

«Oft müssen Aussenstehende eine externe Betreuung anstossen»



Zusammen lachen, zusammen Sachen machen: Der Seniorentreff entlastet Angehörige, ist aber auch ein Ort für Spiel und Spass.

Foto: zvg

Pflegende Angehörige leisten in der Schweiz den Hauptanteil an Betreuungsarbeit für demenzkranke Menschen und geraten dabei nicht selten an ihre Grenzen. **Sibylle Schmidt** hat im Oberwallis vor mehr als zehn Jahren einen Treff ins Leben gerufen, um genau das zu verhindern. Ein einzigartiges Engagement einer Privatperson.

Interview: Petra Gasser-Locher

Was ist der Seniorentreff und seit wann besteht er?

Sibylle Schmidt: Der Seniorentreff ist eine Tagesbetreuung für demente Menschen und alleinlebende Seniorinnen und Senioren. Er besteht seit 2011 und ist ein privat geführtes, kostenpflichtiges Angebot. Wir verfügen über zwei Räume, eine Küche sowie einen Wohn- und Essbereich. Neuerdings haben wir einen Erlebnispfad – ein Projekt, das mir vor mehreren Jahren vorgeschlagen und nun durch ein Crowdfunding finanziert wurde.

Was motiviert Sie, sich um Seniorinnen und Senioren zu kümmern?

Ich selbst wuchs bei meinen Grosseltern auf. Dadurch war ich in der Kindheit vor allem von älteren Menschen umgeben. Später habe ich zusammen mit meiner Familie zehn Jahre lang meine demenzkranke Schwiegermutter betreut. Zu dieser Zeit gab es weder eine Demenzdiagnose noch ein entsprechendes Betreuungsangebot. Damals verstand ich die Krankheit nicht, die man früher oft als «Arterienverkalkung» beschrieb. Ich besuchte Kurse, um meine Schwiegermutter zu unterstützen, ohne sie vor den Kopf zu stossen. Motiviert, weiteren Familien zu helfen, begann ich später für Pro Senectute im Entlastungsdienst zu arbeiten. Aufgrund wachsender Nachfrage entstand die Idee, ein Betreuungsangebot für ältere Menschen zu schaffen. Ursprünglich aus dem Hotelfach stammend, habe ich deshalb eine gerontologische Ausbildung absolviert.

«Danach kochen wir mit regionalen, frischen Produkten. Alle helfen mit, jeder nach seinen Fähigkeiten.»

Wie sieht Ihr Angebot heute aus?

An vier Tagen in der Woche treffen sich Gruppen von fünf bis sechs Personen bei mir. Nach einem Schnuppertag, bei dem sich Betroffene und Angehörige einen ersten Eindruck verschaffen und ich entscheide, ob ich die Betreuung übernehmen kann, starten die meisten mit einem Tag pro Woche

und kommen später oft an mehreren Tagen hierher.

Wer ist im Seniorentreff zugegen?

Die Teilnehmenden sind unterschiedlich schwer von einer Demenz betroffen. Es gibt aber auch solche ohne geistige Einschränkungen. Ein Ausschlusskriterium ist z.B. eine erhöhte Pflegebedürftigkeit. Wie zu Hause besteht auch hier ein Risiko, dass etwas passieren kann. Dessen sind sich die Angehörigen bewusst. In all den Jahren kam es nur einmal zu einem Sturz.

Wie sieht ein typischer Tagesablauf aus?

Wir starten um neun Uhr mit einem Kaffee. Danach kochen wir mit regionalen, frischen Produkten. Alle helfen mit, jeder nach seinen Fähigkeiten. Im Anschluss gibt es einen kleinen Apéro. Nach dem Essen schlafen manche, andere schauen fern oder diskutieren miteinander. Gegen 14:30 Uhr stehen Aktivitäten wie zum Beispiel Spaziergänge, Turnen, Gedächtnistraining oder Spiele an. Am liebsten singen und tanzen die Teilnehmenden. Es wird viel gelacht. Um vier Uhr gibt es meist ein traditionelles Walliser Zvieri und um fünf Uhr endet der Tag.

Wie ist es für die Angehörigen, ihre Liebsten in externe Betreuung zu geben?

Anfangs fällt es den Angehörigen sehr schwer. Ich habe ähnliche Erfahrungen bei meiner Schwiegermutter gemacht. Man ist oft über lange Zeit in dieser fordernden Situation und kann sie selbst nicht mehr objektiv einschätzen. Oft müssen Aussenstehende eine



Mit Herzblut: Sibylle Schmidt

Foto: zvg

externe Betreuung anstossen. Die heutigen älteren Menschen stammen aus einer Generation, in der noch die Vorstellung herrschte, man müsse den Partner bzw. die Partnerin bis zum Tod betreuen. Ich schicke den Angehörigen oft Fotos oder Nachrichten. Wenn sie sehen, dass es ihren Liebsten bei mir gut geht, können sie besser loslassen. Sie haben jahrelang einen Grossteil ihrer Zeit für die Pflege ihrer Angehörigen aufgewendet und müssen erst lernen, diese Zeit wieder für sich zu nutzen.

Welche persönlichen Eigenschaften sind zentral für die Betreuung von Menschen mit Demenz?

Man muss ältere Menschen mögen und einen Bezug zu ihnen haben. Rückblickend denke ich, dass ich nicht alles in Kursen, sondern viel durch die Umstände, in denen ich aufgewachsen bin, gelernt habe.

Wie geht es mit dem Seniorentreff weiter?

Mein Wunsch wäre es, den Seniorentreff 20 Jahre lang zu führen und eine Person zu finden, die ihn später mit genauso viel Herzblut weiterführt. ■



Mehr wissen:

Aufenthalt für die Einen, Entlastung für die Anderen: seniorentreff-sibylle.ch