Gleich neben ihnen sitzt das Ehepaar Mandl, sie machen einander sofort bekannt. Die Leiterin der Aktivgruppe setzt sich auch dazu, um beim Plaudern möglichst viel Biographisches von den neuen Gästen zu erfahren.

Nach einer halben Stunde bittet die Koordinatorin die Angehörigen ihr in einen Nebenraum zu folgen. Die heutige Angehörigengruppe ist eine gemischte Runde aus Ehepartnerinnen und -partnern, sowie zwei Töchtern. Die Koordinatorin übernimmt die Moderation der Gruppe.


Johannes bleibt für die Aktivgruppe im großen Saal. Stefan, sein möglicherweise künftiger Freizeitbuddy, geleitet ihn auf einen Platz im Sesselkreis und setzt sich neben ihn. Die Gruppe wird von einer weiteren Koordinatorin geleitet. Der Herbst steht vor der Türe, in der Mitte des Kreises liegen bereits bunte Blätter, Kastanien mit und ohne Schale, Pockerln, Eicheln, Maiskolben und ein Kürbis. Jetzt wird über die Naturmaterialien geplaudert und Erntedankfeste werden in Erinnerung gerufen. Reihum stellen die Teilnehmer*innen sich vor bzw. werden von der moderierenden Koordinatorin vorgestellt. Es folgt eine Einheit Sitzgymnastik und dann werden einige bekannte Lieder gesungen. Ein Freizeitbuddy begleitet auf der Gitarre. Die Buddies im Sesselkreis unterstützen am Textblatt die richtigen Strophen zu finden. Später werden in Kleingruppen an Tischen, je nach Fähigkeiten Quizblätter ausgefüllt oder Ausmalbilder zum Thema Herbst bearbeitet.

Den Abschluss bildet ein gemeinsames Lied, da sind die Angehörigen bereits wieder zu einer gemeinsamen Verabschiedung im Raum.

3.3. Freizeitbuddy Kalender

„Ich war, wie ich begonnen habe, doch noch überrascht was noch geht. Dass dann trotz Erkrankung im Haus der Musik beim Dirigenten noch mit eingestiegen und mitgemacht wird. Dass man den Leuten durchaus noch neue Erlebnisse mit Maß und Ziel zutraut. Auch, dass man nicht so Sorge haben muss, dass es Schwierigkeiten gibt, wie etwa wir können nicht in das Museum gehen weil die Person auffällig ist.“ Zitat Freizeitbuddy

Tabelle 3: Übersicht Freizeitbuddy Kalenderveranstaltung

	Freizeitbuddy-Kalenderveranstaltung
Personenanzahl	Gruppenaktivität bis zu 16 Personen, Freizeitbuddy und Menschen mit Demenz im Verhältnis 1:1
Zeitausmaß	zwei Stunden, Vormittag oder Nachmittag
Frequenz	einmal im Monat, Mo-Sa
Inhalt	Freizeitaktivitäten lt. Angebot der Kooperationspartner*innen und darüber hinaus

Einmal im Monat findet die Kalenderveranstaltung statt. Im Rahmen dieses organisierten Formates wird einer der Kooperationspartner*innen als Gruppe besucht. Die Kalenderveranstaltung bietet somit für bereits bestehende Tandem-Paare, als auch für Einzelpersonen eine Teilnahmemöglichkeit. Vor allem für neu hinzugekommene Personen ist die Kalenderveranstaltung in der Gruppe ein guter Einstieg um das Angebot kennen zu lernen.

Auch in der Gruppe werden Freizeitbuddy-Paare gebildet. Zwischen Freizeitbuddies und Menschen mit Demenz wird immer eine 1:1 Situation für eine entsprechende Begleitung hergestellt.

Während der Kalenderveranstaltung gibt es für die Angehörigen einen reservierten Tisch in einem nahegelegenen Café. Angehörige nutzen die Zeit im Rahmen der Kalenderveranstaltung gerne für den Austausch untereinander. Bei Kalenderveranstaltungen in Museen wird von diesen auf Anregung der Koordinator*innen meist eine eigene Führung für Angehörige angeboten.

Der Eintritt ist bei der Kalenderveranstaltung nur für die Freizeitbuddies kostenlos. Die Höhe der Kosten für die Betroffenen und Angehörigen sind von den Kooperationspartner*innen abhängig.

Beispiel

Im Rahmen einer Kalenderveranstaltung besuchen wir das Landgut Cobenzl. Bereits im Vorfeld haben die Koordinatorinnen entsprechend individueller Anforderungen bzw. bestehender Bekanntschaften Tandems für den Nachmittag gebildet. Nach Ankunft beim vereinbarten Treffpunkt stellen die Koordinatorinnen die Tandems einander vor bzw. informieren sie darüber, dass sie den Nachmittag gemeinsam verbringen werden und die Angehörigen verabschieden sich, um in einem nahegelegenen Kaffeehaus zu plaudern. Das Landgut Cobenzl hat für die Gruppe eine speziell für Menschen mit Demenz abgestimmte Führung geplant, inklusive Gelände erkunden, Tiere streicheln und füttern usw. Ganz viel Raum bleibt auch für eigene Erinnerungen und Erfahrungen. Beispielsweise erzählt Johannes Huber beim Ziegenfüttern voller Begeisterung vom Bauernhof seiner Taufpatin, auf dem er als Kind immer die

Sommerferien verbracht hat. Ihm fällt auch ein, dass es dort neben Ziegen auch Hühner und Schweine gab und sogar einen Hund.

Im Anschluss an die Führung machen sich alle auf den Weg ins Kaffeehaus, wo sie ihre Angehörigen wieder treffen. Bei einem Erfrischungsgetränk und dem einen oder anderen Eiskaffee wird teilweise vom gerade Erlebten berichtet und der Nachmittag findet seinen Ausklang.

3.4. Das Matching

Anfragen zum Angebot erfolgen im Regelfall durch Ehepartner*innen bzw. Kinder der Betroffenen. Über div. Quellen, wie bspw. die Caritas Wien interne psychosoziale Angehörigenberatung, die Pflege Zuhause, Ergotherapeut*innen, über das Internet und vor allem durch direkte Empfehlungen, finden Angehörige das Angebot „Freizeitbuddy bei Demenz“.

Im telefonischen Erstkontakt erfolgt die Beratung rund um das Angebot sowie die Abklärung von notwendigen Informationen für das Finden eines passenden Freizeitbuddies. Wesentliche Angaben dafür sind:

- Persönliche Daten der betroffenen Person
- Kontaktdaten der/ des Angehörigen
- Informationen zur Diagnose und dem Gesundheitszustand
- Angaben zum einst ausgeübten Beruf
- Interessen und Hobbies
- Eigenschaften der betroffenen Person

Freizeitbuddies stoßen meist über ihre aktive Suche nach einer freiwilligen Tätigkeit, das Interesse an der Demenzthematik oder über Mundpropaganda zum Angebot. Auf der Webseite des Freiwilligen Engagement der Caritas Wien findet sich unter vielen anderen Möglichkeiten das Profil eines Freizeitbuddies bei Demenz. Um ein Bild zur Person zu bekommen, führen die Koordinator*innen des Modellprojektes ein persönliches Einführungsgespräch und stimmen Rahmenbedingungen und Verbindlichkeiten ab.

Bei der Suche nach Freizeitbuddies wird gezielt auf Aktivitäten bzw. Interessen der Betroffenen geachtet. Je nach Vorlieben variiert der Zeitraum der Suche.

Das Matching erfordert Feingefühl, deshalb ist das persönliche Gespräch mit Betroffenen und ihren Angehörigen sowie den Freizeitbuddies wesentlich.

Die Koordinator*innen überlegen für ein passendes Matching gemeinsam welche Personen zueinander passen. Eine Vermittlung kann eine Dauer von einer Woche bis zu drei Monaten in Anspruch nehmen. Herausforderungen für ein gutes Matching sind neben den jeweiligen Persönlichkeiten auch die Wohnorte.

Nachdem ein entsprechender Freizeitbuddy gefunden ist, findet das erste Treffen in Begleitung der Koordinator*innen statt. Das erste Kennenlernen kann als Besuch bei der betroffenen Person zu Hause oder als ein gemeinsamer Spaziergang erfolgen. Es besteht auch die Möglichkeit im Rahmen der Kalenderveranstaltung oder des Treffpunkt Freizeitbuddy das erste Treffen abzuhalten. Unmittelbar nach dem ersten Kennenlernen nehmen die Koordinator*innen erneut Kontakt mit den Angehörigen und Freiwilligen auf, um eine Zustimmung des Matchings und ggf. von den Freizeitbuddies Herausforderungen abzuholen.

Sobald das Matching gelungen ist, organisieren Freizeitbuddy und Betroffene ihre Freizeitgestaltung selbständig. Je nach Vorlieben finden Aktivitäten wöchentlich oder zwei- bis dreimal im Monat statt.

Abbildung 1: Freizeitbuddy Tätigkeitsprofil

Wir > Ich

Freiwilliges Engagement

210802

Freizeitbuddy für Menschen mit Demenz
 Freizeit mit Menschen mit Demenz verbringen
 Caritas Angehörige und Demenz, Wien

Tätigkeitsbereich

Anpacken

Besuchen & Begleiten

Freizeit & Aktiv sein

Kreativ sein

Lernen & Wissen

Organisieren & Büro

Engagement für

Kinder & Jugendliche

Menschen mit Erkrankungen

Menschen mit Behinderung

Ältere Menschen

Menschen in Not

Migrantinnen & Geflüchtete

Hospiz

Nachbarschaft & Zusammenleben

Wir suchen aktive Freiwillige, die Menschen mit Demenz als "Freizeitbuddy" in Wien zu kulturellen Veranstaltungen, zum Sport oder zur Ausübung von lang geliebten Hobbies begleiten. Je nach persönlichem Interesse soll es Menschen mit Demenz damit ermöglicht werden, gemeinsam mit einem Freizeitbuddy z.B. ein Museum zu besuchen, spazieren zu gehen, einen Kurs an der Volkshochschule zu begleiten oder andere Hobbies auszuüben.

Wir suchen

- Zuverlässigkeit
- Teamfähigkeit
- Einfühlungsvermögen
- Verständnis für Menschen mit Demenz

Wir bieten dir

- Qualifizierungskurs
- Teamtreffen, Intervention, Supervision
- Sommerfest / Weihnachtsfest

Gut zu wissen

Zeitausmaß:
 Mo Di Mi Do Fr Sa So
 vormittags nachmittags abends

Zeitraum:
 ab 02.08.2021 bis

Altersbeschränkung:
 ab 18 Jahren

Deutschkenntnisse:
 gute

Benötigt einen Führerschein:
 nein

Anzahl Personen gesucht:
 20

Adresse der Einrichtung:
 Büro: Strozsigasse 5, 1080 Wien

Unsere Angebote für alle Freiwilligen

- fundierte Einführung in die Aufgabenbereiche
- Gemeinschaftsaktivitäten und Ausflüge
- fachliche und persönliche Begleitung
- subsidiäre Haft- und Unfallversicherung
- Weiterbildungsangebote
- Bestätigung Ihrer Mitarbeit

Sie haben Interesse?
Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme:

Caritas & Du

Werden Sie Teil der Caritas und ihrer Vielfalt. Zu weiteren Engagementmöglichkeiten berät Sie gerne die Servicestelle Freiwilliges Engagement der Caritas Wien, 01 259 20 49-2550, freiwillig@caritas-wien.at, www.zeitschenken.at

4. Möglichkeiten der Freizeitgestaltung

Die Vorlieben und Interessen rund um die Freizeitgestaltung der Betroffenen sind sehr individuell. Dementsprechend erfordert ein Freizeitangebot eine Vielfalt an Möglichkeiten. Ein weitreichendes Angebot an Freizeitaktivitäten erreicht daher eine breite Spanne der Zielgruppe, abhängig von ihren Vorlieben und Interessen.

Durch für die Zielgruppe bedürfnisspezifizierte Aktivitäten unterstützt „Freizeitbuddy bei Demenz“ den Erhalt und die Förderung von Selbständigkeit und Selbstbestimmtheit. Persönliche Interessen und Vorlieben stehen im Fokus. Das Angebot der Freizeitaktivitäten richtet sich an Personen, die sowohl Einzel- als auch Gruppenaktivitäten präferieren.

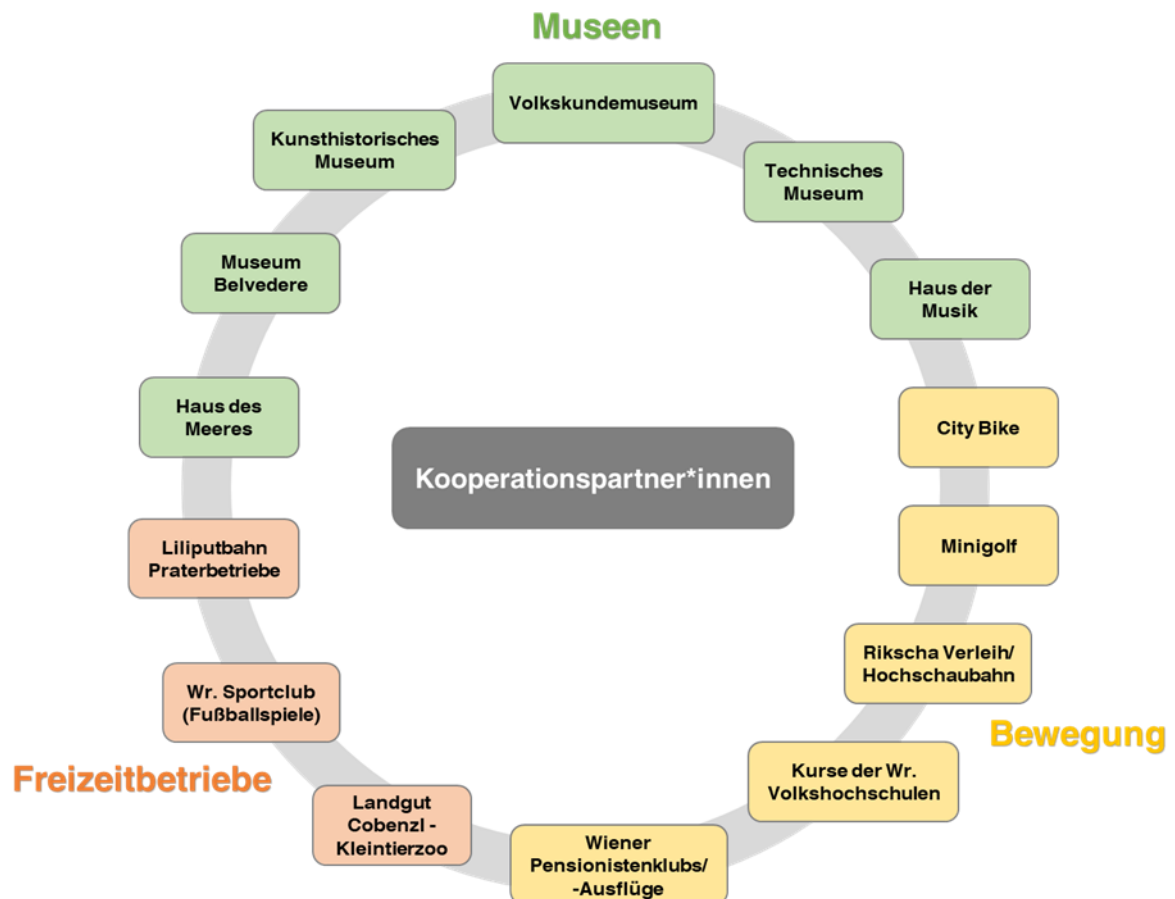
4.1. Kooperationspartner*innen

Durch die Offenheit für Menschen mit demenzieller Erkrankung erwirken und erfüllen die Kooperationspartner*innen Maßnahmen zur Förderung der Gesundheit, der Inklusion in die Gesellschaft und sie wirken der Stigmatisierung von an Demenz erkrankten Menschen aktiv entgegen.

Als Kriterium zur Aufnahme in den Partner*innen-Katalog des Projekts gilt neben dem Einverständnis dort aufzuscheinen, dass die Kosten für Aktivitäten, die bei der Inanspruchnahme anfallen, für den begleitenden Freizeitbuddy zur Gänze nachgelassen werden.

Für das Projekt konnten folgende Kooperationspartner*innen gefunden werden:

Abbildung 2: Überblick gewonnener Kooperationspartner*innen



„Die Führung durch das Museum war sehr gut. Die Dame ist super auf die Personen eingegangen, die Führung war sehr gut abgestimmt.“ Zitat Freizeitbuddy

Die Kooperationspartner*innen wurden durch den Projektleiter oder die Koordinatorinnen zur Beteiligung eingeladen. Die Auswahl erfolgte nach den Kriterien, die am Strategieworkshop erarbeitet wurden (siehe Punkt 7.1.). Nach Klärung der Fragen zur Zusammenarbeit wurde eine vom Projektteam vorbereitete Vereinbarung unterzeichnet (siehe Anhang 2).

5. Die Teilnehmer*innen - Menschen mit Vergesslichkeit und mit Demenz

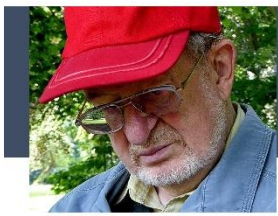
Das Angebot Freizeitbuddy bei Demenz richtet sich an Menschen mit Vergesslichkeit sowie an Menschen mit einer demenziellen Erkrankung, die zu Hause wohnen. Primär sind die Nutzer*innen Frauen und Männer im leichten bzw. mittelschweren Stadium der Erkrankung, die noch ohne pflegerische Unterstützung auskommen. Die Betroffenen erhalten in erster Linie Betreuung und Pflege durch ihre Angehörigen.

Betroffene, die ihren Lebenswohnsitz in eine stationäre Einrichtung, bspw. in ein Pflegewohnhaus oder Seniorenhaus verlegt haben, erhalten durch die einrichtungseigenen Strukturen bereits Möglichkeiten an unterschiedlichen Aktivitätsprogrammen teilzunehmen. Aufgrund dessen richten sich die Aktivitäten ausschließlich an Menschen mit demenzieller Erkrankung, die zu Hause wohnen.

„Es ist immer ein Leben im Jetzt, immer ein flexibel sein - was gefällt der Person. (...) Angehörige spielen eine sehr wichtige Rolle um den Betroffenen kennen zu lernen.“ Zitat Freizeitbuddy

Beschreibung von fiktiven Personas der Zielgruppe Teilnehmer*innen für ein gemeinsames Bild zu möglichen Teilnehmer*innen:

Abbildung 3: Fiktive Persona1, eigene Darstellung



Johannes Huber

Foto (C) User:regenwolke0, pixabay.com



im 75. Lebensjahr, verheiratet, eine Tochter, wohnt mit seiner Frau im 15. Bezirk

leidenschaftlicher Schaffner bei der Eisenbahn in Pension

war ein sehr geselliger Mann, ein Familienmensch, humorvoll mit Wiener Schmääh und einer Affinität zur Eisenbahn, ein Handwerker und "Bastler"

frühere Hobbies und Interessen sind Sport, Lesen, Zugreisen durch Eurasien.




hat Symptome seit gut einem Jahr, Diagnose Demenz vor kurzem erhalten

Auffälligkeiten im Kurzzeitgedächtnis

Orientierung ist noch sehr gut

Das Thema Demenz ist für Herrn Huber belastend und soll in Gesprächen ausgespart werden.

Er neigt dazu sich zu übernehmen und körperlich zu überschätzen.



Unternehmungswünsche und was ist noch möglich?
Spazieren gehen, hinaus kommen, Besuche im techn. Museum, Zugfahren bzw. Ausflüge mit dem Zug, Fotos von den früheren Reisen anschauen, ins Kaffeehaus gehen, Unterstützung beim Basteln und Schrauben.

Freizeitbuddy Stefan hat ähnliche Interessen und wohnt in der Nähe von Herrn Huber.


Anfrage
Die Tochter hat aus dem Internet von dem Angebot erfahren und sich für ihre Eltern telefonisch gemeldet.
"Die Eltern ziehen sich stark zurück, sie waren früher sehr gesellig. Die Mama soll ein bisschen entlastet werden und der Papa wieder unter die Leute. Sie streiten oft, es ist gut, wenn jemand von außen dazu kommt."

Unternehmungen
Herr Huber trifft ca. dreimal im Monat für 2 Stunden seinen Freizeitbuddy, sie unternehmen gerne zu zweit etwas oder besuchen auch Kalenderveranstaltungen.

Gemeinsam gehen sie spazieren in Schönbrunn, besuchen das technische Museum und wenn das Wetter passend ist fahren sie mit der Straßenbahn zum Wandern in den Lainzertiergarten. Gerne plaudern sie im Café Jelinek.


Wirkung
Frau Huber: "Wenn ich sage gehen wir eine Runde spazieren, habe ich keine Chance, aber wenn der Stefan fragt, ist Hansi sofort motiviert. Es ist schön, dass er wieder raus kommt und ich Einkaufen gehen oder den Haushalt machen kann."

Abbildung 4: Fiktive Persona2, eigene Darstellung



Maria Hauser

Foto (C) Gerd Altmann, pixabay.com




im 70. Lebensjahr, verheiratet, drei Kinder, wohnt mit ihrem Mann Alois im 3. Bezirk

Die Tochter hat einen Schrebergarten beim Prater, wo sie gerne Aufgaben wie Blumengießen und Einsetzen übernimmt

Sie war Hausfrau und für ein paar Jahre auch als Verkäuferin beim Fümkrantz tätig.

Frau Hauser ist eine ruhige Persönlichkeit. Sie legt viel Wert auf ihr äußeres Erscheinungsbild und ist sehr modebewusst.




Frau Hauser hat mittelschwere Demenz (Pflegestufe 3). Sie hatte einen Schlaganfall vor 3 Jahren.

Regelmäßig bekommt sie Unterstützung durch eine Heimhilfe und Herr Hauser durch die psychosoziale Angehörigenberatung.

Im eigenen Grätzl hat sie noch Orientierung, darüber hat sie Problem sich zurecht zu finden. Auch zeitlich kommt Frau Hauser durcheinander.

Sie ist seit dem Schlaganfall in ihrer Bewegung eingeschränkt. Außer Haus braucht sie einen Rollator aus Sicherheit und für Pausen im Sitzen.



Unternehmungswünsche und was ist noch möglich?
kleine Spazierstunden, keine Gruppen-Aktivitäten, Interesse an Mode-Themen, Garten und Natur, etc.

Freizeitbuddy Katrin studiert Bildungswissenschaften und wohnt in Wieden.

Anfrage

Herr Hauser hat von dem Angebot über die psychosoziale Angehörigenberatung erfahren. Er hätte gerne jemanden, der zu seiner Frau kommt und ihn dadurch etwas entlastet, um mehr Zeit für sich zu haben.

Unternehmungen

Frau Hauser und Katrin gehen alle zwei Wochen ihren Interessen nach. Sie unternehmen ausschließlich zu zweit etwas. Gerne spazieren sie durch die innere Stadt, trinken gemeinsam Tee oder genießen die Natur im botanischen Garten.

Aufgrund des Rollators achtet Katrin auf barrierefreie Aktivitäten, viele Pausen und kurze Wege.

Wirkung

Frau Hausers Tochter: "Es ist schön, dass es diese Möglichkeit gibt. Es tut meiner Mama und meinem Papa gut."

Freizeitbuddy bei Demenz wird vorrangig von Personen zwischen 60 und 90 Jahren in Anspruch genommen. Die stärkste Gruppe (ca. 40%) sind die 70–79-Jährigen, jeweils ca. 25% macht das Dezennium darüber und darunter aus. Zu 60% sind die Teilnehmer*innen und mit Vergesslichkeit oder Demenz männlich. Dies steht im Widerspruch zur höheren Wahrscheinlichkeit einer Demenzerkrankung für Frauen (auf Grund der höheren Lebenserwartung). Jedoch sind Frauen im Alter auch mit höherer Wahrscheinlichkeit alleinstehend und daher in stationärer Pflege bzw. fehlt die Bezugsperson, die zum Angebot vermittelt.

5.1. Angebotsnutzen

„Man macht was Sinnvolles, hilft den Betroffenen und hat auch das Gefühl, dass es ihnen Spaß macht, es gibt ihnen was, regt sie an und auch die Angehörigen haben viel davon. Entlastung und sie kommen mit anderen zusammen, die das Thema kennen und sich damit beschäftigen. Es ist eine Gruppe und man spürt das auch - ein lockeres Plaudern, da geht es nicht mehr darum, dass das Betroffene oder an Demenz erkrankte Menschen sind. Auch bei der Stadtführung ist es mir aufgefallen. Wir haben gemeinsam gelacht und geplaudert, gemeinsam gesungen - es ist so herzerfrischend und deswegen stelle ich immer wieder fest, dass das eigentlich ein total gelungenes Format ist.“ Zitat Freizeitbuddy

Ergebnisse der wissenschaftlichen Begleitung des Modellprojektes durch das Institut der Pflegewissenschaften der Universität Wien belegen den Nutzen für die Zielgruppe bzw. des Modellprojektes gesamt. Die Erkenntnisse wurden durch teilnehmende Beobachtungen, Interviews, Fragebögen und Fokusgruppen gewonnen. Die Evaluation bezog alle Modellprojektzielgruppen und Akteure mit ein: Menschen mit Demenz, Angehörige, Freizeitbuddies, Kooperationspartner*innen von Freizeitaktivitäten und das Modellprojektteam.

Freizeitbuddy bei Demenz fördert die kulturelle Teilhabe und wirkt sozialer Isolation von Menschen mit Demenz entgegen. Das Modellprojekt unterstützt ebenso Betroffene sich als Teil der Gemeinschaft zu fühlen.

„Wie eine eingespielte Gruppe sind wir durch das Haus der Musik spaziert, haben geplaudert und gelacht. Besonders ausgelassen wurde es bei Strauß und wir haben zur Musik, dem Donauwalzer, geschunkelt, wurden richtig angesteckt von der Musik.“ (Institut für Pflegewissenschaften Universität Wien. (2021). Freizeitbuddy Evaluation. TB1).

„Herr FP hat mich mit seinem ganzen Wissen überrascht und mit seiner unglaublichen Freundlichkeit und Herzlichkeit. Es war so ein „natürliches Beisammensein“, obwohl wir einander nicht gekannt haben.“ (Institut für Pflegewissenschaften Universität Wien. (2021). Freizeitbuddy Evaluation. TB3).

Es ist beim Unterwegssein nicht aufgefallen, dass sie von Demenz betroffen ist. Im Interview (es wurde auch ein Interview mit ihr geführt) wurde das sehr deutlich, aber nicht beim Spaziergang. (Institut für Pflegewissenschaften Universität Wien. (2021). Freizeitbuddy Evaluation. TB2).

„Man merkt dieses Vertraut Sein miteinander. (...) In der Garderobe, wenn ich dabei war, während er seine Sportsachen angezogen hat (...). Und beim zweiten Treffen war das dann schon total normal, also dass ich da daneben stehe und ihm helfe und seinen Rucksack packe und so, das fand ich zum Beispiel sehr nett. (...)“ (Institut für Pflegewissenschaften Universität Wien. (2021). Freizeitbuddy Evaluation. FG1 239-245).

Und das ist auch eigentlich etwas sehr Schönes, weil ich denk mir, okay, er weiß, wer ich bin, es interessiert ihn, was ich grad mach (...). Es ist nicht nur eine Einbahnstraße. (Institut für Pflegewissenschaften Universität Wien. (2021). Freizeitbuddy Evaluation. FG 2 411 416).

Durch die gemeinsamen Aktivitäten inmitten der Gesellschaft werden Lebensqualität und Selbstbestimmung von Menschen mit Demenz erhalten und gesteigert.

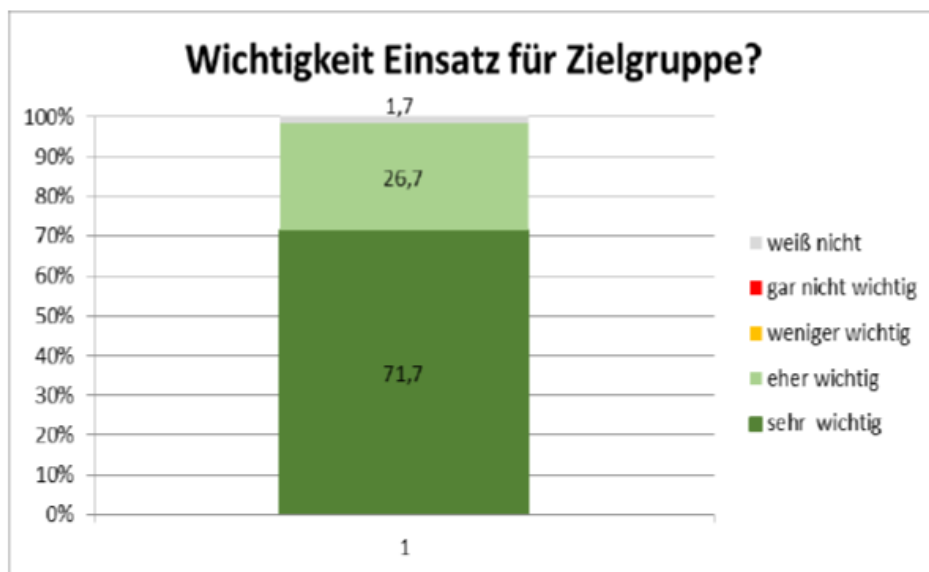
Das ist ja das, was mir g'fällt, dass eben das von der Caritas so unverbindlich ist und man kann sich das einfach ausmachen, und dieser andere Verein, der würde da schon wieder an derartigen Bürokratismus machen. (Institut für Pflegewissenschaften Universität Wien. (2021). Freizeitbuddy Evaluation. TB2).

„Musik, ja, sein Buddy und er sind Rolling Stones, also keine Beatles, sondern Rolling Stones, da haben sie sich unlängst Woodstock angehört, ich bin im Zimmer gesessen und hab nur immer gehört, wie einer zum Singen angefangen hat, der andere hat weiter gesungen, dann haben sie angeblich Luftgitarre auch gespielt, das habe ich aber nicht gesehen, das habe ich nur im Nachhinein gehört.“ (Institut für Pflegewissenschaften Universität Wien. (2021). Freizeitbuddy Evaluation. F/M 66 74).

„(...) die Gattin des Betroffenen habe ihn gerade angerufen, dass sie Atemprobleme und die Rettung gerufen habe. (...) Es scheint, als fühle er sich auch ein Stück weit verantwortlich, dass es dem Betroffenen gut geht oder er möchte unterstützend für beide da sein.“ (Institut für Pflegewissenschaften Universität Wien. (2021). Freizeitbuddy Evaluation TNB4).

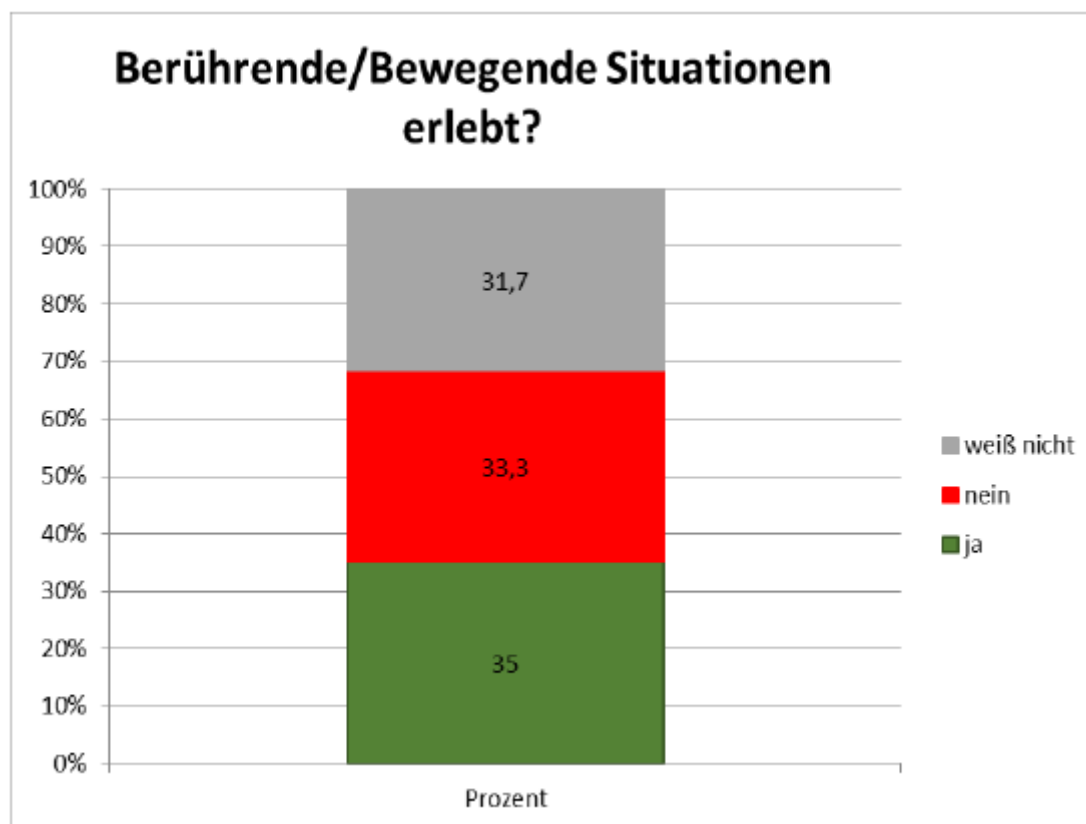
Der Angebotsnutzen wird ebenso aus der Befragung der Kooperationspartner*innen für Freizeitaktivitäten sichtbar.

Abbildung 5: Wichtigkeit des Einsatzes in der eigenen Organisation
n=60 Mitarbeiter*innen und Kontaktpersonen, Prozentwert



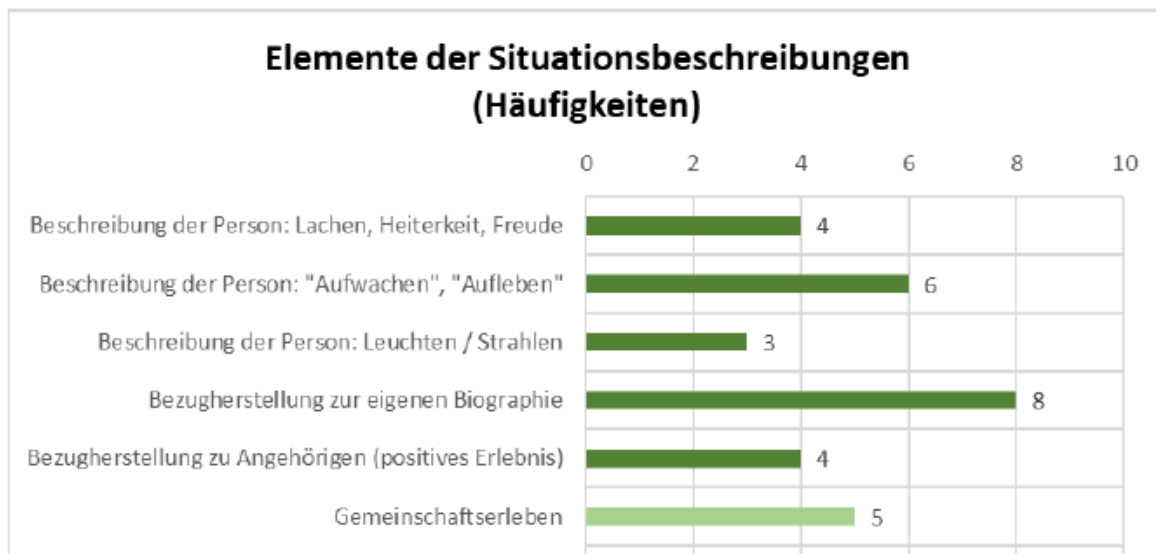
Quelle: Institut für Pflegewissenschaften Universität Wien. (2021). Freizeitbuddy Evaluation

Abbildung 6: Erlebte Situation im Umgang mit Menschen mit Demenz in der eigenen Organisation
n=60 Mitarbeiter*innen und Kontaktpersonen, Prozentwert



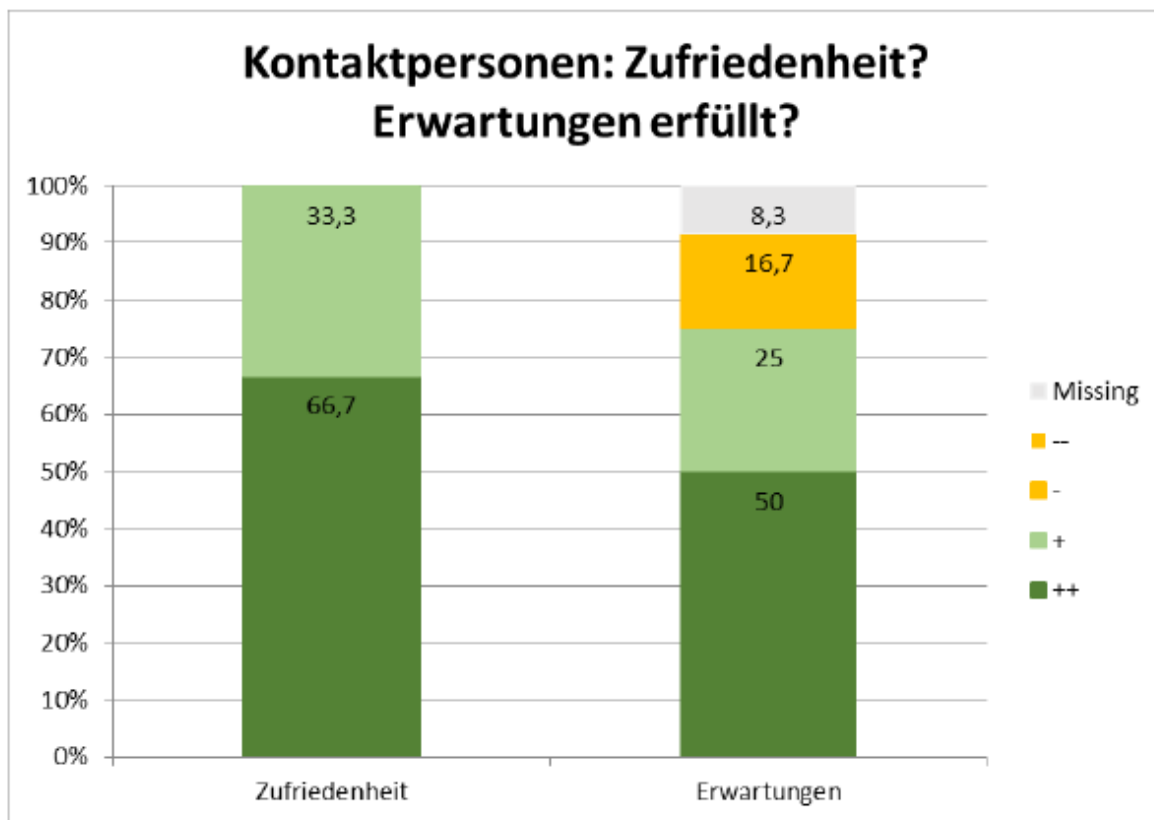
Quelle: Institut für Pflegewissenschaften Universität Wien. (2021). Freizeitbuddy Evaluation

Abbildung 7: Angaben zu Situationsbeschreibung (Häufigkeit)
 n=6 Kontaktpersonen, n= 13 Mitarbeiter*innen



Quelle: Institut für Pflegewissenschaften Universität Wien. (2021). Freizeitbuddy Evaluation

Abbildung 8: Angaben zur Zufriedenheit und Beteiligung an dem Modellprojekt
 n=12 Kontaktpersonen (Prozentwerte)



Quelle: Institut für Pflegewissenschaften Universität Wien. (2021). Freizeitbuddy Evaluation

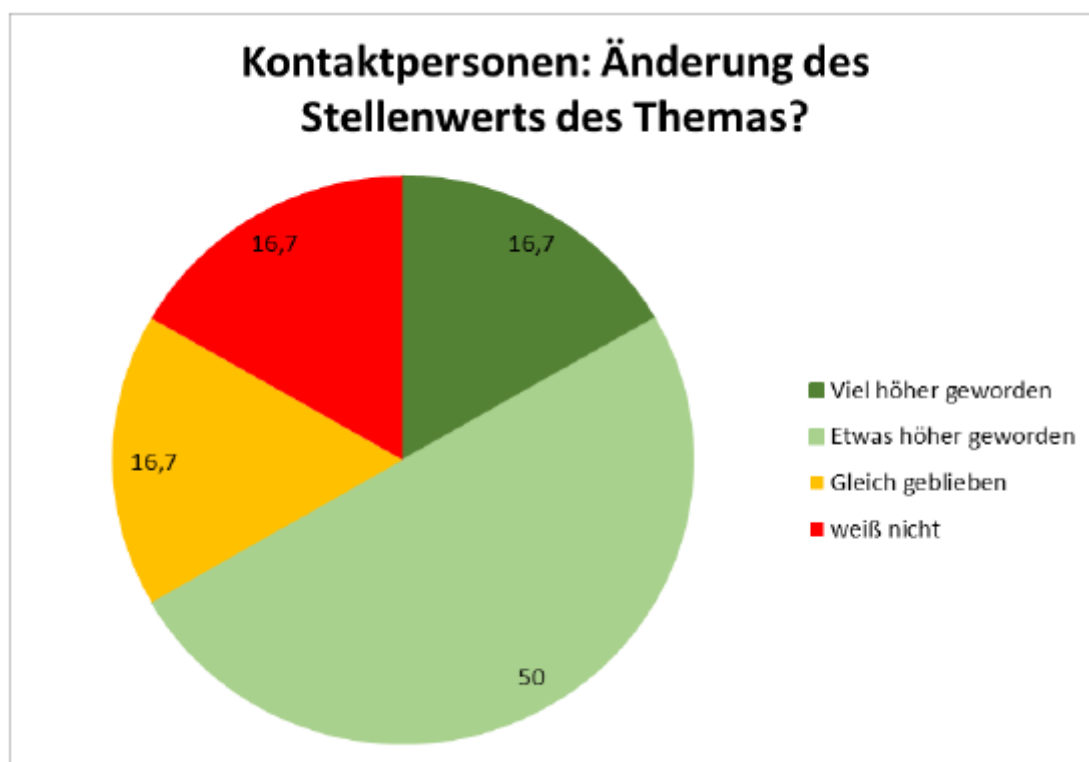
Qualitative Rückmeldungen von Kooperationspartner*innen im Rahmen der Evaluation zur Wirkung in der Organisation und bei Kolleg*innen sind (n=10) (Institut für Pflegewissenschaften Universität Wien. (2021). Freizeitbuddy Evaluation):

- „Es ist viel mehr in den Köpfen meiner Kolleg*innen präsent. Alle finden das Thema sehr wichtig.“
- „Es hat das Thema Vermittlung für Menschen mit Demenz in Gang gebracht und darüber hinaus Gedanken zur Inklusion und kulturellen Teilhabe angefacht.“
- „Viele finden das Engagement der Freiwilligen großartig; gut zu wissen, dass es für Angehörige Anlaufstellen und ein offenes Ohr gibt.“
- „In der Organisation muss es noch ein bisschen tiefer ankommen.“

Die qualitativen Angaben zur Wirkung auf persönlicher Ebene (n=5) lauteten (Institut für Pflegewissenschaften Universität Wien. (2021). Freizeitbuddy Evaluation):

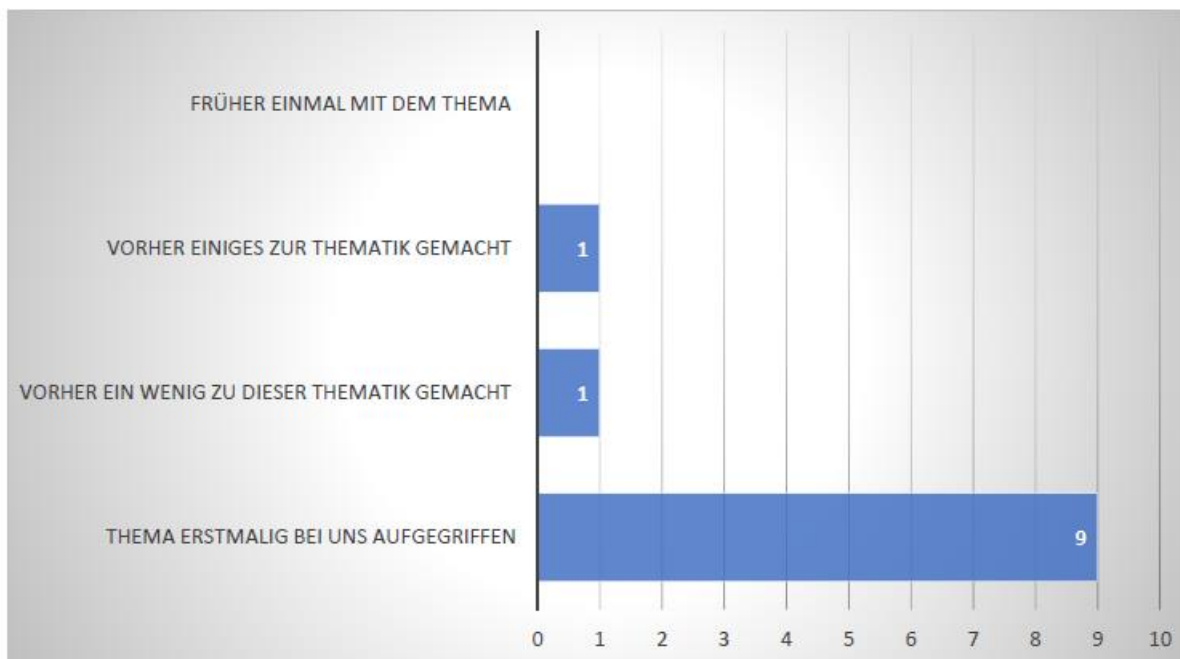
- „Mir persönlich wurde Angst genommen.“
- „Ich wurde wieder in meiner Arbeit bestätigt, dass [...] sehr lebensbereichernd ist egal ob Vorkenntnisse; egal welches Alter, egal ob dement.“
- „Bei mir persönlich: ich habe viel nachgedacht darüber, welche Art von Vermittlungsangeboten Menschen mit Demenz brauchen (...) Verstehe etwas besser, wie komplex es ist.“

Abbildung 9: Veränderung des Stellenwertes Demenz durch das Modellprojekt in der eigenen Organisation n=12 Kontaktpersonen (Prozentwerte)



Quelle: Institut für Pflegewissenschaften Universität Wien. (2021). Freizeitbuddy Evaluation

Abbildung 10: Welche Rolle hat die Caritas aus Organisationssicht gespielt, damit das Thema im eigenen Haus aufgegriffen wurde
n=12 Kontaktpersonen



Quelle: Institut für Pflegewissenschaften Universität Wien. (2021). Freizeitbuddy Evaluation

6. Freizeitbuddy – Ehrenamtliche Begleiter*innen

„Man muss auf jeden Fall als Freizeitbuddy flexibel sein und sich gut an die Bedürfnisse anpassen können. Man kann kein striktes Programm durchziehen.“ Freizeitbuddy G.

Um Menschen mit Vergesslichkeit bzw. einer diagnostizierten Demenzerkrankung im leichten bis mittleren Stadium eine Teilnahme an unterschiedlichen Aktivitäten zu ermöglichen, braucht es Begleiter*innen. Diese Begleitung wird mittels einem „Buddy-System“ durch ehrenamtliches Engagement abgedeckt.

Bei der Gruppe Freizeitbuddies handelt es sich um Personen, die beispielsweise neben ihrer Erwerbstätigkeit oder auch in der Pension eine sinnstiftende freiwillige Tätigkeit suchen und sich zugleich durch Kontakte mit Menschen sozial engagieren möchten. Freiwillig engagierte Begleiter*innen sind sowohl Frauen als auch Männer ab dem Alter der Volljährigkeit mit unterschiedlichen Interessen und Hobbies. Fokus bei den Interessen liegt vor allem auf der gemeinsamen aktiven Freizeitgestaltung mit vergesslichen oder an Demenz erkrankten Menschen.

„Ich bin ein extrem vielfältiger Mensch, deshalb kommt mir auch das Format entgegen. Verbindung mit Betroffenen, Betreuung, Entlastung der Angehörigen und Kulturerlebnisse waren am Beginn interessant und je größer das Angebot wurde, sagte es mir noch mehr zu.“ Zitat Freizeitbuddy

Die Freizeitbuddies haben Interesse an flexiblen Einsätzen von 2-4 Stunden pro Woche, für die Dauer von mindestens einem halben Jahr. Zu den wichtigsten Eigenschaften zählen Zuverlässigkeit, Einfühlsamkeit, Geduld und Lernbereitschaft, ergänzt von Organisationstalent, Unternehmungslust und Kreativität im Sinne von Ideenreichtum für die Verwirklichung von Vorlieben der Betroffenen.

6.1. Voraussetzung und Schulung

Für die Begleitung der Zielgruppe Menschen mit demenzieller Erkrankung erfordert es keine Ausbildung des gehobenen Dienstes für Gesundheits- und Krankenpflege. Interessierte Begleiter*innen schließen im Rahmen ihrer Tätigkeit einen kostenlosen Qualifizierungskurs der Caritas Wien zu „Begleiter*innen bei Demenz“ ab, welcher sie in der Arbeit und im Umgang mit Menschen mit demenzieller Erkrankung sensibilisiert und unterstützt.

„Die Schulung ist sehr auf das Projekt zugeschnitten, die Erfahrungen fließen in die Module ein. Sie unterstützt, vor allem den Praxisbezug.“ Zitat Freizeitbuddy

Qualifizierung für Freiwillige in der Begleitung von Menschen mit demenzieller Erkrankung

Die freiwillig engagierten Begleiter*innen absolvieren für die Ausführung der Freizeitbuddy-Rolle einen Qualifizierungskurs. Die Kosten werden dazu im Rahmen des Projektbudgets übernommen. Das Bildungsformat basiert auf dem Curriculum von „Begleiter*innen bei Demenz“ aus dem Modellprojekt Caritas Treffpunkt Zeitreise.

Die Qualifizierung ist als Modulsystem aufgebaut. Das Curriculum des Kurses umfasst 40 Unterrichtseinheiten sowie Praktikumselemente. Regelmäßig werden die einzelnen Module des Kurses durch die Caritas Wien angeboten bzw. kann der Wissenserwerb durch Nachweis von Fortbildungen mit den im Curriculum vorgesehenen Inhalten nachgewiesen werden.

Für die Wissensvermittlung setzt sich das Methodensetting aus Impulsreferaten, praktischen Übungen, Rollenspielen, sowie Einzel- und Gruppenarbeiten zusammen.

Für Tandemaktivitäten ist der komplette Kurs erforderlich. Für Gruppenaktivitäten, wie die Kalendarveranstaltung oder Treffpunkt Freizeitbuddy, zumindest das Basiswissen zur Demenz und zur Kommunikation. Bei entsprechender Vorbildung wird ein „Quereinstieg“ ermöglicht.

Abbildung 11: Module und inhaltliche Schwerpunkte Curriculum Begleiter*innen bei Demenz



Die Kurseinheiten werden zum Teil durch den Projektleiter und die Koordinatorinnen, zum anderen Teil durch weitere erfahrene Expert*innen gestaltet.

In Zusammenarbeit mit dem Freiwilligenengagement der Caritas Wien wurde im Projektzeitraum auch ein Leitfaden für Freiwillige - Anregung für die Begleitung von Menschen mit Demenz - erarbeitet (siehe Anhang).

7. Modellprojekt

Das Modellprojekt teilt sich in eine Konzeptionsphase und eine zweijährige Pilotierung. Im gesamten Projektzeitraum wurde auf eine Involvierung der Zielgruppe geachtet, um ein zu ihrem Nutzen entsprechendes Angebot zu entwickeln.

7.1. Konzeption

Die Entstehung des Modellprojektes gliederte sich in die Vorarbeit, die die Involvierung der Zielgruppen und die Entwicklung der potentiellen Freizeitaktivitäten miteinschloss, das Kommunikationskonzept und den Maßnahmenplan zur Umsetzung. Für die Entwicklung wurde ein Kernteam zusammengestellt. Das Kernteam bestand aus Vertreter*innen mit unterschiedlichen Expertisen bspw. zu den Zielgruppen Menschen mit Demenz, deren Angehörigen und Freiwilligen und zu Qualitäts- und Innovationsmanagement.

Vorarbeit

Zu Projektbeginn wurde vorhandenes Wissen recherchiert. Beispielsweise wurden Erkenntnisse und Erfahrungen aus ausgewählten vergleichbaren Vorprojekten abgeleitet. Zu den Projekten zählten:

- „Treffpunkt Zeitreise“ – Entlastung bei Demenz der Caritas Pflege Wien
- „Spaziergangsbegleiter*innen für Menschen mit Demenz“ aus Vorarlberg
- „Was geht! Sport, Bewegung und Demenz“ ein Entwicklungsprojekt aus Nordrhein-Westfalen
- „Gesundheit in Bewegung 2.0“ aus Kärnten
- „DemenzFit“ aus Linz
- „Demenzbegleitung für/durch ZeitBank55+ Mitglieder“ aus Schlierbach

In einem Strategie-Workshop wurden wesentliche Inhalte und Eckpunkte anhand relevanter Bedürfnisse und Interessen der Zielgruppen Menschen mit Demenz, Angehörige und Freiwillige identifiziert und erste Ideen in einer Co-Kreation entwickelt.

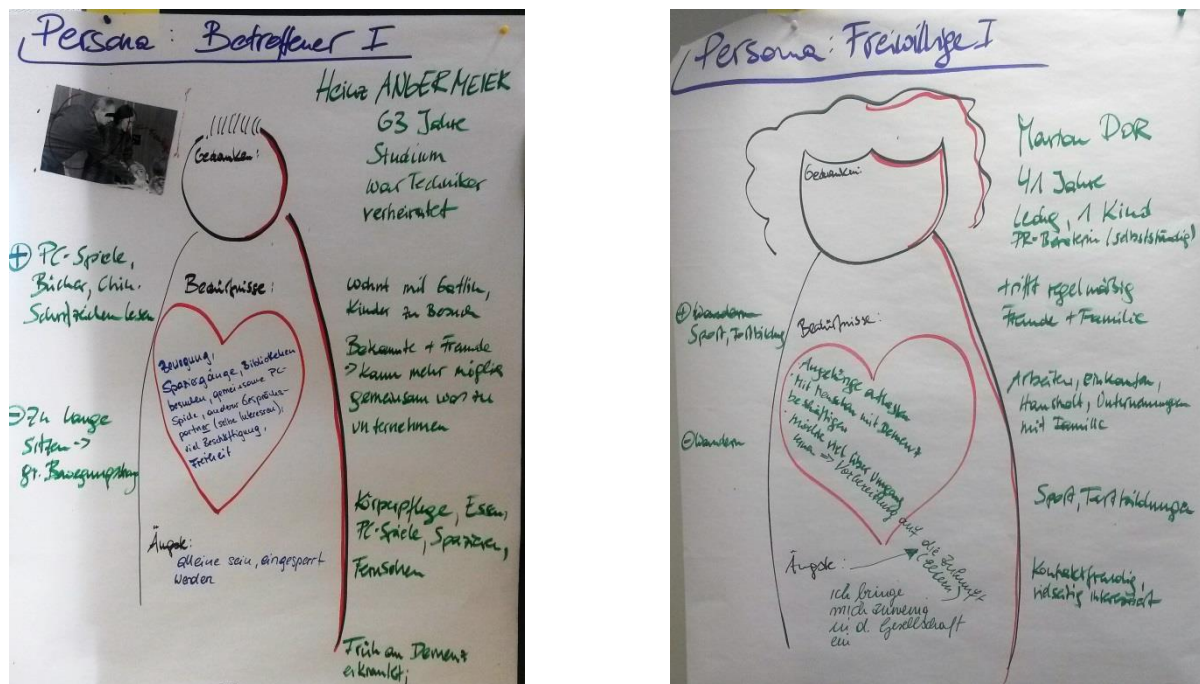
Von Beginn an wurde auf eine Involvierung aller relevanten Ziel- und Interessensgruppen geachtet. An dem Strategie-Workshop nahmen Vertreter*innen aus folgenden Bereichen bzw. mit folgender Expertise teil:

- Angehörigen von Menschen mit Demenz
- Bereits freiwillig Engagierte
- Caritas Pflege Angehörige und Demenz: Projektleitung, Koordinatorinnen
- Caritas Freiwilliges Engagement, Stadtteilarbeit und Innovation
- Caritas Pflege Zuhause
- Casa Leben im Alter Pflgewohnhaus
- Volkshochschule Wien 10

Personen mit demenzieller Erkrankung konnten nicht für den Workshop gewonnen werden. Aufgrund dessen wurde im Rahmen des anderen Caritas Projektes „Zeitreise“ das Freizeitverhalten in der Betroffenengruppe thematisiert. Speziell für die Zielgruppenidentifikation explorierte die Strategie-Workshopgruppe das gemeinsam vorhandene Wissen, um die Bedürfnisse von Menschen mit demenzieller Erkrankung sowie Interessen und Zugänge von Freiwilligen

ligen besser verstehen zu können. Um ein klares Bild zu den jeweiligen Bedürfnissen zu erlangen, verhalf sich die Gruppe mit der Erstellung von Personas zu den Zielgruppen Menschen mit demenzieller Erkrankung und Freiwilligen.

Abbildung 12: Personas zu Zielgruppe Menschen mit Demenz und Freizeitbuddy



Entwicklung von ersten Freizeitaktivitäten

Aus dem Strategie-Workshop resultierten neben den erforschten Bedürfnissen der Betroffenen notwendige Profile von Freiwilligen, die als Buddies für die Begleitung von Menschen mit demenzieller Erkrankung erforderlich sind, sowie erste Konkretisierungen zu Interessensgebieten wie „Aktivitäten rund um das Thema Bewegung, Ausflüge und das Fahren mit öffentlichen Verkehrsmitteln, sowie handwerkliche Tätigkeiten“.

Basierend auf den ersten Ideenansätzen sowie den jeweiligen Profilen, erfolgte durch das Kernteam die inhaltliche Entwicklung der Aktivitäten. In erster Linie wurde aus den Ansätzen in der Vorarbeit ein Aktivitätenkatalog erstellt. Dieser beinhaltete alle Ideen zu Aktivitäten, die aufgrund der Bedürfnisdefinition für die Zielgruppe als sehr relevant eingestuft worden sind. Die im Aktivitätenkatalog enthaltenen Ideen wurden in einem nächsten Schritt konkretisiert. Dafür wurden Erhebungen für die Umsetzung in der Praxis durchgeführt. Insbesondere wurden erste Kontakte mit Veranstalter*innen bzw. Anbieter*innen aufgenommen und notwendige Rahmenbedingungen für die Zielgruppe abgeklärt. Ein Interesse von potentiellen Kooperationspartner*innen, wie beispielsweise Museen oder Volkshochschulen, wurde geortet.

Durch die Sammlung an ersten Erfahrungen in Bezug auf die Aktivitätendurchführung konnten die Interessensgebiete zu neuen Hauptaktivitätsfeldern verdichtet werden.

Abbildung 13: Hauptaktivitätsfelder für erste Freizeitideen



Ausgehend von den festgelegten Hauptaktivitätsfeldern erfolgte die detailliertere Planung und Konkretisierung der finalen Aktivitäten. Dafür galt es einerseits entsprechende Kooperationspartner*innen zu finden, wie bspw. Museumsbetreiber*innen, Fahrradverleihbetriebe (für Tandemräder oder Rikschas) etc. und andererseits Hobbies und Neigungen der Betroffenen mit Interessen und Kompetenzen der Freizeitbuddies zusammenzuführen und dementsprechende Freizeitgestaltungen anzubieten. Um das Gruppenangebot zu ergänzen und ein niederschwelliges Kennenlernen zu ermöglichen sollte auch regelmäßig ein Caritas Café Zeitreise speziell für die Zielgruppe des Modellprojektes mit einem bunten Programm angeboten werden.

7.2. Kommunikation

Die Öffentlichkeitsarbeit unterstützte die Angebotsbewerbung für Menschen mit demenzieller Erkrankung, für die Gewinnung von Partner*innen für Freizeitaktivitäten und von Freiwilligen für die Durchführung der Aktivitäten. Durch gezielte Maßnahmen erfolgte die Kommunikation über relevante Kommunikationskanäle und Medien pro Zielgruppe.

Kommunikation für Freizeitbuddies

Die Gewinnung von Freizeitbuddies erfolgte schwerpunktmäßig über die Servicestelle Freiwilliges Engagement der Caritas Wien.

Speziell für die Zielgruppe von Menschen mit demenzieller Erkrankung bedarf es keiner „Buddies“ mit pflegerischer Ausbildung. Der Fokus liegt viel mehr in der Begleitung. Um auf die individuellen Bedürfnisse der Personen eingehen zu können ist insbesondere ein Verständnis für einen professionellen Umgang in ggf. herausfordernden Situationen Voraussetzung. In der Begleitung von Menschen mit demenzieller Erkrankung liegt die Gewichtung auf Kommunikation, Empathie und Einfühlungsvermögen. Die Herausforderung liegt zugleich auch in der Findung von Begleiter*innen, deren Interessen und Freizeitkompetenzen sich auch mit jenen Vorlieben und Neigungen von Menschen mit demenzieller Erkrankung decken.

Die Werbung um freiwillig Engagierte lief einerseits über standardisierte Bewerbungskanäle der Servicestelle Freiwilliges Engagement, wie beispielsweise der Caritas Wien Homepage,

div. Online-Stellenbörsen oder Socialmedia-Plattformen wie Facebook. Darüber hinaus erfolgte die Gewinnung von Freizeitbuddies auch durch regionale Bewerbung in unmittelbarer Umgebung des Sonnwendviertels (z.B. im Stadteilbüro Sonnwendviertel) sowie auch an zielgruppenrelevanten öffentlichen Punkten, wie Stützpunkten der Pflege Zuhause, des Volkshochschulen Campus im 4. Wiener Gemeindebezirk oder Pfarren.

Als Werbematerialien für die Gewinnung von freiwillig Engagierten wurden Freecards und Folder bzw. Informationsblätter entworfen und verteilt. Das Informationsmaterial beinhaltete jeweils ein kurzes Aufgabenprofil sowie eine Kurzbeschreibung der angedachten Aktivitäten und Interessensgebiete.

Kommunikation Partner*innen für Freizeitaktivitäten

Partner*innen wurden sowohl regional als auch über den Bezirk bzw. Standort hinaus beworben. Die erste Gewinnung von Partner*innen erfolgte durch direkte Kontaktaufnahmen. Hier flossen vor allem Kontakte, Netzwerke und Erfahrungen, die bereits durch das Modellprojekt Caritas Treffpunkt Zeitreise gesammelt wurden, mit ein. Mit Eröffnung der Koordinationsstelle wurde eine Auftaktveranstaltung mit gewonnenen Partner*innen von Freizeitaktivitäten durchgeführt.

Kommunikation Menschen mit demenzieller Erkrankung

Speziell für die Zielgruppe Menschen mit demenzieller Erkrankung wurden Kommunikationskanäle über relevante Unterstützungsanbieter*innen gewählt. Beispielsweise wurde das Angebot über die Caritas Pflege Zuhause oder Stellen für Demenzkranke, Diagnosezentren sowie auch über den Standort Caritas Treffpunkt Zeitreise kommuniziert. Vorrangig erfolgte die Bewerbung im 10. Bezirk und nach Maßgabe der Nachfrage und Kapazität in den angrenzenden Bezirken.

Als Kommunikationsmedien fiel die Entscheidung auf ausführlichere Informationsfolder mit Hintergrunderläuterungen für Angehörige und Institutionen, sowie auf eine Freecard, die speziell auf die Betroffenen abzielte.

Als Möglichkeit des niederschweligen Kennenlernens zwischen den Freizeitbuddies und den Menschen mit Demenz unterstützte auch das Angebot eines eigenen Treffpunkt Freizeitbuddy, in dem am Standort der Koordinationsstelle im Sonnwendviertel regelmäßig ein Gruppen-Freizeitprogramm stattgefunden hat.

7.3. Personalkonzept

Die Umsetzung des Konzeptes erforderte entsprechende fachliche und zeitliche Personalressourcen, die nur durch Einsatz hauptamtlicher Schlüsselkräfte zu gewährleisten ist. Die freiwilligen „Freizeitbuddies“ sind Hauptträger*innen des Modellprojektes.

Für die Durchführung der Pilotisierung setzte sich das Personalkonzept wie folgend beschreiben zusammen.

Projektleitung

Die Projektleitung mit 15 Wochenstunden ist gegenüber der Organisation und den Fördergeber*innen für den Ablauf gemäß dem Konzept und der Einhaltung des Budgets verantwortlich. Weiteres ist die Aufgabe der Projektleitung entsprechende Partnerorganisationen, die ihr Angebot im Sinne des Konzepts für Menschen mit Demenz öffnen, zu gewinnen. Die Projektleitung verfügt über eine spezifische Ausbildung und ausreichend Erfahrung für eine Tätigkeit im Sozialmanagement.

Regionale Koordinator*innen

Für die Betreuung der freiwillig Engagierten und Menschen mit demenzieller Erkrankung ist eine hauptamtliche Koordinationsperson mit 25 Wochenstunden zuständig. Sie/er koordiniert als Teamleiter*in sowohl die Gruppe der Freizeitbuddies und ist für die entsprechende Aus-

wahl und Ausbildung (lt. Curriculum) der „Freizeitbuddies“ verantwortlich. Die Koordinationsperson führt die Erstgespräche mit Interessent*innen für das Angebot durch. Je nach Interessenslage und Gesundheitszustand vermittelt sie einen für die an Demenz erkrankte Person passend erscheinenden Freizeitbuddy. Sie steht Angehörigen, Menschen mit Demenz, Freizeitbuddies und Partnerorganisationen zur Klärung aller Zusammenarbeitsfragen im Alltag zur Verfügung. Angehörige berät sie bezüglich der Demenzerkrankung bzw. vermittelt sie entsprechend weiter.

Der/die Koordinator*in sollte in einem Sozial- oder Gesundheitsberuf ausgebildet sein sowie über entsprechende Kenntnisse und Erfahrungen in der Arbeit mit an Demenz erkrankten Menschen und ihren Angehörigen verfügen.

Freizeitbuddies

Vor Unterzeichnung einer Vereinbarung zur Mitarbeit wird einerseits in einem Gespräch die persönliche Eignung geprüft, andererseits wird die Teilnahme an regelmäßigen Treffen mit der Koordinationsperson sowie die Bereitschaft für eine entsprechende Grundqualifizierung vorausgesetzt. Für den Einsatz ist die Absolvierung der im Curriculum vorgesehenen Module Voraussetzung. Das Team an freiwillig Engagierten sollte 15 bis 30 Personen umfassen.

7.4. Regionaler und zeitlicher Rahmen der Umsetzung

Die Pilotierung des Modellprojektes erfolgte regional mit Konzentration auf den 10. Wiener Gemeindebezirk. Ergebnisse und Erfahrungen aus der Pilotphase sind wegweisend für eine Weiterführung des Pilotprojektes bzw. einer Ausrollung auf zusätzliche Bezirke oder weitere Bundesländer. Der Pilot diente darüber hinaus konkreten Erfahrungen und einem ersten Durchführungsversuch vor allem in Hinblick auf Akzeptanz, mögliche Optimierung und Wirtschaftlichkeit des Modellprojektes.

Aus anderen Projekterfahrungen ergab sich die Notwendigkeit eines dreijährigen Projektzeitraums, um entsprechend relevante Evaluierungsergebnisse zu erzielen.

Tabelle 4: Projektphasenplan Freizeitbuddy bei Demenz

PSP	Phasen/Aufgabenfelder	Arbeitspakete	Zeitraum
1	Aufbau Projektstruktur		
1.1		Verhandlungen mit Förderpartnern M: Förderverhandlungen abgeschlossen	10-11/2017
1.2		Gespräche mit Fachinstitutionen (Demenzbe- reich) und kommunalen Vertreter*innen (Bezirks- vertretung)	10-12/2017
1.3		Konstituierung des Fachbeirates	11-12/2017
1.4		Startworkshop mit ext. ET	11-12/2017
2	Gewinnung und Schulung der Freizeitbuddies		
2.1		Akquise von Freiwilligen*innen M: 15 Freiwillige angedockt	10/2017 – 1/2018
2.2		Schulung Freizeitbuddies M:10 Freiwillige haben Ausbildung abgeschlos- sen	11/2017 – 3/2018
2.3		Aufstockung Freiwilligen Mitarbeiter*innen	8-10/2018
2.4.		Schulung weiterer Freizeitbuddies	10-12/2018

		M: insg. 20 Freiwillige haben Ausbildung abgeschlossen	
3	Gewinnung und Begleitung von Projektpartner*innen		
3.1		Projektpartner*innen Gewinnung –Phase1 M: 5 Projektpartner*innen gewonnen	10-12/2017
3.2		Projektpartner*innen Gewinnung – Phase 2 M: 15 sind Projektpartner*innen gewonnen	1-12/2018
3.3		Workshop für Projektpartner*innen-Institutionen	1/2019
4	Ansprechen und Begleiten von Menschen mit Demenz		
		„Matching“ von Tandems: Menschen mit Demenz mit Freizeitbuddies – Phase 1 M: 10 Tandems sind konstituiert	12/2017 – 4/2018
		Gruppenaktivitäten für Menschen mit Demenz sind konstituiert M: mind. 1 Gruppenaktivität im Angebot	1-2/2018
		„Matching“ von Tandems – Phase 2 M:20 Tandems sind konstituiert	10/2018 – 4/2019
		„Matching“ von Tandems – Phase 3 M:30 Tandems sind konstituiert	10/2019 – 4/2020
5	Öffentlichkeitsarbeit		
5.1		Erstellung von Werbemitteln	10-11/2017
5.2		Hinweise in lokalen Medien	11/2017-6/2020
5.3		Pressearbeit	10/2017-11/2020
5.4		Projektpräsentationen bei Kommunen und Sozialinstitutionen	11/2017-2/2020
5.5		Veröffentlichung Endbericht, „Erfolgspräsentationen“ M: Veröffentlichung Endbericht – Vorliegen von auswertbaren Ergebnissen für Sozialpolitik und soziale Trägerinstitutionen	11/2020
6	Dokumentation und Evaluation		
6.1.		Dokumentation der Beteiligung der Zielgruppen (Menschen mit Demenz, Freiwillige, Institutionen)	1/2018-9/2020
6.2		Dokumentation der mit Hilfe von Freizeitbuddies erfolgten Aktivitäten	1/2018-9/2020
6.3		Dokumentation Öffentlichkeitsarbeit	10/2017-9/2020
6.4		Zwischenbericht1	10/2018
6.5		Zwischenbericht2	10/2019

6.6		Treffen mit Evaluationsteam	11/2017-10/2020
6.7		Evaluationsbericht	10/2020
6.8		Endbericht inkl. Evaluation	11/2020
6.9		Projektcontrolling	10/2017-9/2020
6.10		Dokumentation Gremien	10/2017 – 9/2020
7	Transfer, Nachhaltigkeit sichern		
7.1		Nachhaltigkeitstreffen f. Projektpartner*innen-Institutionen	6/2020
7.2.		Gespräche mit Gesundheits- und Sozialverwaltung bezüglich Fortführung bzw. Ausrollung	3-9/2020
7.3.		Organisationsinterne Klärung bezüglich der Ressourcen zur Fortführung	7-9/2020

7.5. Finanzierung Modellprojekt

Die Pilotierung des Modellprojekts erfolgt in einer Laufzeit von drei Jahren. Die Gesamtkosten hierfür belaufen sich auf rund Euro 280.000,-.

In Hinblick auf Finanzierungsmöglichkeiten ist eine 50 % Finanzierung durch den Fonds Gesundes Österreichs, eine 30 % Finanzierung durch die Wiener Gesundheitsförderung und eine 20 % Finanzierung durch Spenden und Sponsoring bzw. Eigenmittel der Caritas Wien angestrebt und letztlich so umgesetzt (wobei die Caritas nochmals Eigenmittel zuschießen musste, da gewisse Kostenteile wie Mieten oder die Bewertung von Freiwilligen nicht von den Fördergebern anerkannt wurden).

7.6. Pilotphase

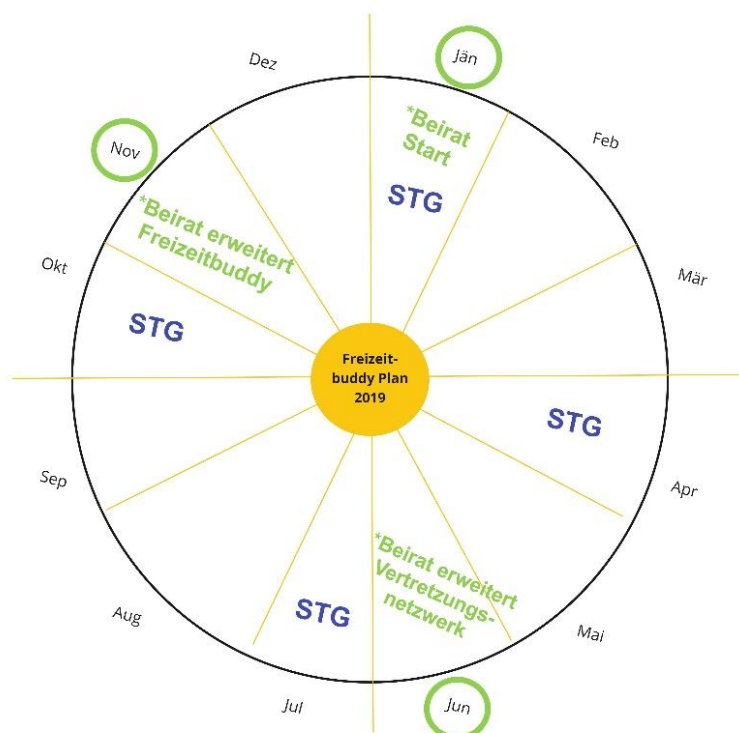
Nach Entwicklung des Konzeptes und einigen Praxisversuchen ging das Modellprojekt in die dreijährige Pilotphase über.

Für die Steuerung und Fortentwicklung des Modellprojektes wurde eine Steuergruppe gebildet. Die Gruppe setzte sich aus folgenden Expert*innen zusammen:

- Projektleiter, Leiter Angehörige und Demenz Caritas Pflege
- Koordinatorinnen Freizeitbuddy bei Demenz
- Freiwilligenmanagerin Bereich Pflege, Caritas Servicestelle Freiwilliges Engagement
- Vertreterin Bereich Demenzfreundliches Wien, Büro der Senior*innenbeauftragten der Stadt Wien
- Projektmanagerin für Innovationen, Fachstelle Qualität und Innovation Caritas Pflege

Die Steuergruppe traf sich in regelmäßigen Abständen (durchschnittlich 1x pro Quartal).

Abbildung 14: Beispielhafte Darstellung der Jahresplanung Steuergruppe und Beirat 2019
 Legende: STG = Steuergruppe



Die Projektzielgruppen und wesentliche Akteure wurden wie auch in der Konzeptionsphase direkt in die Fortentwicklung von Freizeitbuddy bei Demenz miteinbezogen. Für die Sicherstellung der regelmäßigen Involvierung wurde ein Projektbeirat gegründet. Im Beirat waren zusätzlich zu der Steuergruppe folgende Vertreter*innen und Expert*innen Mitglieder:

- zwei Herren, die an Vergesslichkeit bzw. Demenz leiden und ihre Ehepartnerinnen
- zwei Freizeitbuddies
- zwei Kooperationspartnerinnen von Freizeitorganisationen
- Vertreter von Gesundes Favoriten, Wiener Gesundheitsförderung
- Vertreterin der Volkshochschulen Wien 10
- Vertreterin von Verein Alzheimer Austria
- Vertreter von PROMENZ, unterstützte Selbsthilfe bei Demenz

Die Steuergruppe hat die Gestaltung der Beiratstreffen geplant. Der Beirat wurde in regelmäßigen Intervallen über den gesamten Pilotzeitraum veranstaltet. Pro Treffen widmete der Beirat einer spezifischen Projektzielgruppe einen thematischen Schwerpunkt. Dazu wurde je nach Schwerpunkt eine größere Gruppe der Zielgruppenvertreter*innen eingeladen. Die Beiratstreffen wurden im Ausmaß von 2 Stunden inkl. Pause veranstaltet.

Beirat, 24. Jänner 2019 – „Start“



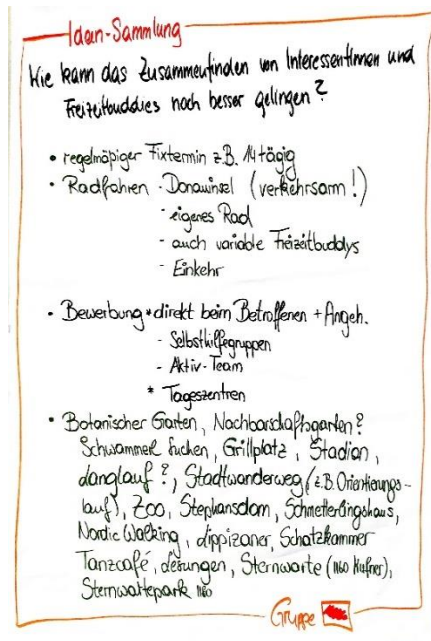
Ziel: Freizeitbuddy Beirat startet

Ablauf und Programminhalte

- Herzlich Willkommen & Kennenlernen
- Worum geht es im Projekt Freizeitbuddy
- Gedanken aus dem Beirat dazu: Erfahrungen, Beobachtungen, Erwartungen
- Wie können wir den Beirat gemeinsam gut gestalten
- Ausblick und auf Wiedersehen

Beirat, 6. Juni 2019 – „Vertretungsnetzwerk“

Gäste: Vertreter*innen von Organisationen und Initiativen aus dem Netzwerk „Demenzfreundliches Wien“



Ablauf und Programminhalte

Begrüßung

Projektvorstellung

Kennenlernen & mein Highlight/ Gedanke zu den Freizeitbuddies

Kreativteil in Gruppen

- o Was ist für das Zusammenfinden von Interessent*innen und Freizeitbuddies wichtig?
- o Welche Aktivitäten eignen sich besonders gut um das Angebot kennenzulernen?
- o Wie kann das Zusammenfinden von Interessent*innen und Freizeitbuddies noch besser gelingen?

Ausblick und auf Wiedersehen

Beirat, 7. November 2019 – „Freizeitbuddy“

Gäste: Gruppe Freizeitbuddies aus dem Modellprojekt über die Beiratsmitglieder hinaus

Freizeitbuddy
MOTIVATION

- Meine Motivation mit zu machen ist ...
- Wo und wie habe ich von „Freizeitbuddy“ erfahren?
- Wie habe ich's erfahren?
- interner Email-Verteiler, Call Zeitreise (Angehörige)
- Homepage, Medienpräsenz, Földer
- Mund-zu-Mund-Propaganda im Verkehr: aktive Bewerbung
- Messe

(Gruppen-) Spaß an Aktivität, Bereicherung
Freizeitbuddy-Klienten-Angehörige

Motivation

- gegenseitige Anerkennung, Respekt, Wertschätzung
- es kommt viel zurück, Erfolgsverhältnisse, Erfahrung, Geschichten
- selbst lernen, sinnstift. Tätigkeit, etwas zurückgeben
- Erfahrung sammeln, Ausbildung, Sensibilisieren
- neue Beziehungen, Demos simultane Gesellschaft schaffen
neue Kontakte Beziehungskultur

Ablauf und Programminhalte

Begrüßung

Kennenlernen und Check-in

Kreativteil: „Freizeitbuddy Reise“

- Station „Freizeitbuddy Formate“
Was gefällt mir an den jeweiligen Formaten (Tandem, Treffpunkt, Kalenderveranstaltung)?
Warum nehme ich an einem Tandem/ an der Kalenderveranstaltung teil?
- Station „Freizeitbuddy Partner*innen“
In wie weit nutze ich die Angebote?
Was brauche ich um die Angebote nutzen zu können?
- Station „Freizeitbuddy Organisation“
Welche Unterstützung brauche ich?
Sind die vorhandenen Angebote ausreichend?
- Station „Freizeitbuddy Motivation“
Meine Motivation mit zu machen ist...
Wo und wie habe ich von Freizeitbuddy erfahren?

Ausblick und auf Wiedersehen

Beirat, 19. November 2020 – „Freizeitorganisationen“

Gäste: Vertreter*innen von Freizeitorganisationen über die Beiratsmitglieder hinaus

Ablauf und Programminhalte (digital)

Begrüßung und Check-in

Statements aus der Praxis „Teilnehmer*innen“

Austausch zu Statements in Gruppen: „Was wünsche ich mir von den Freizeitorganisationen?“

Statements aus der Praxis „Freizeitbuddies“

Austausch zu Statements in Gruppen: „Was wünschen sich die Freizeitorganisationen von mir, damit sie den gesellschaftlichen Auftrag gut erfüllen können? Wie können wir sie gut unterstützen?“

Ausblick und auf Wiedersehen



Der Kreativteil wurde jeweils in Kleingruppen durchgeführt. Für die Gruppenzusammensetzung wurde darauf geachtet, dass jeweils ein Vertreter bzw. eine Vertreter*in aus allen Zielgruppen und Akteuren dabei ist.

Auf Grund der Pandemiesituation 2020/2021 konnte das Beiratstreffen, das schwerpunktmäßig den Menschen mit Vergesslichkeit oder Demenz und ihrer Perspektive gewidmet sein sollte, nicht durchgeführt werden.

Abschluss der Pilotphase

Die Pilotphase schloss mit einer Abschlussveranstaltung, welche zeitgleich auch als Kalenderveranstaltung angedacht war, ab. Ziel dieser Zusammenführung war es, für alle Teilnehmer*innen insbesondere den Partner*innenorganisationen das Modellprojekt mit samt seinen Aktivitäten erlebbar zu machen. Alle Programmpunkte fanden nach der Begrüßung parallel in Gruppenformaten statt. Im Intervall von 30 Minuten wechselten die Gruppen zum nächsten Programmpunkt. Auch bei der Abschlussveranstaltung wurde darauf geachtet, dass die Gruppen aus Vertreter*innen aus allen Zielgruppen und Akteuren des Projektes zusammengesetzt sind.

Projekt Freizeitbuddy bei Demenz

Eine (Zwischen-) Bilanz



Begrüßung im Garten

Klaus Schwertner
im Namen der Caritas-Leitung
Susanne Herbek
im Namen der Stadt Wien

Lebendige Fakten

Erlebnis- und Evaluationsbericht
Katharina Heimerl, Barbara Egger
Universität Wien

Norbert Partl und Team
Caritas

Mit Freizeit-Tandems durchs Volkskundemuseum

Kulturinteressierte und das Team
vom Volkskundemuseum

Zukunftsideen und Zukunftswünsche

Alle Anwesenden bei einer Stärkung

Anmeldung erforderlich. Es gilt die 3-G-Regel: Geimpft, getestet oder genesen.

8. Anhänge

Anhang 1: Freizeitbuddy bei Demenz Folder

Wenn Sie unsere Arbeit unterstützen möchten:
 Erste Bank
 IBAN: AT47 2011 1890 8900 0000
 Verwendungszweck: Freizeitbuddys KST 6900

Caritas Pflege

Freizeitbuddys bei Demenz

Gemeinsam Hobbys (wieder-) entdecken



Caritas der Erzdiözese Wien
caritas-pflege.at

Kontaktpersonen:

Projektkoordinatorin mit
 Schwerpunktbezirk Wien Hernals
 Linda Rothauer
 Psychologin
 0664-621 72 30
 linda.rothauer@caritas-wien.at

Projektkoordinatorin mit
 Schwerpunktbezirk Wien Favoriten
 Caroline Leitner
 Ergotherapeutin
 0676-661 80 68
 caroline.leitner@caritas-wien.at

Dieses Projekt wird gefördert von:



In Kooperation mit:



Warum?

- Aktiv sein ist gesund für Geist und Körper. Es hilft bei Alzheimer und ähnlichen Demenzformen die bestehenden Fähigkeiten länger zu erhalten.
- Angehörige von Menschen mit Demenz sind oft durch die Betreuung belastet. Zeiten, in denen andere Menschen die Begleitungsrolle übernehmen, helfen den Angehörigen sich zu regenerieren.
- Menschen mit Demenz müssen sich nicht verstecken! Es gehört zum gesellschaftlichen Lernprozess, dass auch Menschen mit kognitiven Einschränkungen im öffentlichen Raum unterwegs sind und ihnen mit etwas Einfühlungsvermögen in schwierigen Situationen geholfen werden kann.



Was?

- Der Spaßfaktor steht im Mittelpunkt. Mit Hilfe der Angehörigen gilt es herauszufinden, welche Aktivitäten früher ausgeübt wurden bzw. was heute Freude bereiten könnte.
- Wir möchten einladen, die eigenen vier Wände zu verlassen und regelmäßig mit dem vermittelten Freizeitbuddy etwas zu unternehmen.
- Es kann an einer bestehenden Gruppe teilgenommen werden, etwa an einer Singrunde oder einem Gymnastikkurs für Senioren.
- Tierliebhaber können z.B. regelmäßig dem Zoo besuchen, Kulturbeflissene Museen oder Ausstellungen.
- Sport kann ausgeübt (z.B. Fahrradfahren mit den Rikschas im Prater) oder auch angesehen (Ausflug zum Fußballmatch) werden.
- Auch Basteln, Werken, Kochen etc. sollen möglich sein – zu zweit in einer geeigneten Werkstatt oder auch zu Hause.

Wer?

- Frauen und Männer, die auf Grund von Vergesslichkeit oder Demenz bei der Freizeitgestaltung Unterstützung benötigen.
- Personen, die zwar eine Begleitung, aber keine intensive Pflege benötigen.
- Gemeinsam mit Freizeitbuddys der Caritas, die eine eigene Fortbildung bezüglich Demenzerkrankungen besucht haben.



Wie?

- Bei einem Vorgespräch klärt die Projektkoordinatorin mit Ihnen die Bedürfnisse und Wünsche.
- Eine entsprechend ausgewählte Person aus dem Kreis der Freizeitbuddys kommt zum Kennenlernen nach Hause oder zu einem vereinbarten Treffpunkt. Je nach Situation werden früher oder später auch die gemeinsamen Außenaktivitäten, eventuell zunächst gemeinsam mit einem Angehörigen, gestartet.

Wieviel?

- Die Begleitung des Freizeitbuddys erfolgt ehrenamtlich und ist kostenlos.
- Kosten für Eintritte, Kurse, Lokalsuche, etc. bezahlt jede Person selbst (Partnerorganisationen der Caritas gewähren Freikarten für die Begleiter).
- Wir nehmen dankend Spenden entgegen, um die Ausbildung der freiwilligen Mitarbeiter zu finanzieren.

Freizeitbuddy-Kalender

Treffpunkte Herbst 2020

Voranmeldung unbedingt erforderlich!

Mo, 14. September, 15:00–17:00

Ausflug an die Alte Donau
Donauparkbahn- und/oder Bootfahren
„Donau City Treff“
Arbeiterstrandbadstraße 128
1220 Wien

Do, 01. Oktober, 15:00–17:00

Landgut Cobenzl
Streichelzoo
Am Cobenzl 96a
1190 Wien

Sa, 07. November, 10:00–12:00

Kunsthistorisches Museum
Workshop & Führung
Maria-Theresien-Platz
1010 Wien

Do, 10. Dezember, 15.30–17.30

Museum Belvedere
Prinz-Eugen-Straße 27
1030 Wien

Caritas Pflege

Caritas Freizeitbuddys ...

... begleiten Sie, wenn Sie auf Grund von beginnender Vergesslichkeit oder Orientierungsproblemen Freizeitaktivitäten nicht mehr alleine ausüben möchten.

Ob Sport oder Spiel, Spaziergang oder Kaffeehaus, Stadion oder Tiergarten, Musik oder Museum ...

Lernen Sie uns kennen, bei einem persönlichen Gespräch oder einer Veranstaltung aus unserem Treffpunkt-Kalender!

Information und Anmeldung:

Linda Rothauer, M.Sc.
0664-621 72 30
linda.rothauer@caritas-wien.at

Caroline Leitner, B.Sc.
0676-661 80 68
caroline.leitner@caritas-wien.at



Caritas der Erzdiözese Wien
caritas-pflege.at

Informationsblatt für Freizeitbuddy Kooperationspartner

Wir freuen uns, dass Sie sich im Rahmen des Projekts „Freizeitbuddys bei Demenz“ als Kooperationspartner beteiligen.

1. Ziel des Projekts

Menschen mit Vergesslichkeit oder diagnostizierter Demenzerkrankung soll eine sinnvolle Beschäftigung und Teilhabe am gesellschaftlichen Leben ermöglicht werden.

2. Wer kommt

Frauen und Männer, die bei der Freizeitgestaltung Unterstützung (keine intensive Pflege) benötigen, gemeinsam mit Freizeitbuddys der Caritas, die eine spezielle Fortbildung bezüglich Demenzerkrankungen besucht haben.

3. Kostenfragen

Die Freizeitbuddys sind unentgeltlich tätig. Sie weisen sich als freiwillige MitarbeiterInnen der Caritas aus. Für jene sollen keine Eintrittsgelder oder Teilnahmegebühren anfallen. Für die Menschen mit Demenz gilt der vom Kooperationspartner festgelegte Tarif. Besondere Regelungen zwischen dem Kooperationspartner und der Caritas werden schriftlich festgehalten.

4. Versicherungsfragen

Es gelten die allgemeinen Bestimmungen. Die TeilnehmerInnen bzw. die Angehörigen geben ihr Einverständnis auf eigenes Risiko unterwegs zu sein. Für die Tätigkeit der Freizeitbuddys besteht eine Haftpflicht- und Unfallversicherung.

5. Öffentlichkeitsarbeit

Bei ausdrücklichem Einverständnis wird das Logo der Kooperationspartner in den Projektfolder der Caritas aufgenommen. Auf Wunsch wird der Organisation eine gewünschte Anzahl davon zur Verfügung gestellt. Eine Veröffentlichung der Projektbeteiligung durch die Kooperationspartner erfolgt in Abstimmung mit der Caritas.

6. Ansprechpersonen

Zwischen der Caritas und dem Kooperationspartner werden Kontaktpersonen vereinbart. In dringenden bzw. außerordentlichen Angelegenheit steht der Projektleiter (Kontakte umseitig) zur Verfügung.

7. Dauer

Das Projekt läuft bis 30. Juni 2021. Ein frühzeitiger Ausstieg ist für beide Vertragspartner möglich. Eine Verlängerung der Kooperation kann durch die Projektpartner vereinbart werden.

Dieses Projekt wird gefördert von:



Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich



Gesundheitsbereich
Fonds Gesundes
Österreich



Vereinbarung zur Zusammenarbeit im Projekt „Freizeitbuddys bei Demenz“:

Organisation:

Kontaktperson:

Besondere Regelungen (Eintritte/Beiträge, etc.)

.....

Ansonsten gelten die im Informationsblatt geltenden Richtlinien des Projekts.

Einverständnis Öffentlichkeitsarbeit:

Die Organisation darf mit Namen bzw. Logo am Projektfolder als Partner angeführt werden.

JA:

NEIN:

Kontaktpersonen Caritas Wien	
Zuständige Freizeitbuddy Koordinatorin Caritas	<input type="radio"/> Caroline Leitner 0676 661 80 68 Schwerpunkt Wien 10 <input type="radio"/> Linda Rothauer, MSc. 0664 621 72 30 Schwerpunkt Wien 17
Caritas-Leitung Angehörige und Demenz:	Mag. (FH) Norbert Partl 0664 361 50 17 (wenn Koordinatorin nicht erreichbar)

Die unterzeichnenden Personen bestätigen die oben festgehaltenen Daten im Rahmen der Zusammenarbeit im Projekt „Freizeitbuddy bei Demenz“:

Unterschrift Caritas:.....Unterschrift Partnerorganisation.....

Datum:

Kostenlose Angebote für Partnerorganisationen zur Information und Weiterbildung zur Demenzthematik	
Kurzvorträge (z.. im Rahmen von Teamsitzungen)	30 Min bis 2 Std. (n. Vereinbarung)
Seminar „Basiswissen Demenz“ (4 Stunden)	Ab 5 InteressentInnen aus einer oder mehreren Partnerorganisationen
Seminar „Kommunikation bei Demenz“ (4 Stunden)	

Caritas der Erzdiözese Wien (Caritasverband) gemeinnützige GesmbH

Sitz: A-1160 Wien, Albrechtskreithgasse 19-21
 angehorigenarbeit@caritas-wien.at
 Tel 0043-1-878 12-384, Fax DW 9384

FN 159920 b, HG Wien
 DVR 0921050, UID-Nr. ATU54953901
 www.caritas-wien.at

Raiffeisen Landesbank NÖ/Wien
 IBAN AT82 3200 0000 0041 6000
 BIC RLNWATWW



Freizeitbuddy Informationsblatt

Wir freuen uns, dass Sie im Rahmen des Projekts „Freizeitbuddy“ als Freiwillige/r bei uns aktiv sind und bitten Sie Folgendes zu beachten:

1. Ziele des Angebotes:
 - Gesellschaftliche Teilhabe von Menschen mit Demenz
 - Entlastung der Angehörigen
2. Als Freiwillige Mitarbeiter/innen der Caritas dürfen Sie keine Pflegehandlungen durchführen, Medikamente verabreichen oder hauswirtschaftliche Tätigkeiten übernehmen. Sollte in einem dieser Belange Unterstützung notwendig sein, melden Sie dies bitte der Koordinatorin.
3. Im akuten medizinischen Notfall verständigen Sie bitte die Rettung 144. Im akuten pflegerischen Notfall (z.B. Inkontinenzversorgung) kontaktieren Sie bitte den Angehörigen um das weitere Prozedere abzusprechen. Melden Sie einen Notfall bitte umgehend der Koordinatorin der Caritas.
4. Im Vermisstenfall kontaktiert der Freizeitbuddy die Angehörigen und die Polizei 133.
5. Im Falle eines entstandenen Schadens (z.B. kaputte Brille) kontaktieren Sie zur Versicherungsabklärung bitte die Koordinatorin.
6. Übernehmen Sie aus versicherungstechnischen Gründen keine Dienste, welche nicht mit der Koordinatorin vereinbart sind. Im Rahmen Ihrer freiwilligen Tätigkeit sind Sie haftpflicht- und unfallversichert.
7. Führen Sie bitte keine Geldangelegenheiten durch und übernehmen Sie keine Wertgegenstände oder Schlüssel. (Ausnahme: vorher abgesprochene Hilfestellung beim Bezahlen von Eintrittsgeldern, Caférechnungen)
8. Bitte nehmen Sie keine Trinkgelder, oder geldeswerte Geschenke an.
9. Bitte halten Sie Ihre Einsätze am Stundenerfassungsblatt fest und übermitteln Sie dieses bitte einmal monatlich an die Koordinatorin. (zu Versicherungs- und zu Dokumentationszwecken für unser Projekt wichtig).
10. Ihre Personaldaten werden elektronisch verarbeitet und ausschließlich für Caritas interne Zwecke im Zusammenhang mit Ihrer freiwilligen Tätigkeit verwendet.
11. Sie sind im Rahmen Ihrer Freizeitbuddy Aktivität zur Verschwiegenheit verpflichtet.
12. Bei allen Fragen in Zusammenhang mit dem Freizeitbuddy-Projekt wenden Sie sich bitte an Ihre zuständige Koordinatorin.

Caritas der Erzdiözese Wien (Caritasverband) gemeinnützige GesmbH

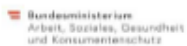
Sitz: A-1160 Wien, Albrechtskreithgasse 19-21
angehörigenarbeit@caritas-wien.at
Tel 0043-1-878 12-384, Fax DW 9384

FN 169920 b, HG Wien
DVR 0921060, UID-Nr. ATU54953901
www.caritas-wien.at

Rafflens Landesbank NÖ/Wien
IBAN AT82 8200 0000 0041 6000
BIC RLNWATWW

WICHTIGE TELEFONNUMMERN

Rettung (im medizinischen Notfall)	144
Zuständige Freizeitbuddy Koordinatorin Caritas	<input type="radio"/> Caroline Leitner 0676 661 80 68 Schwerpunkt Wien 10 <input type="radio"/> Linda Rothauer 0664 621 72 30 Schwerpunkt Wien 17
Caritas-Leitung Angehörigenarbeit:	Mag. (FH) Norbert Partl (wenn Koordinatorin nicht erreichbar) 0664-361 50 17
Taxi	Taxi Rufnummern (01) 40 100 (01) 31 300 (01) 60 160



Caritas der Erzdiözese Wien (Caritasverband) gemeinnützige GesmbH

Sitz: A-1160 Wien, Albrechtkreithgasse 19-21
 angehorigenarbeit@caritas-wien.at
 Tel 0043-1-878 12-384, Fax DW 9384

FN 159920 b, HG Wien
 DVR 0921060, UID-Nr. ATU54963901
 www.caritas-wien.at

Raffaellen Landesbank NÖ/Wien
 IBAN AT62 3200 0000 0041 6000
 BIC RLNWATWW



Leitfaden für Freiwillige

Anregung für die Begleitung von Menschen mit Demenz

Erstellt im Juli 2020 von Emily Titscher, BSc., Servicestelle Freiwilliges Engagement
In Zusammenarbeit mit der Angehörigenberatung der Caritas Wien

Version September 2021

Wir>Ich



1. Einleitung

Liebe*r freiwillige Mitarbeiter*in,

wir freuen uns sehr, dass du dich zukünftig in einer unserer Einrichtungen engagieren wirst!

Du hast dich für ein spannendes und bereicherndes Aufgabengebiet entschieden, in dem du große Wirkung auf die Empfänger*innen deiner Arbeit erzielen kannst. Du wirst auf viele verschiedene Menschen treffen, die ganz unterschiedliche Bedürfnisse haben.

Eine besondere Gruppe stellen die von Demenz Betroffenen dar. In Österreich leben derzeit geschätzt 150.000 Menschen mit Demenz. Viele von ihnen werden von Einrichtungen der Caritas individuell im Rahmen ihrer Bedürfnisse betreut. Die Arbeit mit dieser Personengruppe kann viel Freude auf beiden Seiten bereiten, wenn man ein paar Tipps zum Umgang mit ihr beachtet. Der folgende Leitfaden soll dich dabei unterstützen, das Beste aus deinem Engagement bei der Caritas zu machen und gleichzeitig einen Einblick in die Lebenswelt von Bewohner*innen bzw. betreuten Personen zu bekommen. Wir wünschen dir viel Freude!

Seite 2

2. Was bedeutet Demenz?

Demenz ist ein neurodegenerativer Prozess - eine fortschreitende Erkrankung des Gehirns. Dabei gehen nach und nach Nervenzellen zugrunde, was die Leistungsfähigkeit des Gehirns beeinträchtigt und im weiteren Verlauf eine Wesensänderung des*r Betroffenen zur Folge haben kann.

Demenz ist ein Überbegriff u.a. für Alzheimer, Lewy Body Demenz oder vaskuläre Demenz. Die bekannteste und häufigste Art ist die Alzheimer Demenz mit einem Vorkommen von etwa 60 %.

Demenz äußert sich in unterschiedlicher Ausprägung und Intensität, z. B. durch zunehmende Probleme mit dem Kurzzeitgedächtnis, zeitliche und örtliche Desorientierung, Störung von Konzentration und Aufmerksamkeit.

Demenz ist nicht heilbar, jedoch kann sie durch anregende Beschäftigung und medikamentöse Versorgung in ihrem Verlauf verlangsamt werden.¹

Seite 3

3. Die drei Stadien der Demenz

Die Demenz wird in 3 Stadien unterteilt. Es gibt abhängig vom Status der Krankheit Besonderheiten, die du beachten solltest.²

- 3.1 Leichte Demenz

Bei der leichten Demenz steht die Vergesslichkeit im Vordergrund. Betroffene bemerken ihre Defizite und versuchen zunächst häufig, diese zu verstecken. Da die psychische Belastung von Personen im Anfangsstadium meist sehr hoch ist, wird bei ihnen öfter (manchmal fälschlicherweise) eine Depression diagnostiziert. Ein möglicher Ausdruck der beginnenden Erkrankung kann auch aggressives Verhalten sein. Dieses ist niemals wirklich gegen Personen aus dem Umfeld gerichtet, viel mehr sind sie die Projektionsfläche der Gefühle des*der Betroffenen.

Vor allem im ersten Stadium solltest du darauf achten, dass sich Erkrankte nicht bloßgestellt fühlen. Ohne zu dramatisieren sollte zu einer Untersuchung und Diagnosestellung motiviert werden.³

Seite 4

3. Die drei Stadien der Demenz

- 3.2 Mittelgradige Demenz

Bei der mittelgradigen Demenz ist eine unabhängige Lebensführung nicht mehr möglich. Während deines Engagements wirst du also vermehrt auf Betroffene mit mittelgradiger und schwerer Demenz treffen, die in den Einrichtungen der Caritas leben.

Du wirst vermutlich mit dem Phänomen der Apraxie in Berührung kommen. Apraxie heißt, dass Handlungsabläufe nicht mehr selbstständig durchgeführt werden können. Das betrifft auch scheinbar banale Vorgänge wie das Würfeln bei einem Brettspiel. Betroffene sind kognitiv nicht mehr dazu in der Lage, den Handlungsablauf (Würfel nehmen, werfen, Augen auf dem Würfel abzählen,..) zu planen. Deine Aufgabe ist es „einzuspringen“, wenn der*die Betroffene nicht mehr weiter weiß.

Relevant für dich kann auch die motorische Unruhe sein, die an einem späteren Punkt im Leitfaden erklärt wird. ⁴

Seite 5

3. Die drei Stadien der Demenz

- 3.3. Schwere Demenz

Im dritten Stadium können Gedanken nicht mehr sinnhaft kommuniziert werden, nonverbale Kommunikation – wie Augenkontakt – gewinnt noch mehr an Bedeutung. Auch die körperlichen Einschränkungen äußern sich stark. Erkrankte „vergessen“ eventuell das Gehen oder das Schlucken, was zur Herausforderung bei der Nahrungsaufnahme werden kann.

Betroffene im dritten Stadium brauchen dauerhaft Betreuung und Unterstützung. Im Fokus der Freiwilligenarbeit steht die Teilhabe und das „Dasein“. Du solltest, wenn du das auch möchtest, Personen vorsichtig am Arm berühren, um ihre Aufmerksamkeit zu erlangen. Du kannst auch mit Naturmaterialien zum Greifen (z.B. Tannenzapfen), Gerüchen und Musik arbeiten, um die Sinne der Person zu stimulieren. Vielleicht kannst du in Erfahrung bringen, ob der*die Betroffene in der Vergangenheit gerne eine bestimmte Musik gehört hat und ihm*ihr damit eine Freude machen.⁵

Seite 6

4. Weitere Symptome der Demenz

Kognitive & psychische Veränderungen

Verwirrtheit, Desorientiertheit, Vergesslichkeit, Sprachstörungen, Schwankungen der Tagesverfassung, depressive Verstimmung, Ängste

Verhaltensänderungen

Schwer nachvollziehbare Handlungen, immer gleiche Ausrufe, aggressives Verhalten, sozialer Rückzug, nesteln (Bewegungen mit den Händen, als ob man etwas suchen würde)⁶, motorische Unruhe, sexuelle Distanzlosigkeit

Körperliche Veränderungen

Inkontinenz, Schlafstörungen, Veränderungen des Appetits, Sundowning Syndrom (gesteigerte Unruhe am späten Nachmittag bzw. frühen Abend).⁷

Seite 7

5. 15 Tipps für die gelungene Kommunikation

- Sprich ruhig und mit klarer Stimme.
- Sprich in eindeutigen, nicht verschachtelten Sätzen. Formuliere wenn nötig Ja/Nein- Fragen.
- Jeder Satz sollte nur eine Botschaft enthalten.
- Je nach Demenzstadium erwähnen, dass du zu Besuch bist, dass ihr euch schon eine Weile kennt. Vorschläge für die gemeinsame Zeit bringen.
- Sprich nicht verniedlichend wie mit Kindern – du hast es mit Erwachsenen zu tun.
- Sprich mit einer anderen Person niemals über den*die Betroffene*n, wenn diese*r im Raum ist.
- Sei nicht ironisch oder sarkastisch, der*die Betroffene kann das vielleicht nicht mehr zuordnen.

Lass den*die Betroffene*n das Thema wählen und unterstütze sie*ihn dabei, den „roten Faden“ im Gespräch zu halten. ^{8,9}

Seite 8

5. 15 Tipps für die gelungene Kommunikation

- Versuche geduldig zu bleiben, auch wenn es manchmal schwerfallen kann.
- Sprich über unverfängliche Themen und gib Stichwörter aus der Biografie der*des Betroffenen, wie Sport, das Wetter, Urlaub oder ehemalige Hobbys.
- Sprich die Person respektvoll mit ihrem (Vor)namen an, (je nach Gewohnheit ev. auch mit einem Titel)
- Wertschätzung tut uns allen gut – spare nicht mit Lob.
- Stark Betroffene können eventuell mit Reizen erreicht werden, z.B. mit Musik oder Fotos.
- Berichtige kleine Missgeschicke kommentarlos (z.B. Du findest eine Brille auf dem Boden im Bad) – auf „Fehler“ hinzuweisen bringt keinen positiven Effekt.
- Für Betroffene ist es leichter, zwischen zwei Dingen zu wählen, die ihnen vorgeschlagen werden. Frage nicht: „Welches Fotoalbum möchtest du anschauen?“ Sondern: „Möchtest du das Album A oder B anschauen?“ (Zeige die Auswahlmöglichkeiten am besten her.)^{8,9}

Seite 9

6. Das Konzept der Validation

Das Konzept wurde von Naomi Feil, einer US-amerikanischen Sozialarbeiterin, begründet. Es basiert auf der Grundhaltung: desorientierte Menschen werden „ernst genommen“ Auch wenn sie teilweise in ihrer eigenen Welt leben, ihr Verhalten für Außenstehende teilweise skurril erscheint, begegnen wir ihnen mit Empathie, ohne sie zu bewerten.

Bei der Validation gehen die Pflegenden davon aus, dass Einfühlung und Mitgefühl zum Vertrauen beiträgt, sowie Angstzustände verringert werden.

*Naomi Feil formuliert dies bildlich: „**Wir müssen lernen, in den Schuhen des anderen zu gehen**“. Menschen, die dies versuchen, streben danach die Bedürfnisse zu erkennen, die hinter einer Aussage oder einem Verhalten stecken mögen.¹⁰*

Seite 10

6. Das Konzept der Validation

Beispiel: Klientin sagt, sie müsse sich beeilen, weil um 8 Uhr die Arbeit anfängt.

Mögliche Reaktion: „Nein, das stimmt doch nicht, Sie sind 90 Jahre alt und leben im Heim, sie müssen nicht arbeiten.“

Reaktion nach Naomi Feil: Aha, ich verstehe! Frau M. Sie waren immer schon so verantwortungsvoll und wollen nicht zu spät kommen.“

Dadurch wird ihr Gefühl im Moment ernst genommen, die Person in ihrer Identität bestärkt, das gibt ihr Sicherheit

Seite 11

6. Das Konzept der Validation

Für den Umgang mit von Demenz Betroffenen ist es grundlegend zu verstehen, dass hinter jeder, manchmal schwer nachvollziehbaren Handlung oder Aussage-, auch ein Bedürfnis steht. Es handelt sich hierbei nicht um willkürliche, unzusammenhängende Sätze – es liegt ein unerfüllter Wunsch, z. B. nach Nähe, Aufmerksamkeit, Anerkennung, usw., zugrunde.

Beispiel: Ein Bewohner wünscht, von seiner Mutter besucht zu werden. Diese ist vor vielen Jahren verstorben. Anstatt ihn darauf hinzuweisen, dass die Mutter nicht mehr am Leben ist, solltest du dich fragen, was genau er in diesem Moment braucht.

Vermutlich sehnt sich der Betroffene nach Sicherheit oder Geborgenheit.

Wenn die Person mit Demenz ihre Gefühle ungefiltert ausdrückt, ist es sinnvoll, ihr Verhalten wertfrei anzuerkennen, ev. kurze Fragen zu stellen wie z.B.: „Ist es gut, wenn man eine liebe Mama hat?“

Seite 12

7. Wie reagiere ich auf ... ?

Angst

Angst entsteht oftmals aus einer Hilflosigkeit heraus. In erster Linie ist es also ideal, solche Situationen gar nicht aufkommen zu lassen. Hilflosigkeit kann auftreten, wenn Betroffene es beispielsweise nicht schaffen, sich die Schuhe allein zuzubinden und für einen Moment die Abhängigkeit von ihren Mitmenschen realisieren. Am besten reagiert man darauf deeskalierend in Form von Gelassenheit und mit einem Lächeln. Es sollte beruhigend und mit sanfter Stimme auf den*die Betroffene*n zugegangen werden. Versuche, die Quellen der Angst zu beseitigen, bzw. die Person auf andere Gedanken zu bringen. Es kann hilfreich sein, die Umgebung zu wechseln und andere Reize zu setzen, (z. B. ein Getränk anzubieten oder auf etwas Interessantes in der Umgebung hinzuweisen).

Angst sollte immer ernst genommen werden, auch wenn sie noch so irrational erscheint. Je mehr sich die Person verstanden fühlt, desto eher erreicht man sie und kann ihre Angst lindern. ¹¹

Seite 13

7. Wie reagiere ich auf ...?

Aggressivität

Wichtig ist, sich daran zu erinnern, dass man im Falle von aggressivem Verhalten selbst niemals der wirkliche Grund ist. Allerdings gibt es oft einen Auslöser, den man jedenfalls erforschen sollte. Das Gleiche gilt für die sogenannte sexuelle Enthemmung, die im Rahmen der Erkrankung auftreten kann. Auch dieses Phänomen sollte nicht auf die eigene Person bezogen werden. Es könnten die Hirnareale geschädigt sein, die dafür zuständig sind zu beurteilen, was adäquates, gesellschaftlich anerkanntes Verhalten ist und was nicht.

Solltest du dich jedoch einmal unwohl fühlen, sprich deine Kolleg*innen darauf an. Dein Wohlbefinden ist uns sehr wichtig, also scheue dich nicht davor, das Gespräch mit deiner*m Koordinator*in zu suchen. ¹²

Seite 14

7. Wie reagiere ich auf ...?

Motorische Unruhe

Eine Facette der Demenz kann sein, dass Menschen einen ausgeprägten Bewegungsdrang haben und scheinbar ziellos umherwandern. Um dieses Phänomen primär einzudämmen, ist es empfehlenswert, sich den Bewegungsdrang zunutze zu machen und Erkrankte mit kleinen Botengängen zu beauftragen oder gezielte Bewegungsübungen zu machen. Prinzipiell sollte das, wenn weder Selbst- noch Fremdgefährdung besteht, ermöglicht werden. Versucht die Person jedoch, die Einrichtung zu verlassen, ist Fingerspitzengefühl gefragt. Der*die Betroffene darf niemals festgehalten werden. Lediglich überzeugende Worte sind zulässig. Oft können Personen gut „überredet“ werden. Du bist in dieser Situation aber natürlich nicht auf dich allein gestellt. Ziehe geschultes Personal zu Rate. ¹³

Seite 15

8. Ideen zur Beschäftigung

Hier einige Anregungen, wie die Zeit, die man mit Betroffenen hat, genutzt werden kann. Im Rahmen der Erkrankung können Aktivitäten spontan adaptiert werden.

- Musik

Musik hören kann Emotionen wecken und Freude bereiten. Versuche herauszufinden, welche Art von Musik der*die Betroffene früher gerne gehört hat. Spielst du Gitarre? Wenn du Lust hast, nimm sie gerne nach Absprache mit deiner Ansprechperson in die Einrichtung mit.

- Biografiearbeit

Höre aufmerksam zu, wenn Betroffene aus ihrem Leben erzählen. Man kann ihre Vorlieben und Interessen dadurch erfahren. Der*die Betroffene erzählt, dass er*sie früher gerne im Garten gearbeitet hat? Nimm ihm*ihr doch ein Pflanzenbuch mit.

- Spiele

Mensch ärgere dich nicht, einfache Kartenspiele, Uno, Bingo,... Je nach Krankheitsstadium mehr oder weniger nach den vorgesehenen Regeln. Das Spielen soll Spaß machen und muss nicht korrekt durchgeführt werden. ¹⁴

Seite 16

8. Ideen zur Beschäftigung

- Vorlesen

Am besten bereits bekannte Geschichten oder gut nachvollziehbare Handlungsstränge.

- Bewegung

Bewegung als Gruppenaktivität oder zu zweit ist eine großartige Beschäftigung. Es können (rollstuhlfreundliche) Choreografien zu Musik einstudiert werden oder in einem Sesselkreis mit einem Ball gearbeitet werden.

- Fotoalben anschauen

Fotos können (schöne) Erinnerungen wecken. Achte aber gut darauf, ob die Nostalgie dabei nicht in Trauer umschlägt. Dann eignet sich eine andere Aktivität besser.

- Rätsel

Sudoku oder Kreuzworträtsel können oft noch gut funktionieren. ¹⁵

Aktivitäten in der Natur

- In den Garten gehen

Wenn es in deiner Einrichtung einen Garten gibt, bietet es sich an, ihn auch zu erkunden. Ihr könnt Blumen bestimmen oder an Kräutern riechen.

- Spazieren gehen

Spazieren gehen eignet sich gut, um die bereits erwähnte motorische Unruhe auszuleben.

- Enten beobachten im Park
- Ein Museum besuchen
- Mit der Liliputbahn im Prater fahren ¹⁶

9. Demenz und Covid-19 – was gibt es zu beachten?

Die Zielgruppe, mit der du arbeiten wirst, ist überwiegend hochbetagt, oft von mehreren verschiedenen Erkrankungen betroffen und gehört damit in den meisten Fällen zur Risikogruppe für das Coronavirus. Dazu kommt, dass Betroffene im Rahmen ihrer Erkrankung oft nicht in der Lage sind, die Schutzmaßnahmen, wie beispielsweise die vorgeschriebene Abstandsregelung, zu beachten.

Zum Schutz der Bewohner*innen der Einrichtung, in der du tätig sein wirst, ist es unabdingbar, sich an die aktuellen Bestimmungen des Sozialministeriums zu halten und die Möglichkeit zur Impfung zu nutzen. Weil es dem*der Demenzkranken vielleicht nicht möglich ist, für Sicherheit zu sorgen, sei bitte du besonders erpicht auf das Einhalten der aktuellen Maßnahmen. ¹⁷

Je nachdem, was Betroffene noch erfassen können, kannst du gerne über Corona aufklären. Ganz wichtig dabei ist es zu betonen, dass der*die Betroffene in Sicherheit ist. Demenzbetroffene profitieren vor allem von geregelten Tagesabläufen und Routine. Es ist wünschenswert, diese trotz Pandemie so gut wie möglich einzuhalten. ¹⁸

Seite 19

10. Überblick über die Angebote der Caritas

Hier einige Angebote der Caritas, falls du auch privat mit Demenz zu tun hast, oder dich im Rahmen deines Engagements vertiefend informieren möchtest:

Caritas Angehörigenberatung – Unsere Angehörigenberatung hat die größte Expertise zum Thema Demenz und ist immer eine gute Anlaufstelle

<https://www.caritas-pflege.at/angehoerige/beratung/>

Vorträge und Seminare zum Thema Demenz

<https://www.caritas-pflege.at/demenz/vortraege-und-seminare/>

Infomaterialien zum Thema Demenz allgemein

<https://www.caritas-pflege.at/wien/ratgeber/demenz/>

In den genannten Broschüren findest du auch weitere öffentliche Einrichtungen.

Einen guten Erstüberblick bietet die Plattform „Demenzfreundliches Wien“

<https://www.senior-in-wien.at/p/demenzfreundliches-wien>

Seite 20

11. Abschließende Worte

Die Arbeit mit Personen mit Demenz ist oft herausfordernd und bedarf flexibler Lösungsorientiertheit. Nichtsdestotrotz kann sie sehr erfüllend sein und viel Freude bereiten.

Dieser Leitfaden ist nicht als Patentrezept zu verstehen. Betroffene sind und bleiben Individuen, für die es kein einheitliches Vorgehen gibt. Nach einiger Zeit wirst du ein Gefühl für dein Gegenüber bekommen und sie ins Herz schließen.

Sollten Fragen oder Unsicherheiten auftreten, kannst du jederzeit an deine Kolleg*innen vor Ort herantreten. Wir von der Servicestelle informieren dich gerne über Weiterbildungs-, Reflexions- und Supervisionsangebote.

Servicestelle Freiwilliges Engagement

Mommsengasse 35, 5. Stock

1040 Wien

Tel: 01 259 20 49-2550

freiwillig@caritas-wien.at

Seite 21

12. Quellenangaben

Partl. N. (2019, März). Menschen mit Demenz zuhause betreuen. Abgerufen am 09.06.20, von https://www.caritas-pflege.at/fileadmin/storage/wien/hilfe-angebote/pflege/pflegebeduerftig/hilfe-fuer-angehoerige/Menschen_mit_Demenz_zuhause_betreuen.pdf ^{1,3,4,5,7,13,14,15,16}

Demenzportal. Krankheitsverlauf. Abgerufen am 09.06.20, von <https://demenz-portal.at/die-krankheit/krankheitsverlauf/> ²

DocCheck Flexikon (2017, August). Nesteln. Abgerufen am 16.06.20, von <https://flexikon.doccheck.com/de/Nesteln> ⁶

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend. Richtig kommunizieren. Abgerufen am 09.06.20, von <https://www.wegweiser-demenz.de/informationen/alltag-mit-demenzkrankung/tipps-fuer-angehoerige/richtig-kommunizieren.html> ⁸

Demenzportal. Tipps für den Umgang. Abgerufen am 16.06.20, von <https://demenz-portal.at/angehoerige/tipps-fuer-den-umgang/> ⁹

Demenzportal. Validation bei Demenz - die Grundsätze. Abgerufen am 09.06.20, von <https://demenz-portal.at/aktuelles/validation-bei-demenz-die-grundsaeetze/> ¹⁰

Bibliomed Pflege. (2018, Februar) Demenz: mit Angst professionell umgehen. Abgerufen am 16.06.20, von <https://www.bibliomed-pflege.de/sp/artikel/34261-demenz-mit-angst-professionell-umgehen> ¹¹

Volkshilfe Demenzhilfe. Umgang mit Demenz – Aggressivität. Abgerufen am 17.06.20, von <https://www.demenz-hilfe.at/fuer-angehoerige/umgang-mit-demenz/aggressivitaet/> ¹²

LIV Koordinationsstelle Demenz. Informationen rund um das Coronavirus und Demenz. Abgerufen am 19.06.20, von https://www.demenz-tirol.at/page.cfm?vpath=informationen-rund-um-das-coronavirus-und-demenz&pagemode=betroffene#Wichtige%20Ma%C3%9Fnahmen%20f%C3%BCr%20Menschen/Patient*innen%20mit%20Demenz ¹⁷

Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V. Häufige Fragen und Antworten zu Corona im Zusammenhang mit Demenz. Abgerufen am 19.06.20, von <https://www.deutsche-alzheimer.de/ueber-uns/presse/aktuelles-zur-corona-krise/haeufige-fragen-und-antworten-zu-corona-und-demenz.html#c5040> ¹⁸

Seite 22