mit.einander

DAS MAGAZIN VON SOPHIA

AUSGABE 01 2020

// **„AUFFANGEN, BERATEN, UNTERSTÜTZEN“** Luca Holzer im Interview

// **DEMENZ UND RECHT** Wenn Menschen nicht mehr selbst entscheiden können

// **RAUM ZUM LEBEN** Demenzsensible Architektur

DEMENZ
Über den richtigen Umgang mit Betroffenen

SOPHIA
PFLEGE- UND BETREUUNGSSERVICE
WWW.SOPHIA-SUEDBAYERN.DE
TEL. 08104 / 88 80 00

Hand in Hand in die Zukunft

KOMMUNIKATION ALS AUFGABE

Liebe Kunden, Partner, Wegbegleiter,

mit dieser ersten Ausgabe von **mit.einander**, halten Sie ein Herzensprojekt in Ihren Händen. Schließlich war diese neue Erfahrung, als Pflege- und Betreuungsservice ein eigenes Magazin zu gestalten, auch für uns absolut nichts Alltägliches. Die berechtigte Frage ist also: Warum überhaupt die ganze Arbeit auf sich nehmen? Ich will es Ihnen verraten.

Themen wie Pflege, Alter und Demenz sind in der Mitte der Gesellschaft angekommen. Aus diesem Grund – und das ist meine feste Überzeugung – dürfen sich Pflege- und Betreuungsservices nicht auf ihre Rolle als medizinische Leistungserbringer zurückziehen. Ein Pflege- und Betreuungsservice ist heute Forum, Treffpunkt, Drehscheibe für die unterschiedlichsten Ansprechpartner.

Als Betrieb nehmen wir heute mehr denn je eine Mittlerrolle ein: zwischen Angehörigen, Pflegebedürftigen, Ärzten, aber auch mit ganz neuen, öffentlichen Bezugsgruppen. Pflege- und Betreuungsservices stoßen heute lokale barrierefreie Bau- und Entwicklungsprojekte an, sie sind Ansprechpartner für die Kommunalpolitik und geben Pflegebedürftigen und ihren Angehörigen eine Stimme.

Pflege- und Betreuungsservices sind mittendrin. Das bedeutet, dass sie heute auch viel mehr kommunizieren müssen. Dieses Magazin will genau das: Zusammenbringen, informieren, den Austausch, aber auch die Diskussion anstoßen. Pflegekräfte finden hier ihren Raum, um aus ihrem Alltag zu erzählen. Angehörige erhalten nützliche Informationen, die ihnen den Umgang mit Demenz erleichtern sollen.

Und alle anderen Leser gewinnen einen noch direkteren Einblick in unser Unternehmen und die Themen, die uns beschäftigen. Wir wollen alle an einen Tisch bringen. Auch, weil wir wissen, dass wir die vielen Herausforderungen, vor denen die Pflegebranche künftig stehen wird, nur miteinander lösen können.

Wir freuen uns, dass Sie da sind.
Ihre Nadine Holzer

Füreinander da zu sein heißt auch, gemeinsam lachen zu können.

// 06 **SOPHIA IN MOMENTEN**
Feste, Eröffnungen und Aktionen: SOPHIA ist ständig in Bewegung. Hier sind die größten Ereignisse der letzten Monate zusammengefasst.

// 08 **MEHR ALS NUR VERGESSEN**
Wodurch Demenz entsteht, wie sie sich äußert und was für den Umgang mit Betroffenen wichtig ist.

// 12 **WENN MENSCHEN NICHT MEHR SELBST ENTSCHEIDEN KÖNNEN**
Die Diagnose Demenz hat auch rechtliche Folgen für die Betroffenen. Wir skizzieren verschiedene Möglichkeiten, ihre Interessen bestmöglich zu wahren.

// 14 **POSITIVE KOMMUNIKATION GEWINNT**
Gespräche mit Demenzkranken bergen einige Hürden. Unsere Tipps für eine erfolgreiche Kommunikation.

„Gemeinsam finden wir immer eine Lösung.“

Luca Holzer // 18
ZWISCHEN PLANUNG UND IMPROVISATION

Luca Holzer ist neuer Mitgesellschafter von SOPHIA und bildet damit die nächste Generation an der Spitze des Pflege- und Betreuungsservices. Mehr über Luca und seine Ziele für SOPHIA erfahren Sie im Interview.

// 21 **RAUM FÜR SELBSTBESTIMMTES LEBEN**
Der angemessene Einsatz von Farben, Licht und Orientierungshilfen im Zuhause von Demenzkranken ermöglicht ein maximal selbstständiges Wohnen.

// 24 **EMPFEHLUNGEN**
Publikationen rund ums Thema Demenz, die Einblicke in das tägliche Leben mit der Krankheit geben und Hilfestellungen für Betroffene und Angehörige liefern.

// 26 **IMPRESSUM, FREIE STELLEN, DANKSAGUNGEN**

Feste, Ausflüge, Aktionen und mehr

SOPHIA IN MOMENTEN

SINNESGARTEN IN OTTERFING

Der Sinnesgarten in Otterfing erstrahlt in neuem Glanz! Mit der Hilfe zahlreicher Freiwilliger wurde der Rundweg, der an verschiedenen Stationen durch Sehen, Riechen oder Tasten die Sinne berührt, um viele Elemente erweitert. So laden eine neue, betonierte Sitzfläche mit Bänken, eine Hochbeetfläche und sogar ein Brunnen unsere Tagesgäste zum ausgelassenen Werkeln und Entspannen ein.

Herzlicher Dank gilt an dieser Stelle unseren Sponsoren Am Platzl, Dr. Röska, der Agentur Medienstürmer, der Theatergruppe Kraut & Ruam und der Immobilienfirma Quest, die den Ausbau durch Spenden und Geschenke großzügig unterstützt haben.

SOPHIAS OKTOBERFEST

Auch in Hofolding haben wir die fünfte Jahreszeit gefeiert! Der Seniorentreffpunkt bot einen tollen Rahmen für ein ausgiebiges Fest mit leckeren, traditionellen Schmankerln und regem Austausch zwischen unseren Tagesgästen und dem SOPHIA-Team.

AKTION „EIN HERZ FÜR PETER“

Peter Schilffarth ist der Gründer von SOPHIA in Südbayern und unterstützt diese mit seiner Stiftung. In der besinnlichen Weihnachtszeit wurde es dem Team von SOPHIA bewusster denn je, wie großzügig und unermüdlich er das gesamte Unternehmen unterstützt. Um ihm zu danken, hat jeder Mitarbeiter ein Herz-Ornament gespendet, das dazu beitrug, die bisher kahle Tanne in Peter Schilffarths Garten in einen Weihnachtstraum zu verwandeln. Die Überraschung ist gelungen: Seine Freude war riesig!

SOMMERAUSFLUG ZU DEN KAMELEN

Die Tagesbetreuung Hofolding hat gemeinsam die Kamele in Valley besucht! Es herrschte eine wunderbare Stimmung – die Tiere hatten eine geradezu therapeutische Wirkung auf alle Anwesenden.

NEUER MITGESELLSCHAFTER

Luca Holzer ist der neue Mitgesellschafter von SOPHIA. Mit neuen Ideen will er das Unternehmen in eine erfolgreiche Zukunft führen. Mehr über ihn und seine Ziele für SOPHIA erfahren Sie im Interview auf Seite 18.

Begriffserklärung Demenz

MEHR ALS NUR VERGESSEN

Autorin: Andrea Haunolder

In Deutschland leiden über 1,5 Millionen Menschen an Demenz. Eine Studie der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e.V. prognostiziert, dass bis zum Jahr 2050 bis zu 3 Millionen Menschen in Deutschland an der Volkskrankheit leiden werden. Höchste Zeit zu verstehen, was die Krankheit auszeichnet und wie wir damit umgehen müssen.

Demenz-Patienten vergessen, den Herd auszumachen, erscheinen nicht zu Terminen oder erinnern sich nicht mehr an die Namen von Angehörigen. Die zunehmende Abnahme der kognitiven, emotionalen und sozialen Fähigkeiten ist symptomatisch für den Verlauf der Krankheit. Besonders wichtig ist der angemessene Umgang mit Betroffenen, für den es einen entscheidenden Schlüssel gibt. Aber zunächst müssen wir verstehen, was sich eigentlich hinter dem Begriff Demenz verbirgt.

Was ist Demenz?

Demenz kommt aus dem Lateinischen und bedeutet wörtlich übersetzt „ohne Geist". Sie stellt kein klar definiertes Krankheitsbild dar, sondern umschreibt vielmehr eine Kumulation von geistigen, emotionalen und sozialen Beeinträchtigungen als Folge einer Gehirnschädigung. Besonders betroffen sind das Arbeitsgedächtnis, das Denkvermögen, die Sprache und die Motorik. Das kann eine grundlegende Veränderung des gesamten Persönlichkeitsbildes nach sich ziehen. Die langfristige Folge ist, dass Betroffene alltägliche Aktivitäten nicht mehr selbstständig bewältigen können. Da dieses Phänomen bis zu einem gewissen Grad ebenso gut

Fotos sind Brücken zu verborgenen Erinnerungen.

eine natürliche Alterserscheinung darstellen könnte, ist eine frühe Diagnose oft schwierig – aber auch ausschlaggebend für den weiteren Krankheitsverlauf.

Wie kann Demenz aussehen?
Demenz äußert sich in unterschiedlichen Formen, jede Unterkategorie offenbart sich durch andere Symptome. Der Krankheitsverlauf zeigt sich in mehreren Stadien. Zu Beginn äußert sich Demenz besonders durch die Beeinträchtigung des Kurzzeitgedächtnisses, also durch Vergesslichkeit, die zunächst auch als „schusselig" angesehen werden könnte. Auch der Verlust der Orientierung kann auf ein frühes Stadium der Demenz hinweisen. Je weiter die Krankheit voranschreitet, desto mehr betrifft sie auch das Langzeitgedächtnis: Betroffene vergessen die Namen enger Angehöriger und oft auch ihre eigene Lebensgeschichte.

Wodurch entsteht Demenz?
Die Ursachen einer Demenz sind höchst individuell. Der Hauptrisikofaktor für eine Demenz ist zunächst ein hohes Lebensalter. Das erklärt, warum Frauen, die eine deutlich höhere Lebenserwartung als Männer haben, im Durchschnitt häufiger an einer Demenz erkranken.

Durchblutungsstörungen im Gehirn, die einen fortschreitenden Verlust von Nervenzellen mit sich bringen, verursachen unter anderem die nachlassende Gedächtnisleistung. Denn: Sind die Gehirnnervenzellen unterversorgt und

PUBLIKATIONEN

- *Bopp-Kistler, Irene: demenz. Fakten Geschichten Perspektiven: rüffer & rub 2016.*
- *Gust/Jochen, Niefer/Harmut: Demenz: Wissen – verstehen – begleiten: S. Hirzel Verlag 2013.*
- *Buijssen, Huub: Demenz und Alzheimer verstehen. Erleben, Hilfe, Pflege: Ein praktischer Ratgeber: Beltz 2003.*
- *Internet:*
  deutsche-alzheimer.de
  alzheimer-oberland.de
  wegweiser-demenz.de

können nicht mehr miteinander kommunizieren, sind verschiedene Symptome wie Gedächtnislücken, Konzentrations- und Sprachschwierigkeiten oder Orientierungslosigkeit die Folge. Daneben werden von der Alzheimer Forschung Initiative e.V. auch Depressionen als Risikofaktor für die Entwicklung einer Demenz angesehen. Medizinische Studien haben zudem offengelegt, dass externe Faktoren wie Zigarettenkonsum, kardiovaskuläre Störungen wie Hypertonie, ein hoher Homocysteinspiegel, Adipositas, Diabetes mellitus, Defekte des Gefäßsystems und ein Defekt des Glukosetransportmechanismus im Gehirn die Krankheitsentstehung begünstigen.

Kann Demenz verhindert werden?
Ein gesunder Lebenswandel mit einer vollwertigen Ernährung und regelmäßiger Bewegung führen nicht nur zu einem fitten Körper, sondern beugen auch einer Demenz-Erkrankung vor. Zudem hält geistige Aktivität das Gehirn fit und schützt es damit vor einem kontinuierlichen Abbau. Soziale Interaktionen schützen vor Vereinsamung und damit vor Depressionen und tragen gleichzeitig zu einem vitalen Geist und einer umfassenden psychischen Gesundheit bei.

Gibt es Demenz-Therapien?
Die ursächliche Behandlung der Demenz ist aktuell nicht möglich. Es gibt aber medikamentöse und nicht-medikamentöse Therapien, die bei frühzeitiger Diagnose den Verlauf verlangsamen und das Ausmaß der Symptome lindern können.

Wie geht man mit Demenzkranken um?
Diagnostizierte Demenzkranke sind früher oder später auf Unterstützung angewiesen. Wie die aussieht, hängt maßgeblich von dem Verständnis ab, das das Pflegepersonal und die begleitenden Angehörigen von der Materie haben. Eine missverstandene, von einem Defizit ausgehende und dominierende Sichtweise kann bei Begleitenden zu Ohnmachtsgefühlen und zur Hilflosigkeit führen.
Wenn es den Begleitenden stattdessen gelingt, den Fokus auf die verbleibenden Fähigkeiten der Menschen mit Demenz zu lenken, können sich Pflegende und Betroffene auf Augenhöhe und mit Respekt begegnen. Die Betroffenen fühlen sich dadurch in ihrer Lebenswirklichkeit ernst genommen und abgeholt.

EMPATHIE IST DER SCHLÜSSEL

Niemand weiß wirklich, wie es in einer demenzkranken Person aussieht. Außenstehende können versuchen, sie besser zu verstehen, indem sie ihre Biografie und einschneidende Erlebnisse betrachten. Dadurch schlüsseln sich einige Verhaltensmuster auf und ergeben plötzlich Sinn.
Die Krankheit Demenz stellt Beziehungen auf die größte Probe. Angehörige brauchen deshalb oft ebenso Unterstützung wie die Betroffenen selbst. So finden sie Zeit für sich und bekommen die Chance, Kraft zu tanken. Empathie – in beide Richtungen – ist also der Schlüssel, um einerseits Angehörige maximal zu entlasten, andererseits Betroffenen ein Leben in maximaler Selbstbestimmtheit zu ermöglichen. (bs)

Rechtliche Betreuung von Demenzkranken

WENN MENSCHEN NICHT MEHR SELBST ENTSCHEIDEN KÖNNEN

DAS WOHL BEKANNTESTE SYMPTOM, das in direkte Verbindung mit Demenz gebracht wird, **IST DAS VERGESSEN**

Autorin: Nadine Holzer

Spätestens, wenn Betroffene nicht einmal mehr ihren eigenen Namen kennen, stehen Angehörige vor der Frage, ob die betroffene Person überhaupt noch eigenständig rational begründete Entscheidungen treffen kann. Das hat eine Reihe von rechtlichen Fragen zur Folge, die frühzeitig geklärt werden sollten.

Eine Demenzerkrankung geht nach und nach mit einem nachlassen den Erinnerungsvermögen einher. Doch das bedeutet nicht, dass jeder Mensch, der die Diagnose Demenz erhält, sofort seine volle Entscheidungskraft über das eigene Leben abgeben muss. Das Ziel von Angehörigen, Pflegekräften und allen anderen Personen aus dem Umfeld des Erkrankten sollte sein, ihm möglichst lange die maximale Entscheidungsfähigkeit zu lassen. Dennoch ist es mit fortschreitender Krankheit häufig nötig, dass Betroffene ihre Entscheidungen nach außen verlagern.

Zum Glück kann rechtlich sichergestellt werden, dass Entscheidungen auch fortan im Sinne des demenzkranken Menschen getroffen werden. Um diese Sicherheit zu erreichen, stehen Betroffenen und Angehörigen verschiedene Vorgehensweisen zur Verfügung, die im Folgenden skizziert werden.

Welche Bereiche können gesetzliche Vertreter übernehmen?
Grundsätzlich gilt: So viel Betreuung wie nötig, so wenig wie möglich. Konkret sind es Aufgabenkreise wie Vermögenssorge, Aufenthaltsbestimmung, Wohnungsangelegenheiten, Gesundheitssorge und Post-, Brief- und Fernmeldekontrolle, die ein gesetzlicher Vertreter übernehmen kann, wenn Betroffene diese nachweislich selbst nicht mehr regeln können.

DIE VORSORGEVOLLMACHT

Fällt die eigene Entscheidungsfähigkeit des Demenzkranken weg, ist es meist schon zu spät, zu bestimmen, wer in Zukunft rechtlich für ihn sorgen soll. Deshalb ist es umso wichtiger, dass Vorsorgemaßnahmen getroffen werden. Das erfolgt durch eine Vorsorgevollmacht, in der der Betroffene zweifelsfrei bestimmt, wer ihn in welchen Bereichen gesetzlich vertritt und ggf. auch, nach welchen Richtlinien der/die Vertreter handeln soll(en).

Bei der Unterzeichnung der Vereinbarung muss die erkrankte Person noch in einem vollständig geschäftsfähigen Zustand sein. Die rechtliche Vertretung im Rahmen einer Vorsorgevollmacht unterliegt für gewöhnlich keiner dritten Kontrollinstanz. Ausnahmen stellen Maßnahmen dar, die (mit großer Wahrscheinlichkeit) freiheitseinschränkend sind oder schwere gesundheitliche Schäden mit sich bringen. Sie benötigen eine richterliche Genehmigung.

DIE PATIENTENVERFÜGUNG

Eine weitere Möglichkeit der Vorsorge, die sich aber ausschließlich auf den medizinischen Bereich beschränkt, ist die Patientenverfügung. Diese regelt als Willenserklärung des Betroffenen, welche medizinische Behandlung im Ernstfall angewandt und welche unterlassen werden soll.
Auch hier gilt, dass sich die betroffene Person bei der Unterzeichnung der Vereinbarung noch in einem geschäftsfähigen Zustand befinden muss.

DIE BETREUUNGSVERFÜGUNG

Wenn keine Vorsorgevollmacht vorliegt oder diese bestimmte rechtliche Bereiche offen lässt und die demenzkranke Person ihre Geschäftsfähigkeit verliert, kann von der betroffenen Person selbst oder einem Außenstehenden bei der Betreuungsbehörde die Berufung eines gesetzlichen Vertreters angeregt werden. Daraufhin wird mithilfe eines fachärztlichen Gutachtens geprüft, ob tatsächlich Bedarf dafür besteht. Falls die Prüfungsergebnisse dies bestätigen, findet eine Anhörung der erkrankten Person statt, woraufhin die Betreuungsverfügung in die Wege geleitet wird.
Für die Betreuungsaufgabe werden in erster Linie vertraute Angehörige und Verwandte herangezogen. Findet sich in diesem Bereich niemand, wird eine außenstehende Person berufen.
Auch bei der Betreuungsverfügung kann die demenzkranke Person im Vorfeld schriftlich festlegen, was ein Handeln und Entscheiden in ihrem Sinne bedeutet. Freiheitseinschränkende und gesundheitsgefährdende medizinische Maßnahmen benötigen auch hier eine richterliche Genehmigung. (lk)

Nonverbale Kommunikation – zum Beispiel über Berührungen – ist unmissverständlich.

Sprechen mit Demenzkranken

POSITIVE KOMMUNIKATION GEWINNT

Autorin: Nadine Holzer

Neben einer frühzeitigen Diagnose ist besonders eine angemessene Kommunikation wichtig, um den Krankheitsverlauf der Demenz zu entschleunigen. Nur dann können Angehörige und Pflegekräfte Zugang zu den Betroffenen finden – und schlussendlich weitere Behandlungen einleiten.

VERSTÄNDLICHE SIGNALE SENDEN

Der Gedächtnisschwund erschwert die Kommunikation bei Demenzpatienten oft dadurch, dass Betroffene die Aussagen ihres Gegenübers sprachlich nicht verstehen. Das A und O für eine erfolgreiche und positive Kommunikation ist deshalb eine unmissverständliche und einfache Sprache. Hilfreich sind dabei folgende Tipps:

1 **Unmissverständlich ansprechen**
Eröffnen Sie die Unterhaltung auf eine positive Art und Weise: Sprechen Sie Ihren Gesprächspartner namentlich an und halten sie Blickkontakt. So weiß Ihr Gegenüber, dass er/sie gemeint ist, bekommt ein Gefühl der Vertrautheit vermittelt, wird eindeutig in die Gesprächssituation eingebunden und in ihr gehalten.

2 **In kurzen Sätzen mit unkompliziertem Satzbau sprechen**
Damit bedarf es keiner mühsamen Verknüpfung verschiedener Satzteile. Das würde die Entschlüsselung Ihrer Aussage nur unnötig erschweren. In diesem Zusammenhang ist auch wichtig zu beachten, dass Sie sich inhaltlich auf eine Kernaussage konzentrieren, um den Fokus des Betroffenen klar auszurichten.

3 **Immer wieder dieselbe Formulierung nutzen**
Kündigen Sie etwa täglich wiederkehrende Aktivitäten stets gleich formuliert an oder stellen Sie häufig dieselbe Frage. Wenn Sie ständig denselben Wortlaut – und damit dieselbe Satzmelodie – dafür verwenden, kann dies einer demenzkranken Person beim Verstehen helfen. Zudem bleiben wiederholte Informationen eher im Gedächtnis, auch bei Demenzpatienten.

4 **Auf eine langsame und deutliche Aussprache achten**
Demenzpatienten fühlen sich schnell schuldig, wenn sie etwas nicht verstanden haben – auch wenn eine schlechte Akustik der Grund des Nichtverstehens ist. Das können Sie leicht vermeiden.

5 Nonverbale Kommunikation verwenden
Unterstreichen Sie Gesagtes durch Gestiken, Mimiken und Berührungen oder setzen Sie ausschließlich darauf. Der Vorteil: Nonverbale Kommunikation ist intuitiv und wird daher selten missverstanden.

6 Zweideutige Aussagen vermeiden
Ironie, Sarkasmus oder Metaphern werden bei Demenzkranken wahrscheinlich nicht ankommen. Setzen Sie stattdessen auf eine eindeutige, wörtlich gemeinte Formulierung.

Eine zugewandte Körperhaltung signalisiert dem Gegenüber echtes Interesse.

ANTWORTEN SO LEICHT WIE MÖGLICH MACHEN

Um dem Gesprächspartner das Antworten so einfach wie möglich zu machen, können Sie bereits bei der Formulierung Ihrer Fragen und Aussagen auf einige Tipps achten:

1. **Auf Ja-/Nein-Fragen setzen**
Konkrete Vorschläge erleichtern Entscheidungen. Fragen Sie also lieber „Möchtest du heute den roten Pullover anziehen?" und als „Was möchtest du heute anziehen?". Die Hürde bei offenen W-Fragen: Die betroffene Person weiß mit großer Wahrscheinlichkeit nicht, aus welchen Optionen sie überhaupt wählen kann.

2. **Freundlich und zugewandt sein**
So fühlt Ihr Gegenüber sich verstanden, und Sie schaffen einen positiven Rahmen für ein harmonisches Gespräch.

3. **Zeit lassen**
Bei einer Sprachstörung kann es etwas länger dauern, bis die betroffene Person die richtigen Worte gefunden hat. Bleiben Sie geduldig und zeigen Ihrem Gegenüber damit, dass das in Ordnung ist.

4. **Aufmerksam zuhören und hinsehen**
Jede (nonverbale) Aussage Ihres Gesprächspartners enthält eine aufschlussreiche Information über den Gemütszustand. Ihre Aufmerksamkeit spürt auch die betroffene Person und wird sie Ihnen danken.

5. **Das Gegenüber ernst nehmen**
Dieser Tipp geht mit dem vorherigen einher: Nehmen Sie die Signale nicht nur wahr, sondern auch ernst. Jede Reaktion hat einen Grund – auch wenn Sie den nicht auf Anhieb kennen. Gehen Sie auf alles ein, was Ihnen Ihr Gegenüber vermittelt und zeigen Sie ihm, dass Sie ihn und seine Empfindungen wertschätzen. Damit stärken Sie das Vertrauen und finden einen neuen, intimen Zugang zum Gesprächspartner.

6. **Anerkennung zeigen**
Demenzkranke Menschen sind sich ihrer schwindenden Fähigkeiten oft bewusst. Umso wichtiger ist es also, auch kleine Erfolgserlebnisse in der Kommunikation hervorzuheben und anzuerkennen. Das vermittelt ein positives Gefühl und motiviert die Betroffenen, weiterhin an sich zu arbeiten, um das Fortschreiten der Krankheit eindämmen zu können.

FAZIT

Sprachstörungen sind immer unterschiedlich stark ausgeprägt, die Bedürfnisse der Betroffenen individuell. Deshalb gibt es auch kein Universalrezept für eine erfolgreiche Kommunikation. Dennoch: Eine unmissverständliche Sprache hilft immer. Das Allerwichtigste ist aber, dass wir im Gespräch mit Demenzkranken einfühlsam sind, auf ihre Gefühle achten und ihnen mit Liebe begegnen. Denn nonverbale Kommunikation muss man nicht verstehen – man spürt sie einfach. Und das fällt auch den meisten Betroffenen ganz leicht. (lk)

Ein guter Pflegedienst kümmert sich auch um die Belange der Angehörigen – davon ist Luca Holzer überzeugt.

Luca Holzer: der neue Mitgesellschafter von SOPHIA

ZWISCHEN PLANUNG UND IMPROVISATION

Interview von Lisa Kummerer

Luca Holzer ist der neue Mitgesellschafter von SOPHIA und rückt damit in die Unternehmensführung auf. Anlass genug, um ihn zu einem Gespräch zu treffen und seine Vorstellungen, Pläne und Ziele für SOPHIA zu erörtern.

Hallo Luca, heute ist Freitag. Wie sah deine Arbeitswoche bei SOPHIA aus?
Ich bin gerade erst aus einem zweiwöchigen Urlaub zurückgekommen, da hat natürlich eine Menge Arbeit auf mich gewartet. Es gab viel zu organisieren: Unsere Büros sind umgezogen und werden neu eingerichtet. Außerdem haben wir die Position der Pflegedienstleitung neu besetzt. Hier gleicht kein Tag dem anderen, jede Woche wartet eine neue Herausforderung auf mich. Genau das ist es, was meine Arbeit so spannend macht.

Du verfolgst die Entwicklung von SOPHIA seit geraumer Zeit. Wo siehst du die größten Fortschritte?
Unser größter Fortschritt liegt ganz klar in der Professionalisierung unserer Leistungen. Wir sind kontinuierlich an den Herausforderungen gewachsen, die uns durch die Nachfragen unserer Kunden begegnet sind. Wir haben beispielsweise ein Konzept erstellt, das Pflege mit zusätzlichen Betreuungsleistungen kombiniert. Dadurch kann SOPHIA wirtschaftlich bestehen und Betroffene und Angehörige genau dort unterstützen, wo sie Unterstützung benötigen.

Wo gibt es momentan noch Herausforderungen?
Besonders anspruchsvoll ist die Tourenplanung bei unserem ambulanten Pflegedienst. Ich habe mir einmal sagen lassen, dass sie der eines hochkomplexen Logistikunternehmens gleicht – und es ist wahr! Jeden Tag ändern sich die Kunden und damit auch die erwünschten Leistungen. Außerdem kann natürlich jederzeit ein Mitarbeiter ausfallen oder unerwartet Stau auftreten. Um den Bereich kontinuierlich zu optimieren, hilft der Austausch mit anderen Pflegediensten – und natürlich gnadenlose Spontanität und Improvisation.

Was ist deine Vision für SOPHIA? Wo siehst du das Unternehmen in zehn Jahren?
Mein Ziel ist es, SOPHIA zu einem eigenständigen Pflege- und Betreuungsservice weiterzuent-

wickeln, der in der Pflegelandschaft einen echten Unterschied macht. Als feste Institution in unserem Einzugsgebiet wollen wir dann all jenen eine Plattform bieten, die Unterstützung suchen oder mit uns gemeinsam an echten Verbesserungen in der Pflege arbeiten wollen – idealerweise auch an weiteren Standorten.

Wie würdest du deine Persönlichkeit beschreiben?
Ich bin ein sehr offener und freundlicher Mensch, sehe jeder Herausforderung gelassen entgegen, versuche stets besonnen zu handeln und improvisiere dabei auch gerne. Das sind Eigenschaften, die mich schon vor meiner Zeit bei SOPHIA ausgemacht haben – meine Arbeit hat mich aber auch persönlich maßgeblich zu dem Menschen geformt, der ich heute bin.

Inwiefern beeinflussen diese Eigenschaften auch die Unternehmensstruktur und -kultur von SOPHIA?
Ich denke, meine offene und freundliche Art, auf Menschen zuzugehen, hilft sehr dabei, dass wir uns alle auf Augenhöhe begegnen können und es sehr flache Hierarchien gibt. Die Mitarbeiter kommen mit jedem Problem direkt auf mich zu. Sie wissen, dass wir gemeinsam immer eine Lösung finden – dieses Gefühl von Sicherheit spürt jeder von uns im Arbeitsalltag. Und mit einem starken Rückhalt arbeitet es sich leichter. Mein Improvisationstalent kommt mir bei den alltäglichen Herausforderungen auch immer wieder zugute.

„Gemeinsam finden wir immer eine Lösung."

Das Thema Demenz spielt in unserer immer älter werdenden Bevölkerung eine wachsende Rolle. Welche gesellschaftliche Verantwortung trägt SOPHIA?
Keine Frage – pflegebedürftig zu sein, ist eine schwierige Situation für die Betroffenen. Da können wir mit unserem breiten Angebot an Pflegeleistungen meist leicht Abhilfe schaffen. Aber mindestens genauso belastend ist es oft für die Angehörigen. Unsere größte Verantwortung sehe ich darin, die betroffenen Menschen aufzufangen, sie so zu beraten und zu unterstützen, dass nicht nur die pflegebedürftige Person selbst, sondern auch ihr gesamtes Umfeld entlastet wird – physisch, aber vor allem auch psychisch.

Persönliche Eigenschaften, die laut Luca Holzer im Pflegealltag helfen: Eigeninitiative, Spontanität und immer ein offenes Ohr.

WIR FORMEN UNSERE GEBÄUDE, DANACH FORMEN SIE UNS.

Demenzsensible Architektur

RAUM FÜR SELBST-BESTIMMTES LEBEN

Autorin: Nadine Holzer

Durch die kontinuierliche Abnahme der kognitiven Fähigkeiten bei Demenzpatienten ändern sich ihre Bedürfnisse und damit auch die Ansprüche an den Wohnraum. Die richtige Verwendung von Licht, Farben, Gerüchen, Akustik und Bildzeichen kann dabei helfen, weiterhin selbstbestimmt zu leben.

„Wir formen unsere Gebäude, danach formen sie uns." Schon Großbritanniens früherer Premierminister Winston Churchill wusste, dass Gebäude eine wichtige Rolle spielen bei der Stiftung von Identität und der Vermittlung von Halt und Stabilität. Sie sind ein Ort der Orientierung, der Sicherheit und des Wohlfühlens.
Gerade im Alter sehnen wir uns nach diesen Dingen – besonders wenn unsere kognitiven und motorischen Fähigkeiten beispielsweise durch eine Demenzerkrankung nachlassen. Betroffenen fällt es dann zunehmend schwerer, ehemals bekannte und klar ersichtliche Strukturen, Formen oder Gegenstände zu erkennen und zu unterscheiden, beispielsweise die Zeichen für Herren- und Damen-WC. Daraus folgt Orientierungslosigkeit und Unsicherheit, und diese können zu Exklusion, Isolation und Depressionen führen.

Ziele von demenzsensibler Architektur

Demenzsensible Architektur schafft Abhilfe – immer mit dem Ziel, dass sämtliche Räumlichkeiten so gestaltet sind, dass die Selbstständigkeit gefördert und die Mobilität angeregt wird. So bleiben kognitive Fähigkeiten und die physische Funktionalität möglichst lange erhalten. „Wenn der

Mensch sich nicht mehr an die Umwelt anpassen kann, dann muss sich eben die Umwelt an den Menschen anpassen", so Birgit Dietz, Leiterin des Bayerischen Instituts für Alters- und Demenzsensible Architektur. Demenzsensible Architektur bietet emotionale und physische Sicherheit, Funktionalität, Hygiene und Ästhetik und lässt damit ein wertschätzendes Umfeld entstehen. Zudem erleichtert sie Pflegekräften den Arbeitsalltag.

Wie sieht eine demenzorientierte Raumgestaltung aus?

Das oberste Credo der demenzsensiblen Architektur lautet: Die Wahrnehmung muss immer unmissverständlich sein. Die Architekten setzen auf ausreichende Lichtquellen, Farbkontraste und sinnvolle Orientierungshilfen, denn grundsätzlich hat das Gestaltungskonzept der demenzsensiblen Architektur das Ziel, die visuelle, auditive und sinnliche Wahrnehmung der Demenzpatienten zu unterstützen.

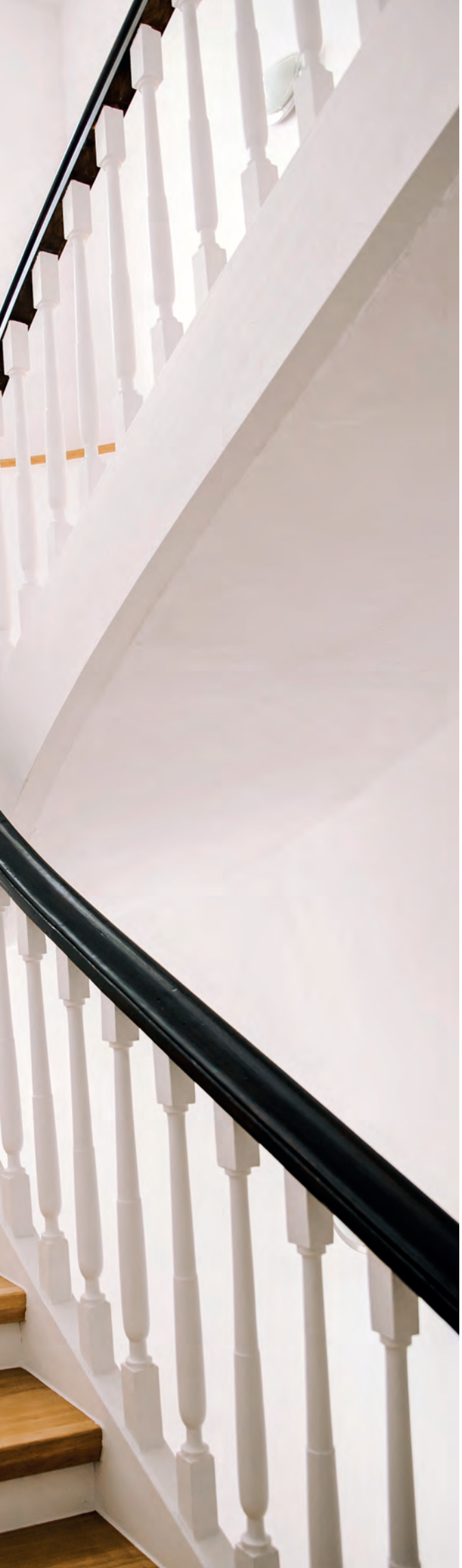
Farbe

Intensive, gesättigte Farben und Farbkontraste können eingesetzt werden, um die Wahrnehmung räumlicher Elemente (z. B. bestimmter Türen oder Wandabschnitte) zu stärken. Aber auch das Erkennen bestimmter Räume kann durch den Einsatz visueller Elemente unterstützt werden. Klare Hell-Dunkel-Kontraste können im Alter deutlich besser erkannt werden.

So muss sich beispielsweise die Sitzfläche eines Stuhls deutlich von der Bodenfarbe unterscheiden, sonst setzt sich ein Betroffener mit großer Wahrscheinlichkeit daneben. Auch in Bädern spielen Kontraste eine elementare Rolle: Ein weißes WC mit weißer WC-Brille kann für demenzkranke Personen ein gänzlich unbekanntes Element darstellen. Für die basale Farbgestaltung von Räumen gilt: Der Boden sollte keine Muster haben und stets die dunkelste Fläche darstellen, die Decke hingegen die hellste.

Licht

Eine hohe Grundausleuchtung der Räumlichkeiten sowie schattenarmes Licht stellen die Basis für eine gute Orientierung dar. Räumliche Situationen, aber auch Orientierungshilfen wie z. B. Merkzeichen, müssen durch ausreichende Beleuchtung gut erkennbar sein.



Aber Vorsicht: Eine allgemein zu hohe Beleuchtungsstärke kann schnell als blendend wahrgenommen werden. Differenzierte Lichtquellen und Lichtinseln schaffen einprägsame Orte, die von Betroffenen eher aufgesucht werden als dunkle Bereiche. Pendelleuchten über Esstischen erzeugen einen wohnlichen Charakter und unterstützen das Erkennen der Wohnküche. Dunkle Bereiche hingegen können als visuelle Barrieren dienen. Dimmbares Licht ermöglicht Beleuchtung entsprechend des Tagesverlaufs, wodurch die tageszeitliche Orientierung wesentlich leichter fällt.

Orientierungshilfen

Klare und gut erkennbare Beschriftungen dienen als Orientierungshilfen. Besonders die Wahl der Lichtschalter und Türgriffe ist entscheidend. Durch Schriftzeichen und Symbole (pro Schild maximal zwei Symbole und zwei Ziffern), aber auch über Materialien mit unterschiedlicher Oberflächenqualität können Informationen über die Umgebung ertastet werden.

Menschen mit Demenz fällt es oft schwer, Umweltgeräusche richtig zuzuordnen. Demenzsensible Architektur umfasst deshalb auch eine angemessene Hörbarkeit im Raum. Dies wird durch das Einbringen schallweicher Oberflächen wie Vorhänge oder Akustikdecken erreicht. Trittschall reduzierende Beläge verbessern das akustische Raumklima.

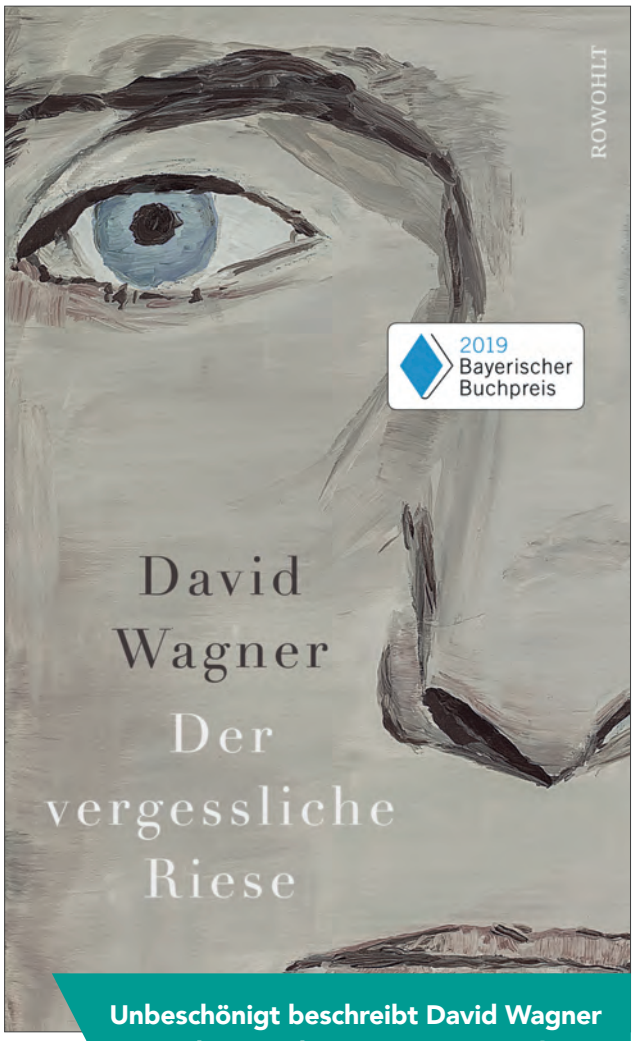
Demenzsensible Architektur sorgt für sensorische und geistige Reize, aktiviert zur Bewegung sowie zur sozialen Interaktion, ganz ohne zu überfordern. Über allem steht die

„Über allem steht die Vertrautheit, Privatsphäre und emotionale Sicherheit.“

Vertrautheit, Privatsphäre und emotionale Sicherheit des Wohnenden. Je besser die Umwelt aus eigenen Kräften, über alle Sinne wahrgenommen und verstanden werden kann, umso sicherer fühlt sich der Betroffene und kann – im Rahmen seiner individuellen Fähigkeiten – maximal selbstständig und selbstbestimmt leben. (dl)

„Der vergessliche Riese“ von David Wagner

IRGENDWO ZWISCHEN FLUCH UND SEGEN



Unbeschönigt beschreibt David Wagner die Beziehung zu seinem verloren geglaubten, demenzkranken Vater.

Angaben zum Buch:
272 Seiten, 22 Euro
ISBN: 978-3-498-07385-5

Autorin: Lisa Kummerer

Der Vater erscheint jedem Kind wie ein mächtiger, allwissender Riese. Davids Beziehung zu seinem Vater hingegen wird schon früh stark strapaziert. Jahrzehnte später bringt sie die Diagnose Demenz wieder zusammen.

„Was machst du denn hier, Freund?“ David Wagner eröffnet „Der vergessliche Riese“ mit einer eigentlich trivialen, beinahe alltäglichen Frage. Doch die Tiefe liegt im Detail: Denn es ist der Vater, der nicht etwa einem Freund die Frage stellt, sondern seinem Sohn David. David ist hier, weil sie sich verabredet haben. Schnell wird klar: Die Krankheit Demenz bestimmt ihr beider Leben.

Gestützt auf autobiografische Inhalte, beschreibt der Autor David Wagner das Fortschreiten der Krankheit bei seinem Vater. Anfangs bringt die Demenz nur wenige Beeinträchtigungen mit sich. Die Pflege kann noch von ambulanten Betreuern übernommen werden. Aber lange geht das nicht gut – der Vater muss ins Pflegeheim. David besucht seinen Vater häufig und obwohl redundante Gespräche die gemeinsamen Stunden füllen, reagiert der Sohn stets nachsichtig, nie genervt.

Genauso redundant und einfach wie die Themen ist auch die Sprache, mit der David Wagner ein klares Ziel verfolgt: ein realistisches Bild zu schaffen. Der Leser nimmt die Rolle des stillen Beobachters ein, der neben dem Vater-Sohn-Gespann auf einer Parkbank sitzt und aufmerksam lauscht. Authentisch und trotzdem befreit von jeglicher Dramatik zeichnet der Autor mithilfe wörtlicher Rede ein Bild davon, wie es sich anfühlt, wenn eine Krankheit einen lange verloren geglaubten Menschen wieder näher bringt – wissend, dass genau diese Krankheit den Menschen langsam entgleiten lässt.

„Das innere Leuchten“ von Stefan Sick

DAS ICH BLEIBT

Autorin: Lisa Kummerer

Das Gradmann-Haus in Stuttgart-Altental schafft einen Ort für demente Menschen. Sie kommen in der Tagesbetreuung zusammen oder leben stationär in der Wohngruppe oder einer Seniorenwohnung. Der Filmemacher Stefan Sick hat die Menschen in der Einrichtung ein Jahr lang begleitet.

Er hält den Lappen nicht einfach so, nicht beliebig in der Hand. Der Zuschauer merkt sofort, dass die Handgriffe und Bewegungen gekonnt sind, mit denen der Bewohner unzählige Holztische, Kommoden, Theken und Stühle abwischt. Wer dieser Mensch ist, erfährt der Zuschauer erst viel später: Er war Schreiner. Früher, vor der Demenz. Und trotzdem ist er, auch Jahre später im Pflegeheim, tief im Inneren noch dieser Mensch. Selbst wenn er inzwischen seinen eigenen Namen vergessen hat. „Das innere Leuchten“ verzichtet auf Interviews, dramatische Schnitte und ständig wechselnde Kameraeinstellungen. Stattdessen setzt Stefan Sick auf die unverfälschte Realität. Er folgt den Menschen in ihrem Alltag, zeigt die Verzweiflung in ihren Augen, die aggressiven Schübe und Handlungen, die sogar die Betroffenen selbst verwirren. Mindestens genauso wichtig ist aber die andere Seite. Denn ganz tief im Inneren steckt immer noch dieses einzigartige Leuchten, das jeden Menschen ausmacht. Auch die Demenz kann das nicht löschen. Damit diese Einzigartigkeit auch erhalten und weiterhin ausgelebt werden kann, brauchen Demenz-Patienten einen größtmöglichen Freiraum. Den bietet das Gradmann-Haus in Stuttgart. Denn nur, wenn die Betroffenen experimentieren und sich selbst (wieder) finden können, erstrahlt jenes innere Leuchten.

Der Kern eines jeden Menschen bleibt auch bei einer Demenzerkrankung erhalten.

Verfügbar zum Leihen und Kaufen auf Amazon Video und iTunes

IMPRESSUM

Herausgeber
SOPHIA mit P.S.
Südbayern gGmbH
Tölzer Straße 13
83607 Holzkirchen
Telefon: 08024 / 90 266 0

Info@sophia-suedbayern.de
www.sophia-suedbayern.de

Verantwortlich
Nadine Holzer

Verantwortliche Agentur
Medienstürmer GbR
www.medienstuermer.de

Autoren
Nadine Holzer (nh),
Andrea Haunolder (ah),
Lisa Kummerer (lk),
Florian Stocker (fs),
Giustina Gabelli (gg),
Daniel Lange (dl),
Philipp Bachhuber (pb),
Benjamin Schulz (bs),
Richard Mehlhose (rm),
Monika Bertels (mb).

Art Direction
Elena Hasenbeck

Produktion
Medienstürmer GbR

Druck
Flyeralarm

Auflage
1000 Exemplare

Redaktionsschluss
28. Februar 2020

© SOPHIA mit P.S.
Südbayern gGmbH,
alle Rechte vorbehalten

Freie Stellen

ARBEITEN BEI SOPHIA

Wir bieten eine familienfreundliche Unternehmenskultur, abwechslungsreiche Tätigkeiten, eine strukturierte Einarbeitung sowie die Aussicht auf eine unbefristete Festanstellung. Unsere Mitarbeiter nehmen an internen und externen Fortbildungen teil und profitieren von attraktiven Zusatzleistungen (Coaching, Sport- und Fitnessangebot).

HAUSWIRTSCHAFTSKRAFT (M/W/D)

TÄTIGKEITSPROFIL
- Alltägliche Dienstleistungen im Privathaushalt (Reinigung der Wohnräume, Einkaufen, Begleitung bei Terminen)
- Reinigung zweier Einrichtungen der teilstationären Tagespflege als Krankheits- & Urlaubsvertretung
- Kontinuierliche Dokumentation nach betrieblichen Vorgaben
- Aktive Mitarbeit an Qualitätssicherungsmaßnahmen

IHRE QUALIFIKATIONEN
- Abgeschlossene Berufsausbildung in einem hauswirtschaftlichen Umfeld wünschenswert
- Berufserfahrung mit hauswirtschaftlichen Tätigkeiten, bevorzugt im Umgang mit Pflegebedürftigen
- Soziale Kompetenz, Verantwortungsbewusstsein, Ausgeglichenheit & Geduld
- Führerschein der Klasse B

EXAMINIERTE PFLEGEKRAFT (M/W/D) für den ambulanten Pflegedienst

TÄTIGKEITSPROFIL
- Durchführung von ärztlich verordneten medizinischen Behandlungen
- Sorgfältige & gewissenhafte Führung der Pflegedokumentation
- Anpassung der Pflege an den Gesundheitszustand & die Bedürfnisse des Patienten
- Unterstützung durch kompetente Beratung sowie Anleitung zum Erhalt der Selbstständigkeit

IHRE QUALIFIKATIONEN
- Examinierte/r Altenpfleger/-in oder Gesundheits- & Krankenpfleger/-in
- Teamfähigkeit, Verantwortungsbewusstsein, Flexibilität
- Ausgeglichenheit & Geduld im Umgang mit älteren Menschen
- Initiative & Einsatzbereitschaft
- Führerschein der Klasse B

SOPHIA kann sich stets auf ein Gerüst aus zuverlässigen und unermüdlichen Unterstützern verlassen.

Wir sagen im Namen des gesamten Teams

Danke

Medienstürmer GbR

Holzers Physiotherapie

Steuerkanzlei Ecovis

Autohaus Spagl

Dr. Röska Naturkosmetik

Wernberger Beschriftungen

Alzheimer Oberland

HP Holzer & Partner

Peter Schilffarth Stiftung

Peter Schilffarth Institut für Neuropsychologie und Sozialwissenschaften

ESS Elektro Solar Service

Thomas Prankl Versicherungen

Geschenkeladen Joanna Vetter

SOPHIA Wohnungsbau

Hotel Altwirt

und alle weiteren Spender, Förderer und Unterstützer.

SOPHIA

FREUDE AM LEBEN