



# **Beratungsstelle** für ältere Menschen und deren Angehörige e.V.

## **Jahresbericht 2017**

- **Tätigkeitsbericht der Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige e.V.**
- **Umzug und Abschied von der Kirchgasse**
- **Weiterentwicklung Nonnenmacher-Haus**

## Vorwort des Vorstands

### Liebe Mitglieder, liebe Leserinnen und Leser,

es ist geschafft! Das große Projekt Nonnenmacher-Haus hat sein Ziel erreicht. Das Gebäude in der Gartenstraße 28 wurde im Dezember 2017 planmäßig übergeben - Dank an alle Baubeteiligten für das schöne Haus! - und in einem Pressetermin vorgestellt. Die zehn Mitglieder der Senioren-WG sind, zum Teil schon im gleichen Monat, in die drei Wohngeschosse eingezogen, die Beratungsstelle bezog ihre Büroflächen in den ersten Januartagen, und der Veranstaltungsraum wird mittlerweile schon ordentlich genutzt.

Das vergangene Jahr stellte alle Projektbeteiligten noch einmal vor besondere Herausforderungen:

- In einem umfangreichen Informations-, Bewerbungs- und Entscheidungsprozess wurden die zehn WG-Mitglieder ausgewählt. Wir wünschen der Wohngemeinschaft und ihren „Gründungsmitgliedern“ alles Gute.
- Auf die Ausschreibung der Stelle einer Fachkraft, die sowohl die WG als Ansprechpartner und Unterstützer zu begleiten als auch den Veranstaltungsraum zu verwalten hat, ging eine große Anzahl von Bewerbungen ein. Ausgewählt wurde Ben Baumann, der die Stelle bereits am 1. Juli 2017 angetreten hat.
- Vorbereitung und Durchführung des Umzugs waren für das Team ebenfalls keine Alltagsroutine. Die eine oder andere Mitarbeiterin mag beim Auszug aus der Kirchgasse, wo die Beratungsstelle immerhin 38 Jahre ansässig war, auch ein bisschen Wehmut empfunden haben. Ganz besonders wünschen wir deshalb allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, dass sie sich in den neuen, endlich auch barrierefrei zugänglichen Räumen wohlfühlen. Herrn und Frau Brauchle, unseren Vermietern der Kirchgasse, möchten wir für ein stets angenehmes Mietverhältnis danken.
- Zu verhandeln galt es mit der GWG den Mietvertrag, mit der Stiftung und der Stadt die Vereinbarung über die soziale Trägerschaft des Nonnenmacher-Hauses sowie mit dem Landkreis den Untermietvertrag und – im Sinne der Klienten ein wichtiges Anliegen der Beratungsstelle - den Vertrag über eine Bürogemeinschaft zwischen Beratungsstelle und Pflegestützpunkt.

Dies alles und noch mehr war bei selbstverständlich weiterlaufendem „Normalbetrieb“ zu bewältigen. Dem Vorstand ist es deshalb ein wirkliches Bedürfnis, dem gesamten Team für das herausragende Engagement auch auf der letzten Etappe des Projekts zu danken. Ohne Euch gäbe es das Nonnenmacher-Haus in der sozialen Trägerschaft der Beratungsstelle nicht!

Ein besonderer Dank gilt Herrn Conrad, dem Vorstand der Nonnenmacher-Stiftung, für das spürbare Vertrauen, das er in die Beratungsstelle gesetzt hat und setzt, sowie für die Unterstützung der Beratungsstelle mit Rat und Tat. Und nicht zuletzt bedanken wir uns bei der Stadt für ihre Zuschüsse zur Finanzierung des Umzugs, der 6-monatigen Vorabbesetzung der Fachkraftstelle und der teilweisen Neuausstattung der Büros.

Wir wünschen dem Haus eine gute Zukunft!

Gisela Brock-Dautel – Klaus Dieter Hanagarth – Sabine Schneider (Vorstand der Beratungsstelle)

## Abschied aus der Kirchgasse und Umzug ins Nonnenmacher-Haus

Bereits seit Jahresanfang beschäftigte uns der Umzug ins neue Haus in der Gartenstraße: Ausmessen der Räume, der Möbel, Sichten und Ausmisten des Archivs etc. Grundrisse wurden vermessen, Pläne erstellt und Kostenvoranschläge eingeholt. Kurz: die Themen „Abschied“ und „Umzug“ waren während des ganzen Jahres präsent.

1980 bezog die Beratungsstelle die Räume im ersten Stock der Kirchgasse 1 in Tübingen – der schöne Altbau mit dem Rappenschild am Eck war 37 Jahre lang unser „Domizil“, in dem wir sehr gerne arbeiteten. In den Jahren gingen viele Menschen aus und ein – KlientInnen und MitarbeiterInnen.

Wir hatten mit dem Ehepaar Brauchle Vermieter, die man sich nur wünschen kann, die zentrale Lage am Marktplatz, mitten im Geschehen war auch für Ratsuchende günstig, allein: die Büroräume waren nicht barrierefrei. So waren wir schon längere Zeit auf der Suche nach geeigneten und v.a. bezahlbaren Büroräumen. So kam die Zusage der Nonnenmacher-Stiftung – fast zeitgleich mit dem Verlust der Trägerschaft für den Pflegestützpunkt – zum richtigen Zeitpunkt. Im Dezember schloss die Beratungsstelle ihre Pforten, damit in Ruhe gepackt und sortiert werden konnte. Gleich im neuen Jahr kamen die Möbelpacker und das Einrichten im neuen Haus. Mittlerweile fühlen wir uns im Nonnenmacher-Haus sehr wohl, wir sind angekommen.

Ein herzlicher Dank gilt an dieser Stelle Frau und Herrn Brauchle, die die Beratungsstelle so viele Jahre unter ihrem Dach in der Kirchgasse 1 beherbergt haben.



## Weiterentwicklung NMH

Auf der einen Seite Chance – die Mitwirkung an der Gestaltung der Räumlichkeiten, die Beteiligung am Bau – und auf der anderen Seite hohe Fachkompetenz, Verantwortung und Herausforderung, so zeigte sich die Baubegleitung des Nonnenmacher-Hauses im Jahr 2017, als es in die Detail-Planung der Appartements, der Büros, des Veranstaltungsraumes und der Gemeinschaftsflächen ging.

Daneben galt es, passende zukünftige Bewohner\_innen für das Haus zu finden. Nach einigen Informations- und Kennenlern-Veranstaltungen fanden schließlich Einzelgespräche mit den interessierten Menschen statt, bis schließlich im Frühjahr 10 Personen für die künftige Senioren-WG feststanden. Die Mitarbeiterinnen der Beratungsstelle hatten neben den „harten“ Kriterien der Stiftung ein Frage-Assessment entwickelt, das die Auswahl unterstützte.

Beworben hatten sich rund 60 Interessierte. Ganzjährig gingen weitere Bewerbungen ein, die auf einer Warteliste weiterhin geführt werden.

Im März wurde die 20%-Stelle für eine sozialpädagogische Fachkraft ausgeschrieben. Die Fachkraft ist Ansprechperson für die Bewohner\_innen der Wohngemeinschaft und sie koordiniert im Bedarfsfall komplementäre Hilfeleistungen.

Zu den weiteren Aufgaben zählt die fachlich-inhaltliche Begleitung der Angebote im multipel nutzbaren Veranstaltungsraum des Hauses sowie dessen Verwaltung und Organisation. Zum 1. Juli 2017 wurde diese Stelle besetzt. Dies war möglich durch einen Sonderzuschuss der Stadt – dafür an dieser Stelle herzlichen Dank!

Im Herbst fanden mehrere Informationsveranstaltungen statt zur Vorstellung des Konzepts Nonnenmacher-Haus gegenüber der interessierten Öffentlichkeit. Eingeladen hatten zum Beispiel der Kreis- und Stadtseniorenrat zu einer Veranstaltung im Rathaus sowie die SPD zu ihrem jährlichen Wohnfachtag in der vhs.

Vor Unterzeichnung der Mietverträge durch die künftigen Bewohner\_innen sprangen zwei von ihnen wieder ab. Erneute Bewerbungsgespräche mit Nachrückern aus dem ersten Verfahren sowie mit neuen Interessent\_innen fanden statt.

Im Dezember wurde das Gesamtprojekt zusammen mit dem Stiftungsvorstand, der Stadt Tübingen, der GWG, der Planungsgesellschaft W5 und zweier Bewohnerinnen der Presse vorgestellt.

Kurz vor Weihnachten zogen die ersten WG-Bewohner\_innen und der Pflegestützpunkt ein, und gleich im neuen Jahr die Beratungsstelle.

## Die Bürogemeinschaft zwischen Beratungsstelle und Pflegestützpunkt im Jahr 2017

Schon im zweiten Jahr (seit 1.1.2016) arbeitet der Pflegestützpunkt unter alleiniger Trägerschaft des Landkreises Tübingen. Erklärtes Ziel war und ist, die für die Klient\_innen sinnvolle und notwendige Zusammenarbeit zwischen Beratungsstelle und Pflegestützpunkt trotz formaler Trennung weiterzuführen. Deshalb wurden von den Mitarbeiter\_innen von Beratungsstelle und Pflegestützpunkt im Jahr 2016 einige Eckpunkte einer Bürogemeinschaft festgelegt, um - im Sinne von Synergie - bestmöglich die hereinkommenden Anliegen von Älteren und Angehörigen befriedigen zu können und den Ratsuchenden unkompliziert und in kurzen Wegen Hilfe zukommen zu lassen.

Klientenbezogen gibt es an vielen Stellen bewährte Kooperationen. Alle Mitarbeiter\_innen von Beratungsstelle und Pflegestützpunkt beraten ältere Menschen und deren Angehörige in Fragen zum Alter und Älter-Werdens, insbesondere wenn diese als belastend erlebt werden.

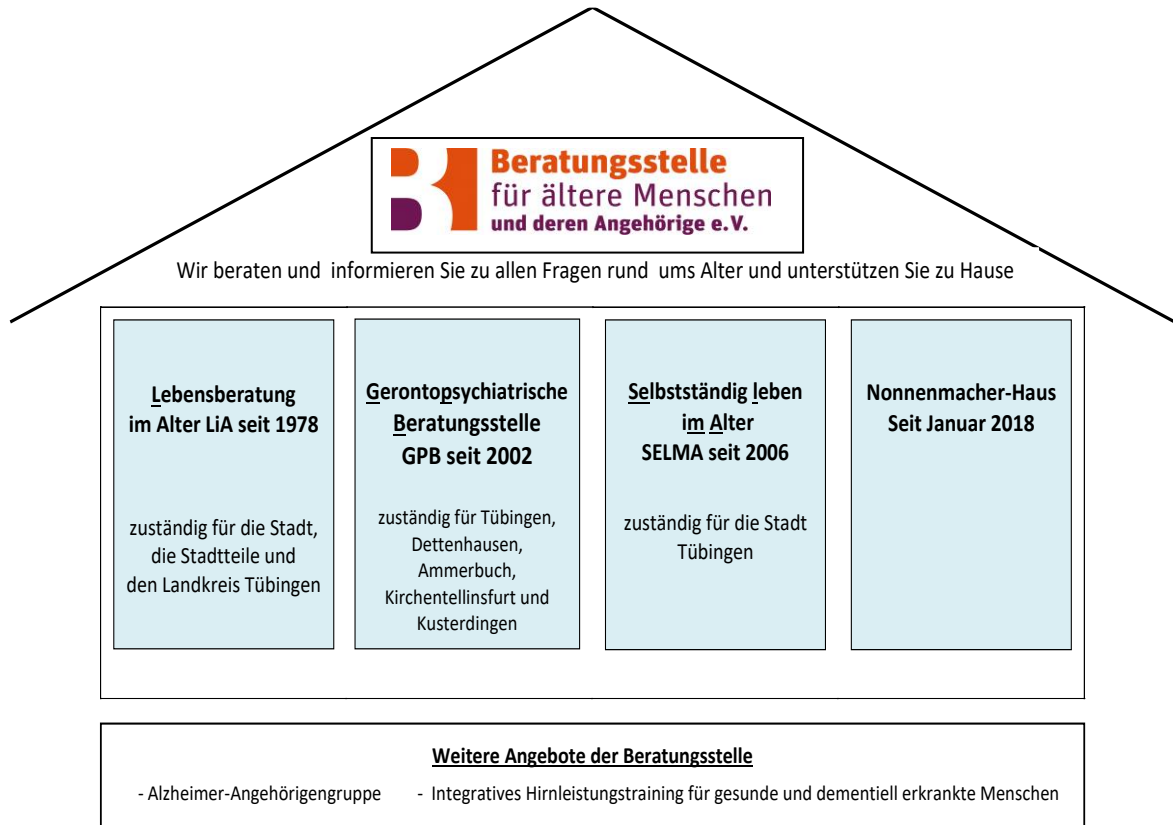
Eine eindeutige Schnittstelle jedoch befindet sich bei der zugrunde liegenden Diagnose des betroffenen älteren Menschen: Wenn man von einer psychischen bzw. psychiatrischen Diagnose weiß wie z.B. Demenz oder Depression, beraten die Mitarbeiterinnen der Beratungsstelle, Abteilung GPB, auch in Fragen der Leistungserschließung und Finanzierung. Der Pflegestützpunkt berät körperlich pflegebedürftige Menschen jeden Alters. Die Abteilung LiA der Beratungsstelle berät bei psychosozialen Problemen, die sich im Prozess des Älterwerdens ergeben, und SELMA, ebenfalls zur Beratungsstelle gehörend, bietet Betreutes Wohnen zu Hause an.

Formal werden die Rahmenbedingungen für die Zusammenarbeit der beiden Träger durch einen

„Vertrag über eine Bürogemeinschaft“ definiert, der zwischen dem Landkreis Tübingen und der „Beratungsstelle für Ältere und Angehörige e.V.“ zum 1.1.2016 geschlossen wurde.

Eine enge Zusammenarbeit von Tür zu Tür, eine sorgfältige Verteilung der hereinkommenden Anfragen und, bei Bedarf, eine fallbezogene Supervision machten eine gute Verzahnung auch im Jahr 2017 möglich.

Der bevorstehende Umzug zum Jahresende 2017 ins Nonnenmacher-Haus machte notwendig, dass die Zusammenarbeit erneut definiert wurde. Heike Kuhn und Bettina Schach (ab März) waren im Jahr 2017 die Ansprechpartnerinnen im Pflegestützpunkt.



So erreichen Sie uns: Tel.: **0 70 71 / 22 4 98** - Mo, Di, Mi, Fr: 09-12 Uhr; Do: 16-18 Uhr; [www.altenberatung-tuebingen.de](http://www.altenberatung-tuebingen.de)

## Das Beratungsangebot

Zur Beratung können sich einerseits ältere Menschen selbst mit ihren Fragenstellungen an die Beratungsstelle wenden. Zum anderen können Angehörige und weitere Bezugspersonen für sich Beratung in Anspruch nehmen, wenn sie z.B. aufgrund einer gerontopsychiatrischen Erkrankung ihres Verwandten/ Bekannten Informationen benötigen oder sich selbst psychisch sehr belastet fühlen. Die Beratungen sind neutral, kostenfrei und unterliegen der Schweigepflicht.

## Die Mitarbeiter\_innen der Beratungsstelle im Jahr 2017

Mit insgesamt 3,65 Stellen arbeiten hauptamtlich (zzgl. 20% ab 1.7.):

- Claudia Braun, Dipl. Psych., Stellenleitung
- Bärbel Blasius, Dipl. Soz. Päd. (FH)
- Mechthild Marstaller, Dipl. Päd.
- Gabriele Schaal, Dipl. Päd.
- Adelheid Schnepf, Dipl. Soz. Päd. (FH)
- Ben Baumann, Dipl. Sozialarbeiter (FH) ab 1.7.2017

außerdem:

- Fabienne Waga, Praktikum M.Sc. Psychologie und Minijob
- Isabel Lang, M.Sc. Psychologie, Minijob
- Elisa Gehrke, Studentin, Minijob (bis September 2017)
- Emily Selz, Praktikantin

### Ehrenamtliches Engagement in der Beratungsstelle:

Die Freiwilligen unterstützen und ergänzen die Arbeit der Fachkräfte. „Mit Herz und Verstand“ und auf dem Hintergrund der Schulungen durch die Mitarbeiterinnen der Beratungsstelle und regelmäßiger Supervision ermöglichen sie den älteren Menschen und auch deren Angehörigen ein Stück Lebensqualität. 19 Freiwillige engagierten sich 2017 bei SELMA und in der Beratungsstelle allgemein mit Tätigkeiten im Bereich Büro/Verwaltung.

Technischen Support erhält die Beratungsstelle durch Reinhard Marstaller.

### Das Vorstandsgremium 2017:

- Dr. Gisela Brock-Dautel, Dipl. Päd.
- Prof. Dr. Sabine Schneider, Dipl.-Päd.
- Klaus Dieter Hanagarth, Bundesbankdirektor i. R.

## Der Beirat

unterstützt die Arbeit der Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige e.V. beratend und im fachlichen Austausch.

Die Beiratsmitglieder:

- Angela Hau, Geschäftsführerin Wohnprojekt Rottenburg
- Gerd Weimer, Kreisrat
- Wolfgang Welte, Stiftungsvorstand Stiftung KBF und Geschäftsführer der KBF gGmbH
- Wilfried von Berg, Dipl. Psych. und Betriebswirt



### Tätigkeitsbericht: Ein volles Jahr 2017.....



## Die Tätigkeiten der Beratungsstelle

Im Jahr 2017 arbeiteten die Mitarbeiterinnen der Beratungsstelle mit insgesamt **1147 Personen**.

Davon waren:

**449 Ratsuchende bei LiA und GPB**

**21 ältere Menschen bei SELMA**

**18 Ehrenamtliche bei SELMA**

**46 Interessent\_innen** für die Wohngemeinschaft im **Nonnenmacher-Haus**

**613 Teilnehmer\_innen** im Bereich der Prävention: Vorträge, Informationsveranstaltungen und Fortbildungen für ältere Menschen, Angehörige und andere Personen, die in engem Kontakt mit alten Menschen sind .

Von den **449 Ratsuchenden** wandten sich

**120 Klient\_innen an LiA**, 7 Personen davon besuchten Veranstaltungen von „LiA vor Ort“

**329 Klient\_innen an die GPB**

Bezogen auf die 449 ratsuchenden Personen gab es insgesamt **3.878 Kontakte**.

- 3.006 Kontakte waren es bei der Gerontopsychiatrischen Beratungsstelle und
- 872 Kontakte bei der Abteilung Lebensberatung im Alter.

Für die **46 Interessent\_innen an der Wohngemeinschaft** im Nonnenmacher-Haus wurden insgesamt **632 Kontakte** gezählt. Das waren viele Telefonate, Einzelgespräche, Schreiben, etc.

Bei **SELMA** wurden im Jahr 2017 insgesamt **930 Kontakte** verbucht, davon

- 591 Kontakte mit den älteren Menschen und
- 339 Kontakte mit den Ehrenamtlichen von SELMA.

Mit den Klient\_innen der Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige ergaben sich im Jahr 2016 insgesamt **5.440 Kontakte**.

Die Kontaktzahlen setzen sich folgendermaßen zusammen:

- Telefonische Kontakte mit Klient\_innen/Angehörigen
- Kooperation mit Institutionen
- Beratungsgespräche mit Klient\_innen/Angehörigen
- Hausbesuche
- Schriftverkehr
- Fallbesprechungen
- Recherchen (z. B. im Internet)
- Fallkonferenzen (mehrere Institutionen sind an einem Gespräch beteiligt)
- Supervision/ fachärztliches Konsil
- Gutachten/schriftl. Stellungnahme

## Die Abteilungen der Beratungsstelle

### Abteilung „Lebensberatung im Alter“ (LiA)

Im Jahr 2017 suchten bei LiA **120 Personen** Rat: 80 Personen waren Angehörige, 40 Personen ältere Menschen.

Gegenüber dem Vorjahr erhöhte sich die Anzahl um 17, das sind 16,5% mehr Klientinnen und Klienten. LiA konnte großen Zulauf an neuen Ratsuchenden verzeichnen, denn 88 Personen (73%) wandten sich zum ersten Mal an die Beratungsstelle bzw. an LiA.

Die **Beratungsdauer** erstreckte sich von einem Monat bis zu langfristigen Zeiträumen:

Bei 58 Personen dauerte die Beratung einen Monat, 25 Menschen wurden bis zu drei Monaten und zwölf bis zu sechs Monaten beraten; sechs bis zu einem Jahr und neunzehn ältere Menschen oder Angehörige hatten langfristig (bis zu 3 Jahren) Kontakt.

Wie kommen Ratsuchende zu LiA? 62% erfuhren über die Öffentlichkeitsarbeit der Beratungsstelle von diesem Angebot, 18% fanden den Weg in die Beratungsstelle über nahestehende Bezugspersonen. Weitere 20% waren entweder schon einmal Klientinnen und Klienten der Beratungsstelle oder LiA wurde von Kooperationspartnern (ambulante Dienste, Pflegestützpunkte, Memoryklinik, Krankenhaussozialberatungen, Ärzte) empfohlen.

Insgesamt hatten die 120 Klientinnen und Klienten **872 Kontakte** zu den Mitarbeiterinnen von LiA:

- 178 Kontakte (80% der Beratungsgespräche) fanden in der Beratungsstelle statt. 37 mal (20 %) wurden die Klientinnen und Klienten zu Hause aufgesucht und beraten.
- Es gab 96 Telefonate mit älteren Menschen; 133 mit Angehörigen, die für sich selbst Unterstützung suchten.
- Die verbleibenden 390 Kontakte setzen sich zusammen aus Fallbesprechungen, Supervisionen, Schriftverkehr und Recherchen zu Fragestellungen der Ratsuchenden. Darin enthalten sind 188 Kontakte für Schriftverkehr. Eine Zahl, die hoch erscheint, doch viele Anfragen, insbesondere von Angehörigen, werden zunächst per Mail gestellt.

Bei **LiA vor Ort** wurden im Rahmen der acht Veranstaltungen und der Kontaktaufnahme mit vier Stadtteiltreffs insgesamt 70 Klientinnen und Klienten erreicht und 213 Kontakte mit diesen verbucht. Des Weiteren engagierten sich die Mitarbeiterinnen von LiA mit Vorträgen und Fortbildungen in der Öffentlichkeitsarbeit.

Einen wichtigen Aspekt der Statistik stellen die angefragten **Themen** dar. Folgende Themenschwerpunkte kristallisierten sich 2017 heraus:

#### Angehörigenberatung:

- 45% benannten eine körperliche oder psychische Überlastung
- 39% gaben Beziehungsprobleme zum älteren Menschen als Beratungsthema an.
- 22% brachten das Thema „verschiedene - auch neue - Wohnmöglichkeiten für ältere Menschen“ mit.

#### Beratung älterer Menschen:

Jeder 3. Ratsuchende

- suchte Unterstützung im Umgang mit körperlichen Krankheitserscheinungen
- litt unter Kontaktarmut und Vereinsamung
- war beschäftigt mit Umzug/Wohnen im Alter
- suchte Beratung hinsichtlich seiner Zukunftsplanung

### **Thema „Wohnen“ gewinnt an Bedeutung**

Das Thema Wohnen im Alter ist seit jeher ein zentraler Inhalt von LiA-Beratungen. Es gewinnt sowohl für ältere Menschen wie auch ihre Angehörigen immer mehr an Bedeutung. Erkrankungen, die einen Umzug nahe legen, gehören hier ebenso mit hinein wie bestehende Kontaktarmut und die Sorgen um eine sichere Zukunft in altersangemessener Umgebung.

Die Abteilung LiA ist hier seit jeher sowohl hinsichtlich der älteren Menschen als auch der ratsuchenden Angehörigen beratend tätig; Die Mitarbeiterinnen unterstützen die Entscheidungsfindung, indem sie der psychischen Seite Raum geben.

Es gilt, verschiedene Aspekte gemeinsam zu beleuchten, denn beim Thema „Wohnen“ gibt es Vieles zu bedenken: insbesondere im Alter

gewinnt die Wohnumgebung an Bedeutung. Sich wohl und sicher fühlen, Kontakte haben, eine erreichbare Infrastruktur – dies sind u. a. wichtige Punkte, die äußere Gegebenheiten betreffen. Sehr wichtig und meistens von größerer Bedeutung ist es, sich mit den emotionalen Folgen auseinanderzusetzen. Eine räumliche Veränderung kann daran scheitern, dass ein älterer Mensch sich nicht von seiner Wohnung trennen kann, auch wenn die Umstände noch so schlecht sind oder weil er seine wachsende Hilfsbedürftigkeit nicht sehen will. In der Beratung von LiA wird die aktuelle Situation von verschiedenen Seiten betrachtet. Welche Ängste verknüpfen sich mit dem Thema „Wohnen im Alter“, welche Hoffnungen mit einem Umzug? Geht es darum, einen Trauerprozess zu begleiten – z. B. im Sinne von: die Wohnung aufgeben, das voranschreitende Alter annehmen? Darf das Alter sichtbar werden, indem die Wohnung verändert wird? (z.B. Hilfsmittel in der angestammten Wohnung; nicht immer ist ein Umzug die Lösung).

Häufig eröffnet das Thema Wohnen einen Einstieg in die Auseinandersetzung mit dem Alterungsprozess als solchem.

In der Beratung von Angehörigen steht oft das Thema „eigene Vorstellungen und Vorstellungen der Eltern“ im Mittelpunkt. Immer wieder wird deutlich, dass diese nicht übereinstimmen. Wichtige Fragen können sein: was sind die Motive der Angehörigen? Ist die Wohnsituation der Eltern tatsächlich so unhaltbar? Wie lerne ich loszulassen; das Arrangement der alten Menschen mit den Mängeln der Wohnung zu akzeptieren? Und: wann könnte eine Grenze erreicht sein, woran wäre diese sichtbar? Auch bei den Angehörigen kommen grundsätzliche Themen zur Sprache: „wie geht es mir, wenn meine Eltern älter werden....“

Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass LiA umfassende Beratung zum Thema Wohnen anbietet, die sehr gern und häufig in Anspruch genommen wird.

## Die Gerontopsychiatrische Beratungsstelle (GPB)

Das Jahr 2017 zeichnete sich aus durch eine gleichbleibend hohe Zahl an Klient\_innen sowie verstärkter Öffentlichkeitsarbeit im Rahmen des „Netzwerks Demenz in Stadt und Landkreis Tübingen“ mit zahlreichen Veranstaltungen.

**Die Zahl der Klient\_innen ist mit 329 Personen unverändert hoch** (Vorjahr 325). Etwa drei Viertel der Klientinnen und Klienten wandten sich erstmals an die Beratungsstelle. Die Zahl der Erstkontakte hat durch verstärkte Öffentlichkeitsarbeit und durch zahlreiche Veranstaltungen im Rahmen des Netzwerks Demenz deutlich zugenommen (2016 waren es zwei Drittel). Die

Kontaktzahl bewegt sich mit 3006 erneut auf hohem Niveau. Dies ist ein Ausdruck der Komplexität und Intensität der Beratungen, was sich auch in der durchschnittlichen Kontaktzahl pro Person (9 Kontakte) widerspiegelt.

Trotz dieser hohen Zahl an neuen Anfragen konnten 30 Personen (9 % der Klienten) 3 Jahre und länger durch die GPB-Mitarbeiterinnen begleitet werden. Die langfristige Begleitung stabilisiert die Erkrankten und Angehörigen und trägt dazu bei, dass ein Verbleib im gewohnten Umfeld möglichst lange verwirklicht werden kann. Die demografische Entwicklung schlägt sich nieder in der hohen Zahl hochaltriger Menschen

(80 Jahre und älter) – sie machen zwei Drittel aller Klient\_innen aus. 48 Personen (15% aller Klienten) waren 90 Jahre und älter. Die Zahl der alleinlebenden Klient\_innen ist mit 46% gleichbleibend hoch. Tritt eine gerontopsychiatrische Erkrankung auf, braucht dieser Personenkreis besonders intensive und zeitaufwändige Beratung und Begleitung.

Betrachtet man die Diagnosen, so war 2017 wie in den Vorjahren der größte Personenkreis (213 Personen) an einer Demenz bzw. an Demenz mit Zusatzerkrankung erkrankt (65%). 69 Personen (21%) wurden bei Depression begleitet. 5% der Ratsuchenden litten unter einer Wahnerkrankung. Die restlichen 9% verteilten sich auf andere psychiatrische und neurologische Krankheitsbilder.

Aufgrund der hohen Klientenzahl musste die Zahl der Hausbesuche im Jahr 2017 auf 136 reduziert werden, was durch die hohe Zahl der Telefonkontakte kompensiert wurde. Bei der insgesamt hohen Zahl der Kontakte (3006) sind 1322 Kontakte Telefonate mit Angehörigen und Betroffenen. Die sehr zeitaufwändige Kontaktform eines Hausbesuchs mit einem Eindruck vor Ort ist in vielen Fällen notwendig, um zielgenau Hilfen organisieren zu können. Auch kann eine zunehmende Zahl der hochaltrigen Klient\_innen das häusliche Umfeld aufgrund eingeschränkter Mobilität nicht mehr verlassen und viele Angehörige können die erkrankten Menschen nicht alleine lassen.

Kooperationen mit Ärzten und Diensten sind zentral, um ein gutes, tragfähiges Unterstützungs-Netzwerk für die Klient\_innen aufzubauen. Dieses vernetzte Arbeiten zeichnet die GPB aus: 2017 fanden 234 Kooperationskontakte statt, sowie 370 Fallkonferenzen und Fallbesprechungen.

Sehr häufig wenden sich Angehörige an die GPB: 2017 waren dies 266 Personen, mehrheitlich Frauen (69%) - Töchter, Ehefrauen,

Schwiegertöchter, aber auch zunehmend Ehemänner und Söhne (31%) übernehmen Pflege und Betreuung von Angehörigen. 24 Bekannte und Nachbarn wandten sich an die GPB mit der Bitte um Beratung bzw. Begleitung von Menschen in ihrem Umfeld, die in der Regel alleine leben und gerontopsychiatrisch erkrankt sind.

85% der Angehörigen erhielten Informationen zum Krankheitsbild Demenz und zum Umgang mit den Erkrankten. 79% der Angehörigen fühlte sich durch Pflege und Betreuung überlastet. Bei 88% der Angehörigen führte die Unterstützung der GPB-Mitarbeiterinnen zu Erleichterung und Entlastung. In Gesprächen konnte fast die Hälfte der Angehörigen dazu motiviert werden, die häusliche Pflege zu übernehmen. Bei zwei Dritteln (67%) konnten Angehörige insoweit stabilisiert bzw. ein Hilfenetz angeregt werden, so dass Pflege zu Hause erhalten bzw. ermöglicht werden konnte. Dazu trug in etlichen Fällen auch die Teilnahme an der **Alzheimer-Angehörigengruppe** bei (siehe gesonderter Artikel). In 60 Fällen wurde in die Angehörigengruppe vermittelt.

Im Jahr 2017 konnte durch die Beratung in 75 Fällen eine Heimaufnahme verzögert bzw. verhindert werden oder es konnte Hilfe bei der Entscheidungsfindung geleistet werden. Bei 20 Klient\_innen konnten stationäre Aufenthalte im Krankenhaus oder der Psychiatrischen Klinik verzögert oder reduziert werden. In 16 Fällen war aufgrund einer akuten Krise oder Verschlimmerung der Erkrankung eine Einweisung ins Krankenhaus erforderlich. In 16% der Fälle wurden Klient\_innen dazu motiviert, ärztliche Hilfe in Anspruch zu nehmen. Mehr als jeder Dritte (37%) wurde zu gerontopsychiatrischer Beratung motiviert, 41% zur Inanspruchnahme pflegerischer oder hauswirtschaftlicher Dienste und jeder Vierte zu sozialen Angeboten (Besuchsdienst, etc.).

## Veranstaltungen im „Bündnis Demenz in Stadt und Landkreis Tübingen“

Die Gerontopsychiatrische Beratungsstelle ist Gründungsmitglied des Bündnisses Demenz, einem Verbund von Diensten und Einrichtungen in Stadt und Landkreis Tübingen, die gemeinsam versuchen möchten, das Thema Demenz aus der Tabuzone zu holen und verstärkt in der Öffentlichkeit präsent zu sein.

Auch im Jahr 2017 führte die Gerontopsychiatrische Beratungsstelle im Rahmen des Bündnisses zahlreiche Veranstaltungen durch:

- Kaffeetreff im Hirsch „Demenz – mitten unter uns“: 4 Veranstaltungen zu den Themen Neuerungen der Pflegeversicherung, Demenz-WG beim Güterbahnhof, Neues aus der Demenzforschung, Vorsorge für die letzte Lebensphase
- Eine Fortbildung für freiwillige Mitarbeiter\_innen im Quartier zu Demenz
- „Jour fixe“-Vortragsreihe (in Kooperation mit der Alzheimer-Angehörigengruppe Tübingen e.V., dem Geriatrischen Zentrum, der Tübinger Familien- und Altershilfe e.V. und der Gerontopsychiatrischen Beratungsstelle: 2 Vorträge zu Menschen mit Demenz im Krankenhaus und Vorstellung des Feuerbacher Tanzcafés.
- Tanzcafé Alois: für Menschen mit Demenz und tanzfreudige Senior\_innen in Kooperation mit der Tübinger Familien- und Altershilfe e.V. und dem TTC Rot-Gold Tübingen e.V.: 2017 wurde das Tanzcafé 6 Mal angeboten.
- Gemeinsam mit der Tübinger Familien- und Altershilfe e.V. wurde eine Neuauflage des Tübinger Wegweisers Gedächtnisstörung und Demenz erstellt.

Sehr viele Neuanfragen von Klient\_innen ergeben sich in Folge dieser Veranstaltungen, bei denen die Zugangsschwelle zum Beratungsangebot t niedrig ist.



## Selbstständig Leben im Alter (SELMA)

Im Rückblick auf das Jahr 2017 bietet die Abteilung „Selma“ ein positives Bild. Mit 21 Teilnehmerinnen und Teilnehmern sowie 18 ehrenamtlichen Besucherinnen und Besuchern erfreut sich „Selma“ wachsender Beliebtheit. Die statistischen Daten zeigen, dass „Selma“ als Angebot für alleinlebende ältere Menschen die Zielgruppe wie in den Jahren zuvor erreicht. Von 21 Personen waren 20 alleinstehend; meist verwitwet; 15 davon lebten in ihrer Wohnung allein. Ebenfalls 15 Personen waren zwischen 80 und 90 Jahre alt.

Zu diesen älteren Menschen gab es im vergangenen Jahr sehr viele Einzelkontakte: insgesamt 591. Davon stellen 175 Kontakte Beratungsgespräche mit Ratsuchenden dar. Beratung und Kontakt als konstituierende Elemente von „Selma“ werden damit deutlich sichtbar. Die älteren Menschen nutzen den guten Kontakt zur ihnen bekannten Leiterin von „Selma“, um sich für ihre Fragen und Probleme Unterstützung zu holen. Der Umstand, nicht erst überlegen zu müssen, an wen man sich im „Fall X“ wendet, ist ein großer Vorteil für diejenigen, die sich zu einer Teilnahme an „Selma“ entscheiden.

Als sehr attraktiv hat sich das modulare Angebot von „Selma“ erwiesen. Die älteren Menschen nutzen je nach sich verändernder Lebenssituation die vier verschiedenen Möglichkeiten der Unterstützung. Meistens steigen sie mit dem Besuch der Nachmittagstreffen ein und nehmen dann den ehrenamtlichen Besuch dazu. Oder ein weniger gruppenorientierter Mensch genießt nur die Besuche bei ihm zuhause, lässt sich aufgrund dieser guten Erfahrung dann darauf ein, die „Selma“-Gruppe kennenzulernen und weitere Kontakte zu knüpfen. Die Beratungsstelle ermöglicht diesbezüglich ein unkompliziertes Wechseln in jede Richtung.

Auch das Ehrenamt darf im Jahresbericht nicht fehlen. Ohne die engagierten Besucherinnen

und Besucher könnte „Selma“ nicht in dieser Art und Weise aufrecht erhalten bleiben. Dabei sind nicht nur die finanziellen Aspekte zu sehen, sondern die Menschen, die sich hier einbringen mit ihren guten Ideen, ihrer Lebenserfahrung, ihrer Anteilnahme und Zeit. Die Anzahl von 339 Kontakten zwischen Hauptamt und Ehrenamt macht sichtbar, dass die ehrenamtlich Engagierten gut angebunden sind an die Fachstelle und für ihre Belange ein „offenes Ohr“ finden: Sei es im Kurs, der den Besuchen vorangeht, sei es bei der monatlich stattfindenden Supervision oder den ebenfalls möglichen Einzelgesprächen. Das Interesse junger Menschen an „Selma“-Besuchen steigt seit Jahren: 2017 waren acht (2016 sechs) von achtzehn Personen Studierende zwischen 20 und 29 Jahren. Viele ältere Teilnehmerinnen und Teilnehmer genießen Besuche von jungen Menschen, auch im Wissen, dass diese Personengruppe natürlich nicht für Jahre zur Verfügung steht. Aber dann kann man auch wieder neue und stets sympathische Leute kennenlernen - so der allgemeine Tenor unter den älteren Menschen. Dennoch – zehn Engagierte besuchten mehr als zwei Jahre bzw. besuchen weiterhin.

Auch im Jahr 2017 war „Selma im Quartier“ unterwegs. Im „Tanzcafe Alois“ (Loretto-Viertel) hatte die Gruppe einen beschwingten Nachmittag mit einer Polonaise, die wirklich fast alle Teilnehmenden von den Stühlen „riss“. Im November fand ein Nachmittag im Stadtteiltreff Mühlenviertel statt mit erfreulich viel Zulauf aus dem Quartier. Schließlich endeten die Treffen mit der Adventsfeier im Dezember im Frauenprojektehaus in der Innenstadt/Weststadt. Hier gab es dann bereits den Ausblick auf das neue „Stammhaus“ ab Januar 2018: das Nonnenmacher-Haus in der Gartenstrasse 28.



## Weitere Angebote:

### Integratives Hirnleistungstraining

Man kann sie in Schwung halten – die grauen Zellen und etwas gegen Vergesslichkeit und das Nachlassen der Konzentrationsfähigkeit tun.

Prof. Fischer meint: "Unser Gedächtnis ist ein wahres Wunderwerk - es kann mehr, als wir ihm gewöhnlich zutrauen!"

Integratives Hirnleistungstraining nach Prof. Fischer ist ein ganzheitliches Trainingsprogramm, das für den Körper, die Seele und den Geist von hohem Nutzen ist. Dieses Training kann bei Menschen mit und ohne Störungen des Gedächtnisses in jedem Alter angewandt werden. Trainiert werden vor allem das Kurzzeitgedächtnis und alle Sinneswahrnehmungen sowie Konzentration und Merkfähigkeit.

Das „ABCD Modell“ ist der rote Faden durch das ganzheitliche Training:

**A:** steht für Arzt und beinhaltet, dass ärztliche Untersuchungen und Behandlungen der Organe, des Kreislaufes und des Stoffwechsels behandelt werden sollten, falls Störungen bekannt sind. So kann eine neue Brille, weil die Sehkraft schlechter geworden ist, erheblich zu einer besseren Wahrnehmung des Sehens beitragen und das Gedächtnis positiv beeinflussen. Auch eine nichtbehandelte Zuckerkrankheit wirkt sich negativ auf die Denkprozesse aus.

**B:** steht für Bewegung und ist enorm wichtig für die Durchblutung unseres Gehirns und natürlich auch für die Kräftigung der Muskeln und Knochen.

**C:** das steht für das cerebrale Training. Es wird besonders das Kurzzeitgedächtnis trainiert. Die Methode wurde wissenschaftlich erprobt und von Prof. Fischer erfunden. Die Techniken sind in jedem Alter einfach zu erlernen und helfen, auch im hohen Alter selbstständig zu bleiben.

**D:** steht für Diät und befasst sich mit einer gesunden Ernährungsform. Das Gehirn braucht Glukose und Flüssigkeit zum Denken.

Alle Übungen werden auf die Bedürfnisse und Fähigkeiten des einzelnen Menschen abgestimmt. Es soll kein Leistungsdruck entstehen, aber Freude und Spaß beim Üben!

Mitarbeiterin und IHT-Fachkraft Adelheid Schnepf bietet für gesunde und erkrankte Personen (einzeln und in Gruppen) ein ganzheitliches Training an. Bei allen Trainingsformen (auch in den Gruppenstunden) wird individuell auf die Teilnehmer\_innen eingegangen. Es wird mit den vorhandenen Fähigkeiten und Stärken, die sich zu dem jeweiligen Trainingszeitpunkt zeigen, gearbeitet. Mit verschiedenen Übungen kommen die Klient\_innen mit ihrem Können in Kontakt und erleben so Kompetenz und Lebensfreude.

Für die Arbeit bedeutend ist, dass die Klient\_innen ihre seelische Befindlichkeit im geschützten Rahmen offen zeigen können. Diese seelische Entlastung ist wohltuend und es wird offensichtlich, dass dadurch die Hirnfunktionen deutlich verbessert werden.

## Alzheimer Angehörigengruppe

Einmal im Monat, jeden ersten Donnerstag von 15 bis 17 Uhr, trifft sich die Gruppe unter Leitung von Mechthild Marstaller in den Räumlichkeiten der Beratungsstelle.

An diesem Nachmittag nehmen etwa zehn Angehörige, Freunde und Bekannte von an Demenz erkrankten Menschen die Gelegenheit zum Erfahrungsaustausch im Umgang mit den Erkrankten wahr, zum Austausch über ganz praktische Tipps und Informationen oder auch zu Neuigkeiten aus Medizin und Forschung.

Ein Thema, das die Gruppe das ganze Jahr 2017 über begleitete, war das Verhalten gegenüber sehr auffälligen, „widerspenstigen“ demenzkranken Angehörigen. Was tun, wenn die Hilfeannahme verweigert wird, wenn der kranke

Mensch den eigenen Partner nicht mehr wiedererkennt oder gefährliche Handlungen unternimmt? Wie kann man mit vielfachen Rollenwechseln zurecht kommen und wie die letzte Lebensphase gestalten?

So schwer es manchmal ist, sich von zu Hause loszureißen, so wertvoll ist diese „Auszeit“, schöpfen die Teilnehmer\_innen doch Kraft für den oftmals sehr anstrengenden Alltag mit den erkrankten Menschen.

Es ist grundsätzlich möglich, dass auch neue Menschen zur Gruppe hinzu kommen.

Eine vorige Rückfrage in der Beratungsstelle wäre wünschenswert.

## Beteiligung der Beratungsstelle am Projekt „Caring Community“ der Stadt Tübingen

Im Jahr 2017 wurde von der Beauftragten für Seniorenarbeit und Inklusion in Zusammenarbeit mit der Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige (BäM), der Tübinger Familien- und Altershilfe (TüFa) und dem Stadtteiltreff Waldhäuser Ost (Stadtteiltreff WHO) das Projekt „Nachbarschaftshilfe im Quartier“ entwickelt und begonnen.

Die Idee dieses Pilot-Projektes ist, in enger Zusammenarbeit der genannten Projektpartner im Stadtteil WHO Beratungs- und Informationsangebote für die Bewohner\_innen des Stadtteils anzubieten. So können die Stadteilbewohner\_innen diese Dienstleistungen vor Ort in Anspruch nehmen und es kann auf ihre spezifischen Bedürfnisse eingegangen werden.

Der Part der Beratungsstelle ist dabei, Informationsveranstaltungen und Gesprächsrunden, sowie Fortbildungen und Kursangebote zur Sensibilisierung für Fragen des Älterwerdens im Quartier, zum Thema Alter und den unterschiedlichen Herausforderungen in dieser Lebensphase anzubieten. Die Veranstaltungen richten sich an ältere Mitbürger\_innen, (pflegende) Angehörige und Interessierte jeden Alters.

Zunächst gab es im Jahr 2017 einige konzeptionelle Treffen der Projektpartner. Zur Bekanntmachung des Projektes und der Angebote gab es im Frühjahr und im Herbst jeweils gut besuchte Informationsveranstaltung bei der sich die Beratungsstelle und die anderen Partner vorstellten.

Zwei Veranstaltungen der Beratungsstelle konnten noch im Jahr 2017 durchgeführt werden:

- Im Oktober ein SELMA-Nachmittag im Bonhoeffer-Gemeindehaus: die Teilnehmer\_innen von SELMA veranstalteten ihr Treffen dort, Interessierte konnten teilnehmen und so SELMA hautnah und ohne Verpflichtung kennenlernen.
- Am 21.11.2017 fand im Stadtteiltreff ein Vortrag mit Gesprächsrunde mit dem Titel „Zwischen Erfüllung und Erschöpfung – die Situation pflegender Angehöriger statt“.

Im Jahr 2018 wird es weitere Angebote der Beratungsstelle im Rahmen des Projektes „Nachbarschaftshilfe im Quartier WHO“ geben.

Unsere Fortbildungsangebote werden gefördert von CureVac. Dafür an dieser Stelle herzlichen Dank!

Im Rahmen von „Caring Community“ war die Beratungsstelle an weiteren Informationsveranstaltungen in Stadtteilen beteiligt, um sich und ihr Angebot vorzustellen.

## Mitarbeit in Gremien

Gemäß der Satzung des Trägervereins ist die Beratungsstelle in zahlreichen Gremien und Arbeitskreisen vertreten, um so bei Aufbau und Weiterentwicklung eines Versorgungsnetzes für ältere und psychisch veränderte ältere Menschen mit zu wirken. Durch die Mitarbeit in verschiedenen Fachgremien setzt sich die Beratungsstelle für die Belange älterer Menschen in der Gesellschaft ein. Im Jahr 2017 arbeiteten die Mitarbeiterinnen aktiv in folgenden Gremien mit:

- AG Ambulante Hilfen
- Vorstand der Alzheimer-Angehörigengruppe Tübingen e. V.
- AK Seniorenarbeit des Landkreises Tübingen
- Begleit-Arbeitskreis Kreissenorenplanung
- Kreis - Treffen der Gerontopsychiatrischen Beratungsstellen
- Vorstand Stadt seniorenrat Tübingen
- Netzwerk Demenz in Stadt und Landkreis Tübingen
- Runder Tisch poststationäre Versorgung Landkreis Tübingen
- AK Aufsuchende Hilfen Landkreis Tübingen
- Projektbeirat „Seniorenleben und Pflege“ Stadt Tübingen
- Bündnis für die Familie Tübingen



# **Beratungsstelle** für ältere Menschen und deren Angehörige e.V.

**Lebensberatung im Alter (LiA)**

**Gerontopsychiatrische Beratungsstelle (GPB)**

**Selbstständig Leben im Alter (SELMA)**

Im Nonnenmacher-Haus

Gartenstraße 28, 72074 Tübingen

Telefon: 07071 - 2 24 98

Telefax: 07071 - 2 39 20

Internet: [www.altenberatung-tuebingen.de](http://www.altenberatung-tuebingen.de)

Email: [info@altenberatung-tuebingen.de](mailto:info@altenberatung-tuebingen.de)

**Spendenkonto: bei der Kreissparkasse Tübingen**

**IBAN: DE 45 6451 0020 0000 2359 16**

Redaktion: Beratungsstelle für ältere Menschen und deren Angehörige e.V.

Gestaltung: Christiane Hemmerich Konzeption und Gestaltung, Tübingen

[www.hemmerich.de](http://www.hemmerich.de)

Layout und Satz: Mechthild Marstaller