



Ein Tag mit Anna Frey

Begleitung alter und älter werdender
Menschen mit geistiger Behinderung
bei der
Lebenshilfe Wohnverbund NRW gGmbH
Lebenshilfe Wohnen NRW gGmbH



Lebenshilfe

Wohnverbund NRW gGmbH
Wohnen NRW gGmbH



Ein Tag mit Anna Frey

Morgens	6
Vormittags	8
Mittags	10
Nachmittags	12
Abends	14
Nachts	16



Liebe Leserinnen und Leser,

in dieser Broschüre möchten wir Ihnen einen Einblick in unsere Arbeit in der Begleitung alter und älter werdender Menschen mit geistiger Behinderung geben und laden Sie herzlich ein, einen Tag mit Anna Frey zu erleben.

Ein Tag mit Anna Frey

Morgens



Anna Frey ist 64 Jahre alt und lebt seit 22 Jahren in einer besonderen Wohnform. Mittlerweile ist sie Rentnerin, besucht unter der Woche an vier Tagen die hausinterne Tagesstruktur. Daher muss sie auch nicht mehr um halb sechs Uhr aufstehen, um den Bus für die Werkstatt für Menschen mit Behinderung zu bekommen, wie viele ihrer Mitbewohner:innen, sondern kann es sich gönnen, ein bisschen auszuschlafen. Diese Nacht hat sie recht gut geschlafen. Sie wurde nur einmal wach, als Georg, die Nachtwache, sie weckte, um zu fragen, ob ihre Vorlage gewechselt werden müsse. Seit einiger Zeit ist Anna harninkontinent. Zudem hat Anna Osteoporose, wodurch sie beim Gehen immer unsicherer wird.¹

Seit einer Weile geht sie daher am Rollator. Wichtig ist, dass sie ihre orthopädischen Hausschuhe trägt, wenn sie im Haus unterwegs ist, da die Sturzgefahr dadurch geringer ist und sie mehr Halt findet.²

Gegen acht Uhr klopft es leise an der Tür. Anna ist schon wach und Frauke, die neue Assistentin auf Annas Gruppe, steckt den Kopf durch die Tür. Anna mag Frauke gern, weil sie genau so gern Scherze macht wie sie. Nur ihren Namen kann sie sich noch nicht merken; früher fiel ihr das leichter.³

Frauke reicht Anna ein Glas Wasser, während sie noch auf der Bettkante sitzt. Heute misst sie den Blutzucker, denn Anna hat einen beginnenden Diabetes, der aber gut im Griff ist. Anna hat vor kurzem eine Schulung in leichter Sprache zu dem Thema

1 Altersbedingte Erkrankungen

Es lassen sich körperliche und seelisch / geistige Veränderungen im Alter unterscheiden. Alterserkrankungen können z.B. sein:

- Veränderungen und Erkrankungen des Bewegungsapparates (Osteoporose, Rheuma, Arthrose; ...)
- Atemwegserkrankungen
- Altersdiabetes
- Dysphagie (Schluckstörungen)
- Krankheiten, die das Herz-, Kreislaufsystem betreffen (Gefahr von Herzinfarkten, Schlaganfällen, Bluthochdruck, etc.)

2 Hilfsmittelversorgung

Alterungsprozesse erfordern oftmals die Versorgung mit Hilfsmitteln, wie z.B.:

- Orthopädisches Schuhwerk
- Rollatoren u. Gehhilfen, Rollstühle
- Inkontinenzschutzversorgung, Brillen, Hörgeräte, etc.

3 Demenz, z.B. Alzheimer

Altersvergesslichkeit bis hin zu demenziellen Veränderungen oder gar Demenzerkrankungen, wie die Alzheimer-Erkrankung, treten besonders bei Menschen mit geistiger Behinderung, wie z.B. bei Menschen mit Trisomie-21, häufig schon in jüngerem Alter als bei nicht behinderten Menschen auf.

Die Diagnostik stellt Fachleute, insbesondere Ärzte, vor eine große Herausforderung, da die gängigen Testverfahren für Menschen mit geistiger Behinderung aufgrund ihrer andersartigen intellektuellen

besucht und versteht nun auch besser, warum es wichtig ist, auf die Ernährung zu achten. Frauke trägt die Werte in die Dokumentation ein, so können sie diese beim nächsten Arztbesuch gemeinsam besprechen.⁴

Frauke unterstützt Anna bei der morgendlichen Pflege; das Duschen verschieben sie auf den Abend, da Anna jetzt lieber frühstücken möchte. Also wäscht Anna ihr Gesicht und Frauke hilft ihr beim Heben der Arme sowie beim Zähneputzen, da Anna das nicht mehr gut allein kann. Die Gesichtsschmierung am Ende darf nicht fehlen. Gemeinsam gehen sie in die Küche, wo Anna sich ihr Frühstück zubereitet. Für Anna gehört zu einem guten Frühstück ausreichend Kaffee, Quark und Brot. Wurst mag sie nicht so gern.⁵

Da die Tabletten schwer für sie zu schlucken sind, haben sie mit dem Hausarzt besprochen, dass sie den größten Teil in Tropfenform bekommen kann. Heinz, ihr Mitbewohner, setzt sich zu Anna in die Küche und die beiden plaudern ein wenig. Dann wird es Zeit für die Tagesstruktur. Allein kommt Anna mit dem Rollator nicht mehr dort hin, so dass sie Frauke bittet, ihr in den Aufzug zu helfen, mit dem sie dann runterfährt.

ellen Fähigkeiten nicht anwendbar sind. Mittlerweile gibt es jedoch eine sehr gute Unterstützung durch die Medizinischen Zentren für erwachsene Menschen mit Behinderung (MZE).

4 Dokumentation

Wir halten eine computergestützte Dokumentation vor, in der pädagogische, medizinische und pflegerische Inhalte bewohnerbezogen dokumentiert werden.

5 Artikulation von Wünschen

Zu beachten ist, dass Menschen mit geistiger Behinderung von vornherein häufig in ihren Ausdrucksmöglichkeiten eingeschränkt sind, z.B. wenig Sprache. Je nach biografischem Hintergrund, z.B. Sozialisation, langjährigem Aufenthalt in Institutionen und auch begründet in der Geschichte der Behindertenhilfe wurde die Entwicklung der Selbständigkeit und Individualität der Menschen mit geistiger Behinderung oftmals sehr begrenzt. Somit ist der Bezug zu den eigenen Bedürfnissen und Wünschen oft erschwert.



Vormittags



Heute findet vormittags ein Gruppenangebot statt. Gestern war Anna mit einer weiteren Nutzerin der Tagesstruktur und der Assistentin Carmen im Gartencenter. Sie wollen das Hochbeet neu bepflanzen und haben Tomaten-, Gurken und Zucchiniplanzen besorgt, die sie heute setzen wollen.⁶

Vera, ebenfalls Nutzerin der Tagesstruktur, fängt an zu weinen und laut zu schimpfen. Anna kann es nicht gut aushalten, wenn es so laut ist und sucht sich ein ruhigeres Plätzchen.⁷

Bevor es mit dem Einpflanzen losgeht, warten sie noch auf Oliver und Oskar. Die beiden leben noch bei ihren Eltern und kommen täglich in die Tagesstruktur, um auf die Werkstatt für Menschen mit Behinderung vorbereitet zu werden. Alle trinken noch gemeinsam einen Kaffee und erzählen etwas. Als Oliver und Oskar ankommen, kann es losgehen. Anna freut sich darauf, das Hochbeet zu bepflanzen. Früher hat sie ihrem Vater oft bei der Gartenarbeit geholfen und das hat ihr immer Spaß gemacht. Davon hat sie neulich auch Carmen erzählt, welche dies direkt in Annas Lebensbuch eingetragen hat.⁸

6 Tagesstruktur

Wir halten an unterschiedlichen Orten, angegliedert an die besonderen Wohnformen, Tagesstrukturen vor. Nutzer:innen sind Menschen, die aufgrund ihrer Fähigkeiten oder ihres Alters keine Werkstatt für behinderte Menschen oder einer anderen Tätigkeit nachgehen. Einige dieser Tagesstrukturen können auch von externen Nutzer:innen besucht werden.

7 Psychische Veränderungen

Altersprozesse gehen häufig mit psychischen Veränderungen einher. Dies können einerseits altersbedingte Veränderungen im emotionalen Erleben sein. Andererseits können auch altersbedingte psychische Erkrankungen auftreten, z.B. in Verbindung mit dementiellen Veränderungen. Beispiele für psychische Erkrankungen können sein:

- Depressionen
- Schizophrenie
- Angststörungen

8 Biografiearbeit

Die biografische Arbeit ist ein wichtiger Bestandteil der Begleitung der älteren und älter werdender Menschen. Damit ist die Beschäftigung mit der Lebensgeschichte eines Menschen gemeint. Das tiefgreifende Wissen rund um das Leben der Menschen führt zu Wertschätzung und Verständnis. Das wiederum trägt zu einer individuelleren Begleitung im Alltag bei.

Ihr Mitbewohner, Walter, welcher auch die Tagesstruktur besucht, hat heute keine Lust; ihm ist das zu anstrengend und er entscheidet sich, lieber Musik zu hören. Er fragt Carmen, ob sie mal wieder zum Friedhof fahren können, damit er Blumen zum Grab seiner Mutter bringen kann. Sie planen dies für den kommenden Freitag.

Nachdem die Setzlinge in der Erde sind, kommen alle am großen Tisch zusammen und nehmen einen kleinen Snack ein. Oliver teilt den anderen über sein Tablet mit, dass sein Bruder am Wochenende Vater und er selbst somit Onkel geworden ist. Alle gratulieren Oliver dazu, dass er nun Onkel ist. Oliver hat keine aktive Sprache und er kommuniziert über ein Programm auf dem Tablet. Anna hat auch eine Nichte. Mittlerweile ist sie schon 28 und manchmal machen sie zusammen einen Ausflug oder sie besuchen sich gegenseitig. Morgen zum Beispiel, da feiert ihre Nichte nämlich ihren Geburtstag.

Carmen macht noch schnell mit Oliver ein Foto vom Hochbeet und so kann er zu Hause seinen Eltern davon berichten, was er heute gemacht hat. Auch Annas Mitbewohnerin Hannelore kommuniziert über ein Tablet; früher konnte sie sich nicht mit Hannelore unterhalten, da sie nicht sprechen kann, aber mit Hilfe der unterstützten Kommunikation klappt das mittlerweile richtig gut.⁹

9 Barrierefreie Kommunikation

Die unterstützte Kommunikation ist für uns ein Teil der barrierefreien Kommunikation. Darunter verstehen wir alles, was die Kommunikation erleichtert und Missverständnisse verhindert. Hierbei können wir jegliche Materialien und Hilfsmittel benutzen, die etwas für unsere Nutzer:innen klarer oder verständlicher machen.

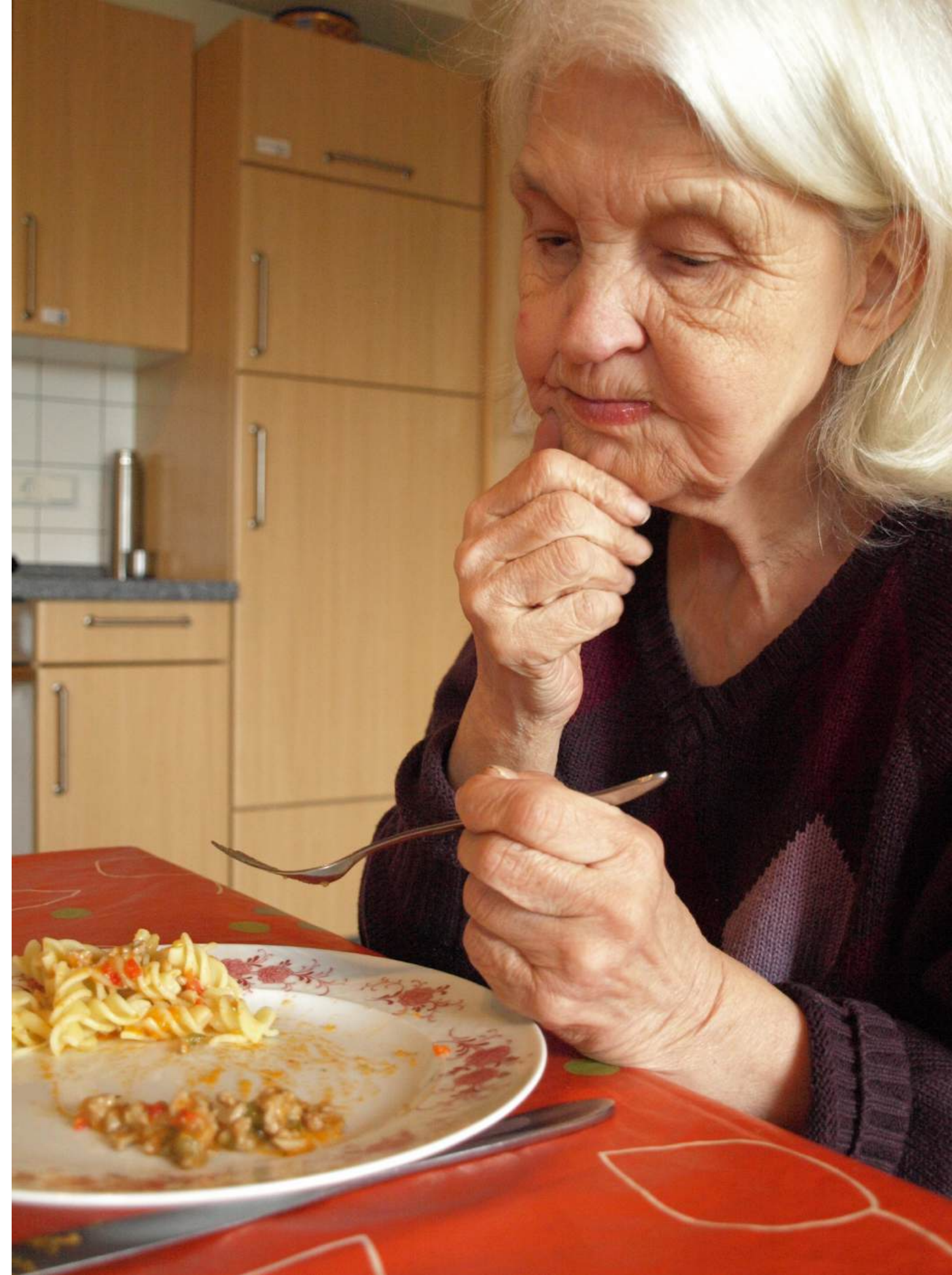
Mittags

Gegen halb eins gibt es Mittagessen, das sie am großen Tisch einnehmen. Anna verschluckt sich in letzter Zeit immer wieder mal, so dass Carmen sich zu ihr setzt und sie ein wenig unterstützt. Walter möchte lieber in der Küche essen; ihm ist das zu trubelig.

Anna überlegt, ob sie jetzt noch ihre Lieblingsserie im Fernsehen schaut oder doch einen Mittagsschlaf machen soll, nachdem Carmen sie in ihren Wohnbereich begleitet hat. Eigentlich ist sie ein wenig geschafft. Und da sie heute Nachmittag noch einkaufen möchte, entscheidet sie sich doch für den Mittagsschlaf. Marc, der Assistent im Spätdienst, hilft Anna beim Hinlegen und fragt, ob er sie zum Kaffeetrinken wieder wecken soll. Als würde sie sich den entgehen lassen! ¹⁰

10 **Verändertes Ruhe- und Schlafbedürfnis**

Möglicherweise verändert sich neben einem erhöhten Ruhebedürfnis auch der Tag- und Nachtrhythmus. Erschöpfungszustände und damit einhergehende Pausenzeiten nehmen häufig zu. Auch verändert sich häufig die Dauer der Schlafphasen.



Nachmittags

Eine Stunde später begleitet Marc Anna in das Wohnzimmer, nachdem er sie geweckt hat. Dort sitzen auch schon die anderen Bewohner:innen der Gruppe. Nur Marie, Dimitri, Markus und Frieda fehlen noch. Sie sind noch in der Werkstatt. Anna genießt ihren Kaffee und heute gibt es Himbeertorte dazu. Für sie ist nach einem Stück genug, denn sie achtet auf ihren Blutzuckerspiegel. Nun ist auch Melanie da, die Assistent:in, mit der Anna heute zum Bum-meln in der Stadt verabredet ist. Sie braucht ja noch ein Geschenk für den Geburtstag ihrer Nichte morgen.

Auf dem Weg nach draußen begegnen sie den Mitbewoh-ner:innen, die gerade mit dem Bus aus der WfbM kommen. Die Busfahrerin Maria begrüßt Anna herzlich. Sie hat Anna viele Jahre zur Werkstatt und wieder zurückgefahren, aber dann war Anna ein Jahr nur noch in Teilzeit beschäftigt und nun ist sie seit einer ganzen Weile im wohlverdienten Ruhestand.

In der Stadt angekommen, findet sie auch direkt ein schö-nes Halstuch für ihre Nichte. Anna bezahlt an der Kasse mit ihrer EC-Karte. Mittlerweile kann sie das allein, denn sie hat in ihrer letzten Bedarfsermittlung als Ziel festgelegt, dass sie den Umgang mit der Karte am Geldautomaten und im Geschäft lernen möchte. ¹¹



11 Hilfeplanung

Mit der Bedarfsermittlung wird der individuelle Teilhabebedarf eines Kindes, Jugendlichen oder Erwachsenen mit Behinderung erfasst. Sie ist der Schlüssel zur Bewilligung zielgerichteter und geeigneter Leistungen zur Teilhabe. Im Mittelpunkt steht dabei die leistungsbe-rechtigte Person mit ihren Wünschen, Vorstellungen und Zielen. Die Ergebnisse werden im Bedarfsermittlungsinstru-ment für Nordrhein-Westfalen (BEI_NRW) dokumentiert.

www.lwl-soziales.de/de/bei_nrw/

Zurück zu Hause begegnet ihr Bernd, ein Mitbewohner einer anderen Gruppe, auf dem Flur und informiert Anna, dass am Samstag eine Beiratssitzung stattfindet. Sie ist im letzten Jahr neu gewählt worden und es macht ihr Spaß, sich für die Belange der anderen einzusetzen. Dann ist auch schon Zeit für das Abendessen. ¹²

12 Bewohner:innenbeiräte

Jede Wohnstätte hat einen Bewohner:in-nenbeirat, der durch Assistent:innen unterstützt wird. Der Bewohner:innen-beirat setzt sich für die Interessen und Belange der Bewohnerschaft ein. Einmal im Jahr findet ein Treffen aller Beirat:in-nen unserer besonderen Wohnformen statt. Dieses dient dem Austausch, als auch der Arbeit an relevanten und aktu-ellen Themen.

Abends

Heute gibt es neben dem Brot, Aufschnitt und Käse noch Blätterteigtaschen mit Spinat und Schafskäse. Die hat Dimitri in seinem Kochkurs gemacht und für alle zum Probieren mitgebracht. Nachdem Anna mit dem Essen fertig ist und ihr Geschirr und Besteck weggeräumt hat, begleitet Melanie sie ins Bad. Bevor sie es sich im Pyjama gemütlich macht, möchte sie sich noch schnell abduschen und holt ihre Seife und das Shampoo aus dem Zimmer. Sie kann auf dem Duschstuhl sitzen, denn das ist angenehmer für sie und Melanie reicht ihr den Waschlappen und unterstützt sie bei den Körperteilen, die Anna nicht mehr gut erreicht.

Frisch geduscht und im Pyjama geht sie dann in das Wohnzimmer zurück, wo Hannelore schon auf sie wartet und auf ihrem Tablet tippt. Kurz darauf teilt die Stimme mit, dass heute „Der Bergdoktor“ kommt. Marc bringt den beiden noch eine Kanne Tee und kleine Snacks, um dann mit Georg Übergabe zu machen, der nun wieder zur Nacht da ist. Er setzt sich etwas später zu den beiden Frauen und hat Geschenkpapier und eine Schere mitgebracht, damit sie noch das Halstuch für Annas Nichte einpacken können. Als die Serie zu Ende ist, fallen Anna schon fast die Augen zu und Georg begleitet sie noch einmal in das Bad, um ihr mit der Vorlage zu helfen und damit Anna noch ihr Gebiss reinigen kann. Anna hat jeden Abend ihre festen Abläufe.¹³

13 Rituale und feste Abläufe

Rituale sind Abläufe und Gewohnheiten, die wiederkehrende Reihenfolgen haben und damit feste – bewusste und unbewusste – alltägliche und bekannte Strukturen bilden. Der sinnbildliche Charakter fester Ablaufstrukturen hilft Menschen mit Demenz dabei, sich an diese Abläufe zu erinnern.



Nachts

Als Anna eine angenehme Position zum Schlafen gefunden hat, wünscht Georg ihr eine gute Nacht und erinnert Anna daran, dass er zwischendurch leise in ihr Zimmer schauen wird, ob alles in Ordnung ist und dass sie ihn rufen soll, wenn sie zur Toilette möchte. Anna schläft fast ein, da öffnet sich die Tür. Es ist aber nicht Georg, sondern ihre Mitbewohnerin Gerda, die auf einmal in ihrem Zimmer steht. Sie redet vor sich hin und geht an ihren Kleiderschrank. Das kennt Anna schon; Gerda hat sich in der Zimmertür vertan. Wahrscheinlich hat Georg die Tür nicht richtig herangezogen, denn sonst hätte Gerda das Zimmer ja gar nicht öffnen können. Sie ruft nach Georg, welcher Gerda dann hinausbegleitet und die Tür diesmal richtig schließt.¹³

Endlich wird es ruhiger auf dem Flur und Anna kann einschlafen. Irgendwann wird sie durch einen schwachen Lichtstrahl wach. Es ist Georg auf seinem Rundgang, aber Anna kann schnell wieder einschlafen und als sie das nächste Mal wach wird, hört sie dann ihre Mitbewohner:innen auf dem Flur, die sich für die Werkstatt vorbereiten. Anna dreht sich noch einmal um und kuschelt sich in ihr Kissen. Ein bisschen kann sie noch schlafen und dann freut sie sich auch auf den Tag, denn heute wird Geburtstag mit ihrer Nichte gefeiert. Und vielleicht gönnt sie sich an so einem besonderen Tag auch mal ein zweites Stück Kuchen.

14 SUDD (Skala zur Unterstützung der Demenzdiagnostik)

Die in der Demenzpflege üblichen Verfahren und Testungen, wie z.B. der Mini-Mental-Test, sind für die Begleitung von Menschen mit geistiger Behinderung wenig geeignet. Grund hierfür ist, dass diese Methoden immer einen Norm- bzw. Normalwert zu Grunde legen und so nicht die ganz unterschiedlichen Fähig- und Fertigkeiten erfasst werden können.

Die SUDD ist eine Methode, die die höchst individuellen Fertigkeiten in den unterschiedlichen Bereichen (z.B. Orientierung, Erinnern, Erkennen, Nachahmen, Zahlen- und Formenverständnis) erfasst.

Durch regelmäßige Wiederholung des Verfahrens werden die ermittelten Ergebnisse mit den Ergebnissen aus den vorherigen Durchführungen der Skala verglichen. Abbauprozesse und Veränderungen können so deutlicher werden.

In der Begleitung übernimmt die SUDD eine ergänzende Funktion im Prozess der Diagnostik und kann im Gespräch mit Ärzten Unterstützung und Orientierung bieten.



Ansprechpartner:innen:

Natascha Neumann

Bereichsleitung Wohnen und Ambulante Dienste

neumann.natascha@lh-wohnverbund-wohnen-nrw.de

Britta Grammel

Fachbereichsleitung Pädagogik

grammel.britta@lh-wohnverbund-wohnen-nrw.de

Sabrina Boos

Fachbereichsleitung Pädagogik

boos.sabrina@lh-wohnverbund-wohnen-nrw.de

Tim Köhler

Fachbereichsleitung Pflege

koehler.tim@lh-wohnverbund-wohnen-nrw.de

Impressum

Ein Tag mit Anna Frey

Begleitung alter und älter werdender Menschen mit geistiger Behinderung bei der Lebenshilfe Wohnverbund NRW gGmbH / Lebenshilfe Wohnen NRW gGmbH

Oktober 2024

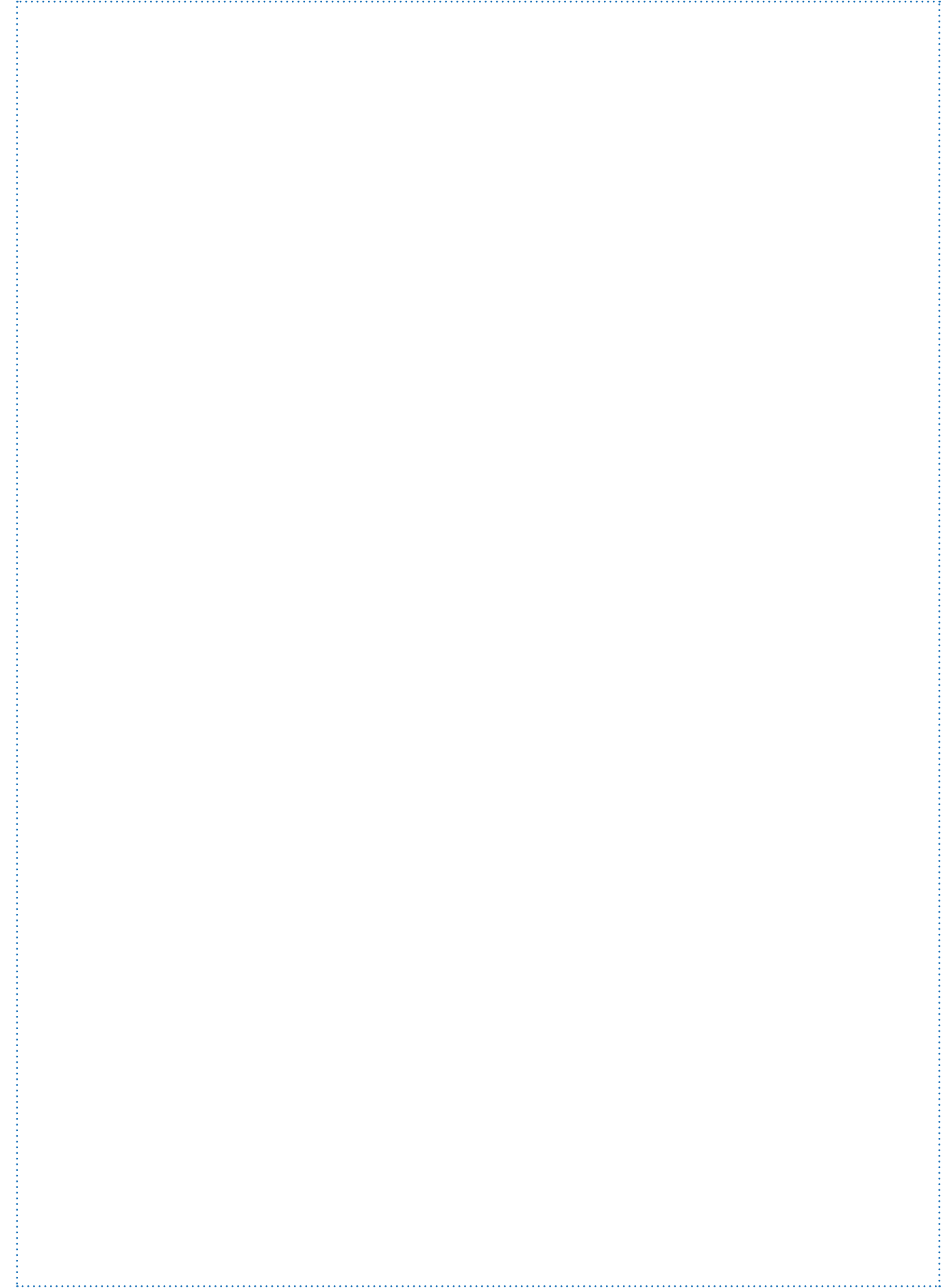
Herausgeber:
Lebenshilfe Wohnverbund NRW gGmbH
Lebenshilfe Wohnen NRW gGmbH
Berliner Str. 47
42275 Wuppertal

Verantwortlich:
Michaela Dieter

Redaktion:
Sabrina Boos
Tim Köhler

Fotos:
Markus Brenner

Layout:
Christoph Wortmann



Lebenshilfe Wohnverbund NRW gGmbH
Lebenshilfe Wohnen NRW gGmbH
Berliner Str. 47
42275 Wuppertal

Tel. 0202 705 118 0
Fax 0202 705 118 29

info@lh-wohnverbund-wohnen-nrw.de
www.lebenshilfe-wohnverbund-nrw.de

