

Der Umzug ins Heim - was ist zu tun?

Ein Leitfaden für zukünftige Bewohner
und Angehörige



Haus Maria-Trost
Seniorenzentrum

Der Umzug in ein Pflegeheim ist ein großer Schritt, sowohl für die zu pflegenden Menschen, als auch für ihre Angehörigen. Oft ist dieser Wendepunkt verbunden mit vielen Fragen, Unsicherheiten und Stress. Im Folgenden werden daher die wichtigsten ersten Schritte für einen erfolgreichen Umzug genannt und einen Blick auf das emotionale Wohlbefinden aller Beteiligten geworfen.



1. Woran muss vor und bei dem Umzug gedacht werden?

Einen Platz finden: Um eine passende Unterkunft zu finden empfiehlt es sich, Bewertungen über die Heime zu lesen und ,falls möglich, ein persönlicher Besuch. Achten Sie darauf, die Anmeldeunterlagen ausführlich und bestenfalls früh genug auszufüllen und einzureichen.

Tipp: Die Nachfrage nach Heimplätzen ist groß. Kontaktieren Sie am besten mehrere Einrichtungen, um die Chancen auf einen Platz zu erhöhen – aber denken Sie daran Bescheid zu geben, wenn Sie einen Platz gefunden haben!

Pflegegrad: Für einen Platz in unserer Einrichtung und für Leistungen der Pflegekasse ist ein Pflegegrad zwischen 2 bis 5 notwendig. Falls noch kein Pflegegrad vorhanden ist, sollten Sie bei der Pflegekasse einen Antrag auf Feststellung von Pflegebedürftigkeit stellen.

Finanzierung: Wenn Sie die Unterstützung der Pflegekasse in Anspruch nehmen möchten, bietet es sich an, dort rechtzeitig einen Antrag auf vollstationäre Pflege zu stellen (dafür ist ein Pflegegrad nötig). Für weitere finanzielle Unterstützung können Sie sich bei dem Sozialamt über einen Antrag auf „Hilfe zur Pflege“ informieren.

Verträge kündigen: Prüfen Sie, welche Verträge nach einem Umzug ins Heim nicht mehr benötigt werden. Darunter fallen beispielsweise der Mietvertrag, Strom-, Kabel- und Telefonanschluss. Den Rundfunkbeitrag können Sie ebenfalls abmelden.

Versicherungen: Erkundigen Sie sich, welche Versicherungen Sie in der Einrichtung benötigen und welche Sie möglicherweise kündigen können. Beispielsweise ist oft die Hausratversicherung nicht weiter nötig. Wir empfehlen eine private Haftpflichtversicherung.

Ärzte/Apotheken: Klären Sie ab, ob aktuelle Ärzte weiterhin bestehen bleiben können und ob diese gegebenenfalls auch Heimbesuche anbieten. Das gleiche gilt für die Zusammenarbeit mit Apotheken.



Wer informiert werden muss: Erstellen Sie eine Übersicht, wer über einen Umzug in das Heim informiert werden muss. Darunter fallen beispielsweise: Versicherungen, Einwohnermeldeamt, Krankenkasse, Pflegekasse, Freunde und Familie.

Tipp: Ein Nachsendeauftrag bei der Post kann hilfreich sein.

Wichtige Dokumente: Wenn es zum Einzug kommt, werden Sie von der Verwaltung unseres Hauses ein Anschreiben mit den Vertragsunterlagen und weiteren Dokumenten zum Ausfüllen erhalten. Liegen bereits eine Patientenverfügung, Vollmachten, ein aktueller Bescheid des Pflegegrades und gegebenenfalls Dokumente zur gesetzlichen Betreuung vor, stellen Sie diese dem Heim zur Verfügung. Falls nicht, ist es notwendig, dass sich darum gekümmert wird.



2. Was kann ich als Angehöriger tun?

Transparenz: Am leichtesten klappt der Übergang in ein Pflegeheim für Ihre Angehörigen, wenn das Haus besichtigt werden konnte und sich am Ende bewusst dafür entschieden wird.

Das funktioniert aus den unterschiedlichsten Gründen natürlich nicht immer. Alternativ kann es schon einen großen Unterschied machen, wenn die Senioren miteinbezogen werden.

Je nach persönlicher Lage und gesundheitlichem Zustand bietet es sich an, offen über die aktuelle Situation der Pflegebedürftigkeit und über den Umzug in ein Heim zu sprechen. Somit kann vermieden werden, dass über den Kopf Ihrer Angehörigen hinweg entschieden wird.

Wichtig dabei ist jedoch, dass jeder Mensch individuell ist und möglicherweise anders auf ein solches Gespräch reagiert.

Rolle: Die große Veränderung durch den Schritt in das Heim kann oft auch zu einem gewissen „Rollenverlust“ führen. So fühlen sich die Senioren vielleicht plötzlich nicht mehr wie eine *Oma*, *Mama* oder *Freundin*, sondern möglicherweise nur noch wie eine *Bewohnerin* oder *Pflegebedürftige*.

Diese neuen Rollen sind normal und nichts Negatives, dennoch ist es oft schön, auch die alten Rollen weiterhin aktiv aufrecht erhalten zu können.

Hilfreich ist dabei beispielsweise persönlicher und telefonischer Kontakt: der Besuch der Enkel bei der *Oma*, ein Spaziergang im Garten mit dem *Hobbygärtner* oder ein Telefonat mit der *Freundin*.

Orientierung: Eine neue Umgebung bedeutet auch viele neue Eindrücke, die sich kaum alle sofort gemerkt werden können . Besonders am Anfang kann es daher hilfreich sein, wesentliche Informationen etwas öfter zu wiederholen.

Verhalten: Verhaltensveränderungen nach einem Umzug sind nicht ungewöhnlich. Besonders die Eingewöhnungsphase kann sehr herausfordernd sein. Dabei ist es hilfreich Orientierung zu bieten, damit sich schnell an die neue Umgebung gewöhnt werden kann und die Anregung dafür, beispielsweise bei Gruppenangeboten, neue Kontakte zu knüpfen.

Vertrautes: Vertraute Gegenstände von zuhause können bei der Orientierung helfen und das Gefühl geben etwas „Eigenes“ mitzubringen und bei sich zu haben. Dafür können schon alltägliche Gegenstände wie Kissen, Deko und Fotos geeignet sein. Dazu können auch die Zimmer zum Teil mit eigenen Möbeln eingerichtet werden.

Fragen: Sprechen Sie bei praktischen Fragen zum Umzug gerne die Verwaltung oder den Sozialen Dienst an.



3. Wie geht es mir als Angehöriger?

Sie bieten in dieser Zeit der Veränderung eine große Unterstützung für Ihr Familienmitglied, Freund oder Bekannten. Dabei ist es aber auch wichtig, dass Sie auf sich selbst Acht geben.

Gefühle wie Schuld, Stress, Angst und ein schlechtes Gewissen sind in dieser Phase nichts Ungewöhnliches und sehr verständlich. Genau so angebracht sind aber auch Freude und Erleichterung, da der Umzug ins Heim eben auch Versorgung und Sicherheit bedeutet.



Für emotionale Unterstützung und Erfahrungsaustausch bieten viele Städte die Möglichkeit, Selbsthilfegruppen zu besuchen. In Münster gibt es beispielsweise Gruppen für Alzheimer, Demenz, pflegende Angehörige, Krebs und Trauer. Dort sind sowohl Betroffene als auch Angehörige willkommen.

Autorin: Gina-Marie Nerlich

Die in dem Flyer verwendeten Personenbezeichnungen beziehen sich gleichermaßen auf weibliche, männliche und diverse Personen. Auf eine Doppelnennung und gegen-derte Bezeichnungen wird zugunsten einer besseren Lesbarkeit verzichtet.

***„Tue erst das Notwendige,
dann das Mögliche,
und plötzlich schaffst
du das Unmögliche!“***

- Franz von Assisi -

