



30.
Ausgabe

Liebe Leserin, lieber Leser!

Von der Arbeit unserer Familienpflege wissen nur wenige. Das öffentliche Interesse, besonders auch von Seiten der Politiker, ist nicht besonders groß. Das führt dazu, dass die Finanzierung schwierig ist. Erst seit ein paar Jahren hat sich der Stundensatz erhöht, den Krankenkassen für die Leistungen unserer Fachkräfte erstatten. Trotzdem bleibt eine deutliche Finanzierungslücke, die durch Landeszuschüsse querfinanziert werden muss. Die Krankenkassen gewähren Familien häufig nur noch eine Finanzierung für vier Stunden pro Woche über einen Zeitraum von vier Wochen. Das ist oftmals viel zu wenig. Gleichzeitig sehen wir, dass der Bedarf steigt – gerade auch in der Pandemiezeit – und dass die Arbeit unserer Familienpflege so wertvoll ist. Wir freuen uns, dass wir für Familien mit kranken oder überlasteten Eltern seit 70 Jahren da sein können.

Ihr

Johannes Schlichtmann
Teamleitung OST



AUSGABE 30 | 2021

UNSERE THEMEN

- **Demenzkrank**
Wie erobere ich das Herz (m)eines Mannes?
- **Buch-Tipps**
Für einen schönen Lese-Herbst

Die Gesichter unserer Familienpflege mit Leiterin Ulrike Neumann (2.v.r.) und Vorstand Inge-Dorothea Boitz (2.v.l.)

Seit 70 Jahren gibt es die Familienpflege

Wir helfen, wenn Eltern ausfallen

Wenn Eltern krank oder überlastet sind und Kinder versorgt werden müssen, ist schnelle Hilfe gefragt. Ulrike Neumann leitet seit 30 Jahren die Familienpflege der Evangelischen Sozialstation Freiburg. Ihr Team unterstützt Familien in Not – vielfach unbemerkt von der Öffentlichkeit.

Montagsmorgen bei der Evangelischen Sozialstation Freiburg: Das Telefon von Ulrike Neumann steht nicht still. Bei der Leiterin der Familienpflege melden sich viele Familien, die Unterstützung brauchen. Heute sind es sieben Anfragen an einem Vormittag. Die Familienpflegerinnen springen ein, wenn beispielsweise Mehrlinge oder Frühchen geboren werden, ein Elternteil unter einer schweren Erkrankung leidet oder eine Frau nach der Geburt so geschwächt ist, dass sie sich um die Pflege des Neugeborenen nicht kümmern kann. Auch bei psychi-

schen Erkrankungen – ob direkt nach der Schwangerschaft, durch Überlastung oder andere Auslöser – sind die Familienpflegerinnen gefragt. Gerade die Corona-Pandemie hat viele Familien in Not gebracht. „Seit Mai dieses Jahres kommen fast täglich Anfragen aufgrund von Erschöpfungsdepression“, berichtet Ulrike Neumann.

Seit 30 Jahren leitet sie die Familienpflege. Zu ihrem Team gehören 13 Fachkräfte, die über eine hauswirtschaftliche, pädagogische und pflegerische Qualifikation verfügen. Dazu kommen fünf Auszubildende und zwei dual Studierende. Sie alle kümmern sich um die Dinge, die in einer Familie nötig sind: Sie kaufen ein, kochen, putzen, waschen, bügeln die Wäsche – und nicht zuletzt versorgen sie die Kinder.

Auch wenn die alltäglichen Arbeiten ähnlich sind, sieht die Hilfe bei jeder Familie anders aus. „Es verlangt viel Fingerspitzengefühl, um sich auf die jeweilige Situation einlassen zu können“, sagt Christa Müller, die seit 2014 bei der Familienpflege der Evangelischen Sozialstation arbeitet. Ein hohes Maß an Sensibilität und



Damit der Alltag gelingt

Flexibilität ist besonders dann gefragt, wenn kulturelle Unterschiede und sprachliche Barrieren hinzukommen. „Wir leben ein Stück weit das Leben der Familie mit. Das ist auch für die Familie nicht immer einfach, da ein zunächst fremder Mensch Einblick in den sehr intimen Bereich der Familie erhält.“ Ganz wichtig ist deshalb Diskretion. „Weder Nachbarn noch andere Personen bekommen durch uns Einblick in eine Familie. Das schafft Vertrauen“, so Ulrike Neumann. In Teambesprechungen und Supervisionen können die Familienpflegerinnen schwierige Situationen besprechen, sodass alle optimal betreut werden.



Im Überblick

Familienpflege in Freiburg

Wenn Familien in Not sind, braucht es schnelle, unkomplizierte Hilfe. Deshalb arbeitet die Familienpflege der Evangelischen Sozialstation Freiburg mit dem Kompetenzzentrum Frühe Hilfen der Stadt Freiburg zusammen. Das Zentrum finanziert unbürokratisch den Einsatz der Familienhilfe für einen Zeitraum von drei Wochen. In dieser Zeit kann dann der Antrag bei den Krankenkassen gestellt werden. Die Evangelische Sozialstation Freiburg und der Caritasverband Freiburg-Stadt sind die beiden großen Träger, die Familienpflege in Freiburg anbieten. Beide sind gut vernetzt und vermitteln entsprechend ihrer Auslastung auch untereinander.

Demenzerrkrankte Männer brauchen eine andere Ansprache als Frauen

Wie erobere ich das Herz (m)eines Mannes?



Handarbeiten, kreatives Gestalten, Backen und Kochen. Wenn es um die Betreuung von demenzerkrankten Menschen geht, stehen häufig Tätigkeiten im Vordergrund, die als typisch weiblich gelten. Ältere Männer lassen sich dafür oftmals nicht begeistern. Sie brauchen andere Angebote und vor allem eine andere Ansprache. Das kann auch für die Betreuung zu Hause neue Impulse geben.

Frauen werden älter als Männer. In Pflege-Einrichtungen leben rund 70 Prozent Frauen, während Männer häufiger zu Hause von ihren Ehefrauen, Töchtern oder Schwiegertöchtern gepflegt werden. Auch die Fachkräfte in den Einrichtungen sind mehrheitlich weiblich. Diese Ausgangslage bestimmt meist auch die Angebote, die demenzerkrankten Menschen in der sozialen Betreuung gemacht werden. Vieles dreht sich um hauswirtschaftliche Tätigkeiten wie Backen und Kochen, entsprechend der Lebenswelt, die sich aus der traditionellen Frauenrolle ergeben hat. Darüber hinaus wird gebastelt und gemalt oder Sitzgymnastik organisiert, um sich fit zu halten. Diese Angebote haben sich generell als Beschäftigungen für demenzerkrankte Menschen etabliert. Doch für viele Männer gilt: „Das ist nichts für mich!“ Dabei geht es um die Tätigkeiten an

sich, aber auch darum, wie Angebote unterbreitet und benannt werden.

Das Tun soll sinnvoll sein

Sabrina Dorfner, Sozialpädagogin und Demenz-Care-Expertin beim Kompetenzzentrum Demenz in Schleswig-Holstein, hat viele Einzelgespräche mit demenzerkrankten Männern geführt und oft erfahren, dass Männer besonderen Wert darauf legen, etwas Sinnvolles zu tun. „Männer möchten keine Beschäftigungstherapie. Nichts für Frauen. Nichts für Pflegebedürftige. Sie schlagen häufig Angebote aus, wenn sie den Eindruck haben, dass sie nicht sinnvoll sind.“

Während für Frauen Gemeinschaft und Austausch einen großen Stellenwert haben, wird das Leben der Männer oft von Wettbewerb und

**„Männer haben's schwer, nehmen's leicht
Außen hart und innen ganz weich
Werd'n als Kind schon auf Mann geeicht
Wann ist ein Mann ein Mann?“**

„Männer“, Herbert Grönemeyer, 1984

Leistung geprägt. Mit einer Demenzerkrankung tauchen dann Fragen nach der eigenen Identität als Mann auf: Was kann ich noch als Mann? Was bin ich noch wert, wenn ich so vieles nicht mehr kann? Viele erleben, dass ihre Meinung weniger zählt und dass sie als Väter und Großväter weniger gefragt sind. Deshalb können Tätigkeiten, die den Betroffenen das Gefühl vermitteln, etwas Sinnvolles zu tun und mit ihren Kompetenzen wirklich zu unterstützen, besonders motivierend sein.

Individuelle Wünsche stehen ganz oben

Spezielle Angebote für Männer sind hilfreich, aber dieser Ansatz sollte nicht zu einem starren Schubladen-Denken führen. Es gibt natürlich auch Frauen, die mit großer Freude heimwerken, und Männer, die kunstvoll basteln oder sehr gern kochen. Am wichtigsten ist es, individuell auf den einzelnen Menschen zu schauen. Das ist bei der Pflege zu Hause besonders gut möglich. Sabrina Dorfner hat die Erfahrung gemacht,



Für viele Männer motivierend

Handwerklich helfen

Während Frauen oftmals gern basteln, um jahreszeitlich die Umgebung zu schmücken oder kleine Geschenke machen zu können, kann es für Männer stattdessen eine motivierende Aufgabe sein, handwerklich aktiv zu werden. Das gibt das befriedigende Gefühl, helfen zu können, beispielsweise beim Flicken eines Fahrradreifens, beim Aufhängen von Bildern oder Wechseln von Glühbirnen. Manche Männer möchten selbst nicht mehr zupacken, wenn sie Zweifel haben, etwas souverän erledigen zu können. Dann bringen sie aus dem Hintergrund ihre Erfahrungen und Kompetenzen ein. So ersetzt das Fachsimpeln das Tun und das männliche Selbstbild bleibt gewahrt.

dass es sich bei den individuellen Wünschen der Männer häufig um ganz alltägliche Dinge handelt: Karten spielen, mal wieder richtig lange wach bleiben, ein Bier trinken oder auch gut über das Weltgeschehen informiert sein und darüber diskutieren.

Im Alltag zu Hause: Bitten Sie um Hilfe!

„Kannst du mir mal helfen? Ich brauche deine starke Hand. Die Kiste muss in das Regal im Keller.“ Eine solche Aufforderung zur Hilfe kann für einen demenzerkrankten Mann sehr motivierend sein. Es ist aber wichtig, dass er sich nicht überfordert fühlt, denn dann könnten am Ende beide frustriert sein. „Hab ich's gut gemeint und jetzt klappt's doch wieder nicht ...“ Um das zu vermeiden, ist es wichtig, die Aufgabe einfach zu halten, sehr klar zu formulieren und geduldig zu bleiben.

Auf das Lebenswerk blicken – und darüber sprechen

Sie können für Ihren demenzerkrankten Angehörigen eine sogenannte Biografiekiste packen. Dabei kann auch eine Fachkraft helfen, die zur Eins-zu-eins-

Betreuung zeitweise zu Ihnen nach Hause kommt. Eine solche Biografiekiste enthält konkrete Dinge oder Symbole, die für den Beruf, Hobbys oder Zeitgeschichtliches stehen. Sie selbst oder die Betreuungskraft können diese Kiste immer wieder ins Spiel bringen, um in der Vergangenheit zu stöbern. Eine Frage wie „Darf ich in die Kiste schauen?“ ist ein guter Einstieg. Anhand der Dinge können sich heilsame Gespräche entwickeln und es gibt die Gelegenheit, auf Geleistetes zu blicken. Die Biografiekiste kann auch für Fachkräfte des ambulanten Pflegedienstes ein guter Einstieg und Zugang auf der Beziehungsebene sein.

Gerade wenn Männer einen anspruchsvollen Beruf ausgeübt haben, kommen ihnen manche Beschäftigungsangebote „lächerlich“ vor. Das liegt zum Teil gar nicht an der Tätigkeit an sich, sondern an den Namen der Angebote. Während Singrunden oder Sitzgymnastik für Männer oft nicht akzeptabel sind, können ein Männerchor, ein Politik-Stammtisch oder ein Fitnessstraining durchaus interessant sein. Auch die Spielerunde wird als Casino-Abend mit Pokern attraktiv. Es kommt spürbar darauf an, wie Angebote benannt werden.



Typisch männliche Rollen

Die Lebenswelt

Männer, die heute Pflege und Betreuung brauchen, sind häufig in den 1930er- und 1940er-Jahren geboren. Noch stärker als heute wirkte damals eine geschlechterspezifische Sozialisation. Es war eine typisch männliche Rolle, das Oberhaupt und der Ernährer der Familie zu sein und die Kontakte nach außen zu pflegen. Bernd Hoffmann beschreibt in seinem Buch „Aktivierung und Beschäftigung für Männer“ das klassische Rollenselbstbild des Mannes in dieser Zeit: hart sein, kein Risiko scheuen, körperlich stark, niemals schwach, der Geldverwalter und das Oberhaupt der Familie, der Beruf im Mittelpunkt des Lebens, niemals Angst zeigen und nicht den Gefühlen folgen, sondern dem Verstand. Wenn mit der Rente der Beruf wegfällt, um den sich so viel drehte, und später zunehmend die Kräfte nachlassen und die Souveränität über das eigene Leben verloren geht, ist es wichtig, dass sich ältere demenzerkrankte Männer noch männlich fühlen können, so Hoffmann.



© blamtag | stock.adobe.com

Männer unter sich

Unabhängig von der Tätigkeit kann auch wichtig sein, dass Männer bei einer Aktivität unter sich sind, beispielsweise bei einer Vatertags-Wanderung oder einem Ausflug in die Kneipe. Das vermittelt vielen das vertraute Gefühl, unter sich zu sein und sich von der weiblich dominierten Pflegewelt abzugrenzen. Darüber hinaus sind viele ältere Männer durch ihre Sozialisation stärker nach außen orientiert als Frauen. Das Haus war bzw. ist traditionell das Reich der Frauen. Der Mann habe das Bedürfnis, diesem Ort manchmal zu entfliehen, so Sozialpädagoge und Fachbuchautor Bernd Hoffmann, der eine stationäre Pflegeeinrichtung leitet. Während der Berufstätigkeit ist der Arbeitsplatz der „Zufluchtsort“; nach Eintritt der Rente kann es der Verein sein, die Freiwillige Feuerwehr,

die Skatrunde oder der wöchentliche Ausflug zum Angeln am See. Solche Außenaktivitäten fortzusetzen kann bei Pflegebedürftigkeit belebend wirken, beispielsweise ein Fußballspiel anzusehen, ein altes Werksgelände oder eine Fabrik zu besuchen oder auch in den Baumarkt zu gehen.

Wettkampf und Lob

Mit Blick auf die beiden Stichworte Wettbewerb und Leistung, die im Leben von Männern eine große Rolle spielen, kann auch sportlicher Wettkampf aktivierend sein, beispielsweise Sitzfußball oder Kegeln. Lob für die erbrachte Leistung in Form von Preisen ist anschließend ein gern gesehenes Zeichen der Wertschätzung. Das können Urkunden, Medaillen oder auch einfach eine Tafel Schokolade sein.

Autorin: Sabine Anne Lück



Beratung:

Lohnt sich ein Treppenlift?

Ein Treppenlift scheint eine gute Lösung für bewegungseingeschränkte Menschen zu sein, um alle Etagen im Haus nutzen zu können. Doch die Werbung halte oft nicht das, was sie verspreche, sagen die Verbraucherzentralen. Mängel beim Einbau und grenzwertige Vertriebsmaschen werden kritisiert. Außerdem würden die Lifte oftmals nur kurze Zeit genutzt, da sich der Gesundheitszustand der Nutzer verschlechtere – und das bei einem Preis von bis zu 15.000 Euro. Deshalb weisen die Verbraucherzentralen darauf hin, dass es auch möglich ist, Treppenlifte zu mieten oder gebraucht zu kaufen. Fragen zum Einbau beantwortet die Landesberatungsstelle Barrierefrei Bauen und Wohnen. Die firmenneutrale Beratung ist kostenfrei. Terminvereinbarung unter 06131 22 30 78 (Montag, Mittwoch und Donnerstag 10 bis 13 Uhr) oder per E-Mail unter barrierefrei-wohnen@vz-rlp.de.

Interessante Bücher, Hörbücher und ein Podcast

Jetzt wird gelesen – und gehört!

Gemütlich in eine Decke auf dem Sofa kuscheln und ein gutes Buch lesen oder hören. Das ist genau das Richtige für Herbst und Winter. Hier finden Sie eine gut gemischte Auswahl. Lassen Sie sich von der ersten bis zur letzten Seite – oder Hörminute – fesseln.



Das Leben ist ein vorübergehender Zustand

Gabriele von Arnim schreibt über die Krankheit und das Sterben ihres Mannes Martin, den sie zehn Jahre lang gepflegt hat. Martin Schulze war ein erfolgreicher Fernsehjournalist, bekannt als Moderator der Politsendung „Bericht aus Bonn“. Am Tag, als die Autorin ihrem Mann mitteilt, dass sie ihn verlassen werde, erleidet er einen Schlaganfall. Gabriele von Arnim, ebenfalls erfolgreiche Journalistin, bleibt und beschreibt in diesem literarischen Text, „wie man in Zeiten, in denen das Leben mit rohen Zumutungen über einen herfällt, Trost und Kraft findet, um die Zuversicht in ihren Schlupflöchern aufzuspüren“. Ehrlich und berührend.

► **Gabriele von Arnim**, Rowohlt Verlag 2021, 240 Seiten, 22 Euro, auch als E-Book und als Hörbuch, von der Autorin selbst gesprochen (Der Audio Verlag)



Leserinnen-Tipp

Die hellen Tage

Hörbuch

Eine besondere Freundschaft zwischen zwei Mädchen und einem Jungen in 1960er-Jahren. Seri, Aja und Karl wachsen in einem kleinen Ort in Süddeutschland auf. Ihre sehr unterschiedlichen Familien – und besonders die Mütter – bereiten ihnen eine unbeschwertere Kindheit und lotsen sie durch alle Untiefen. Ihre Freundschaft wird dann jedoch auf eine harte Probe gestellt. Die Autorin begleitet ihre Figuren beim Erwachsenwerden und erzählt von Freundschaft, Verlust, Verrat und Liebe. Wunderbar gesprochen von Doris Wolters – auch nach mehrfachem Hören immer wieder schön.

► **Zsuzsa Bánk**, Sprecherin Doris Wolters, 6 Audio-CDs, Gesamtlaufzeit 407 Minuten, Verlag Audiobuch 2011, 14,95 Euro



Über Menschen

Dora hat ihren Freund und ihr Leben in Berlin hinter sich gelassen und ein renovierungsbedürftiges Gutshaus in einem fiktiven brandenburgischen Dorf gekauft. Anlass für die Trennung ist der Lockdown in der Corona-Pandemie, doch dahinter liegt noch viel mehr, was Dora nicht genau benennen kann. Ihre neue Heimat ist keineswegs ein ländliches Idyll und sie begegnet Menschen, die in kein Raster passen – ganz besonders nicht ihr neuer Nachbar mit rechter Gesinnung. Ein aktueller Gegenwartsroman mit Witz und ein Plädoyer für das genaue Hinschauen jenseits der Klischees.

► **Juli Zeh**, Luchterhand Literaturverlag 2021, gebundene Ausgabe, 416 Seiten, 22 Euro, auch als E-Book und Hörbuch

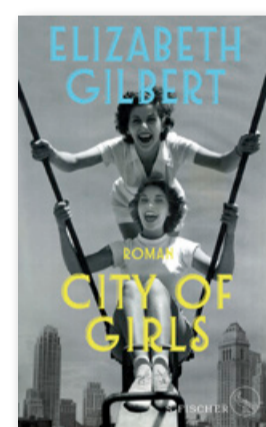


Apokalypse & Filterkaffee

Podcast

Der Hörfunk- und Fernsehmoderator Micky Beisenherz brüht die Schlagzeilen des Tages frisch auf. Er macht das manchmal zusammen mit einem Gast und immer auf seine ganz eigene lässige Art, die mit einfachen Worten das benennt, was andere hinter Floskeln verstecken. Die Hörstücke sind jeweils um die fünfzehn Minuten lang und erscheinen immer montags, mittwochs und freitags um sechs Uhr morgens – können aber natürlich auch immer dann gehört werden, wenn es gerade in Ihren Tag passt.

► **Den Podcast** können Sie kostenfrei abonnieren und bekommen automatisch jede Folge auf Ihr Smartphone. Dafür brauchen Sie eine entsprechende App, die oftmals vorinstalliert ist, beispielsweise Apple Podcasts oder Google Podcasts. Zum ersten Reinschnuppern können Sie den Podcast auch einfach im Netz anhören, ohne App.



City of Girls

Die 19-jährige Vivian wird in den 1930er-Jahren aus der Provinz nach New York geschickt. Ihre Tante betreibt dort das Lily Playhouse, ein Theater, das seine beste Zeit bereits hinter sich hat. Die freiheitsliebende Vivian saugt die Atmosphäre auf und stürzt sich kopfüber in das Nachtleben der Stadt. Mit

ihrem Schneidertalent kreiert sie Kostüme für das Theater. Dann begeht sie einen Fehler, der ihr Leben verändert. Ein Buch über Lebenslust, Emanzipation und den Drang nach Freiheit und Selbstverwirklichung.

► **Elizabeth Gilbert**, S. Fischer Verlag 2020, Taschenbuch 16,99 Euro, auch als E-Book und Audio-CD (Argon Verlag)

IMPRESSUM

HERAUSGEBER

Evangelische Sozialstation
Freiburg im Breisgau e.V.
Maienstraße 2 • 79102 Freiburg
Telefon 0761 27130-0 • Fax 0761 27130-135
sozialstation@evsozialstation-freiburg.de

Vorstand Inge-Dorothea Boitz

Sparkasse Freiburg Nördlicher Breisgau
IBAN: DE24 6805 0101 0002 0010 14

Auflage 2.800 Exemplare

Konzept, Redaktion, Gestaltung:
Lück + Sitz Medien Partnerschaft
Journalistin und Grafik-Designerin,
info@gepflegt-zu-hause.de
Telefon 02224 987440



Frau Magnussons Kunst, die letzten Dinge des Lebens zu ordnen

Margarete Magnusson ist 87 Jahre alt und mistet aus, weil sie weiß, dass der Zeitpunkt näher rückt, an dem sie diese Welt verlassen muss. Im Schwedischen gibt es sogar ein Wort dafür, nämlich „döstädning“. Das Entrümpeln und Ordnungschaffen zum Ende des Lebens ist aber keine traurige Angelegenheit, sondern macht den Alltag leichter. Behalte nur, was du liebst und was dich glücklich macht, ist das Motto von Margarete Magnusson. Außerdem habe sie so oft den Haushalt anderer Leute aufgeräumt, dass sie niemandem die Last aufbürden möge, hinter ihr aufräumen zu müssen. Warmherzig und lebensklug gibt Margarete Magnusson praktische Tipps und Anleitungen, wie „döstädning“ gelingt.

► **Margarete Magnusson**, S. Fischer Verlag 2018, 160 Seiten, 18 Euro