



Lebensquell-Rundbrief - Ein Rückblick auf das Jahr 2023

Liebe Lebensquell-Freunde,

wie jedes Jahr kommt nun unser Jahresrückblick über alle Aktivitäten im Lebensquell-Duderstadt. In diesem Jahr ist viel geschehen, Altes oder Überholtes musste weichen und Neues wurde auf den Weg gebracht.

St. Martini-Projekt

Der St. Martini Krankenhaus Besuchsdienst wurde zugunsten des neuen Konzepts für Senioren, die ihren Lebensabend zu Hause verbringen möchten, im August 2023 beendet. Die Idee, mittels qualifizierter Begleiter und AlltagshelferInnen möglichst viele Stunden für die Seniorinnen in ihrem Zuhause anzubieten, damit diese im Alltag Unterstützung erhalten, begeistert mich sehr und ist aufgebaut auf ein ganz neuartiges soziales Konzept.

Projekt Lebensquell-Besuchsdienst - Idee und Umsetzung

Es begann eine arbeitsintensive Zeit, denn ich musste mich anfangs erst einmal in das Pflegekassensystem einarbeiten, was ca. ein halbes Jahr in Anspruch nahm. Viele Stellen

wurden angerufen und viele Verständnisfragen gestellt, um alles bis ins Detail zu durchdringen. Dann ging es weiter mit der Homepage-Erstellung, Anzeigen-Entwürfe für social-media, den Flyer und Logo-Entwürfe nebst Druck und der Vorlagen-Erstellung. Neben der Homepage wurde noch ein Blog auf Google erstellt. Vertragsentwürfe mussten einem Anwalt vorgelegt werden und Abläufe des Konzepts mit einem Steuerberater besprochen werden, um alles in einen rechtssicheren Rahmen zu bringen. Glücklicherweise habe ich in den letzten Jahren innerhalb meiner verschiedenen Projekte eine hilfreiche Einweisung von Manuela Schindler erhalten, die ehemals im Management tätig war und mir Vieles beibrachte, was sich jetzt als sehr hilfreich erweist. Bild: Unser Logo



Anschließend wurden die Flyer in Duderstadt und Ortsteile verteilt (läuft noch immer), Anzeigen im GT geschaltet und die social-media Arbeit begann. Die Ausarbeitung der Seminarthemen lief immer nebenher, so dass ich Anfang Juni das Gesamtkonzept beim Landesamt Niedersachsen einreichen konnte, die Schulung hatte ich ebenfalls schon absolviert.

Am 26. Juni 2023 erhielt ich die Anerkennung vom Landesamt für den Lebensquell-Besuchsdienst, was sehr erfreulich war und dem Projekt Auftrieb geben sollte. Wir begannen am 1. Juli 2023 mit der Alltagsbegleitung. Fortan konnte ich, rein theoretisch, auch den Entlastungsbetrag durch Angestellte abrufen, was aber nach einem Kurzdurchlauf mit einer Minijob-Angestellten, wieder verworfen wurde. Der bürokratische Aufwand war dermaßen groß, dass dies meine gesamte Zeit in Anspruch genommen hätte und genau das wollte ich nicht! Das würde wieder in Richtung Organisation gehen, was mit Büro-Angestellten, Fuhrpark usw. verbunden sein würde und die Preis-Spirale für die Senioren, siehe meinen aktuellen Beitragstext im Blog: <https://seniorinnenalltagshilfe.blogspot.com/p/die-preispirale-oder-warum-ich-tue-was.html> in die Höhe treiben würde, was ich unbedingt vermeiden wollte. So entschied ich, mich langfristig auf meine Kernkompetenz zu fokussieren, die Qualifizierung von Alltagshelfern und Vermittlung von SeniorInnen. Das gesamte Konzept ergibt Win-Win Situationen für alle drei beteiligten Parteien und birgt die Möglichkeit, auch für QuereinsteigerInnen den Weg in die Selbstständigkeit in der Senioren-Begleitung zu gehen. Dadurch, dass ich ausschließlich für diese Arbeit qualifiziere und dann an die SeniorInnen vermittele, erhalten diese 12! Stunden im Monat zur freien Verfügung mit ihren Alltagshelfern und zwar ohne Zuzahlung. Ich leiste zudem die Vorarbeit, erkläre den Seniorinnen und Angehörigen das

Konzept, schaue, wer zu ihnen passt und stelle die AlltagsbegleiterInnen vor. Gemeinsam werden anschließend die Anträge an die Pflegekassen gestellt. Bild: Unser Flyer



Franchising für die Selbstständigkeit

Um die Weichen für die Zukunft zu stellen, arbeitete ich Franchising-Verträge aus, die später den Einstieg von Helferinnen in die Selbstständigkeit erleichtern können. Sollte sich jemand entscheiden in diesem Bereich aktiv selbstständig zu werden, können er oder sie mit weiterem Know-How unterstützt werden. Jetzt, nach 4 Monaten, Ende Oktober, begleiten wir schon 9 SeniorInnen in ihren 4 Wänden zu Hause. Wir kommen regelmäßig, zumeist 3 Stunden in der Woche, so dass man sich etwas vornehmen kann, wie z.B. zum Einkaufen fahren, Arztbegleitung und Freunde besuchen, aber auch Bewegungsübungen, Aktivierung und Hilfe im Haushalt, sowie Gedächtnistraining werden gerne gebucht.

Besuch beim Bürgermeister

Das Projekt „Besuchsdienst“ wurde dem Duderstädter Bürgermeister Herrn Feike vorgestellt und es wurden Kontakte geknüpft, zu anderen Senioren-Projekten, z.B. der Freien Altenarbeit in Göttingen, als auch ein Termin im Januar mit der Caritas. Wir haben uns für 2024 viel vorgenommen, um die

Seniorenarbeit voranzubringen, Vernetzung und Kooperation sind da immer hilfreich. Es sollen regelmäßige Aktionen hier im Lebensquell stattfinden, um SeniorInnen zu unterstützen. Auch Seminare für die pflegenden Angehörigen, Thema „Mut und Stärke in schweren Zeiten“ und zum Umgang mit demenziellen Erkrankungen (Validation) werden im Angebot sein. Ausgehend von meiner Ausbildung, gehe ich die Themen aus spiritueller-psychologischer Sicht an. In diesem Jahr gibt es eine Weihnachtsfeier am Freitag den 15.12. um 16.30 Uhr, auf der das Projekt näher vorgestellt wird und zu dem auch außenstehende SeniorInnen und pflegende Angehörige herzlich eingeladen sind, um uns kennenzulernen.

Der Friedenspfahl



Mitte Oktober gefiel mir die Idee, in Duderstadts Innenstadt einen Friedenspfahl mit der Aufschrift „Es werde Friede auf Erden“ in 4 Sprachen (deutsch, englisch, russisch, chinesisch) aufzustellen, da im Lebensquell schon länger Friedens-Wanderungen und Meditationen stattgefunden haben. An 250.000 Standorten auf der Welt steht solch ein Pfahl und verbindet alle diese Orte miteinander. Sogleich wurde ein Friedenspfahl bei Herrn Kücking in Auftrag gegeben, der ihn freundlicherweise ehren-

amtlich fertig stellte (Danke dafür). Die passenden Aufschriften von der „World Peace Prayer Society“ <https://worldpeace.org/> wurden geliefert und ich bin dabei diese aufzukleben. Der fertige Friedenspfahl wartet dann auf die Zusage des Bürgermeisters Herrn Feike, um in der Duderstädter Innenstadt einen würdigen Platz zu finden. Die telefonische Nachfrage ergab, dass die Antwort noch etwas dauern kann, verständlicherweise gibt es auch im Rathaus am Ende des Jahres viel zu tun. Meine Idee war, auch Schulklassen mit einzubinden in die Friedensarbeit und beispielsweise für jede Klasse einen Friedensstifter zu wählen, der geschult wurde Streitigkeiten und Mobbing anzusprechen und zu schlichten. Viele kleine Mediations-Anbieter können ganz sicher etwas für die Friedenskultur bewirken. Der Friedenspfahl würde mit einem Festakt in der Innenstadt aufgestellt und anschließend mit allen anderen Friedenspfählen vernetzt werden.

Ehrenamtliche HelferInnen

Ein wandlungsreiches Jahr liegt hinter mir und meinen hilfreichen ehrenamtlichen Kräften. Besonders treu stand mir in den letzten Jahren Katharina Schaefer zur Seite, der ich an dieser Stelle herzlich danken möchte, für ihre Mithilfe im Tauschraum, im Laden für Nachhaltigkeit, als auch bei den Besuchsdienst-Projekten. Weiterhin steht allen Tauschfreunden unser Tauschraum zur Verfügung und ich hoffe, dass auch in Zukunft viele Menschen sich über ihren Tauschfund freuen werden.

Allen Bekannten, Kunden, Senioren und Seniorinnen wünschen wir eine freudige Weihnachtszeit und alles Gute für das Neue Jahr.

Uta-Maria Freckmann und Team