

Hallo, ich bin Janis Sonja.

Ich werde **ALTENPFLEGERIN.** ”

**JANIS SONJA
BUHL,**
22 Jahre
Auszubildende
bei der Caritas



wieder sorgfältig dokumentiert. Anschließend wird der Pflegewagen desinfiziert und neu gerüstet, die gebrauchte Wäsche gegen frische ausgetauscht. Gegen 20.15 kommen die Nachtwachen. Nach der Übergabe beginnt der Feierabend.

Deshalb macht mein Job Spaß:

Es wird nie langweilig und jeder Tag ist anders. Die Bewohner halten einen immer auf Trab und es gibt immer wieder eine neue Herausforderung.

Perspektiven nach der Ausbildung:

Man kann ein Studium im sozialen Bereich anfangen und sich damit sogar selbstständig machen. Oder man bildet sich weiter, zum Beispiel zur Wohnbereichsleitung, oder man spezialisiert sich auf einen Bereich wie das Wundmanagement.

Mein Tipp für das Vorstellungsgespräch:

Sei ehrlich und verstell dich nicht.

So habe ich meine Stelle gefunden:

Ich habe in meinem Betrieb schon in der Schule zwei Praktika gemacht und ein Freiwilliges Soziales Jahr absolviert.

Da sehe ich mich in zehn Jahren:

Mein Ziel ist es, in die Niederlande auszuwandern und dort in einem Demenz-Dorf zu arbeiten oder vielleicht sogar schon selbst eine Pflegeeinrichtung zu leiten. Ja, es sind große Ziele aber ich habe gelernt, nichts ist unmöglich.

Sohabe ich herausgefunden, was mein Traumjob ist:

Ich habe 2018 ein Freiwilliges Soziales Jahr im Caritas-Altenzentrum Paul-Hanisch-Haus angefangen. In diesem Jahr habe ich gelernt, dass ich gut mit Menschen umgehen kann. Ich bin immer mit Vorfreude zur Arbeit gekommen.

Die Anforderungen in meinem Job:

Um in der Pflege zu arbeiten, sollte man starke Nerven besitzen und vor allem Empathie. Es ist auch wichtig, dass man die Theorie in die Praxis umsetzt und gut kommunizieren kann. Humor sollte auch nicht fehlen. Außerdem sollte man darauf achten, den zu Pflegenden auf Augenhöhe zu begegnen.

Ein typischer Tag:

Um 13.15 beginnt der Spätdienst mit der Übergabe. Dort besprechen wir zum Beispiel, was im Frühdienst los war, wie die Bewohner gestimmt sind, ob sich ein Zustand eines Bewohners verschlechtert oder verbessert hat oder, ob eine neue ärztliche Anordnung vorliegt. Danach wird das Kaffeetrinken vorbereitet im Aufenthaltsbereich und mit dem Kaffeewagen auf den Zimmern. In der Mittagspflege helfen wir den Bewohnern, die sich nach dem Mittagessen hingelegt haben, beim Aufstehen, geben Medikamente, begleiten zu Toilettengängen, führen Lagerungen und Körperpflege durch. Anschließend werden Pflegeplanungen oder Risikoeinschätzung überarbeitet und dokumentiert. Bevor wir später das Abend-

brot reichen, sind erneut Medikamente vorzubereiten und zu verabreichen. Ist man für die Medikamente zuständig, gehört dazu auch, dass man den Diabetikern Insulin spritzt und den Blutzucker misst. Menschen, die nicht alleine essen können, helfen wir, ihre Mahlzeit einzunehmen. Nach dem Abendbrot gehen wir in die Abendpflege. Wir führen Toilettengänge sowie Intimpflege durch, helfen beim Umkleiden, Zähne putzen und beim Zubettgehen. Bei uns ist es wichtig, die Selbstständigkeit der Bewohnerinnen und Bewohner zu fördern und zu erhalten. Deswegen schauen wir bei jedem Einzelnen, welche Hilfestellungen benötigt werden. Bettlägerige Bewohner müssen gewissenhaft umgelagert werden, damit sie sich nicht wundliegen. Nach der Abendpflege werden die Maßnahmen