

# advita Journal

OKTOBER 2020



## MITEINANDER IN APOLDA

Fehlzeitenmanagement  
bei advita — 4

Für ein gesundes  
Miteinander — 7

Sucht - Wege aus der  
Abhängigkeit — 14



## INHALT

- 3 **Editorial** *Dean Colmsee*
- 4 **Neu: Fehlzeitenmanagement bei advita** *Annette Meschkat*
- 6 **Urlaubsabbau bis zum Jahresende** *Annette Meschkat*
- 7 **Für ein gesundes Miteinander** *Marie-Luise Mangelsdorf*
- 8 **Ab Januar gelten drei Qualitätsprüfungen für die ambulante Pflege** *Marie-Luise Mangelsdorf*
- 9 **DigiDok: Heute schon synchronisiert?** *Mirko Kade*
- 10 **Portrait: Mit Herz und Kochlöffel** *Alina Broddack*
- 12 **advita Haus Apolda** *Tamara Umlauf*
- 14 **Sucht - Wege aus der Abhängigkeit** *Susann Tschorn*
- 18 **Kreativwerkstatt** *Catharina Schewe*
- 21 **Des einen Leid ist des anderen Blasmusik** *Corinna Lill*
- 22 **Hoher Besuch zum 90. Geburtstag** *Nejla Kaba-Retzlaff*
- 23 **Musikalische Überraschung am Ehrentag**  
*Niederlassung Lichtenstein*
- 24 **Leben, wohnen, glücklich sein ...** *Ann-Kristin Lange*
- 26 **Wenn Lehrer\*innen lernen...** *Evelyn Puschner*
- 28 **Geragogik: Ein Stück Normalität zurückgewinnen**  
*Philippe Seidel*
- 32 **Rätsel** *Svenja Teitge*
- 34 **advita in der Presse**
- 35 **Stellenanzeigen**
- 40 **Seminare und Fortbildungen der advita akademie im November/Dezember 2020**

## IMPRESSUM

**Herausgeber**  
advita Pflegedienst GmbH  
Kantstraße 151  
10623 Berlin  
Tel 030 437273126  
pr@advita.de

**Redaktion**  
Peter Fischer  
Uli Schuppach  
Alina Broddack

**Fotos**  
advita Pflegedienst GmbH  
Adobe Stock

**Gestaltung**  
Svenja Teitge  
Catharina Schewe

**V. i. S. d. P.**  
Peter Fischer



### Liebe Mitarbeiter\*innen,

das Jahr 2020 ist in vielerlei Hinsicht ein ganz besonderes Jahr und die Corona-Pandemie wird unser gesellschaftliches Leben noch lange nachhaltig beeinflussen. Auch wenn viele von Ihnen es kaum noch hören können, möchte ich noch einmal eindringlich an Sie alle appellieren: Bitte halten Sie sich weiterhin an die Abstands- und Hygieneregeln. Tragen Sie stets Ihren Mund-Nasen-Schutz und verhindern Sie, dass durch Nachlässigkeiten lokale Hot-Spots ausbrechen. Nicht zuletzt hat genau so ein lokaler Ausbruch in Thüringen dazu geführt, dass wir unseren Tag der offenen Tür im ehemaligen Postgebäude in Apolda gemäß neuer Vorschriften des Landes schweren Herzens absagen mussten.

Der Herbst steht vor der Tür, die Tage werden kürzer, die Temperaturen sinken und das öffentliche und private Leben wird sich immer mehr nach drinnen verlagern. Umso wichtiger wird es sein, weiterhin Rücksicht zu nehmen und mit Besonnenheit und Bedacht zu handeln. Nur so können wir gemeinsam erreichen, dass Sie alle gesund bleiben und sowohl privat als auch mit und bei advita weiterhin gut durch die Krise kommen. Die steigenden Infektionszahlen in Deutschland sollten uns alle Warnung genug sein: Die Corona-Pandemie ist noch nicht vorbei und wird uns auch weiterhin vor Herausforderungen stellen, die wir nur miteinander bewältigen können.

In diesem Journal finden Sie, neben den gewohnt spannenden und informativen Fachbeiträgen aus den unterschiedlichen Bereichen, auch wieder viele interessante Neuigkeiten aus den einzelnen Niederlassungen. Natürlich gibt es auch wieder Bastelinspirationen und ein kniffliges Rätsel zu lösen.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen und Stöbern in dieser aktuellen Journalausgabe.

Herzliche Grüße  
*Dean Colmsee, Geschäftsführung*

# Neu: Fehlzeitenmanagement bei advita

Annette Meschkat  
Personalleitung



Liebe Mitarbeiter\*innen,

wie Ihnen vielleicht schon bekannt ist, haben wir uns im Führungskreis 2019 darauf verständigt, ein Betriebliches Gesundheitsmanagement bei advita einzuführen.

Wir wissen, dass Ihre Gesundheit ein hohes Gut ist und somit auch eine besondere Beachtung verdient. Da das Betriebliche Gesundheitsmanagement sehr viele verschiedene Maßnahmen beinhaltet, wie z. B. Ergonomie am Arbeitsplatz,

Betriebliches Eingliederungsmanagement, Führung etc., gehen wir so vor, dass wir schrittweise an den einzelnen Themen arbeiten oder nachsteuern, wo es erforderlich ist oder neue Elemente aufnehmen.

Wichtige Schritte in den vergangenen Monaten waren:

- Die Einführung des Betrieblichen Eingliederungsmanagements (BEM)
- Die Möglichkeit von vertrauenskrank
- Die Einstellung von Frau Tschorn (ehemals Schneider) als Vertrauensperson

Ein weiterer wichtiger Schritt ist ein systematisches Fehlzeitenmanagement, mit dem wir ab dem 1. September bei advita starten.

## FÜRSORGEGESPRÄCH

Grundsätzlich nach Abwesenheit von mehr als zwei Tagen mit dem\*der direkten Vorgesetzten

### Was bedeutet das?

Es ist ein 3-stufiges Verfahren festgelegt worden, mit dem wir zukünftig arbeiten wollen, um nachhaltig die Gesundheit zu fördern, den Krankenstand zu reduzieren, die Motivation zu erhöhen und somit für Sie als Arbeitgeber attraktiver zu werden. Durch die Gespräche mit Ihnen können wir zukünftig noch besser verstehen, was Gründe für Erkrankungen sind und wie wir als Arbeitgeber diese vermeiden oder abstellen können.

Das Fehlzeitenmanagement unterteilt sich in folgende Stufen:

### 1. Fürsorgegespräch

Dieses Gespräch führt Ihr\*e direkte\*r Vorgesetzte\*r mit Ihnen ab einer krankheitsbedingten Fehlzeit von mehr als zwei Tagen. Das Gespräch wird vertraulich geführt, eine Dokumentation von vereinbarten möglichen Maßnahmen verbleibt vor Ort bei Ihrem\*r Vorgesetzten.

## FEHLZEITENGESPRÄCH

Grundsätzlich nach wiederholter Krankheit innerhalb von sechs Monaten oder auffälligem Krankheitsverlauf

### 2. Fehlzeitengespräch

Dieses Gespräch findet statt, wenn es innerhalb von sechs Monaten nach dem Fürsorgegespräch zu einer Folgeerkrankung kam. Sie führen es auch mit Ihrem\*r direkten Vorgesetzten. Es kann jedoch auch der\*die nächsthöhere Vorgesetzte hinzugezogen werden. Die Gesprächsinhalte werden entsprechend dokumentiert.

### 3. Betriebliches Eingliederungsmanagement (BEM)

Das BEM-Gespräch findet im Unterschied zu den beiden anderen Gesprächen mit Ihrem\*r zuständigen Personalreferenten\*in statt. Das Gespräch erfolgt, wenn Sie mehr als sechs Wochen zusammenhängend erkrankt waren oder in den letzten zwölf Monaten auf diesen Gesamtzeitraum kommen. Es dient vor allem dazu, Sie wieder gut in den Arbeitsprozess zu integrieren und weiteren längeren Erkrankungen vorzubeugen.

## BEM-GESPRÄCHE

Mehr als sechs Wochen Erkrankung innerhalb der letzten zwölf Monate

Seien Sie also nicht verwundert oder überrascht, wenn Ihr\*e Vorgesetzte\*r Sie in der nächsten Zeit nach einer Krankheit zu einem Gespräch bittet. Es dient dazu sicherzustellen, dass es Ihnen wieder gut geht und zu erfahren, ob es mögliche Erkrankungsgründe gibt, auf die wir als Arbeitgeber einwirken können.

Bitte sehen Sie diese Gespräche als eine Chance für eine Stärkung des »Miteinanders« vor Ort, nehmen diese konstruktiv an und gehen offen und transparent miteinander in das Gespräch.

Ich wünsche Ihnen dabei gutes Gelingen und uns allen, dass wir den Krankenstand bei advita nachhaltig reduzieren.

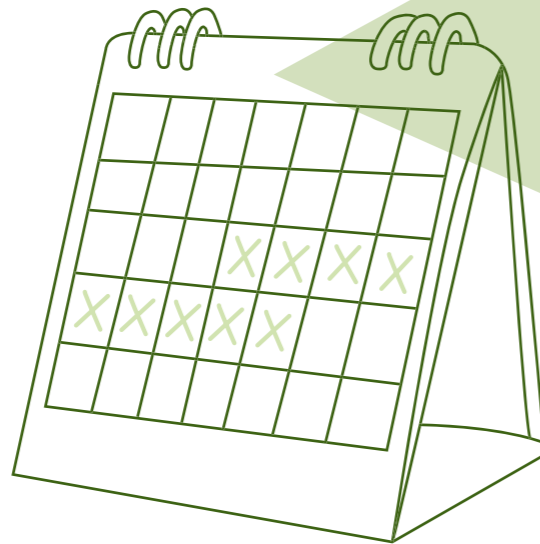
Blieben Sie gesund! ■■



# Urlaubsabbau bis zum Jahresende

**BITTE DARAN DENKEN:  
DAS URLAUBSJAHR IST DAS KALENDERJAHR**

*Annette Meschkat  
Personalleitung*



Liebe Mitarbeiter\*innen,

wie bereits in den letzten Jahren möchten wir auch in diesem Jahr noch einmal darauf hinweisen, dass sämtliche Urlaubsansprüche bis zum Jahresende abgegolten sein müssen. Dies gilt immer gemäß dem Grundsatz, dass das Urlaubsjahr das Kalenderjahr ist. Der Gesetzgeber hat dies so explizit vorgesehen, da es für jede\*n Einzelne\*n sehr wichtig ist, entsprechende verdiente Erholungszeiten für sich wahrnehmen zu können. Auch uns als Arbeitgeber ist Ihr Wohlergehen wichtig, da regelmäßige Auszeiten auch der persönlichen Gesunderhaltung dienen. Gerade in der aktuellen Zeit, die Sie alle besonders fordert, sollte es von besonderer Bedeutung sein, sich diese Auszeiten zu nehmen.

Eine Übertragung und sozusagen Mitnahme von Urlaubstagen in das neue Jahr hinein ist lediglich bis zum 31.3.2021 und nur in absoluten Ausnahmefällen möglich.

Nicht genommener Urlaub darf nur übertragen werden, wenn betriebliche oder in der Person des\*r Arbeitnehmers\*in liegende Gründe dies rechtfertigen. Ein typischer, in der Person liegender Grund stellt zum Beispiel eine längere Erkrankung dar.

Häufig entsteht die Frage, wie es sich bei Mitarbeiter\*innen verhält, die noch nicht ihren Urlaubsanspruch erreicht haben, da sie sich noch in der Probezeit befinden. Auch hier befürworten wir eine entsprechende anteilige Urlaubsnahme bis zum Jahresende.

Im Ergebnis sollte der noch zu übertragende Urlaub sich wirklich auf ein absolutes Minimum beschränken. Bitte planen Sie noch bestehende Resturlaubsansprüche mit Ihrem\*r zuständigen Vorgesetzten bis zum Jahresende zeitnah ein.

Ich wünsche Ihnen noch erholsame und schöne Urlaubstage. —

# Für ein gesundes Miteinander

*Marie-Luise Mangelsdorf  
Leitung Qualitätsmanagement*



Wir alle leben mit der gegenwärtigen Corona-Situation. Und für niemanden ist es einfach, mit den aktuellen Veränderungen im Alltagsleben positiv umzugehen.

Bleiben Sie bitte so entspannt wie bisher. Und bleiben Sie dennoch ebenso konzentriert. Es darf nicht passieren, dass wir aufgrund von Nachlässigkeiten in diesem Zusammenhang potentiell mögliche lokale Ausbrüche provozieren. Wir tragen hier alle gemeinsam Verantwortung.

Aus diesem Grund erhalten Sie in den nächsten Tagen zwei Stoffmasken mit dem advita Logo als Signal, wie ernst wir alle die Pandemie auch weiterhin nehmen sollten. Tragen Sie die Maske gern im Privatleben, aber auf jeden Fall in der Niederlassung immer dann, wenn Sie sich in Räumen mit anderen aufhalten. Beachten Sie, dass die Maske im direkten Kontakt mit Kunden nicht ausreicht. —



# Ab Januar gelten drei Qualitätsprüfungen für die ambulante Pflege

Marie-Luise Mangelsdorf  
Leitung Qualitätsmanagement

Als wäre die Verwirrung um die Qualitätsprüfung nicht schon groß genug: Ergebnisindikatoren, DAS Meldung und ein neuer Prüfkatalog in der ambulanten Pflege – wer soll da noch durchsehen? Im letzten Journal habe ich Ihnen die mögliche neue Qualitätsprüfung im ambulanten Bereich mit dem Blick durch die Glaskugel vorgestellt.

Bis es zu einer grundlegenden Neuausrichtung der Prüfrichtlinie kommen wird, legt die Selbstverwaltung aber vorher einen Zwischengang ein. So gelten ab dem kommenden Jahr, zunächst übergangsweise, drei voneinander unabhängig zu betrachtende Prüfkataloge:

- Qualitätsprüfungs-Richtlinie häusliche Krankenpflege QPR-HKP: für alle Pflegedienste, welche ausschließlich Behandlungspflegeleistungen erbringen,
- Qualitätsprüfungs-Richtlinien für die ambulante Pflege QPR ambulante Pflege Teil 1a: für alle Pflegedienste mit einer Zulassung für SGB V und SGB XI Leistungen, also advita

- Qualitätsprüfungs-Richtlinien für die ambulante Pflege Teil 1b ambulante Betreuungsdienste: für Pflegedienste, welche ausschließlich Entlastungsleistungen in Form von Betreuung anbieten.

## Warum diese Anpassungen?

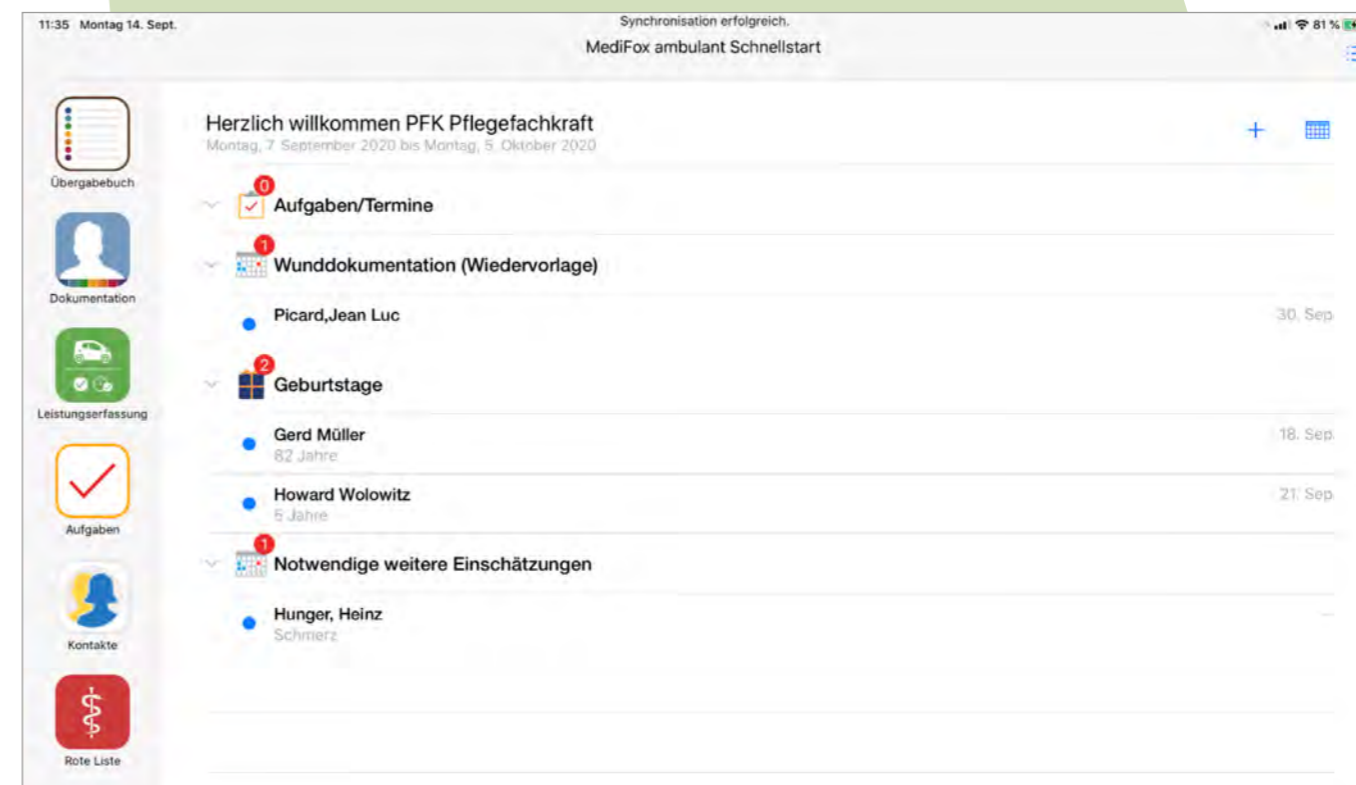
Zum einen wurde für die sogenannten Betreuungsdienste erstmals ein eigener Prüfkatalog entworfen und zum anderen wurden in den bestehenden Richtlinien (QPR HKP und QPR 1a) die Prüffragen in der außerklinischen Intensivpflege erweitert.

Änderungen ergeben sich daraus für advita nicht, da die veränderten Prüfungsanforderungen in der Intensivpflege bereits so umgesetzt werden. Auch für die Prüfungen in der stationären und teilstationären Pflege ergeben sich keinerlei Änderungen.

Es bleibt also abzuwarten, was in den kommenden Monaten noch so passiert. Es ist Bewegung drin. ■

# DigiDok: Heute schon synchronisiert?

Mirko Kade  
Qualitätsmanagementbeauftragter Ostsachsen



Damit alle Ihre eingegebenen Daten dauerhaft vorhanden und für alle Ihre Kolleg\*innen sichtbar sind, muss die Anwendung **MediFox ambulant** regelmäßig synchronisieren. Hierbei werden die Daten über den Webservice an den Server übertragen. Diese Synchronisation erfolgt in der Regel automatisch. Vereinzelt kann es hier technisch bedingt zu Verzögerungen kommen. Bitte synchronisieren Sie deshalb täglich manuell über die Schaltfläche im Navigationsmenü.

Bitte achten Sie hierbei auch auf die erfolgreiche Übertragung, erkennbar durch den Hinweis »Synchronisation erfolgreich« am oberen Bildrand. Darüber hinaus ist es empfehlenswert, die Anwendung **MediFox ambulant** immer bei Beendigung des Dienstes vollständig zu schließen, d. h. einen Doppelklick auf den Home-Button des iPads (großer weißer Knopf) zu machen und anschließend das Fenster mit der Anwendung nach oben zu wischen. ■



# Mit Herz und Kochlöffel

## INTERVIEW MIT JENS BOHRING, KOCH IM ADVITA HAUS NUSSKNACKER IN EHRENFRIEDERSDORF

Alina Broddack  
Stellv. Marketingleitung



**Broddack:**

*Hallo Herr Bohring! Wie lange sind Sie schon bei advita?*

**Bohring:**

Ich habe mit advita eine familiäre Vorgeschichte: Meine Frau arbeitet seit Jahren als PDL in unserem Betrieb. Ich kenne advita also schon sehr lange. Angefangen habe ich dann vor zwei Jahren als Koch in Ehrenfriedersdorf.

**Broddack:**

*Was haben Sie gelernt und vor advita gemacht?*

**Bohring:**

Ich bin in einem gastronomischen Familienbetrieb groß geworden, mein beruflicher Weg war also quasi vorgezeichnet. Ich habe eine Ausbildung zum Koch und Kellner sowie meine Meisterausbildung gemacht. Dann folgten über 40 Jahre in der Gastronomie, davon über 20 Jahre in Selbstständigkeit. Aber irgendwann versucht man logischerweise andere Prioritäten im Leben zu setzen. Und da kam dann advita ins Spiel...

**Broddack:**

*Was machen Sie genau bei advita?*

**Bohring:**

Ich bin Koch und Küchenleitung. Das heißt, ich bin in erster Linie für das leibliche Wohl der Klient\*innen verantwortlich. Aber im Prinzip zählt die gesamte Koordination und Organisation der Küche dazu, also die Erstellung des Speiseplans, die Aufgabe von Bestellungen oder das Einhalten von Hygienevorschriften.

**Broddack:**

*Da sind ja eine Reihe von verschiedenen Aufgaben. Wie sieht denn ein typischer Tag bei Ihnen aus?*

**Bohring:**

Der Job ist wirklich recht vielseitig. Ein typischer Tag beginnt für mich um 7.30 Uhr mit der Vorbereitung des Frühstücks. In Ehrenfriedersdorf haben wir eine offene Küche, wir decken auch die Tische ein und übernehmen zum Teil auch Serviceaufgaben. Nach dem Frühstück geht es direkt in die Vorbereitung des Mittagessens, wir kochen ja jeden Tag ganz frisch. Danach starten die Vorbereitungen für das Abendbrot, aber das übernehmen dann Kolleg\*innen. Mein Arbeitstag endet am Nachmittag.

**Broddack:**

*Mit wem arbeiten Sie eng zusammen?*

**Bohring:**

In Ehrenfriedersdorf sind wir ein kleines Team, es gibt noch zwei weitere Köche, aber wir arbeiten jeweils alleine in der Küche. Aber klar, unterstützt werden wir durch die Kolleg\*innen der Tagespflege und der Hauswirtschaft. Das funktioniert super. Überhaupt macht die Arbeit bei uns im Team sehr viel Spaß.

**Broddack:**

*Was gefällt Ihnen besonders gut an der Arbeit bei advita, was ist das Besondere?*

**Bohring:**

Obwohl ich angestellt bin, habe ich in der Küche sehr viele Freiheiten und kann eigenständig Entscheidungen treffen. Das fühlt sich fast ein bisschen an wie selbstständig zu sein. Das gefällt mir. Und natürlich gibt es einen unschlagbaren Vorteil: Ich hatte 2019 das erste Mal in meinem Leben ein Adventswochenende frei, sogar die Weihnachtsfeiertage konnte ich im Kreise meiner Familie erleben!



Für unsere Rubrik »Portrait« hat Alina Broddack ein Interview mit Jens Bohring (Koch im advita Haus Nussknacker in Ehrenfriedersdorf) geführt.

Das ist in der Gastronomie eigentlich undenkbar, bei advita aber möglich. Das Mehr an Freizeit und die geregelten Arbeitszeiten sind wertvoll und sollten dazu genutzt werden, Köch\*innen den Job bei uns schmackhaft zu machen.

**Broddack:**

*Sicherlich haben Sie in der Küche auch einige Herausforderungen aufgrund der Corona-Pandemie zu bewältigen. Wie gehen Sie damit um?*

**Bohring:**

Ich bin sehr froh, dass advita da hinterher ist und klare Anweisungen gibt. Die Pandemie müssen wir sehr ernst nehmen. Wir sind in der Küche natürlich immer sehr an Hygienevorschriften gebunden, achten jetzt aber doppelt so gut auf die Einhaltung. Die Klient\*innen haben zum Teil auch gelitten, weil sie keinen Besuch bekommen durften. Da gibt es für mich nichts Schöneres, als ihnen mit einem liebevoll angerichteten Teller und einem kleinen Plausch eine Freude zu machen. Dann glänzen ihre Augen. Dafür mache ich den Job, genau für solche Momente.

**Broddack:**

*Was wünschen Sie sich für die Zukunft?*

**Bohring:**

Gute Frage! In meiner Zeit bei advita hat sich schon viel getan. Ich sage immer, auf der »materiell-technischen Basis« sind wir schon viel besser aufgestellt als noch vor zwei Jahren, nutzen eine top Ausstattung und professionelle Geräte. Das freut mich sehr. Aber ich würde mir wünschen, dass wir bei advita auch Köch\*innen ausbilden, damit wir für die Zukunft gut aufgestellt sind. Leider gibt es wenig Nachwuchs in unserer Branche und Ausbilder zu werden ist nicht so schwer. Vielleicht können wir da zukünftig ansetzen.

**Broddack:**

*Herr Bohring, schön, dass Sie sich die Zeit für das Interview genommen haben. Es freut uns, auch mal etwas weniger typische Berufe bei advita vorzustellen und einen Einblick in den Arbeitsalltag zu bekommen. Vielen Dank und alles Gute! —*



# advita Haus Apolda

## ERFAHRENE NIEDERLASSUNG ERGÄNZT UM NEUES ADVITA HAUS

Tamara Umlauf  
Leitung Pre-Opening Management



Das überdurchschnittliche Interesse an dem neuen advita Haus Apolda zeigte sich bereits beim Tag der offenen Baustelle Anfang Februar mit 1200 Besucher\*innen.

Am 1.9.2020 war es dann soweit. Der erfahrene ambulante Pflegedienst in Apolda mit bereits 120 Kund\*innen in der Tourenpflege eröffnete das neue advita Haus Apolda in und um das ehemalige denkmalgeschützte Postamt.

Hier werden Senior\*innen in 40 Wohnungen im Betreuten Wohnen, zwei Wohngemeinschaften für Menschen mit Demenz und einer Tagespflege betreut und gepflegt.

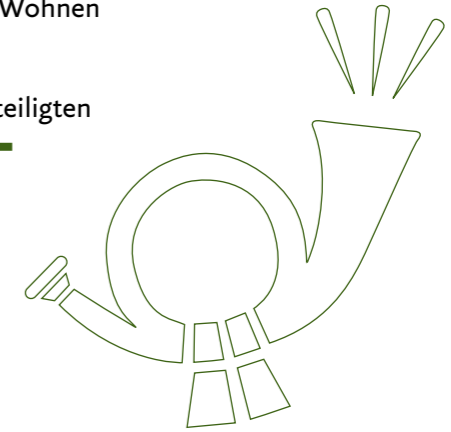
Die Eröffnung wurde durch die Regionalleitung Frau Fichtner, die bestehende Niederlassung und Frau Saur als neue Niederlassungsleitung sehr gut vorbereitet. Vorteilhaft war, dass Frau Saur bis zur Eröffnung im POM-Team bereits für Apolda verantwortlich war und somit im gesamten Entwicklungsprozess selbst mitwirken konnte.

Ergänzt wird das Leitungsteam durch Frau Koch als Hausleitung sowie Frau Meinhardt und Frau Koppenstein als Pflegedienstleitungen.

Für das advita Haus wurden zusätzlich 14 Mitarbeiter\*innen für die verschiedenen Bereiche eingestellt, die nun im Sinne von *advita miteinander* das Haus von Tag zu Tag mit Leben füllen.

Das große Interesse in der Bevölkerung setzte sich fort und spiegelt sich im aktuellen Belegungsstand von 70 % im Betreuten Wohnen wider.

Wir wünschen allen Beteiligten weiterhin viel Erfolg! 🍀





# Sucht – Wege aus der Abhängigkeit

Susann Tschorn  
Vertrauensperson

Eine Suchterkrankung bei anderen frühzeitig zu erkennen ist schwierig. Sich selbst eine einzugestehen noch viel mehr. Aber was ist eine Suchterkrankung überhaupt? Welche Anzeichen und Symptome zeigen sich? Welche Hilfsmöglichkeiten gibt es?

Im Kreisdiagramm auf Seite 17 sehen Sie, wie viele Deutsche eine Suchterkrankung mit den unterschiedlichsten Suchtmitteln entwickelt haben.

An den Zahlen ist zu erkennen, dass neben der Abhängigkeit von legalen Drogen (Tabak und Alkohol) auch die Kauf- und die Internetsucht mittlerweile weit verbreitet sind.

## Was ist eine Sucht und woran kann man sie erkennen?

Eine Sucht wird auch als Abhängigkeit bezeichnet und gehört zu den medizinisch psychologischen Krankheitsbildern. **Sie beschreibt ein unwiderstehliches Verlangen nach einem bestimmten Erlebnis, Zustand oder Verhalten.**

Der Mensch kann süchtig oder abhängig von ganz verschiedenen Dingen sein, aber eines haben Suchterkrankungen alle gemeinsam: **Durch den Kontakt mit dem oder die Einnahme des Suchtstoffs stellt sich ein als befriedigend wahrgenommenes Gefühl oder gar ein Rauschzustand ein.** Meist dauert dieser Zustand nur vorübergehend an. Mit der Zeit muss entweder die Dosis oder die Häufigkeit erhöht werden oder es wird zum Beispiel zu immer stärkeren Drogen gegriffen.

## Folgende Symptome sprechen für eine Suchterkrankung:

- ein sehr starkes Verlangen nach dem Suchtstoff, dem kaum widerstanden werden kann
- ein Kontrollverlust, das heißt eine verminderte Kontrolle bezüglich des Beginns, der Beendigung und der Menge des Konsums
- Entzugssymptome beim Absetzen des Suchtstoffes, wie Unruhe, Zittern und Schweißausbrüche
- eine Toleranzentwicklung, also eine Steigerung der konsumierten Menge, um die gleichen Effekte zu erreichen



- fortschreitende Vernachlässigung von anderen Interessen, Sozialkontakten oder der Arbeit
- Fortsetzung des Konsums trotz schädlicher Folgen

Der Übergang vom **Suchtmittelmissbrauch** zur **Suchtmittelabhängigkeit** ist oftmals fließend. Wer also mal bei einer Party zu viel getrunken hat, ist nicht gleich alkoholabhängig. Wer dies jedoch regelmäßig (auch jedes Wochenende) tut, hat eine psychische Abhängigkeit entwickelt. Das heißt, derjenige verbindet mit Feiern und Freizeit automatisch den Konsum von Alkohol und kann ohne kaum noch Spaß haben.

## Wie entsteht eine Abhängigkeit?

Die Abhängigkeit von einem Suchtstoff kann verschiedene Ursachen haben. Diverse Faktoren können dabei eine Rolle spielen, so zum Beispiel:

- genetische Faktoren (Erbfaktoren)
- Verhaltens- und Lernfaktoren (zum Beispiel der Umgang mit Suchtmitteln in der Herkunftsfamilie, traumatische Ereignisse oder Erlebnisse)
- soziale Faktoren (zum Beispiel Ausgrenzung, Mobbing)
- gleichzeitiges Vorkommen anderer psychischer Erkrankungen, wie einer Depression

Sind die Eltern oder andere Verwandte abhängig, erhöht sich das Risiko, selbst abhängig zu werden. Auch wer in seinem Umfeld mit Süchtigen lebt, hat ein erhöhtes Risiko, an einer Sucht zu erkranken.

Ebenso spielt der gesellschaftliche Zwang eine große Rolle. Denn oft werden Personen zum Trinken,

Rauchen oder zur Einnahme anderer Suchtmittel verleitet, indem sie zum Beispiel zu einer Gruppe dazugehören wollen. Weiterhin können andere psychische und körperliche Erkrankungen das Risiko einer Abhängigkeit erhöhen, vor allem wenn der Suchtstoff die Symptome einer Krankheit lindert (zum Beispiel bei Angstzuständen oder chronischen Schmerzen).

Neben einer eigenen Sucht gibt es auch die **Co-Abhängigkeit**. Dies bedeutet, dass eine Person in die Suchterkrankung eines nahestehenden Menschen verstrickt ist. Die Sucht des Gegenübers wird oft zum alles beherrschenden Thema, der\*die Co-Abhängige selbst tritt dabei in den Hintergrund. Diese Person entwickelt Strategien im Umgang mit der Erkrankung des\*r Süchtigen, die ihr selbst schaden. Das kann auf vielfältige Weise geschehen, etwa indem der\*die Co-Abhängige die\*den Suchtkranke\*n vor den Folgen ihrer\*seiner Sucht zu beschützen versucht, was das Suchtverhalten unbeabsichtigt stabilisiert. Aber auch, indem er die\*den Suchtkranke\*n kontrolliert und versucht, ihn\*sie mit aller Macht vom Konsum abzuhalten. In jedem Fall führt die Co-Abhängigkeit dazu, Mitgefängene\*r der Sucht zu sein.

Sich aus der Co-Abhängigkeit zu lösen, ist nicht leicht. Gerade loyale und zugewandte Menschen kämpfen schnell mit Schuldgefühlen, die\*den Betroffene\*n im Stich zu lassen. Doch sich aus der Co-Abhängigkeit zu befreien, muss nicht zwangsläufig bedeuten, die\*den Suchtkranke\*n aufzugeben und fallenzulassen. Vielmehr ist es wichtig, der Person zu verdeutlichen, dass er\*sie geliebt und ihm\*r geholfen, jedoch sein\*ihr Suchtverhalten nicht mehr toleriert wird.

## Tipps zum Umgang mit einer Sucht bei Angehörigen

Suchterkrankungen sind ein Tabu. Das Thema anzusprechen fällt darum schwer. Man fürchtet, die Person zu beschämen, zu Unrecht zu verdächtigen und zu kränken. Und tatsächlich reagieren Menschen, deren Konsum von Rauschmitteln problematisch ist, oft ablehnend und dünnhäutig. ▶



Nichts tun und Wegschauen ist dennoch keine gute Option. Von allein wird sich das Problem nicht lösen. Nur wenn man jemandem den Spiegel vorhält, erhält er\*sie einen Impuls, sich mit dem Problem zu befassen.

► **Seien Sie mutig:** Sprechen Sie es an, wenn Sie das Gefühl haben, dass Ihr\*e Freund\*in, Kolleg\*in, Elternteil oder Partner\*in zu viel konsumiert oder suchtproblematische Verhaltensweisen entwickelt. »Es ist für mich nicht leicht dir das zu sagen, aber du bist mir wichtig.«

► **Blieben Sie bei sich:** Beschreiben Sie dem\*der Suchtkranken, wie der Konsum oder das Suchtverhalten auf Sie wirkt und wie es Ihnen damit geht. »Ich mache mir Sorgen um dich und befürchte, dass du die Kontrolle darüber verlieren könntest.«

► **Verzichten Sie auf Vorwürfe und Belehrungen:** Ein suchtkranker Mensch wird diese nur abblocken. Sucht ist eine Krankheit, deren Überwindung viel Zeit und Kraft braucht.

► **Signalisieren Sie, dass Sie ihm\*ihr bei seinem\*ihrem Weg aus der Sucht helfen werden:** Machen Sie aber unmissverständlich klar, dass Sie ihn\*sie nicht (weiter) in seiner\*ihrer Sucht unterstützen. »Ich bin immer für dich da. Ich unterstütze dich dabei, dir Hilfe zu suchen. Aber ich kaufe dir keinen Alkohol mehr und trinke auch nicht mehr mit dir zusammen.«

► **Erwarten Sie nicht zu viel:**

Erhoffen Sie von einem Gespräch keine unmittelbare Besserung. Ihre ehrliche Rückmeldung kann aber dazu beitragen, dass der\*die Betroffene sich mit dem Problem auseinandersetzt.

► **Seien Sie konsequent:** Wenn der\*die Abhängige Sie anbettelt, ihm\*ihr den Suchtstoff zu verschaffen oder unhaltbare Versprechen gibt, dann bleiben Sie bei Ihrer Aussage und ziehen klare Grenzen.

Der Schritt vom Erkennen einer Abhängigkeit hin zur Behandlung dieser ist meist ein sehr großer. Oftmals wollen die Betroffenen sich ihre Sucht nicht eingestehen, da sie kurzfristig positive Folgen spüren, wie z. B. mehr Spaß auf Partys, Enthemmung, schnellere und lockere Kontaktaufnahme zu anderen, weniger Beschwerden. **Langfristig gesehen machen Abhängigkeiten den Körper jedoch krank und können auch zum Tod führen.**

### Wie sieht eine Behandlung von Suchterkrankungen aus?

Bei der Therapie von Abhängigkeitserkrankungen werden in der Regel vier Stufen angewendet. Das große Ziel einer Therapie ist es, dass der\*die Betroffene am Ende völlig auf den Suchtstoff verzichten kann. Weitere wichtige Aspekte sind die Verringerung von Rückfällen sowie die Verlängerung der Abstinenz von dem Suchtmittel.

► **Stufe 1: Kontaktphase**

Zunächst tritt der\*die Suchtkranke erstmals in Kontakt mit professionellen Helfer\*innen, z. B. in einer Suchtberatung, und wird ausführlich und situationsbezogen beraten. Neben der erfolgten Beratung wird eine weiterführende Betreuung angestrebt und stationäre Therapien oder klinische Entgiftungen beantragt und vermittelt.

► **Stufe 2: Entgiftungsphase**

Bei der Entgiftungsphase befindet sich der\*die Abhängige in einem psychiatrischen oder internistischen Krankenhaus, um vom Suchtstoff entgiftet zu werden. Diese Phase dauert in der Regel drei bis sechs Wochen und wird meist medikamentös unterstützt.

► **Stufe 3: Entwöhnungsphase**

Danach folgt die Entwöhnungsphase, die meistens vier bis sechs Monate dauert. In speziellen Fachkliniken werden Suchtkranke therapiert, um sie vom Suchtstoff zu entwöhnen.

2,0 Mio. Internetsüchtige\*

1,7 Mio. Alkoholabhängige\*

4,0 Mio. stark  
Kaufsucht-  
gefährdete\*\*

1,5 Mio. Medikamentenabhängige\*

700.000 Ess-/Brech-  
Magersüchtige\*\*\*

500.000 Sexsüchtige\*\*\*\*

300.000 Drogensüchtige\*

220.000 pathologische Glücksspieler\*

4,2 Mio. Tabakabhängige\*

Verteilung von Suchterkrankungen in Deutschland  
(Gesamt: 15 Mio. Suchtkranke bzw. stark Suchtgefährdete)

Quellen:

\* Deutsche Hauptstelle gegen Suchtgefahren (DHS)

\*\* Uniklinik Erlangen

\*\*\* Deutsches Institut für Ernährungsmedizin (DIET)

\*\*\*\* Deutsche Gesellschaft für Psychiatrie, Psychotherapie und Nervenheilkunde (DGPPN)

► **Stufe 4: Nachsorgephase**

Die vierte und letzte Phase betrifft die Nachsorge. Hier wird versucht, den Erfolg der Entgiftungs- und Entwöhnungsphase aufrechtzuerhalten. Wichtig sind eine anhaltende Unterstützung durch Fachärzt\*innen, Selbsthilfegruppen, Suchtberatungsstellen und auch durch Familie und Freunde.

Im Anschluss wird die Überwindung der psychischen Abhängigkeit angestrebt, meist durch den Einsatz einer Psychotherapie, aber auch durch Physio- und Ergotherapie.

**Egal, ob bei einem\*r Angehörigen oder bei Ihnen selbst: Wenn das Thema Sucht für Sie relevant ist und Sie daran etwas ändern möchten, dann melden Sie sich bei mir. Ich berate und unterstütze Sie, den für Sie passenden Weg zu finden. —**

# Von Ast zu Ast

## ZU KLEIDERBÜGELN

Catharina Schewe  
Marketing

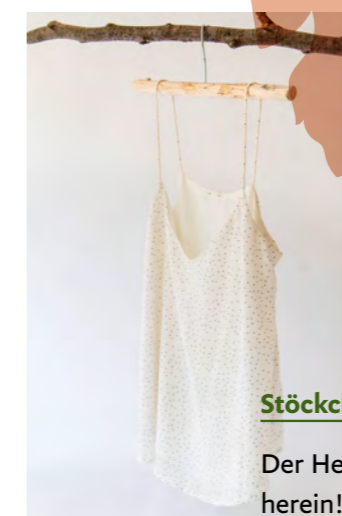


### Material

- Äste
- Schraubhaken für Kleiderbügel (z. B. von kaputten Kleiderbügeln)

### Hilfsmittel

- Holzsäge
- 2 Schraubzwingen
- Akkubohrmaschine
- Holzbohrer
- ggf. Zweikomponentenkleber



### Stöckchen holen

Der Herbst klopft an Ihre Tür? Dann bitten Sie ihn doch herein! Treffen Sie sich auf einen gemütlichen Waldspaziergang, genießen Sie die Waldluft, raschelnde Blätter und lassen Sie Ihren Blick schweifen. Sammeln Sie dabei ein paar schöne Äste und nehmen Sie ein Stück Natur mit nach Hause. Diese eignen sich nämlich zur vielfältigen Weiterverarbeitung - zum Beispiel für Kleiderbügel. ►



### Vorbereitung

Sammeln Sie ein paar mitteldicke Äste. Überlegen Sie, ob Sie den Ast lieber mit oder ohne Rinde verwenden möchten und befreien Sie den Ast im Anschluss, je nach Bedarf, davon.

Zudem benötigen Sie Kleiderbügelhaken. Falls Sie kaputte Kleiderbügel haben, nutzen Sie doch diese – das schont nicht nur Ihren Geldbeutel, sondern auch die Umwelt.



### Anleitung



1. Orientieren Sie sich an der Länge eines Kleiderbügels und markieren Sie die Schnittstellen.



2. Sägen Sie den Ast auf die gewünschte Länge zurecht. Dafür spannen Sie den Ast an einem Tisch mit zwei Zwingen fest und sägen entlang der markierten Schnittstelle.



3. Schleifen Sie ggf. die Kanten des Astes ab, um zu vermeiden, dass die Kleidung Schaden nimmt.



4. Markieren Sie den Ast genau in der Mitte.



5. Orientieren Sie sich an der Länge des Bügelhakenengewindes, um die ungefähre Tiefe der Bohrung zu bestimmen. Bohren Sie nun mit einem 3 mm-Holzbohrer in den Ast.



6. Drücken Sie nun noch den Haken fest in das Bohrloch hinein. Sollte der Kleiderhaken dennoch etwas zu viel Spiel haben, füllen Sie den Hohlraum mit etwas Zweikomponentenkleber auf. ■

# Des einen Leid ist des anderen Blasmusik

## DIE OELSNITZER BLASMUSIKANTEN ZU GAST IM GOLDENEN HELM

Corinna Lill

Pflegedienstleitung ambulant in der Niederlassung Lichtenstein

Man mag es kaum glauben, wenn einer sagt: »Corona macht's möglich«, aber so oder so ähnlich könnte man das beschreiben, was wir in Lichtenstein erleben durften.

An keinem von uns gehen Kontaktbeschränkungen und Abstandsregelungen spurlos vorbei. So sind auch die wöchentlichen Orchesterproben der Oelsnitzer Blasmusikanten nicht im gewohnten Rahmen durchführbar. In den Proberäumen können die Abstandsregeln nicht eingehalten werden und durch die Absage vieler öffentlicher Veranstaltungen weiß keiner so richtig, für welchen Auftritt die Musiker\*innen eigentlich jede Woche proben.

Das Ensemble um Orchesterchef Tilo Nüßler macht aus der Not eine Tugend und führt öffentliche Proben vor Pflegeeinrichtungen in der Region durch. Unsere Kollegin Gabriele König, die selbst im Orchester Tenorhorn spielt, hat auch unsere neu gestaltete Terrasse als möglichen Ort für eine Open-Air-Probe vorgeschlagen und so konnten unsere Kund\*innen am 2. September ein einstündiges Privatkonzert der Oelsnitzer Blasmusikanten erleben.

Zu Titeln wie »Ich war noch niemals in New York«, »Rock me« oder »Lili Marleen« wurde auf den Balkonen des Neubaus und auf den Brücken, die unsere Häuser verbinden, mitgesungen, geklatscht und geschunkelt. Es war eine wunderbare Stunde in denen die Musiker\*innen unseren Kund\*innen ein Lachen ins Gesicht und ins Herz zaubern konnten.

Alle waren hellauf begeistert und wir sind sehr dankbar, dass wir dieses Konzert der besonderen Art vor unserer Haustür gemeinsam erleben durften. ■





# Hoher Besuch zum 90. Geburtstag

*Nejla Kaba-Retzlaff  
Niederlassungsleitung Bautzen*

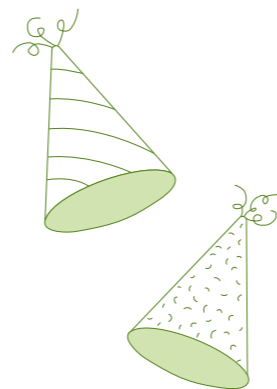


Frau Liane Wobad ist am 2.9.2020 90 Jahre alt geworden. Sie ist eine der ersten Mieterinnen der Wohn-gemeinschaft im advita Haus Am Burglehn.

Als erster Gratulant überbrachte der Bürgermeister von Bautzen Herr Alexander Ahrens persönlich und mit einem Blumenstrauß seine Glückwünsche. Dies war nicht nur für Frau Wobad, sondern auch für ihre Freunde aus der

Tagespflege eine schöne Überraschung. Anschließend unterhielten sich Herr Ahrens und Frau Wobad noch eine Weile zu zweit, denn so ein langes Leben bietet schließlich viel Gesprächsstoff und weckt Neugier.

Am Nachmittag wurde Frau Wobad von ihren drei erwachsenen Kindern und den Enkelkindern liebevoll umsorgt und genoss ihre eigene Feier. —

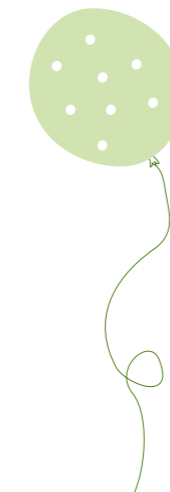


# Musikalische Überraschung am Ehrentag

*Niederlassung Lichtenstein*



Frau Hanni Riedel wohnt seit Februar 2015 im Betreuten Wohnen im advita Haus Goldener Helm in Lichtenstein. Sie ist eine aufgeschlossene und fröhliche Bewohnerin und besucht auch täglich die Tagespflege. Am 19. September feierte sie ihren 90. Ehrentag in unserem Haus. Eine besondere Freude war, dass der Bürgermeister der Stadt Lichtenstein Herr Thomas Nordheim zum Gratulieren zu Besuch kam und ein Ständchen auf der Trompete spielte. —





# Leben, wohnen, glücklich sein ...

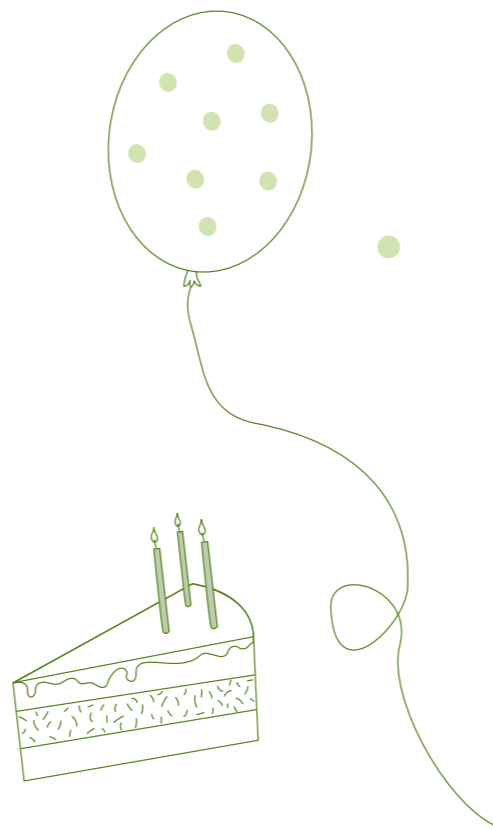
*Ann-Kristin Lange  
Niederlassungsleitung Köthen*

Das Kernversprechen bei advita lautet: Gestaltungsfreiheit. Doch was verstehen wir darunter? Kann eine demenziell erkrankte Person wirklich noch gestaltungsfrei leben?

Frau Donth wohnt seit April 2020 in der advita Wohngemeinschaft für Menschen mit Demenz, die sie liebevoll ihr Zuhause nennt. Sie ist eine kleine, zierliche 87-jährige Frau und sehr direkt in ihren Äußerungen, jedoch sehr liebenswürdig und mitfühlend.

Die Tochter erzählte uns, dass ihre Mutter vorher in einer stationären Einrichtung untergebracht war. Jedoch konnte sie sich nicht mit dem Gedanken anfreunden, dass dies ihr neues Zuhause ist und lebte sich nur schwer ein. Sie wirkte bei Besuchen traurig und unvollständig. Es gab aber jemanden, der immer an ihrer Seite war und dem sie alles anvertrauen konnte: Ihren Sorgenfresser, die Puppe, die sie liebevoll ihren Jungen Günther nennt.

Nach dem Umzug aus der stationären Einrichtung in unser advita Haus bemerkten die Mitarbeiter\*innen sehr schnell, wie wichtig Frau Donth die Einbeziehung der Puppe Günther ist. Ihr »Junge« wird liebevoll umsorgt, gewaschen und auch bei den Mahlzeiten integriert. Er geht mit ihr zu Bett und hört sich ihre Ängste und Nöte an. Mal wird gelacht und mal wird geweint. Beide wohnen in einer wundervollen Welt, die sicherlich eine geprägte Vorgeschichte hat. Günther hilft Frau Donth ganz offensichtlich dabei, diese zu verarbeiten.



Frau Donth besucht täglich die Tagespflege im advita Haus. Sie sagt zu ihrem Jungen, dass sie ihn nun in den Kindergarten bringen müsse, um zur Arbeit zu gehen. Sie fährt Günther jeden Morgen mit dem Kinderwagen in die Verwaltung des Hauses und gibt Bescheid, dass er heute Mittagskind ist und bereits gefrühstückt hat. Sie verabschiedet sich liebevoll von Günther und besucht die Tagespflege. Wenn sich die anderen Besucher\*innen der Tagespflege um die Mittagszeit in die Ruheräume begeben, guckt Frau Donth bereits mehrfach zur Uhr. Sie spürt, dass es an der Zeit ist, Günther abzuholen. Sie verbringt die restliche Zeit in der Tagespflege dann gemeinsam mit Günther.

Kürzlich erwähnte sie immer wieder, dass ihr Junge bald seinen 3. Geburtstag feiern würde und sie bislang noch nichts planen konnte, auch die Geschenke fehlten ihr.

Für uns stand fest, dass wir gemeinsam mit Frau Donth dieses Fest stattfinden lassen wollten. Mit voller Unterstützung durch Angehörige und Bewohner\*innen konnte am 16.8.2020 ein toller Kindergeburtstag auf die Beine gestellt werden. Die Wohngemeinschaft wurde geschmückt und es gab tolle Köstlichkeiten, die von Mitarbeiter\*innen und Bewohner\*innen gemeinsam zubereitet wurden. Frau Donth konnte ihr Glück kaum fassen. Sie kämpfte mit den Tränen als das Geburtstagsständchen ertönte und freute sich, Günther die Geschenke zu überreichen, die vorher durch Mitarbeiter\*innen und Angehörige besorgt wurden.

Es gab einen Hochstuhl, Lätzchen, Schuhe und sogar ein Fotoalbum. Frau Donths Tochter zeigte sich danach in einem Gespräch sehr dankbar und war erleichtert, bei advita endlich ein Zuhause für ihre Mutter gefunden zu haben. Nicht nur für sie, auch für die Mitarbeiter\*innen und Bewohner\*innen im advita Haus Am Schlosspark in Köthen ist es ganz genau das, was ein Leben mit Gestaltungsfreiheit ausmacht. ■





# Wenn Lehrer\*innen lernen ...

Evelyn Puschner  
Pflegedienstleitung Kreischa



Julia Lange schult Lehrer\*innen und Erzieher\*innen.

Seit September diesen Jahres versorgen wir das nunmehr dritte Kind mit Diabetes mellitus Typ 1 in der Grundschule Kreischa. Unsere Jüngste ist dieses Jahr eingeschult worden, die anderen beiden Kinder gehen in die 3. und 4. Klasse.

Aufgrund der neuen Schülerin und weil einige neue Lehrer\*innen zur Lehrerschaft dazugekommen sind, bat uns der Schulleiter, das Kollegium zum Thema Diabetes mellitus aufzuklären. Dieser Bitte ist unsere stellvertretende

Pflegedienstleiterin und Qualitätsbeauftragte Julia Lange natürlich gerne nachgekommen. In erster Linie ging es darum, den Lehrer\*innen, welche oft noch keine Erfahrung mit der Erkrankung hatten, die Berührungspunkte zu nehmen. Des Weiteren waren auch einige Erzieher\*innen des Hortes dabei, um ihr Wissen zum Thema nochmal aufzufrischen. Selbstverständlich wurden entsprechende Richtlinien, die zur Zeit vorgeschrieben sind, eingehalten.

Frau Lange stellte die Krankheit mit ihren unterschiedlichen Typen vor und ging besonders auf den bei Kindern vorkommenden Typ 1 ein. Sie nannte Ursachen und Symptome, erklärte die Komplikationen Hypo- und Hyperglykämie und wie darauf reagiert werden muss. Wichtig war es auch, die speziellen Besonderheiten im Umgang mit den drei Kindern zu besprechen, da jedes von ihnen seinen eigenen Rhythmus hat.



Liebe Schwester Julia, liebe Schwester Evi,  
vielen herzlichen Dank für die gute Zusammenarbeit in unserer Kindergartenzeit. Auch die Absprachen mit unserer Heike waren immer prima und wir haben das Beste aus der schwierigen Anfangszeit gemacht. Unterm Strich lief es doch meist ganz gut. ☺  
Nun wird A immer selbstständiger und lernt mit dem Diabetes selbst umzugehen. Das macht sie prima. Ich bitte Sie A auch weiterhin zu unterstützen und so viel wie nur möglich selbst machen zu lassen. Sie müssen natürlich immer noch mit aufpassen und beim Berechnen helfen. Aber auch das wird sie irgendwann lernen (wollen). Dabei können wir sie nur begleiten, Sie als Pflegedienst in der Regel mehr als ich nur an den Wochenenden. Aber sie ist schlau, manchmal nur etwas durcheinander, was am Zuckerwert liegen kann. ☺  
Ich wünsche uns für die Schulzeit eine ebenso gute Zusammenarbeit mit Frau L. und den beiden Horterzieherinnen Frau S. und Frau S.  
Bleiben Sie gesund und bis bald im August.  
A mit Familie

Beispielhaft bekamen wir ein herzliches Dankeschreiben von den Eltern unserer jüngsten Klientin zum Ende der Kindergartenzeit.

Auf die durch Unsicherheit aufkommenden Fragen der Lehrer\*innen und Erzieher\*innen konnte Frau Lange durch ihre mittlerweile fast vierjährige Erfahrung in der Versorgung von Kindern mit Diabetes Typ 1 fachgerecht antworten. Somit vermittelten wir den Lehrer\*innen und Erzieher\*innen das Gefühl, jederzeit bei Fragen und Auffälligkeiten Ansprechpartner\*innen für sie zu sein.

Ebenfalls dabei waren auch zwei Mütter der Kinder, so dass im Nachgang noch konkrete Absprachen betreffend der genauen Einsatzzeiten gemacht werden konnten. Diese gestalten sich für uns nicht immer einfach, da sich unsere Versorgungszeiten natürlich nach den Pausen der Schule und den Essenszeiten im Hort richten müssen. Dies muss jeden Tag für alle drei Kinder mit bis zu je vier Einsätzen sehr genau koordiniert werden und ist jedes Mal eine Herausforderung für uns.

Besprechungen mit allen Betroffenen finden öfter statt, da eine enge Zusammenarbeit mit den Lehrer\*innen und Erzieher\*innen für das Wohlbefinden aller Beteiligten unabdinglich ist. Durch unsere Einsätze tragen wir dazu bei, dass die Kinder und ihre Familien ein weitestgehend »normales« Schul- und Arbeitsleben führen können. ■



# Geragogik: Ein Stück Normalität zurückgewinnen

Philippe Seidel

Auszubildender & Pflegekraft im Intensivpflegezentrum Freital



Haben Sie schon einmal darüber nachgedacht, was passiert, wenn wir Sachen verlernen würden? Alltägliche Dinge, wie die Benutzung eines Telefons oder einkaufen gehen? Irgendwann könnte der Punkt kommen, an dem wir genau solche Sachen verlernen und Hilfe brauchen. Das kann durch einen Schicksalsschlag, eine Erkrankung oder einen Unfall passieren.

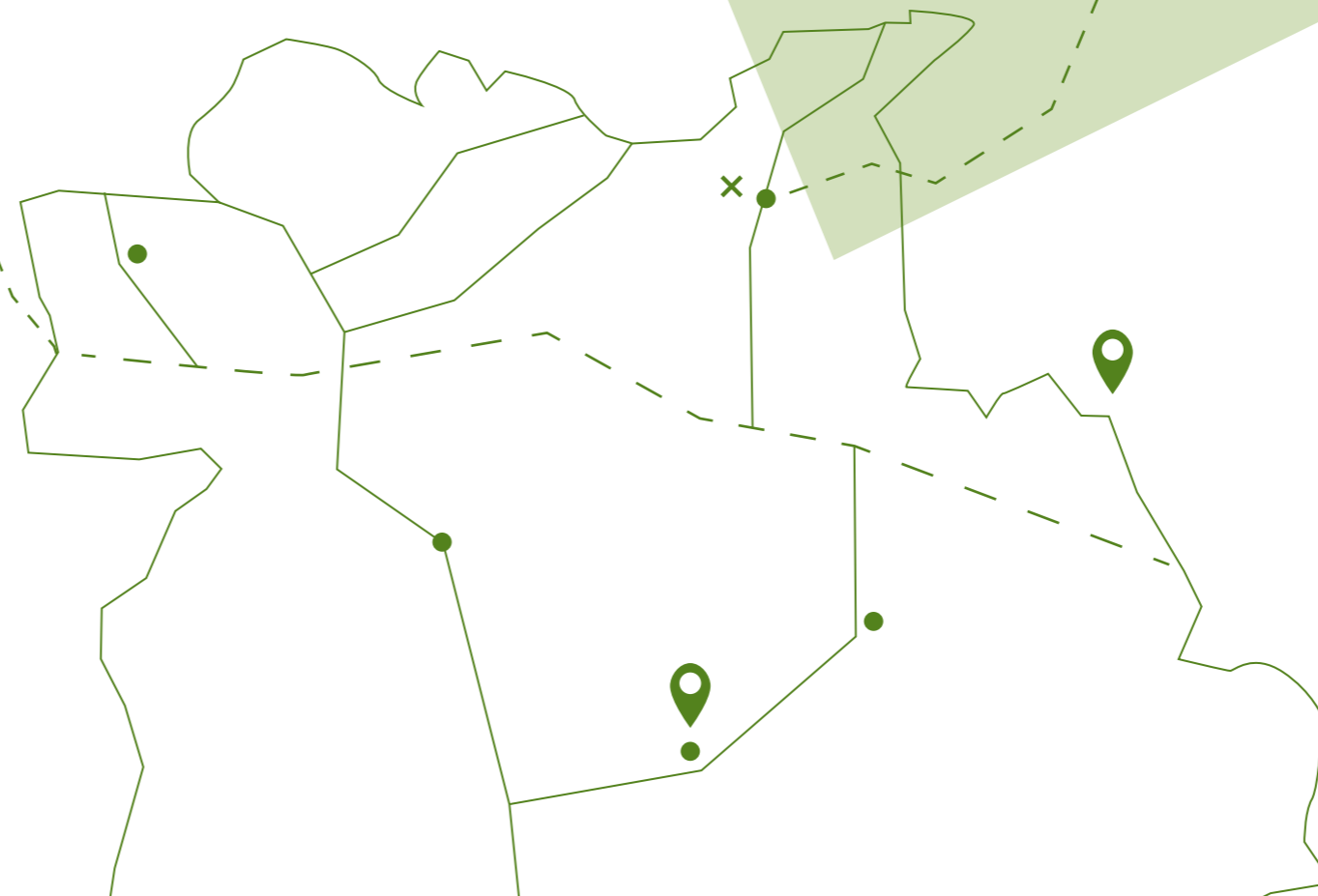
Wir, zwei meiner Klassenkameradinnen und ich, stellten uns in unserem ersten Ausbildungsjahr die Frage, wie wir genau diesen Menschen, unseren Patient\*innen, die Unterstützung bei alltäglichen Dingen brauchen, helfen könnten.

Unsere Lehrerin gab uns die Aufgabe, ein »Geragogik-Projekt« zu starten, für das wir eine Woche Zeit hatten. In der Geragogik geht es im Prinzip um Alterspädagogik, also darum, wie wir Menschen auch im hohen Alter (weiter) bilden können. Unsere Aufgabe war es, einem\*r Patient\*in zu helfen, den Alltag zu verbessern. In einem ersten Brainstorming sammelten wir Ideen und es kamen Gedanken auf wie Zimmerumgestaltung, Smartphone-Nutzung, Gemüse im eigenen Garten anbauen ...

Aber irgendwie war das alles nichts für uns. Wir wollten mehr, der\*die Patient\*in sollte etwas wieder erlernen, was ihm\*ihr sein\*ihr Leben erleichtern würde.

Schließlich kam uns die Idee: Wir gehen einkaufen! Was simpel klingt, hatte aber einen durchdachten Hintergrund. Wir wollten einem\*r Patient\*in, der\*die zwar sehr mobil war, aber Schwierigkeiten mit der Orientierung hatte, ermöglichen, wieder alleine einkaufen gehen zu können. Es nimmt einem Menschen nämlich viel Autonomie, wenn alltägliche Dinge nicht mehr eigenständig erledigt werden können.

Der Plan war da, jetzt fehlte nur noch die Umsetzung. Wie sah das genau aus? Wir fanden einen geeigneten Patienten im advita Haus An der Leisnitz, der uns in unserem Projekt unterstützen wollte. Mithilfe von Karten und Stadtplänen wählten wir Läden in der Nähe aus und entwickelten die genauen Routen, die wir sogar probeweise abliefen. Wir zeigten dem Patienten die Pläne, erklärten ihm alles und machten uns gemeinsam mit ihm auf den Weg zur ersten Tour. ▶



Bevor es losging, rüsteten wir ihn noch aus: Wir zeigten ihm, wie er seine Kleidung anhand des Wetters auswählt, gaben ihm einen Regenschirm und speicherten die Nummer des advita Hauses im Handy ein.

Wir wiederholten dieses Prozedere viele Male. Um die Selbstständigkeit des Patienten zu steigern, erhöhten wir mit jeder Tour den Abstand von uns zum Patienten. Dadurch, dass wir den Weg oft gingen und er irgendwann das Gefühl hatte, allein unterwegs zu sein, stieg sein Selbstbewusstsein und auch sein Stolz. Kleinigkeiten, wie das passende Duschbad alleine aussuchen und die Lieblingsschokolade kaufen, steigerten sein Selbstwertgefühl zusätzlich.



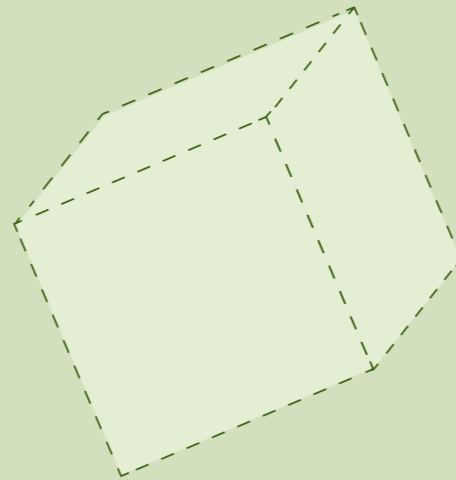
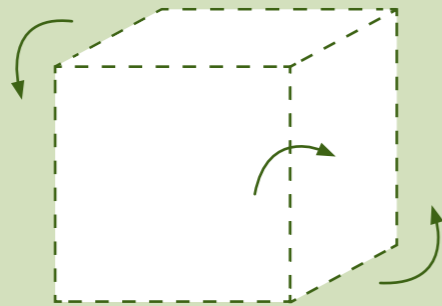
Neben den Touren war für uns aber auch die Dokumentation wichtig. Wir machten Bilder, Videos und schrieben eine Ausarbeitung des Projektes. Jeder Schritt, alles was dem Patienten leicht und schwer fiel, sollte festgehalten werden. Zwei Wochen später standen wir vor der Schule: Die Präsentation stand an. Alles lief wie geplant, wir konnten unsere Erfahrungen und Ansichten teilen und unsere Mitschüler\*innen und die Lehrerin begeistern. Doch was uns noch mehr freut: Bis jetzt war der Patient immer öfter allein oder auch mit anderen Patient\*innen oder Pfleger\*innen unterwegs zu seinen Lieblingsgeschäften. Dass wir ihm nachhaltig mit unserem Projekt helfen konnten, ist der größte Erfolg. —





# Würfelspaß

Svenja Teitge  
Marketing

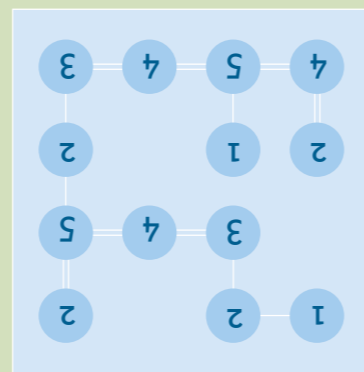
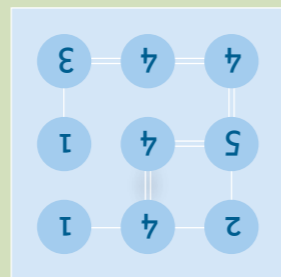
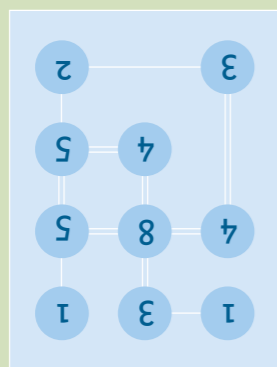


Beim Rätsel in dieser Ausgabe sind Logik und räumliches Vorstellungsvermögen gefragt.

Auf der rechten Seite sind Muster abgebildet, die durch das Falten einen geschlossenen Würfel ergeben sollen.

Welche Muster funktionieren? Tipp: Es sind acht Stück.

Viel Spaß beim Grübeln!



Lösung aus der September-Ausgabe:

12 numbered patterns for cube nets:

- 1: A cross shape with 4 squares in a vertical column and 2 squares extending horizontally from the middle square.
- 2: A vertical column of 4 squares with a horizontal row of 2 squares attached to the second square from the top.
- 3: A vertical column of 4 squares with a horizontal row of 2 squares attached to the top square.
- 4: A vertical column of 4 squares with a horizontal row of 2 squares attached to the second square from the top.
- 5: A cross shape with 4 squares in a vertical column and 2 squares extending horizontally from the middle square.
- 6: A horizontal row of 4 squares with a vertical column of 2 squares attached to the second square from the left.
- 7: A vertical column of 4 squares with a horizontal row of 2 squares attached to the bottom square.
- 8: A cross shape with 4 squares in a vertical column and 2 squares extending horizontally from the middle square.
- 9: A cross shape with 4 squares in a vertical column and 2 squares extending horizontally from the middle square.
- 10: A vertical column of 4 squares with a horizontal row of 2 squares attached to the second square from the top.
- 11: A vertical column of 4 squares with a horizontal row of 2 squares attached to the top square.
- 12: A vertical column of 4 squares with a horizontal row of 2 squares attached to the second square from the top.

## Apoldaer Postgebäude wieder mit Leben erfüllt

Sascha Margon 02.09.2020, 11:56

APOLDA **Betreutes Wohnen, Tagespflege und zwei Wohngruppen stehen nach dem zweijährigen Umbau zur Verfügung**



Im denkmalgeschützten Klinkerbau und dem Neubau im rückwärtigen Teil kamen insgesamt 40 Ein- bzw. Zweiraumwohnungen unter...

Foto: Uli Schuppach



In Apoldas altem Postgebäude haben die Handwerker seit einigen Tagen den Staffelstab an die künftigen ANZEIGE Nutzer übergeben. Seit 2018 wurde das historische Haus komplett umgekrempelt. Wo einst Schaltherhalle und Postbetrieb waren, sollen nun Senioren ein zu Hause finden. Die Haus- und Wohnungsverwaltung „Zusammen Zuhause“ aus Berlin ist Generalmieter und vermietet die Fläche an den Pflegedienst Advita, der seit Jahren in Apolda präsent ist und bisher von der Martinskirchgasse aus operierte. Seit 14 Tagen hat der seinen Sitz in den sanierten Fahrzeughallen auf dem Hof. Insgesamt flossen über 8 Millionen Euro in den Komplex, der durch einen dreigeschossigen Querriegel im hinteren Teil erweitert wurde. Eben dort und im denkmalgeschützten Altbau stehen 17 Einraum-Wohnungen und 23 Zweiraum-Wohnungen, teilweise mit Balkon oder Terrasse, zur Verfügung, erklärt Hausleiterin Anja Saur.

Thüringer Allgemeine, 02. September 2020

# Stellenanzeigen

Machen Sie Karriere bei advita! Hier finden Sie monatlich die freien Führungspositionen bei advita. Ist etwas für Sie dabei? Details und weitere Stellenausschreibungen finden Sie auf [www.advita-karriere.de](http://www.advita-karriere.de).

**PFLEGEDIENSTLEITUNG  
(M/W/D)**  
für das advita Haus  
in Neschwitz

**PFLEGEDIENSTLEITUNG  
(M/W/D)**  
für das advita Haus  
in Altenberg

**STELLV. PFLEGEDIENST-  
LEITUNG (M/W/D)**  
für das advita Haus  
in Freital

**STELLV. PFLEGEDIENST-  
LEITUNG (M/W/D)**  
für das advita Haus  
in Halle (Saale)



**PFLEGEDIENSTLEITUNG  
(M/W/D)**

für das Betreute Wohnen  
in unserem neuen advita Haus  
*in Bad Kreuznach*

**STELLV. PFLEGEDIENST-  
LEITUNG (M/W/D)**

für das Betreute Wohnen  
in unserem neuen advita Haus  
*in Bad Kreuznach*

**STELLV. PFLEGEDIENST-  
LEITUNG (M/W/D)**

für die Tagespflege  
in unserem neuen advita Haus  
*in Bad Kreuznach*

**NIEDERLASSUNGSLEITUNG  
(M/W/D)**

für unser neues advita Haus  
*in Bad Kreuznach*

**PFLEGEDIENSTLEITUNG  
(M/W/D)**

für die Tagespflege  
in unserem neuen advita Haus  
*in Bad Kreuznach*

**WOHNBEREICHSLEITUNG  
(M/W/D)**

in der Wohngruppe  
für Intensivpflege  
*in Leipzig*

**PFLEGEDIENSTLEITUNG  
(M/W/D)**

für die ambulante Tourenpflege  
*in Riesa*

**PFLEGEDIENSTLEITUNG  
(M/W/D)**

für das advita Haus  
*in Meißen*

**STELLV. PFLEGEDIENST-  
LEITUNG (M/W/D)**

für die ambulante Tourenpflege  
*in Dresden*

**PFLEGEMANAGER (M/W/D)**

für unser neues advita Haus  
in Lohr am Main

**PFLEGEDIENSTLEITUNG  
(M/W/D)**

für die Tagespflege  
in unserem neuen advita Haus  
in Lohr am Main

**STELLV. PFLEGEDIENST-  
LEITUNG (M/W/D)**

für die Tagespflege  
in unserem neuen advita Haus  
in Lohr am Main

**PFLEGEDIENSTLEITUNG  
(M/W/D)**

für das Betreute Wohnen  
in unserem neuen advita Haus  
in Lohr am Main

**STELLV. PFLEGEDIENST-  
LEITUNG (M/W/D)**

für das Betreute Wohnen  
in unserem neuen advita Haus  
in Lohr am Main

**PFLEGEDIENSTLEITUNG  
(M/W/D)**

für das Betreute Wohnen  
in unserem neuen advita Haus  
in Mühlhausen

**STELLV. PFLEGEDIENST-  
LEITUNG (M/W/D)**

für das Betreute Wohnen  
in unserem neuen advita Haus  
in Mühlhausen

**PFLEGEMANAGER (M/W/D)**

für unser neues advita Haus  
in Mühlhausen

**PFLEGEDIENSTLEITUNG  
(M/W/D)**

für die Tagespflege  
in unserem neuen advita Haus  
in Mühlhausen

**STELLV. PFLEGEDIENST-  
LEITUNG (M/W/D)**

für die Tagespflege  
in unserem neuen advita Haus  
in Mühlhausen



## Seminare und Fortbildungen der advita akademie im November/Dezember 2020

4.11.	Erste Hilfe - Webinar
6.11.	Erste Hilfe - Webinar
6.11.	PDL Refresh - Modul 3: Personalplanung*
9.11.	Auffrischkurs Behandlungspflege LG1 - Webinar
11.11.	advita Führungskompass - Basisteil 1*
12.-13.11.	advita Führungskompass - Basisteil 2*
17.11.	PDL Refresh - Modul 4: BWL (Controlling)*
19.-20.11.	advita Führungskompass - Aufbauteil B - Mitarbeiterführung*
20.11.	PDL Refresh - Modul 4: BWL (Controlling)*
27.11.	PDL Refresh - Modul 5: Recht in der Pflege*
29.11.-1.12.	advita Führungskräfte-schulung für Niederlassungsleitungen*

Für weitere Informationen zum Webinar-Angebot  
kontaktieren Sie uns gern unter [weiterbildung@advita.de](mailto:weiterbildung@advita.de)!

\* advita akademie | Standort Leipzig | Braunstraße 18 | 04347 Leipzig