

FÜR MENSCHEN IN UND UM NEUMARKT

## INHALT

- I Der alte Mensch: Mythen versus Wirklichkeit - Gedanken zur Caritas-Jahreskampagne 2010
- II/III Editorial // Impressum // Die Spanne an Wohnformen im Alter ist breit: Ein Überblick von „Zuhausebleiben“ bis zum stationären Hospiz
- IV „Grüß Gott“ aus Deining - Neuer Altenheimleiter stellt sich und sein Haus vor // Kontaktadressen



Gedanken zur Caritas-Jahreskampagne 2010 „Experten fürs Leben“

## Der alte Mensch: Mythen versus Wirklichkeit

Über das Altern sowie über alte Menschen sind in unserer Gesellschaft viele Mythen im Umlauf: das heißt falsche oder zumindest in der behaupteten Allgemeinheit unzutreffende Vorstellungen. Das Alter sei gekennzeichnet durch einen rapiden körperlichen Abbau und nachlassende intellektuelle Fähigkeiten, durch Depressivität, sozialen Rückzug und durch zunehmende Hilfsbedürftigkeit. Die Wirklichkeit sieht jedoch ganz anders aus: 96 Prozent der alten Menschen wohnen nicht in Heimen, und nur wenige werden ambulant gepflegt. Die meisten leben selbstständig, nehmen am gesellschaftlichen Leben teil, sind mit ihrem Leben zufrieden und meistern die Herausforderungen des Alterns auf vorbildliche Weise.

Dass alte Menschen Wertvolles leisten können, war in Politik, Kultur und Wissenschaft immer schon anerkannt. Selbst die freie Wirtschaft hat inzwischen eingesehen, dass sie mit ihrem Kult der Jugend in eine Sackgasse geraten ist. Es wird deutlich: Alte Menschen verfügen sogar über Qualitäten, die der jungen Generation vielfach fehlen. Mit Recht ruft deshalb die Caritas-Kampagne 2010 „Experten fürs

Leben“ zur Solidarität zwischen den Generationen auf, indem sie das unersetzliche Wissen und die Lebenserfahrung alter Menschen herausstellt: insbesondere deren Fähigkeit, Krisen zu meistern sowie Freude und Dankbarkeit zu empfinden. Junge Menschen können so erkennen, wie hilfreich und anregend der Kontakt mit alten Menschen sein kann. Denn Älterwerden und Altsein heißt nicht nur loslassen, aufhören und sich zurückziehen, sondern auch: sich mit Engagement und Lebenskompetenz einbringen, Neues beginnen und dieses mitgestalten.

Nicht zuletzt hat das Alter eine religiöse Dimension. Papst Johannes Paul II. hat in seinem Brief an die alten Menschen 1999 geschrieben: „Das Alter gehört in den Plan, den Gott mit jedem Menschen hat. Es ist der Zeitraum, in dem alles zusammenläuft, damit der Mensch den Sinn des Lebens besser erfassen und zur ‚Weisheit des Herzens‘ gelangen kann ... Das Alter stellt die entscheidende Etappe der menschlichen Reife dar und ist Ausdruck des göttlichen Segens.“

Daher ist es nicht verwunderlich, wenn auch heute noch viele Kinder und Jugendli-

che von alten Menschen, sei es bewusst oder unbewusst, in ihrer Religiosität entscheidend inspiriert und geprägt werden. Sie erhalten so ein Fundament, das dabei hilft, das Leben besser zu bestehen.

DR. THOMAS SCHNELZER




  
**Experten fürs Leben**
  
 bei Liebeskummer sucht Ausgehilfe.
   

  
 Not sehen und handeln.
   
[www.Experten-fuers-Leben.de](http://www.Experten-fuers-Leben.de)



Klaus-Josef Knaus,  
Leiter des Caritas-  
Altenheimes Bruder  
Balthasar Werner  
Dietfurt

## Liebe Leserin, lieber Leser,

„Experten fürs Leben“, die diesjährige Jahreskampagne der Caritas, zeigt uns, wie bereichernd die Arbeit mit den und für die uns anvertrauten Seniorinnen und Senioren ist. Alte Menschen sind Experten fürs Leben. Das macht unser „Aufmacher“ auf der ersten Seite deutlich. Wie bereichernd die Zusammenarbeit mit Seniorinnen und Senioren ist, zeigt der Beitrag des neuen Heimleiters in Deining am Beispiel einer ehrenamtlichen Helferin.

Um den geänderten Bedürfnissen unserer Heimbewohnerinnen und -bewohner weiterhin gerecht zu werden, stellen einige unserer Caritaseinrichtungen die Wohnkonzeption komplett um. Hausgemeinschaften und Wohngruppen sind die Betreuung der Zukunft. Sie können darauf vertrauen, dass die Dienste und Einrichtungen der Caritas im Landkreis großen Wert auf Weiterentwicklung und kontinuierliche Verbesserung legen.

Herzlichst,  
Ihr

KLAUS-JOSEF KNAUS

## IMPRESSUM

Redaktion der Seiten  
„Caritas im Landkreis  
Neumarkt“: Peter Esser  
und Richard Theil  
(verantwortlich)

Caritas-Sozialstation Neumarkt e.V.  
Friedenstraße 33, 92318 Neumarkt  
Tel./Fax: 09181/4765-0/-24  
E-Mail: sozialstation@  
caritas-neumarkt.de

Layout: Simone Meister, Freiburg



Die Spanne an Wohnformen im Alter ist breit: ein Überblick

# Von Zuhausebleiben bis zum stationären Hospiz

Leider – oder Gott sei Dank – kann niemand in die Zukunft sehen. Welche Möglichkeiten bieten sich mir, mein Leben im Alter zu gestalten? Noch bin ich fit, fühle mich gesund und stark. Als ich aber meine Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung ausgefüllt hatte, wollte ich doch einmal ganz genau wissen, welche Möglichkeiten des Alterns und Wohnens wohl dann für mich zur Verfügung stehen. Hier die Zusammenfassung

**Zu Hause bleiben** bis ans Lebensende, im Idealfall gesund mit der familiären sowie nachbarlichen Unterstützung und Hilfestellung: Das ist wohl der Wunsch jedes älteren Menschen.

**Seniorengeeigneter und rollstuhlgeeigneter Umbau** der eigenen vier Wände: Badewanne weg und dafür eine Dusche mit ebennem Eingang, breitere Türen und keine Schwellen – so sollte man von einem zum anderen Zimmer gelangen können. Ferner sollte es einen möglichst ebenerdigen Zugang zur Wohnung ohne Treppen geben. Dafür stellt die Pflegekasse nach Einstufung sogar einen finanziellen Zuschuss zur Verfügung.

Als **Offener Mittagstisch** wird in unseren Altenheimen täglich gesundes und für ältere Personen geeignetes Mittagessen angeboten und serviert. Dies ist eine gute Möglichkeit für Senioren, die zwar noch gut zu Hause zurechtkommen, sich aber mit dem Einkauf und Kochen schon recht schwer tun. Meist ist es der erste Schritt, sich mit dem Gedanken vertraut zu machen, fremde Hilfe anzunehmen. Falls der tägliche Gang zum nächsten Altenheim zu beschwerlich ist, wird durch den ambulanten Pflegedienst als „mobiler Mittagstisch“ Essen auf Rädern angeboten.

**Schwestern des ambulanten Dienstes** helfen bei geringfügigem bis größerem

Pflegebedarf durch ihren Besuch in der eigenen Wohnung von einmal wöchentlich bis zu mehrmals täglich. Nicht nur die pflegerische Betreuung wird von der Caritas übernommen. Mittlerweile bieten die Caritas-Sozialstation und auch das Caritas-Altenheim St. Johannes in Neumarkt Dienstleistungen in Hauswirtschaft, Hausmeisterei und Verwaltung an.

Es gibt **Betreuungsgruppen** für Menschen, die regelmäßig – zum Beispiel einmal wöchentlich – an einem Treffen in geselliger Runde teilnehmen. Die **Tagesgruppe** besuchen Menschen, die tagsüber an einem oder an mehreren Wochentagen nicht in der häuslichen Umgebung betreut und versorgt werden. In diesen Gruppen bietet gerontopsychiatrisch geschultes Personal den oft demenziell erkrankten Gästen eine tagesstrukturierende Betreuung.

**Kurzzeitpflege/Verhinderungspflege** ist für Menschen mit Pflegeeinstufung, die noch zu Hause leben, ein gutes Angebot: Sie werden im Pflegeheim versorgt, wenn die häusliche Pflege vorübergehend nicht möglich ist. Den pflegenden Angehörigen soll die Möglichkeit gegeben werden, sich zu erholen und Kraft zu schöpfen, damit das Leben zu Hause noch länger möglich ist.

**Umzug in eine Wohnanlage für „Betreutes Wohnen“:** Dort kann man eine „betreu-



Foto: contrast photostudio

Vor allem für demenzkranke Menschen sind Betreuungsgruppen wie diese der Caritas-Sozialstation Neumarkt ein interessantes Angebot.

ende Grundversorgung“ wie Beratung, bei Bedarf Vermittlung von Dienstleistungen wie Mittagstisch, Reinigungskraft oder Wäscheversorgung in Anspruch nehmen. Im Pflege- oder Hauswirtschaftsvertrag werden Vereinbarungen mit dem ambulanten Dienst abgeschlossen: zum Beispiel über benötigte Hilfen bei der Körperpflege oder bei ärztlich angeordneten Behandlungen wie „Medikamente zur rechten Zeit verabreichen“, „Verbände anlegen“ oder „Blutzucker und Blutdruck messen“.

Die **Hausgemeinschaft** bietet so viel Eigenverantwortung wie möglich und gerade so viel Betreuung wie nötig. So könnte diese alternative Wohnform umschrieben werden. Dabei kann das gemeinschaftliche Wohnen mit Unterstützung von ambulanter Pflege und hauswirtschaftlicher Hilfe dem Bedarf und den Wünschen der noch aktiven Senioren entsprechend gestaltet werden. In dieser Gemeinschaft werden Stärken und Schwächen des Alterns eingebracht. Der Lebensabend wird gemeinsam – nicht einsam – gemeistert.

Von **Wohngruppen**, so ist sich die Fachwelt inzwischen einig, werden besonders verwirrte und pflegebedürftige Menschen profitieren. In Gruppengrößen von acht bis zwölf Senioren entwickelt sich ein familiäres Zusammenleben, in dem alle Bewohner gemeinsam und ihren persönlichen Vorlieben und Gewohnheiten entsprechend den Wohnalltag gestalten. Alltägliche Aufgaben wie Kochen, Abspülen, Wäschewaschen oder Bügeln helfen gerade dementen Menschen, ein Stück Normalität in vertrauten Tagesabläufen wiederzufinden. Die Tagesgestaltung wird strukturiert und mit den Bewohnern realisiert. Dem Bewegungsdrang dieser Menschen, der enorm sein kann, wird aber nicht durch verschlos-

sene Türen, sondern durch einen großen Gartenbereich und den zentralen Aufenthaltsort, die geräumige und gemütliche Wohnküche, Rechnung getragen. Dies ist den Einrichtungen des Caritasverbandes Eichstätt sehr wichtig.

Ein **Pflegeheimplatz** in einem Ein- oder Zweibettzimmer eines Pflegeheimes ist wohl die landläufig klassischste Form der Unterbringung von älteren pflegebedürftigen Menschen, die zu Hause nicht mehr versorgt werden können.

Die Grundpfeiler der **Palliativpflege** beruhen auf Schmerz- und Symptomkontrolle sowie Begleitung. Die Symptome – wie zum Beispiel Schmerzen – werden umfassend behandelt und weitestgehend gelindert. Das unterscheidet palliative von kurativer – also heilender – Therapie. Und so können auch Patienten, die unter degenerativen Krankheiten mit hoher Schmerzsymptomatik leiden, von palliativer Medizin profitieren. Ergänzt wird Palliativmedizin durch Hospizarbeit: Unheilbare Patienten mit geringer Lebenswartung werden zusammen mit ihren Angehörigen in jeder Hinsicht unterstützt – sozial, psychologisch und spirituell. Der Patient entscheidet, ob er bis zu seinem Tod zu Hause, auf der Palliativstation einer Klinik oder in einem Hospiz leben möchte. Bei den **stationären Hospizeinrichtungen** handelt es

sich um kleine Betteneinheiten, die ohne Anbindung an eine größere Institution arbeiten und von einer speziell in Palliative Care ausgebildeten Pflegekraft geleitet werden. In enger Kooperation mit freiwilligen Helferinnen und Helfern und einem fachkundigen Hausarzt pflegen und behandeln sie Menschen, deren Lebensspanne nur noch Tage oder Wochen beträgt. Sie leiden unter derart schwerwiegenden körperlichen, sozialen, seelischen oder spirituellen Beschwerden, dass diese sich weder zu Hause noch in einem Pflegeheim lindern lassen.

Für jede Phase von Pflegebedürftigkeit könnte ich bei der Caritas Hilfe oder Rat erhalten – obwohl ich hoffe, dass ich sie nicht brauche bis ins hohe Alter.

HELGA KÄHLER UND STEPHAN SPIES

Foto: Andrea Weingartner



Alte Menschen sollen selbst aktiv bleiben: Vielfach werden sie daher in den Gruppen auch bei der Zubereitung des Essens eingespannt, hier im Caritas-Altenheim Neumarkt.

Neuer Altenheimleiter stellt sich und sein Haus vor

## „Grüß Gott“ aus Deining



Foto: Caritas-Altenheim Deining

Die Ehrenamtliche Leni Gradl (rechts) geht bei ihren Besuchen in alle Zimmer, um jeden Bewohner zu begrüßen.

bewusst für die Heimleitertätigkeit beim Caritasverband entschieden.

St. Anna ist ein offenes und gut vernetztes Heim. Es arbeitet eng mit den umliegenden Caritaseinrichtungen zusammen und ist über Besuchsdienste, Kindergarten, Schule sowie diverse Feste sehr gut in die Gemeinde integriert. Zudem bietet die Caritas viele weitere soziale Dienste an: zum Beispiel die Erziehungs- und Familienberatung, die Sozialstation oder die Kreisstelle, die durch Sozial-, Lebens- und Schuldnerberatung und auch in Betreuungsangelegenheiten gerne weiterhilft.

### AUCH KURZZEITPFLEGE MÖGLICH

Das Caritas-Altenheim St. Anna bietet insgesamt Platz für 63 Bewohner einschließlich Kurzzeitpflegegästen. Neben fachlich guter Pflege erhalten die Bewohner ein Zuhause, in dem sie trotz Hilfsbedürftig-

keit ihr Leben nach ihren Wünschen und Bedürfnissen gestalten können. Auch die geräumigen Einzel- und Doppelzimmer, die mit WC und Dusche ausgestattet sind, können individuell eingerichtet werden. Im Haus befindet sich eine kleine Kapelle. Gekocht wird in der hauseigenen Küche. Neben Gottesdiensten, Andachten und der Gestaltung kirchlicher Feste können die Bewohner an zahlreichen weiteren Veranstaltungen teilnehmen: zum Beispiel Gedächtnistraining, Gymnastik, Sturzprävention, musischen Runden oder Festen wie Fasching.

In meiner kurzen Amtszeit lernte ich bereits viele ehrenamtliche Helfer kennen: zum Beispiel Leni Gradl: Sie war bis 1998 in unserem Haus als Pflegekraft tätig. Jetzt nach zwölf Jahren kommt sie noch immer regelmäßig zu Besuch. Leni Gradl erzählte mir, dass ihr die Bewohner ans Herz gewachsen sind und sie jedes Mal in alle Zimmer geht, um jeden Bewohner zu begrüßen. Mir ist aufgefallen, dass sie uns nach so langer Zeit noch sehr verbunden geblieben ist. Wenn Frau Gradl von St. Anna spricht, sagt sie noch immer „in unserem Heim“.

Ich würde mich freuen, wenn Sie uns in unserem Heim besuchen!

NORBERT BITTNER

Seit April dieses Jahres bin ich Heimleiter im Caritas-Altenheim St. Anna. Ich heiße Norbert Bittner, bin 32 Jahre alt, verheiratet und gelernter Krankenpfleger. Nach meinem Studium zum Diplom-Pflegewirt war ich zweieinhalb Jahre als Pflegedienstleiter in Unterfranken tätig. Nun habe ich mich

## CARITASDIENSTE IM LANDKREIS NEUMARKT - KONTAKTADRESSEN

### Caritas-Kreisstelle Neumarkt

Friedenstraße 33, 92318 Neumarkt

Tel. 09181/51127-0

E-Mail: kreisstelle@caritas-neumarkt.de

[www.caritas-kreisstelle-neumarkt.de](http://www.caritas-kreisstelle-neumarkt.de)

### Erziehungsberatungsstelle Neumarkt

Ringstraße 59, 92318 Neumarkt

Tel. 09181/2974-0

E-Mail: erziehungsberatung@caritas-neumarkt.de

[www.erziehungsberatung-neumarkt.de](http://www.erziehungsberatung-neumarkt.de)

### Caritas-Sozialstation Neumarkt e. V.

Friedenstraße 33, 92318 Neumarkt

Tel. 09181/4765-0

E-Mail: sozialstation@caritas-neumarkt.de

[www.caritas-sozialstation-neumarkt.de](http://www.caritas-sozialstation-neumarkt.de)

### CARITAS-ALTENHEIME

#### ► St. Franziskus

Klostergasse 3, 92334 Berching

Tel. 08462/94292-0

E-Mail: [altenheim@caritas-berching.de](mailto:altenheim@caritas-berching.de)

[www.caritas-altenheim-berching.de](http://www.caritas-altenheim-berching.de)

#### ► St. Anna

Kreuzbergstraße 4, 92364 Deining

Tel. 09184/1669

E-Mail: [altenheim@caritas-deining.de](mailto:altenheim@caritas-deining.de)

[www.caritas-altenheim-deining.de](http://www.caritas-altenheim-deining.de)

#### ► Bruder Balthasar Werner

Lohmühlenweg 3, 92345 Dietfurt

Tel. 08464/6409-0

E-Mail: [altenheim@caritas-dietfurt.de](mailto:altenheim@caritas-dietfurt.de)

[www.caritas-altenheim-dietfurt.de](http://www.caritas-altenheim-dietfurt.de)

#### ► St. Josef

Lindenweg 3, 92342 Freystadt

Tel. 09179/9484-0

E-Mail: [altenheim@caritas-freystadt.de](mailto:altenheim@caritas-freystadt.de)

[www.caritas-altenheim-freystadt.de](http://www.caritas-altenheim-freystadt.de)

#### ► St. Johannes

Ringstraße 55, 92318 Neumarkt

Tel. 09181/2667-0

E-Mail: [altenheim@caritas-neumarkt.de](mailto:altenheim@caritas-neumarkt.de)

[www.caritas-altenheim-neumarkt.de](http://www.caritas-altenheim-neumarkt.de)