

Bericht zur Erprobungsphase des Café Miteinander im Rahmen von InCARE

Für den Inhalt verantwortlich: MMag. Margit Gross, DGKP Regina Entfellner

Im Rahmen des EU-Projektes InCARE wurde in der oststeirischen Kleinstadt Gleisdorf ein niederschwelliges Angebot geschaffen, welches für Menschen mit Demenz und ihre betreuenden/begleitenden An- und Zugehörigen ein sozialer Treffpunkt mitten im alltäglichen Geschehen wurde. Hier wird soziale Teilhabe ermöglicht und gleichzeitig wird den Teilnehmenden eine adäquate Form der körperlichen und geistigen Aktivierung geboten.

Ziele

Mit dem Café Miteinander sollte ein Ort geschaffen werden, an dem Menschen mit Demenz gemeinsam mit ihren Angehörigen und weiteren Betreuungspersonen wie z.B. Personenbetreuer: innen in Austausch und Kontakt mit anderen Personen in einer ähnlichen Lage kommen können. Gleichzeitig sollte für alle Teilnehmenden die Möglichkeit der körperlichen und geistigen Aktivierung geboten werden. Ein Ziel des Café Miteinander ist es auch, das negative Bild von Menschen mit Demenz aufzubrechen und zu zeigen, dass Demenz eine Diagnose ist, eine Krankheit wie viele andere auch, für die man sich weder verstecken noch schämen muss. Hier ist noch viel Bewusstseinsbildung zu leisten, um den Menschen das Gefühl zu geben, dass auch sie ihren Platz in der Mitte der Gesellschaft haben.

Das EU-Projekt InCARE wird vor Ort von der Chance B implementiert. Es hat das Ziel, kurz- und längerfristige Effekte in der Region zu schaffen. Vor allem die Ziele „hohe Lebensqualität für ältere Menschen mit Pflegebedarf“ und „Entlastung für Frauen und Männer, die Care-Arbeit leisten“ sind durch diesen Teil des InCARE-Projekts angesprochen. Innerhalb der InCARE-Laufzeit wurde die Erprobungsphase des Café Miteinander ermöglicht; auf der Grundlage dieser Erprobung kann und soll eine Weiterführung konzipiert werden.



**Co-funded by
the European Union**

InCARE is a transnational research action project co-funded by the European Programme for Employment and Social Innovation "EaSI". The European Union support for the production of this document does not constitute an endorsement of the contents, which reflects the views only of the authors, and the European Union institutions and bodies

Zielgruppen

Ausgeschrieben wurde das Angebot für Menschen mit Demenz und An- und Zugehörige. Ebenfalls angesprochen waren Personenbetreuer:innen, welche Menschen mit Demenz betreuen. Die erste Zielgruppe wurde sehr gut erreicht, und darüber hinaus zeigten auch einige ältere Menschen ohne kognitive Probleme oder mit leichten Gedächtnisproblemen Interesse an einer Teilnahme. Die Zielgruppe der Personenbetreuer:innen hat das Angebot bisher noch nicht wahrgenommen.

Mittlerweile hat sich eine Kerngruppe von 6 Personen gebildet, drei Personen mit Demenz und ihre jeweiligen Angehörigen. Obwohl sich die Personen vorher nicht kannten, ist schon nach recht kurzer Zeit ein herzliches Miteinander entstanden. Es wird recht offen über Sorgen und Probleme gesprochen, aber auch sehr oft miteinander gelacht und auch besondere Anlässe, wie z.B. Geburtstage, gemeinsam gefeiert.

Diese Kerngruppe wird immer wieder ergänzt durch ältere Einzelpersonen, die sich das einmal anschauen wollen und immer wieder einmal kommen, aber auch durch weitere Personen mit Demenz und deren Angehörige, welche das Angebot sporadisch in Anspruch nehmen. Eine regelmäßige Teilnahme ist bei diesen Personen aufgrund ihres sehr vulnerablen Zustandes nicht immer möglich.

2

Durchführung und inhaltliche Ausrichtung

Das Café Miteinander wird seit März 2023 jeden ersten und dritten Mittwoch im Monat von 14:30 bis 17:00 Uhr in einem Raum im Gasthaus Zöller/Brauner Hirsch angeboten. Das Angebot wird von Margit Gross inhaltlich gestaltet, unterstützt von Regina Entfellner bzw. fallweise von anderen InCARE-Teamkolleginnen aus der Chance B. Jede Einheit wird von der Gruppenleitung vorbereitet und relevante Materialien werden dafür besorgt oder auch selbst hergestellt. Der Ablauf gliedert sich in ein gemeinsames Kaffeekränzchen und das Plaudern über alltägliche Vorkommnisse. Danach wird mit einfachen Bewegungsübungen eine leichte



Co-funded by
the European Union

InCARE is a transnational research action project co-funded by the European Programme for Employment and Social Innovation "EaSI". The European Union support for the production of this document does not constitute an endorsement of the contents, which reflects the views only of the authors, and the European Union institutions and bodies

körperliche Aktivierung angeboten. Verschiedene Gedächtnisübungen, Biographiearbeit und Spiele (z.B. Kartenspiele) runden diesen Teil ab. Den Abschluss bildet das gemeinsame Singen von bekannten Liedern. Dies wird sehr gerne angenommen.

Beteiligung und konkrete Ausgestaltung

Die Teilnehmer:innen werden ermutigt, selbst Themenvorschläge einzubringen. Bisher wurden beispielsweise Karten- und Brettspiele, Witze und Kurzgeschichten und Erzählungen aus dem eigenen Lebensumfeld eingebracht.

Folgende Elemente werden (je nach Situation leicht variiert) miteinander kombiniert:

- Ankommen und Begrüßung der Gäste;
- Gemeinsames Kaffeetrinken und plaudern über Alltägliches;
- Bewegungseinheit mit leichten Aktivierungsübungen im Sitzen;
- Thema des Treffens wird vorgestellt. Die Themen richten sich nach dem Jahreskreis und nach allgemeinen Interessen. Exemplarisch dafür sind Themen wie Ostern, Sommerbeginn, Urlaub und Reisen, Tiere, Natur, Garten;
- Verschiedene Gedächtnisübungen zum Thema, die das Kurz- und Langzeitgedächtnis trainieren;
- Literarisches aus unterschiedlichen Bereichen, auch von Mundartdichtern aus der Region;
- Zeit für Gespräche und Austausch;
- Unterschiedliche Gedächtnisspiele, Kartenspiele;
- Feste und Ehrentage (Geburtstage, Hochzeitstage...) werden, soweit bekannt, angesprochen und gefeiert. Das Wissen um diese biografischen Daten ergibt sich oftmals aus den gemeinsamen Gesprächen beim Kaffeekränzchen.
- Miteinander lachen und Freude erleben;



Co-funded by
the European Union

InCARE is a transnational research action project co-funded by the European Programme for Employment and Social Innovation "EaSI". The European Union support for the production of this document does not constitute an endorsement of the contents, which reflects the views only of the authors, and the European Union institutions and bodies

- Gemeinsames Singen von bekannten Liedern. Das können Volkslieder sein, aber auch bekannte Schlager. Hier werden auch von einzelnen Teilnehmenden immer wieder Liedtitel erwähnt oder sogar zur Verfügung gestellt;
- Anregungen und Vorschläge aus der Gruppe aufnehmen: Die Gruppenleitung ist offen dafür und ermutigt die Teilnehmer:innen, Wünsche zu äußern;
- Herzliche Verabschiedung und Erinnerung an den nächsten Termin.

Ort der Durchführung

Als Ort der Durchführung vom Café Miteinander wurde ein alteingesessenes Gasthaus im Zentrum von Gleisdorf gewählt. Das Gasthaus Zöller/Brauner Hirsch ist vielen Menschen in Gleisdorf ein Begriff. Bereitwillig wurde uns von der Besitzerin kostenfrei ein Raum zur Verfügung gestellt. Dieser Ort wurde ganz bewusst deswegen gewählt, weil ein Gasthaus ein Ort der Begegnung ist, und eine zentrale Stelle für soziale Teilhabe. Hier sollten auch Menschen mit Demenz, genauso wie andere Personen, ihren Raum finden um alltägliche Dinge zu tun, wie z.B. im öffentlichen Raum gemeinsam Kaffee trinken und zu plaudern. Oftmals geht von den Betroffenen selbst eine Scheu aus, sich in der Öffentlichkeit zu zeigen, da mit der Diagnose Demenz auch immer wieder die Angst einhergeht, sich durch mangelnde Fähigkeiten und Fertigkeiten vor Anderen zu blamieren. Mit dem Café Miteinander gelingt es, diese Angst vor Blamage verringern. Bei den Aktivitäten gibt es kein Korrigieren, alles ist in Ordnung, Jede und Jeder tut wie es für die Person eben möglich ist. Auch die Angehörigen werden von der Gruppenleitung darin bestärkt, diesen Schritt in die Öffentlichkeit zu wagen.

4

Zeitraahmen

Die Veranstaltung findet jeden ersten und dritten Mittwochnachmittag im Monat in der Zeit von 14.30 bis 17.00 Uhr statt. Damit sind zwei Fixtermine pro Monat gegeben, welche leicht zu merken sind.



**Co-funded by
the European Union**

InCARE is a transnational research action project co-funded by the European Programme for Employment and Social Innovation "EaSI". The European Union support for the production of this document does not constitute an endorsement of the contents, which reflects the views only of the authors, and the European Union institutions and bodies

Durchführende Personen

Die Idee für das Café Miteinander wurde von der Psychologin MMag. Margit Gross in das InCARE-Team der Chance B eingebracht. Durch ihre jahrelange Arbeit im Bereich Gedächtnis und Demenz war für sie ersichtlich, dass es gerade im ländlichen Raum und außerhalb von Betreuungsinstitutionen sehr wenige Angebote für Menschen mit Demenz gibt. Darüber hinaus gab es in der Region nahezu keine organisierten Aktivitäten, welche Menschen mit Demenz gemeinsam mit den sie betreuenden Personen besuchen können.

DGKP Regina Entfellner hat im Gesamtprojekt InCARE vor allem die Entlastung von pflegenden Angehörigen im Blick. Vor diesem Hintergrund war ihre Mitarbeit beim Café Miteinander folgerichtig. Sie bringt neben ihrer langjährigen beruflichen Erfahrung in der Hauskrankenpflege Chance B auch ihre musikalischen Fähigkeiten ein. Diese musikalische Ergänzung im Café Miteinander wird von allen Teilnehmenden sehr gut angenommen. Gerade beim Singen können Menschen mit Demenz noch sehr aktiv dabei sein und alte Erinnerungen aktivieren, auch wenn in vielen anderen Bereichen ihre Fähigkeiten schon sehr stark eingeschränkt sind.

5

Rückmeldungen

Das Café Miteinander erhält immer wieder sehr positive Rückmeldungen, wie beispielsweise:

- „Ich habe gar nicht gewusst, dass mein Vater so gerne singt und so viele Lieder kennt.“
- „Ich freue mich jedes Mal auf das Treffen und bin traurig, wenn ich nicht kommen kann.“
- „Es ist sehr schön, dass ihr an unseren Hochzeitstag gedacht habt.“
- „Durch das Café Miteinander habe ich jetzt einen Besuchsdienst für meinen Mann einmal in der Woche installiert.“ [Eine Besucherin des Café Miteinander hatte sich ehrenamtlich dafür angeboten.]
- „Danke, heute war es wieder sehr lustig, ich freue mich auf nächstes Mal.“



**Co-funded by
the European Union**

InCARE is a transnational research action project co-funded by the European Programme for Employment and Social Innovation “EaSI”. The European Union support for the production of this document does not constitute an endorsement of the contents, which reflects the views only of the authors, and the European Union institutions and bodies

- „Mein Mann ist jedes Mal nach dem Treffen richtig gut drauf.“
- „Das ist für uns schon ein Fixtermin geworden.“

Herausforderungen

Es zeigt sich immer wieder, dass das Thema Demenz sehr negativ konnotiert ist und auch mit einem starken Tabu verbunden ist. Im Vorfeld haben sich die Beteiligten viele Gedanken zur Benennung gemacht und schließlich den Begriff „Café Miteinander“ gewählt. Dieser Name steht auch programmatisch für den Inhalt: Es soll ein miteinander plaudern, lernen, lachen, singen sein. Und dieses Miteinander soll auch verschiedene Personengruppen einschließen.

Die Begleit-Gruppe der Personenbetreuer:innen konnte bisher nicht gut erreicht werden. Zusätzlich zur allgemeinen Veröffentlichung wurde die Interessensvertretung „IG 24“ kontaktiert und über das Angebot umfassend informiert. Die Wahrnehmung, dass gerade diese Gruppe von (vor allem) Frauen wenig Kontakt und Anbindung an das gesellschaftliche Umfeld hat, wird auch dadurch bestätigt, dass Personenbetreuerinnen trotz recht breiter Veröffentlichung das Angebot bisher nicht wahrgenommen haben.

6

Unterschiede zu und Gemeinsamkeiten mit anderen Angeboten

Anders als in vielen anderen Angeboten für Menschen mit Demenz und ihren An- und Zugehörigen, gibt es im Café Miteinander ein gemeinsames Programm für beide Personengruppen; das Ziel sind gemeinschaftlich gestaltete Gruppenaktivitäten.

Dies stellt natürlich eine gewisse Schwierigkeit dar, weil dadurch die Gruppe sehr heterogen ist. Da ein Gedächtnis- und Bewegungsprogramm geboten wird, muss immer darauf geachtet werden, dass keine Überforderung der teilnehmenden Menschen mit Demenz stattfindet. Deswegen wird bei der Auswahl der Übungen ein besonderes Augenmerk daraufgelegt, dass jeder und jede nach ihren/seinen Ressourcen daran teilnehmen kann. Aber gerade dieses gemeinsame Erarbeiten und Tun macht auch die Besonderheit des Café Miteinander aus. Bei



**Co-funded by
the European Union**

InCARE is a transnational research action project co-funded by the European Programme for Employment and Social Innovation “EaSI”. The European Union support for the production of this document does not constitute an endorsement of the contents, which reflects the views only of the authors, and the European Union institutions and bodies

vielen Projekten gibt es getrennte Angebote für die Menschen mit Demenz und ihre An- oder Zugehörigen also einerseits Gruppentrainings für die Personen mit Demenz mit dem Ziel der geistigen und körperlichen Aktivierung und zeitgleich oder zusätzlich Treffen für Angehörige, die das Ziel des sozialen Austausches und der Informationsübermittlung haben und auch eine zeitliche Entlastung für die Angehörigen darstellen sollen.

Im näheren Umfeld von Gleisdorf bieten soziale Organisationen wie der Sozialhilfeverband Hartberg-Fürstenfeld Gruppentrainings für Menschen mit Demenz an, und parallel dazu Angebote für Angehörige. Der Sozialhilfeverband Liezen bietet ein MemoryCafé an, in dem es in erster Linie um den sozialen Austausch bei Kaffee und Kuchen geht. Hier sind Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen gemeinsam eingeladen.

Das Ziel vom Café Miteinander ist, wie schon erwähnt, die Verbindung von sozialem Austausch mit dem gemeinsamen Tun. Das Verhalten und Agieren der Gruppenleitung kann auch als Beispiel dafür dienen, wie man situationsbezogen angemessen und empathisch mit Menschen mit Demenz umgehen kann. In der Praxis kommt es oft vor, dass Betreuende über ihre zu betreuenden An- oder Zugehörigen sprechen, als wären sie nicht anwesend, obwohl sie in unmittelbarer Nähe sind. Das ist oftmals eine nicht reflektierte Handlungsweise, die aber für die betroffene Person bedeuten kann, dass sie nicht richtig wahrgenommen wird. In der Gruppenleitung wird Wert darauf gelegt, alle Personen direkt anzusprechen. Das verändert unmittelbar die Situation, und kann gleichzeitig auch beispielgebend sein.

Die Gruppenleiterin und die unterstützende Person haben von der Ausbildung her und aus der langjährigen beruflichen Erfahrung ein breites Repertoire von Aktivierungsmöglichkeiten zur Verfügung und ein gutes Verständnis dafür, was möglich ist und was nicht, und wie auch Angehörige wertschätzend unterstützt und begleitet werden können.

Erprobungsphase: Änderungen anhand des tatsächlichen Bedarfs

Die ursprüngliche Zielgruppe, zuhause wohnende Menschen mit Demenz und ihre Begleitung, wurde ausgeweitet. Solange es die Gruppengröße zulässt, sind auch ältere Personen ohne



**Co-funded by
the European Union**

InCARE is a transnational research action project co-funded by the European Programme for Employment and Social Innovation "EaSI". The European Union support for the production of this document does not constitute an endorsement of the contents, which reflects the views only of the authors, and the European Union institutions and bodies

dementielle Erkrankungen willkommen. Niemand soll bei Interesse am Programm von der Teilhabe ausgeschlossen werden; wobei der Fokus auf jeden Fall auf Menschen mit Demenz gerichtet bleibt. Geplant und öffentlich kommuniziert wurde, dass eine Anmeldung für das Café Miteinander erwünscht ist. Das erfolgte bis dato nur sehr selten. Aktuell ist es so, dass vor jedem Termin diejenigen Teilnehmer:innen die schon bei einigen Treffen dabei waren, angerufen und an das nächste Café Miteinander erinnert werden. Dies erfolgt mit dem Einverständnis derjenigen Personen, welche ihre Telefonnummer bekanntgegeben haben.

Öffentlichkeitsarbeit und Vernetzung

In Kooperation mit der Stadtgemeinde Gleisdorf wurden Flyer erstellt, welche in allen Gemeindeämtern der Kleinregion Gleisdorf aufgelegt wurden (Albersdorf-Prebuch, Ludersdorf-Wilfersdorf, Hofstätten a. d. Raab, Gleisdorf). Gleichzeitig wurde mit allen Allgemeinärzt:innen der Region und allen Neurolog:innen/Psychiater:innen Kontakt aufgenommen und ebenfalls Flyer in deren Ordinationen aufgelegt. Es wurde eine Absprache mit der Stadtgemeinde Gleisdorf getroffen, dass alle Termine des Café Miteinander in der monatlichen Ausgabe des Stadtjournals veröffentlicht werden. Auch wurden einige inhaltliche Hinweise zum Café Miteinander im Stadtjournal und durch die Öffentlichkeitsarbeit der Chance B veröffentlicht. Die Sozialstadträtin der Stadtgemeinde Gleisdorf steht hinter der Initiative und erwähnt sie immer wieder in diversen Meldungen über Aktivitäten in der Stadt. Auch in der wöchentlich erscheinenden Gratiszeitung „Woche Gleisdorf“ werden die Termine des Café Miteinander veröffentlicht und es erschien auch ein Artikel dazu. Werbung für das Café Miteinander wurde auch beim Pflegestammtisch der Stadtgemeinde Gleisdorf gemacht, ebenso wie bei der Infomesse „Pflege leicht verständlich“ im Mai 2023. Weiters wurden über den Essenzustelldienst vom Gasthaus Zöller, welcher viele ältere Menschen in der Umgebung beliefert, Flyer verteilt. Auch die mobilen Dienste der Region wurden über das Angebot informiert und erhielten Flyer zur Verteilung. Um möglichst viele Betroffene zu erreichen, wurden auch SALZ-Steirische Alzheimerhilfe und das neu gegründete Netzwerk Demenz-Steiermark über unser Programm informiert.



**Co-funded by
the European Union**

InCARE is a transnational research action project co-funded by the European Programme for Employment and Social Innovation “EaSI”. The European Union support for the production of this document does not constitute an endorsement of the contents, which reflects the views only of the authors, and the European Union institutions and bodies

Durch die Kombination dieser Maßnahmen sollte gewährleistet sein, dass nahezu alle Bewohner und Bewohnerinnen der Kleinregion Gleisdorf über das Angebot Bescheid wissen. Bei aller Bewerbung zeigt sich aber auch sehr deutlich, dass der persönliche Kontakt ein entscheidender Faktor ist. Durch die starke regionale Vernetzung der durchführenden Personen konnten Menschen mit Demenz gut erreicht werden. Vor allem der persönliche Kontakt ist hilfreich, damit die Hemmschwelle sinkt, ein neues Angebot anzunehmen.

Ausblick

Im Rahmen von InCARE wird das Café Miteinander bis Ende Oktober 2023 durchgeführt, d.h. insgesamt werden bis dahin 14 Termine angeboten. Von Seiten der Stadt Gleisdorf wurde signalisiert, dass es Interesse an einer Weiterführung gibt. Die genaue Form ist noch nicht geklärt, es werden aber bis zum Ende der Projektlaufzeit von InCARE noch diesbezügliche Gespräche von Stadtgemeinde, Chance B und der Leiterin des Angebots stattfinden.



**Co-funded by
the European Union**

InCARE is a transnational research action project co-funded by the European Programme for Employment and Social Innovation "EaSI". The European Union support for the production of this document does not constitute an endorsement of the contents, which reflects the views only of the authors, and the European Union institutions and bodies