

Handreichung für Teilnehmer im Projekt: „Alltagsbegleiter am Valtenberg“



(Bildquelle: Barbara Eckholdt/ pixelio.de)



„Verein sein heißt für uns mehr als eine Rechtsgrundlage zu besitzen: Vereint sein bedeutet für uns, eine Fülle von Ideen und Möglichkeiten gemeinschaftlich nutzen zu können.“

(Auszug Leitbild Valtenbergwichtel e.V.)

Einleitung

Der Freistaat Sachsen, vertreten durch das Staatministerium für Soziales und Verbraucherschutz fördert aus dem Europäischen Sozialfonds das ehrenamtliche Engagement der „Alltagsbegleiter am Valtenberg“.

Die Ausbildung und der Einsatz von ehrenamtlichen Alltagsbegleiter/innen ist ein Projekt bürgerschaftlichen Engagements für aktive Ältere, die bereit sind, für bedürftige Menschen einen Teil Ihrer Freizeit zur Verfügung zu stellen und sich als ehrenamtliche Alltagsbegleiter zu engagieren.

Projektbeschreibung

Die Ausbildung und der Einsatz von ehrenamtlichen Alltagsbegleiter/innen ist ein Projekt, das einerseits allein stehenden oder zurückgezogen lebenden älteren und hilfebedürftigen Menschen vor Vereinsamung und Isolation bewahren will und andererseits die Möglichkeit eröffnet, neue Perspektiven und Formen der Nachbarschaftshilfe zu erproben und eine sinnvolle Beschäftigung und Erweiterung von sozialen Kompetenzen für die ehrenamtlichen Beschäftigten darstellt.

Informationen zum Projektträger

Valtenbergwichtel e.V. ist unter anderem Träger des Offenen Jugendhauses Neukirch - einer Jugendfreizeitstätte, welche auch generationsübergreifende Angebote vorhält. Seit nunmehr etwa 16 Monaten trifft sich hier 14tägig eine Seniorengruppe (etwa 30-40 Personen) der örtlichen DRK-Gruppe. Diese Treffen werden von ehrenamtlichen Helfern betreut. Die Senioren werden gezielt in die Veranstaltungen des Hauses einbezogen (Mehrgenerationssommerfest usw.).

Innerhalb der sozialräumlichen Jugendhilfeplanung des Landkreises Bautzen wird unser Verein als der maßgebliche Anbieter im Sozialraum Oberland angesehen - einem Sozialraum zu welchem 12 Städte und Gemeinden von Schmölln Putzkau bis Cunewalde & Sohland gehören und in welchem Valtenbergwichtel e.V. Projekte der Schulsozialarbeit, der mobilen Jugendarbeit sowie zwei Jugendfreizeitstätten betreibt. Ausgehend von der starken Verankerung im Gemeinwesen soll das Jugendhaus Neukirch Basisstation des Projektes „Alltagsbegleiter am Valtenberg“ sein, welches von dort zunächst auf die umliegenden Orte ausstrahlen soll und seinen Schwerpunkt im örtlichen Wohngebiet von AWG und kommunalem Wohnungsbetrieb hat.

Primäre Aufgabe des Offenen Jugendhauses Neukirch wird es auch zukünftig sein, Angebote für Kinder- und Jugendliche vorzuhalten, welche im Freizeit- und Jugendkulturbereich liegen. Familienbildung und nun auch Alltagsbegleitung für Senioren markieren für uns jedoch sinnvolle Ergänzungssegmente eines Treffpunktes für das Gemeinwesen im Ort.

Ausgangssituation, Bedarf und Begründung für die Antragstellung

Die ländlichen Räume Sachsens sind geprägt vom demografischen Veränderungsprozess und dem damit verbundenen Strukturwandel. Der Abbau von Infrastrukturen (öffentlicher Personennahverkehr, Einkaufsmöglichkeiten, ärztliche Versorgung etc.) sowie die nach wie vor angespannte Situation auf dem Arbeitsmarkt führen zu neuen Herausforderungen, denen sich unsere Zivilgesellschaft stellen muss.

Informationen des Statistischen Landesamtes Sachsen, Medieninformation Nr. 71/2010 vom 06. April 2010, besagen: Bereits heute ist jeder vierte Sachse 65 Jahre und älter. Die Lebenserwartung sächsischer Frauen beträgt 82 Jahre, die der Männer 77 Jahre und nur 3 % der sächsischen Bevölkerung im Alter von 65 Jahren und älter leben in Gemeinschaftseinrichtungen (Alten-, Pflegeheimen).

Diese Aussagen machen deutlich, dass neben professionellen Betreuungsangeboten und bereits bestehender Nachbarschaftshilfe noch weitere zusätzliche, ehrenamtliche Hilfsangebote im häuslichen Umfeld entwickelt werden müssen.

Zielstellungen und angestrebte Ergebnisse

Das Ziel dieses Projektes ist die Gewinnung, Ausbildung und der Einsatz von ehrenamtlichen Alltagsbegleiter/innen, die als Ergänzung zu professionellen Pflege- und Betreuungsangeboten verstanden werden sollen und älteren Menschen Begleitung im Alltag anbieten.

Die ehrenamtlichen Alltagsbegleiter/innen besuchen regelmäßig auf Wunsch einen älteren Menschen, der wegen mangelnder Mobilität oder fehlender sozialer Kontakte unter Einsamkeit leidet bzw. hilfebedürftig ist.

Auswahl und Ausbildung zum ehrenamtlichen Alltagsbegleiter

Voraussetzung für den ehrenamtlichen Einsatz ist die Teilnahme an der Ausbildung zum Alltagsbegleiter. Die Ausbildung wird an zwei Tagen ganztägig durchgeführt. Die

ehrenamtlich Engagierten werden eine solide, den Anforderungen des späteren Einsatzes entsprechende Grundausbildung als Basis für eine erfolgreiche Arbeit als AlltagsbegleiterIn absolvieren.

Der konzipierte Ausbildungskurs ist aus verschiedenen Modulen zusammengesetzt. Eine variable Schwerpunktsetzung ermöglicht es, auf Interessen, Vorbildung und Altersstruktur der Lerngruppen einzugehen. Für den Kurs ist ein Umfang von 16 Stunden vorgesehen.

Als Module des Grundkurses Weiterbildung zum Alltagsbegleiter sind vorgesehen:

1. Ehrenamt und Praxisfeld Alltagsbegleitung
 - Voraussetzungen, Rahmenbedingungen und Aufgaben
 - Erwartungen der SeniorInnen
2. Gesundheit und Erste Hilfe im Haushalt
 - Erste Hilfe: Überprüfung der Lebensfunktionen, Wundversorgung
 - Kommunikation und Vorgehen im Notfall
 - Verhalten in Notfallsituationen
3. Sturzprävention
 - Bewegungen zu Geselligkeit und seelischen und körperlichem Wohlbefinden
 - Anleitungen für Bewegungen zum Erhalten der Alltagsfähigkeiten
4. Kontakt, Begegnung, Beratung – Kommunikation und Gesprächsführung
 - Grundlagen der Kommunikation, Grundübungen
 - Psychologische Grundlagen der Kommunikation mit älteren Menschen
 - Biografisches Arbeiten mit älteren Menschen
5. Leben im Alter – persönliche und gerontologische Grundlagen
 - Persönliche Beziehung zum Alter und zu alten Menschen
 - Altersbilder in unserer Gesellschaft
6. Selbstbestimmt leben bis zuletzt – Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung
 - Möglichkeiten und Grenzen
 - Chancen und Probleme von Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung

Nach der Ausbildung zum ehrenamtlichen Alltagsbegleiter nimmt der Projektkoordinator entsprechend eines erarbeiteten Kriterienkataloges eine Auswahl der geeigneten Ehrenamtler vor, welche an Senioren vermittelt werden können. Voraussetzung für den Einsatz als Alltagsbegleiter ist ein positives Führungszeugnis.

Auswahl und Vermittlung geeigneter Alltagsbegleiter an Senioren

Nach erfolgreicher Öffentlichkeitsarbeit findet ein Erstkontakt zwischen Projektkoordinator und Senior statt. Dabei werden die gegenseitigen Erwartungen formuliert. Der Projektkoordinator nimmt entsprechend des Gesprächsergebnisses die Kontaktdaten des nach Betreuung suchenden älteren Menschen in den Pool zur Vermittlung auf.

Im Rahmen der gemeinsamen Gruppenveranstaltungen wird ein „Kennenlern-Nachmittag“ organisiert. Senioren und potentielle Begleiter haben die Möglichkeit, sich vorzustellen und sich kennen zu lernen. Der Projektkoordinator führt danach Einzelgespräche mit den zukünftigen Alltagsbegleitern und älteren Menschen durch, um persönliche Präferenzen zu

erkennen. Auf dieser Grundlage kann eine gelingende Begleitungsbeziehung vermittelt werden. Erst danach beginnt die Durchführung der ersten Alltagsbegleitungen.

Erfahrungsaustausch zwischen den Projektteilnehmern

Zum Erfahrungsaustausch zwischen den Projektteilnehmern und zum Informationsaustausch zwischen den Ehrenamtlichen sind Gruppenveranstaltungen mit einem zeitlichen Umfang von 30 Stunden geplant. Diese haben teilweise inhaltliche Schwerpunkte und orientieren sich an den praktischen Erfordernissen und Wünschen der Ehrenamtlichen. Unter Anleitung von erfahrenen Seniorenbegleitern bzw. Referenten des Ausbildungsganges sind folgende inhaltliche Module angedacht.

1. Lebensgestaltung im Alter – Anregungen und Impulse
 - Interessen und Kompetenzen erkennen
 - anknüpfend Realisierungsmöglichkeiten finden
 - Anregungen zu sinnvoller Betätigung
 - Anregungen zur Kontaktaufnahme und Gruppenarbeit
 - Beschäftigungsübungen
2. Biografisch arbeiten mit älteren Menschen
 - Bezüge zur Vergangenheit herstellen, um die Verbindung zum gelebten Leben zu erhalten
 - Methoden der Biografiearbeit kennen lernen und erproben
 - Biografiearbeit mit Fotos und Gegenständen
 - Vorstellung von biografiebezogenen Themen und deren Umsetzung
3. Gesundheit im Alter
 - Grundkurs Demenz
 - Umgang mit dem Krankheitsbild bei beginnender leichter Demenz
 - Anzeichen für das Krankheitsbild
 - Angemessenes Verhalten und Kommunikation durch den Alltagsbegleiter
4. Zusammenarbeit mit Einrichtungen und Hauptamtlichen
 - Behördenwegweiser (Wo können wie entsprechende Anträge für Senioren gestellt werden); Rentenstelle; Krankenkasse; Bank
 - Zusammenarbeit mit professionellen Institutionen
 - Kommunikation mit Behörden
5. Ideenworkshop: Unterstützung für Senioren bei der Teilnahme am öffentlichen Leben – Kultur, Politik, Lebenswelt
 - Anteilnahme am gesellschaftlichen Leben – Information
 - Kontakte zu Ämtern und Einrichtungen
 - Wahrnehmung und Vertretung der eigenen Wünsche und Interessen
6. Ideenworkshop zum weiteren Einsatz als ehrenamtlicher Alltagsbegleiter
 - Einsatzmöglichkeiten im Bereich des bürgerschaftlichen Engagements
 - Zusammenarbeit mit Anlaufstellen der Freiwilligenarbeit

Durchführung des ehrenamtlichen Besuchsdienstes

Bei der Vermittlung legt der Koordinator Wert auf ähnliche Interessen von Begleiter und zu betreuendem Menschen, um ein langfristiges und für beide Seiten bereicherndes Verhältnis zu ermöglichen.

Die Alltagsbegleitungen können beispielsweise derart gestaltet sein:

- Begleitung zu kulturellen oder religiösen Veranstaltungen z.B. Konzert, zum Gottesdienst, zur Bibelstunde
- Zuhören, einfach nur Reden
- Gesundheitsförderung (Anregung zu Gesundheitsbewusstsein, Aktivierung zur Bewegung)
- Informationen zu vorhandenen Hilfeangeboten in der Region
- Unterstützung beim Einkauf
- Begleitung zu Arztbesuchen
- Vorlesen (Bücher, Zeitungen)
- Einfach nur da sein, wenn man gebraucht wird
- Gesellschaft leisten
- auf Spaziergängen begleiten
- an Pflegeangebote heranführen
- professionelle Hilfe vermitteln

Dies ist eine nicht abgeschlossene Aufzählung. Weitere Tätigkeiten sind vorstellbar.

Während des ehrenamtlichen Einsatzes erhalten die Alltagsbegleiter einen Aufwandsersatz. Für die 8 bis 10 ehrenamtlichen AlltagsbegleiterInnen ist eine wöchentliche Aufwandsentschädigung pro Person von 19,50 €, bei maximal 14 Tätigkeitsstunden vorgesehen,

Gemeinsame Veranstaltungen zwischen Senioren und Alltagsbegleitern

Parallel zu den Besuchsdiensten finden gemeinsame Nachmittage statt, um „Gesellschaft“ und Kommunikation bei den Senioren zu fördern. Diese Seniorennachmittage besitzen einen inhaltlichen Anspruch und werden vom Projektkoordinator mit vorbereitet und moderiert (Ausflüge, Musiknachmittage etc.).

Zum Projektende wird ein Abschlussnachmittag mit den Senioren und Alltagsbegleitern organisiert, welcher die Projektlaufzeit beschließt und Ausblicke auf die Fortführung des Projektes bieten soll.

Umsetzungsschwerpunkte und Kooperationen

Die Koordination und die Umsetzung des Projektes soll räumlich an den Ort des gesellschaftlichen Lebens gekoppelt werden. In Kooperation und Zusammenarbeit von Valtenbergwichtel e.V. und der DRK Ortsgruppe sowie weiteren interessierten Partnern soll das Projekt umgesetzt werden.

Die Projektleitung liegt in den Händen von Tilo Moritz und Rico Gläsner, die dabei von Simone Petschel unterstützt werden, welche als Bürgerarbeiterin bereits seit langem die Seniorenarbeit im Haus unterstützt. Kontakt: info@valtenbergwichtel.de oder Telefon 035951 – 32055.

Arbeits- und Zeitplanung

Die Projektlaufzeit umfasst ein Jahr und beginnt am 1.7.2013.