

Familie und Pflege im Mehrgenerationenhaus „Erich Rückert“ in Lychen

SAMD –

Selbsthilfegruppe Angehörige von Menschen mit Demenz



VOLKSSOLIDARITÄT
Verbandsbereich Uckermark

Mehrgenerationenhaus „Erich Rückert“
Am Markt 13
17279 Lychen





Überblick

Geschichte MGH

Angebote MGH

SAMD - Entstehung

- Aktivitäten

- Pläne



Geschichte MGH

- „Club der Volkssolidarität“ war baufällig
- Erich Rückert – engagierter Lychener
- MGH-Konzept mit Stadt entwickelt, Fördermittel, Planung, Bau
- Eröffnung Ende 2010
- Betreiber: Arbeitsförderungsverein, DRK, Volkssolidarität
- Seit 2017 Quartiersmanagerin (Volkssolidarität) im Zuge des Bundesprogramms Mehrgenerationenhäuser mit finanzieller Beteiligung der Stadt
- Seit Mitte 2018 weitere halbe Stelle: Pflegeberatung, AstA, gefördert vom Landkreis UM / Pflege-WG aufbauen / Demenznetzwerk / 2020 Kontakt- und Beratungsstelle für pflegende Angehörige und Selbsthilfe (KuB), gefördert von Deutsche Fernsehlotterie



Angebote MGH

- Offener Treff
- Regelmäßige Gruppen (Chor, Mandolinen, 2 Sportgruppen, Basteln, Handarbeit, Tanzen, Spiele, VHS-Kurse)
- Netzwerk gesunde Kinder
- Betreuungsgruppe für Pflegebedürftige
- Kleiderkammer
- Familienzentrum (Beratung, Medienkompetenz, Spartipps, Nachhilfe, gesunde Ernährung, Vollmachten und Verfügungen, Kriminalprävention, Menü mit Musik)
- HIPPY
- Agenda-Diplom
- Kontakt- und Beratungsstelle (HbH, SAMD, „Luft nach oben“)
- AstA
- Garten, Frühstück, Chor - für Alle
- Flohmärkte
- Filmprojekt „Bewegt in Lychen“
- Musikbaustelle, Raumpioniere
- Tag des Nachbarn, Balkonkonzerte
- Feste mit Hortkindern
- Organisation von Tagesausflügen (Floß, Kutsche, Kneipp)
- Krabbelgruppe
- Koop. mit Unterkunft für Geflüchtete, Bewerbungstraining, Hilfe bei Anträgen, Bescheiden usw.
- Fahrradkurs für geflüchtete Frauen
- „Lychen hilft“



SELBSTHILFGRUPPE
ANGEHÖRIGE VON
MENSCHEN MIT
DEMENZERKRANKUNG

- „Reden hilft“ -
- Selbsthilfe – selbst organisiert – unabhängig
- Sprechen Sie uns an, wenn Sie das Gespräch und den Austausch suchen
- Wir sind eine offene Gruppe von Menschen mit ähnlichen Erfahrungen und Sorgen
- Wir wollen das Thema Demenzerkrankungen und Umgang mit demenzkranken Menschen in die Mitte der Gesellschaft holen und uns gegenseitig stärken

Entstehung, Entwicklung

- ▶ aus Angehörigenschulung „Hilfe beim Helfen“ Herbst 2018 (13 TN)
- ▶ >> 8 davon in SAMD / inzwischen weitere 4 durch ÖA
- ▶ >> haben jetzt „HbH“ mitgemacht

- ▶ Aktionswoche Selbsthilfe Mai 2019: Einladung zum Gespräch mit kleinem Imbiss mit Bürgermeisterin, Seniorenbeauftragte des Landkreises, Demenznetzwerk UM

- ▶ in 2020 KuB >> Wiederbelebung „Luft nach oben“ (4 TN)
- ▶ Gemeinsames Treffen zum Kennenlernen >> SAMD – Mitglieder teilweise auch von Depressionen betroffen
- ▶ >> gemeinsame Treffen
- ▶ >> gemeinsame Aktivitäten, Ausflüge
- ▶ >> sonstige private Treffen untereinander
- ▶ >> gegenseitige Hilfe





Bisherige Aktivitäten

- Austausch über diverse Literatur zum Thema, praktische Alltagserfahrungen und -tipps
- immer wieder: Dilemma zwischen Recht auf Freiheit und Fürsorgeauftrag (Freiheitsbeschränkung oder Vernachlässigung ?) // Schuldgefühle // Geduld und Gelassenheit im Alltag
- regelmäßige Artikel für NLZ
- Berichte eines Mitglieds zu online-SHG Frontotemporale Demenz
- Umfrageergebnisse: 7x Rücklauf >> mit Themen, Offenheit der Gruppe, monatl. Treffen, Erleichterung, Erfahrungsaustausch: voll und ganz zufrieden bzw. zufrieden // Gruppe selbst leiten 6x nein, 1x eher nicht
- während Corona-Pause viel telefoniert, einige Spaziergänge mit Einzelnen
- GKV-Selbsthilfeförderung
- Infos zu: Krankentransportrichtlinie; Rehabilitationsrichtlinie; Angehörigenentlastungsgesetz; Alter, Demenz und Führerschein; Beratungs- und Krisentelefone;
PEG / Blasenkatheter / Aufklärungspflicht bei invasiven Eingriffen
Musiktherapie, Alltagsbegleitung
mit Demenz ins Krankenhaus und im Krankenhaus



Warum Selbsthilfegruppe ?

- „Wichtig ist, dass man weiß, dass es einem nicht allein so geht.“
- „...weil doch immer wieder andere Situationen eintreten – da ist der Austausch so wichtig.“
- „Für mich ist der Austausch so wichtig.“
- „ ... und auch mal was Schönes machen, nicht immer nur über Probleme reden.“



Pläne

- ▶ Achtsamkeitskurs
- ▶ Vorträge mit Fachreferent*innen
- ▶ Kurzausflüge, Ausstellungen, Wanderungen
- ▶ Reden, Austausch, gegenseitige Hilfe
- ▶ Öffentlichkeit herstellen
- ▶ ...



Vielen Dank
für Ihre
Aufmerksamkeit