

# Mein Erfahrungsbericht vom FSJ

## Über mich:

Ich heiÙe Nico, bin 17 Jahre alt und absolviere ein FSJ im St. Franziskus Seniorenhaus in Elspe.

## Einsatzstelle:

Das St. Franziskus Seniorenhaus ist ein großes Haus, das sich in 4 Wohnbereiche aufteilt: Lenne, Hormecke, Schönefeld und Burbecke. Auf allen Wohnbereichen leben 25 Bewohner/innen.

## Mein Alltag und meine Aufgaben:

Mein Tag beginnt um 7 Uhr morgens. Ich arbeite auf dem Wohnbereich Burbecke. Wir sind zuständig für 25 Bewohner/innen. Am Morgen helfe ich den Pflegemitarbeitenden und oder den examinierten Fachkräften bei der Pflege der Bewohner/innen. Nach der Pflege helfe ich den Senioren/innen in den Tagesraum zu kommen, dort nehmen sie gemeinsam das Frühstück zu sich. Danach verteile ich das Frühstück in die Zimmer der Bewohner/innen, die nicht in den Tagesraum können. (Der Tagesraum ist ein großer Raum, wo die Bewohner/innen den ganzen Tag sitzen können und gemeinsam die Mahlzeiten einnehmen.) Nachdem ich das Frühstück verteilt habe ist es meist schon 9:30 Uhr, dann unterstütze ich die Senioren/innen, die Hilfe benötigen, beim Frühstück. Um 10:30 Uhr gehe ich meist in die Pause, um auch etwas zu Frühstücken und mich zu stärken. Nach meiner Pause schaue ich, ob bei den Bewohnern/innen alles gut ist, unterhalte mich ein bisschen mit ihnen und manchmal spielen wir auch gemeinsam Spiele. Wenn schönes Wetter ist, gehe ich meistens mit den Senioren/innen spazieren. Danach steht auch schon wieder das Mittagessen an. Nach dem Mittagessen, so gegen 13 Uhr, legen sich alle Bewohner/innen hin und machen einen Mittagsschlaf. Dabei helfe ich und unterstütze sie. Um 15 Uhr verteile ich dann Kaffee und Kuchen für die Bewohner/innen oder schmiere auch mal ein Brot, je nachdem worauf sie gerade Lust haben :). Um 15:30 Uhr habe ich dann Feierabend.

## Besonderheiten und Herausforderungen:

Das frühe Aufstehen ist anfangs schon eine Herausforderung, aber nach ein paar Wochen gewöhnt man sich dran und es macht einem nichts mehr aus. Am Anfang fiel es mir auch schwer hinterher zu kommen und zu wissen was meine Aufgabengebiete sind. Aber ich habe sehr viel Unterstützung und Hilfe bekommen. Das Tolle am FSJ ist, du lernst immer etwas dazu und du siehst, wie viel du gelernt hast. Das Schöne ist wirklich, dass du immer ein super Team hinter dir hast und du auch immer mehr Vertrauen aufbauen kannst, um dann auch mal Aufgaben alleine zu machen :). Besonders ist für mich die Beziehung, die man zu den Bewohnern/innen und den Mitarbeitenden aufbaut und das Vertrauen zueinander.

### **Eigene Motivation:**

Meine eigene Motivation ist, dass ich es wirklich sehr mag mit Menschen zu Arbeiten und dass ich Erfahrungen sammeln möchte und in meinem Leben was dazu lernen möchte. Eine weitere tolle Sache ist, die Bewohner/innen zum Lachen bringen. Das mache ich gerne und ich gehe dann immer mit bester Laune nach Hause und zur Arbeit, weil ich weiß, was mich erwartet :).

### **Schönstes Erlebnis:**

Ich kann mich nicht auf ein Erlebnis festlegen, weil ich jeden Tag etwas Schönes erlebe. Es erfüllt mich, wenn ich meine Kollegen/innen und die Bewohner/innen zum Lachen bringen, das ist ein wirklich schönes Gefühl. Die Spaziergänge, die ich mit den Bewohnern/innen, mache sind immer wieder schön, weil ich weiß, dass ich den Bewohner/innen damit eine große Freude und sie sehr glücklich mache. Die Senioren/innen glücklich zusehen, stimmt mich selber zufrieden und fröhlich.

### **Was macht man in den Seminaren:**

Während meines FSJ hatte ich insgesamt 5 Wochen Seminar, aber aufgeteilt auf jeweils 1 Woche im Monat. Durch den Corona-Lockdown konnten wir uns leider nie persönlich sehen, sondern hatten Online-Seminar, was auch sehr viel Spaß gemacht hat. Wir haben die verschiedensten Themen bearbeitet: den Tod, Umgang mit behinderten Menschen, Umgang mit trauernden Menschen, usw. Zwischendurch haben wir dann mal Bewegungsübungen gemacht und oder auch mal ein Spiel gespielt und verschiedene Experimente gemacht (z.B. den rechten Arm den ganzen Seminartag nicht benutzen oder mit nur einem geöffnetem Auge Treppen steigen, usw.). Unsere Themen durften wir uns immer selber aussuchen. Wir hatten also immer die Möglichkeit mitzubestimmen.

### **Was mache ich nach meinem FSJ:**

Nach meinem FSJ geht es für mich zur Bundeswehr, weil ich schon immer Soldat sein wollte. Wenn ich mal nicht mehr bei der Bundeswehr bin, würde ich gerne als Altenpfleger arbeiten. Ein FSJ kann ich jedem ans Herz legen, der einen medizinischen oder pflegerischen Beruf erlernen will, weil das FSJ eine super Erfahrung ist und einen sehr weit bringt. Auch wenn man nicht in den Bereich Pflege oder Medizin will, ist es eine super tolle Sache, weil man sehr viel lernt und Erfahrungen sammeln kann:).

Nico Alexander Vogt;)