

## Weihnachten in Ruhe feiern. Geht das?

Weihnachten ohne Hektik? Mit einer Alltagsbetreuerin im eigenen Zuhause können Familien die Feiertage in Ruhe genießen. Osteuropäische Betreuungskräfte schenken hilfebedürftigen Menschen Geborgenheit, wahren Traditionen und machen das Fest zu einem besonderen, gemeinsamen Erlebnis.



Aleksandra Falenska und Monika Gruman-Rajska präsentieren ihre Ideen für Weihnachtsrezepte

Foto: Promedica24

Essen: Die kommenden Weihnachts- und Neujahrstage bilden einen besonderen Höhepunkt im Jahresverlauf. Für hilfebedürftige Seniorinnen und Senioren, ebenso für ihre Angehörigen ist die Erwartung der Festtage neben der Vorfreude häufig mit gemischten Gefühlen verknüpft. Wenn die Familie an den Feiertagen zusammenkommt, kann insbesondere die zunehmende Pflege- und Betreuungsbedürftigkeit bei nahestehenden Menschen zu einer besonderen emotionalen Belastung für alle Beteiligten werden. Hier hilft eine gute Vorbereitung. „Gerade an den Weihnachtstagen, wenn Familienmitglieder zusammenkommen, rückt das Thema der Hilfebedürftigkeit der eigenen Eltern und Großeltern stark in den Vordergrund. Jetzt steht die Frage sichtbar im Raum: Was passiert, wenn Mutter oder Vater es nicht mehr alleine zuhause schaffen? Der Umzug in ein Altenheim kommt dabei häufig nicht in Betracht.“ Das erlebt [Monika Gruman-Rajska, Promedica Partnerin in Groß-Gerau bei Frankfurt](#), alle Jahre wieder.

## **Damit alles so bleiben kann wie es ist - Alltagsbetreuung im eigenen Zuhause**

„Betreuungskräfte leisten mehr als nur körperliche Hilfe. Gerade unsere Mitarbeiterinnen aus Osteuropa bewahren Traditionen. Sie sorgen mit dafür, dass so ein Gefühl von Geborgenheit und Festlichkeit entsteht. Eine Alltagsbetreuerin aus Polen, Ungarn oder Rumänien in der Wohnung des nahen Angehörigen zu wissen, ist nicht nur eine Frage von Entlastung und Sicherheit, sondern auch eine Bereicherung für die Familien“, bestätigt [Aleksandra Falenska, Partnerin von Promedica in der Region Mainz](#).

Gerade für Menschen mit dementiellen Erkrankungen sind Rituale und feste Strukturen zu besonderen Anlässen wie Weihnachten oder Jahreswechsel noch entscheidender als sonst. Eine Alltagsbegleiterin kennt die individuellen Gewohnheiten und Routinen und sorgt damit für Stabilität während der besonderen Tage. Sie bietet Orientierungshilfen und achtet auf die notwendige Ruhe. Das Leistungsspektrum der Betreuungsdienstleistungen von Promedica umfasst aber noch mehr. Abgedeckt werden ebenso die Bereiche Grundpflege, Hauswirtschaft, Freizeitgestaltung sowie die Begleitung bei Arztbesuchen oder Treffen mit Freunden.

## **Wertvolle Zeit zurückgewinnen und gemeinsam genießen**

Die Alltagsbetreuerinnen leben in häuslicher Gemeinschaft mit den zu betreuenden Seniorinnen und Senioren. Sie kennen sich also mit den Bedingungen aus und erleichtern bereits im Vorfeld von Feiertagen den Alltag der Familie. „Unsere Betreuungskräfte ermöglichen den Familienmitgliedern, die Feiertage auch ohne den starren Blickpunkt auf die Pflege zu genießen und sich einfach auf eine Zeit zu konzentrieren, die nicht durch organisatorische Aufgaben und Alltagsstress überschattet ist“, beschreibt Falenska die positiven Auswirkungen einer Alltagsbegleitung. „Endlich wieder bewusste Zuwendung und volle Aufmerksamkeit miteinander erfahren“, unterstreicht Monika Gruman-Rajska. Aber das gelte umgekehrt auch und weist auf die gegenseitige notwendige Rücksichtnahme hin. Immerhin haben die meisten Betreuerinnen eigene Familien, von denen sie vermisst werden. Da sei das Gefühl „eine zweite Familie“ zu haben umso wichtiger.

## **Weihnachten feiern mit Gänsebraten und Pierogi**

„Unsere – zumeist älteren Damen – bringen eine Welt an bereichernden interkulturellen Erfahrungen aus ihren Heimatländern mit nach Deutschland. Besonders zu Weihnachten lohnt es sich, neben dem klassischen Gänsebraten, auch Elemente anderer europäischer

Küchen zuzulassen. Beispiel Polen: Neben Pierogi gibt es zwölf Gerichte am Heiligen Abend als Symbole für die vergangenen zwölf Monate, während in Rumänien Sarmale, traditionelle Kohlrouladen, aufgetischt werden. Europäische Vielfalt im eigenen Zuhause.“, so Falenska. Eine gute Betreuung ist eben mehr als Versorgung.