

**Informationen zum Teil «Auswahl Wohnform und Heimeintritt»**

1. Welche Wohnformen gibt es für Menschen mit Pflege- und Betreuungsbedarf?  
**Alterswohnungen** → selbständiges Wohnen, zum Teil kann Service dazu gekauft werden (Spitex, Haushalthilfe, Portierdienste)

**Betreutes Wohnen:** → Fachperson steht zu einem Teil der Zeit für gewisse Anliegen zur Verfügung. Meistens für Menschen mit einer Behinderung, die relativ selbständig sind und nicht dauernde Betreuung brauchen

**Pflegewohngruppen/Demenzwohngruppe:** → «kleines Heim» mit allen Angeboten einer Institution. Oft für Menschen mit einem speziellen Betreuungsbedarf. Z.B. Demenziell erkrankte Menschen. Haben oft einen geschützten Aussenraum, damit Menschen mit grossem Bewegungsdrang «Auslauf» haben ohne Gefahr zu laufen, sich nicht mehr zurecht zu finden.

2. Welche Wohnformen eignen sich für Menschen mit Demenz? Welche eher nicht? Warum?

Die eigene Wohnung, welche man seit langer Zeit bewohnt in einer vertrauten Umgebung, kann sehr lange «Richtig» sein. (meine Kollegin wohnt so). Lockere Betreuung durch Angehörige, Nachbarn oder Freunde ist ausreichend zu Beginn einer Diagnose und wenn die Krankheit langsam fortschreitet.

Institution (Alters- und Pflegeheim, Demenzwohngruppe) wird nötig, wenn 24 Stunden Betreuung nötig ist. Z.B. auch bei zeitlicher Desorientierung besonders, wenn der Tag-/Nacht-Rhythmus durcheinandergerät.

3. Wie wähle ich für meinen demenzbetroffenen Angehörigen das richtige Heim aus? Wie gehe ich bei der Auswahl am besten vor? (z.B. Heime rechtzeitig besichtigen, Gespräche mit dem Personal, Beratungsstelle aufsuchen...)

Sich schlau machen, welche Institutionen es in der Umgebung gibt. Was ist dem demenzbetroffenen Angehörigen wichtig? Kreative Angebote, Soziale Kontakte, Musizieren, basteln, körperliche Aktivitäten (Aussenbereich mit Demenzgarten). Diverse Heime besichtigen und berücksichtigen, wie man sich fühlt. Wie erlebt man die Mitarbeitenden? Wie die Räumlichkeiten, die Umgebung, die Infrastruktur?

Was ist den Angehörigen wichtig? Womit können sie sich arrangieren? Daran denken, dass die Institution in erster Linie für den Angehörigen passen muss, nicht für die Angehörigen! (Maria kannte das Heim, weil sie lange dort gearbeitet hatte. Sie war darin sehr schnell zu Hause, fühlte sich wohl, weil sie alles kannte. Z.Teil auch die Mitarbeitenden. Sie hatte Angst, alleine in ihrer Wohnung zu leben und war darauf angewiesen, dass andere Menschen da waren. Ihre Tochter konnte sich nie damit abfinden, dass die Mutter im Heim wohler war als in der eigenen Wohnung.)

4. An welchen Kriterien erkenne ich ein «gutes» Heim für meinen demenzbetroffenen Angehörigen?

Wen man ein gutes Gefühl hat und die meisten wichtigen Punkte erfüllt sind. Optimal ist es, wenn die betroffene Person sich wohl und aufgehoben fühlt. Wenn die Philosophie des Heimes spürbar und echt ist/erlebt wird. Gut ist es, wenn die betroffene Person dort mal Ferien oder mindestens einen kurzen Aufenthalt machen kann. Vielleicht sogar z.B. 1 x pro Woche einen Tag dort verbringt für einige Zeit. Damit wird die Umgebung vertraut und das Personal wird erkannt. Nicht alle Menschen mit Demenz benötigen eine geschlossene Umgebung. Wer sich an einem Ort gut auskennt (aufgewachsen ist) und den Heimweg wieder findet, kann gut z.B. in einer offenen Institution leben. Nur örtlich desorientierte Personen benötigen eine geschützte Umgebung.

**Achtung! Eigentlich gibt es keine freie Heim Wahl. Gemeinde bezahlt keinen Auswärtigen Tarif, also muss ein Heim genommen werden, welches zur Gemeinde gehört. Ausser man ist vermögend! Oder es hat im gemeindeeigenen Heim keinen Platz.**

5. Welche Heime gibt es *ganz konkret* in der Region, die sich für Menschen mit Demenz eignen?

In Bülach gibt es die Rössligasse und den Grampen sowie diverse Pflege-Wohngruppen für demenziell erkrankte Menschen.

In Kloten hat das Pflegezentrum im Spitz eine Demenzabteilung

Die Pflegewohngruppe Rössli in Hüntwangen ist eingerichtet für Menschen mit speziellen Bedürfnissen

Die Pflegewohngruppe Zürcher Unterland in Neerach hat Spezialkenntnisse im Demenzbereich

KZU Kompetenzzentrum Bassersdorf und Pflegezentrum Embrach haben spezialisierte Abteilungen für demenziell erkrankte Personen

Oase Gruppe (Standorte in Eglisau, in Rümlang, Wetzikon etc.) Siehe Webpage.

[www.gerinet.ch](http://www.gerinet.ch) ist eine sehr hilfreiche Website für das Zürcher Unterland. Dort kann man sehen, wo Betten frei sind und welche Angebote die Heime haben.

6. Wann muss ich die Anmeldung vornehmen? Möglichst früh? Oder lieber warten?

Fragen Sie in ihrem bevorzugten Haus an, wie allenfalls eine Warteliste gehandhabt wird. Und seien Sie bereit, bei einem freien Zimmer quasi sofort einzuziehen. Wenn Sie mehrmals absagen wird es schwierig, wenn Betten knapp sind.

7. Wie weiss oder spüre ich, wann der «richtige Zeitpunkt» für den Heimeintritt gekommen ist?

Sobald die Betreuung anstrengend wird. Wenn Sie keine Zeit mehr haben für Ihre eigenen Bedürfnisse und Ihre eigene Erholung. Warten Sie nicht zu lange. Nehmen Sie unbedingt Entlastungsangebote an und achten Sie auf Ihre Gesundheit. Es gibt eigentlich keinen allgemeingültig «richtigen» Zeitpunkt.

8. Wie gehe am Tag des Heimeintritts am besten vor? Wie bereite ich den Eintritt vor?

Sobald Sie sich entschliessen, eine Anmeldung zu machen fangen Sie an sich zusammen mit der demenzbetroffenen Person Gedanken darüber zu machen, was mitgenommen werden soll. Erkundigen Sie sich vorher, ob eigene Möbel möglich/nötig sind. Was ist wichtig, damit sich die betroffene Person wohl «zu Hause» fühlt? Ein Polsterstuhl? Bilder? Eine ganze Zimmereinrichtung? Wenn das möglich ist, nicht alles neue Möbel kaufen, sondern die vertrauten mitnehmen, auch wenn sie nicht mehr «so schön» sind. Es braucht in der neuen Umgebung etwas vertrautes. Und dann ist es ein ganz normaler Umzug. Am bestens ist es, wenn der demenzbetroffene Mensch in ein fertig eingerichtetes Zimmer zieht. Möglichst kein Provisorium. Zum Beispiel eine Umzugsfirma anstellen und an diesem Tag einen Ausflug machen und dann zum gemeinsamen Abendessen in die Institution gehen. Die Mitarbeitenden helfen die Schränke einräumen, wenn das vorher abgesprochen wird.

9. Was hilft beim Umgang mit Schuldgefühlen? Gibt es hierzu Tipps?

Schuldgefühle sind eine schwere Last und sehr viele Angehörige sind davon betroffen. Es ist schwierig, Tipps dazu zu geben. Niemand kann die Betreuung eines demenziell erkrankten Angehörigen alleine stemmen. Vor allem nicht, wenn diese Personen sehr bewegungsaktiv sind oder der Tag-/Nacht-Rhythmus nicht mehr stimmt.

Daran denken, dass man einem demenziell betroffenen Menschen besser begegnen kann, wenn man selber ausgeruht und entlastet ist. Man kann so oft wie möglich zu Besuch kommen, kann allenfalls gemeinsam zu Mittag/Abend essen.

Suchen Sie sich eine Gruppe von Gleichgesinnten / Betroffenen. Das gemeinsame Gespräch hilft oft beim Umgang mit Schuldgefühlen.

10. Thema Besuche: Wie oft soll ich meinen Angehörigen nach dem Eintritt besuchen?

Das hängt sehr von der Situation ab. Fühlt sich der Angehörige wohl in der Institution, können Sie so oft zu Besuch kommen, wie es für Sie stimmt. Beachten Sie die Abläufe in der Institution. Es macht Sinn, nicht grad zur Pflegezeit zu Besuch zu kommen. Lassen Sie ihren Angehörigen auch genügend Raum, um sich in die Gruppe der anderen Bewohnenden zu integrieren. Es braucht Zeit, bis sich Menschen beschnuppert haben und vertraut sind miteinander.

11. Thema Finanzierung: Wie bezahle ich die Kosten für das Heim, wenn ich dafür nicht genügend Einkommen habe?
12. Wer berät und unterstützt mich, wenn ich Fragen zum Thema Heimeintritt oder zum Thema Finanzierung habe

In erster Linie ist die Sozialabteilung der Gemeinde Ansprechpartner. Dort bekommt man auch Auskunft, ob allenfalls eine EL und ZL möglich ist. Ebenfalls ist die ProSenectute Sozialberatung eine gute Anlaufstelle. Die Beratung dort ist gratis.

Elisabeth Walder

Dezember 2024