

9.1 Konzept Lebensnahe Alltagsgestaltung

Erstellt im Herbst 2020 (VO und KA) auf der Basis einer Arbeitsgruppe im Oktober 2019





1. Einleitung

Viele Tätigkeiten, die für den gesunden Menschen selbstverständlich sind, werden für den im Heim lebenden Bewohnern, sowie desorientierte oder psychisch eingeschränkte Menschen zunehmend schwierig. Trotzdem sind aber psychosoziale Bedürfnisse und Bedürfnisse nach Bewegung und körperlicher Aktivität vorhanden. Diese äussern sich vor allem durch die Suche nach einer Aufgabe, einer sinngebenden Tätigkeit oder zeitfüllenden Beschäftigung. Das Suchen nach Halt als Sicherheitsbedürfnis kann unter anderem durch die Einbindung in eine Tages- und Wochenstruktur erfüllt werden. In diesem Sinne kommt der lebensnahen Alltagsgestaltung eine hohe Bedeutung zu, weil sie unseren Bewohner wertvolle Impulse zu geben vermag – einerseits durch die gewählte Tätigkeit, andererseits durch das Zusammensein mit anderen Menschen als „sozialem Ereignis“. Bewusste Alltagsgestaltung ist deshalb ein wichtiger Beitrag zur Erhaltung und Förderung der Gesundheit.

Der Alltag in der Pflegefamilie bietet eine Vielzahl von Aktivitäten, in die Bewohnerinnen und Bewohner gezielt einbezogen werden können. Zudem können mit etwas Vorbereitung und wenig Aufwand drinnen und draussen auch Tätigkeiten organisiert durchgeführt werden, an denen nach Lust und Fähigkeiten teilgenommen werden kann.

2. Grundsätze

Folgende Grundsätze leiten unsere Haltung und unser Handeln in der Alltagsgestaltung und Gesundheitsförderung:

- Alltagsgestaltung ist nicht an einen Raum, an eine bestimmte Zeit oder eine geplante Tätigkeit gebunden, sondern sie muss zu unserer professionellen Arbeitshaltung werden.
- Alltagsgestaltung ist eine Aufgabe der Pflege und Betreuung und wird im Alltagsgeschehen lebensnah und sinnvoll integriert.
- Alltagsgestaltung findet nicht ausschliesslich auf der materiellen Ebene statt – z.B. ein Produkt herstellen – sondern durch Begegnung, Anregung und Kontakt. Diese haben einen genauso wichtigen Stellenwert
- Alltagsgestaltung sucht (auch ungewohnte) Wege, um den Bewohnerinnen etwas zu ermöglichen, das ihren Interessen und Neigungen entspricht und ihrem Suchen nach Sinn eine Antwort geben kann.

3. Unsere Ziele

Alltagsgestaltung in der Pflege und Betreuung will immer begleiten, fördern und erhalten

Mit unserem Handeln möchten wir folgende Ziele erreichen:

- Lebensfreude und Sinngebung
- Erhaltung der körperlichen, geistigen, kommunikativen und sozialen Fähigkeiten
- Förderung der vorhandenen Ressourcen
- Einbezug der Biographie
- Begleitung in schwierigen Phasen (Einleben im Heim, Krisensituationen)
- Erfolgserlebnisse durch die gewählte Aktivität



- Ablenkung von und Auseinandersetzung mit den Auswirkungen des Älterwerdens und /oder seelischen Nöten (durch gezielte und spontane Gespräche/ Aktivitäten)
- Freude, resp. Vorfreude erleben durch die angebotene Beschäftigungsform
- Sinnstiftende Tages- und Wochenstruktur
- Anknüpfen an früher gekonnten, aber eventuell vernachlässigte Fähigkeiten
- Förderung von Gemeinschaftserlebnissen durch Gruppenaktivitäten
- Steigerung des Selbstwertgefühls („Ich kann etwas“; „Ich werde gebraucht“)
- Wecken von Eigeninitiative – durch Wahlmöglichkeiten – aber freiwillig

4. Spezifische Angebote

Männerangebote

Die Männer sind im Hohgantblick zahlenmässig gleichmässig vertreten wie die Frauen (Verhältnis ungefähr 1:1).

Unsere Herausforderung ist es, den Mann aus seiner Identifikation heraus zu spüren und ihm dementsprechende Angebote zu unterbreiten. Wie unsere Erfahrungen zeigen, definieren sich Männer stark über ihren ausgeübten Beruf und das Nützlichkeitsprinzip. Sie wollen auch Stärke zeigen, Ehre und Autorität hochhalten. In der Vergangenheit konnten sporadisch immer wieder Männergruppen geführt werden, um deren geschlechtsspezifischen Bedürfnissen entgegenzukommen. Das Angebot einer Männergruppe wird bei Bedarf in unsere Aktivierungspalette aufgenommen wie z.B. mit „Stammtisch“ oder „Bauernhof- und Stallvisite“ etc.

Frauenangebote

Frauenspezifische Angebote sind von dieser Generation bevorzugt das „Lisme“, Rüsten, Wäsche Falten, Blumenschmuck gestalten oder Backen etc.

Frauengesprächsthemen könnten Kinder und Grosskinder sein, Ressourcen und Schwierigkeiten im Umgang mit Krisen in jüngeren Jahren, Rezepte sammeln, etc.

Angebote für antriebslose Menschen

Um Bewohnerinnen zu motivieren, an den Aktivitäten teilzunehmen, ermuntern wir sie zur Beteiligung, ohne jedoch Druck zu machen.

Für depressive Menschen eignen sich vor allem Materialien und Techniken, die die Gefühle ansprechen. Auch vermeiden wir ein zu grosses Angebot an Techniken und Materialien, da sich depressive Menschen schwer tun können mit Entscheidungen.

Das Gespräch/der Kontakt an sich ist bereits schon eine Form der Aktivierung. Das bedeutet für uns, anfänglich Anforderungen so niedrig wie möglich zu halten und mit eher kleineren, zeitlich kürzeren Arbeiten einzusteigen, bei denen das Ende, der Erfolg, schneller absehbar ist.

Angebote für stark Sehbehinderte.

Diese Personengruppe stellt ganz besonders hohe Anforderungen an uns. Nach genauer Absprache und präziser Instruktion ist oft noch mehr an Alltagsgestaltung möglich, als man ursprünglich glaubte. Der Tastsinn wird für Sehbehinderte umso wichtiger. Diesen Umstand nutzen wir dementsprechend. So lassen wir diese



Personen oft fühlen (ertasten), was bereits entstanden ist. Wir bieten für diese Gruppe Tätigkeiten an, die ihnen von früher her noch vertraut sind.

Kurzzeit-Alltagsgestaltung

Darunter verstehen wir eine kurzdauernde, im Voraus geplante und vorbereitete Form von Aktivität.

Alltagsgestaltung die mit einfachsten Mitteln und auch spontan eingesetzt werden kann. Verwendbare Materialien oder Gegenstände sind griffbereit. (z.B. Aktivierungskoffer mit div. Gegenständen). Diese Form ist bei passender Gelegenheit spontan ausführbar, weil die Mittel greifbar vorbereitet sind und durch die biographisch gewählten Utensilien die Bewohner/innen schnell ansprechen können. Die Kurzzeit-Aktivität wird insbesondere im Bereich der an Demenz erkrankten Menschen eingesetzt.

Diese Form birgt auch den Vorteil, dass sie von allen Pflegepersonen eingesetzt werden kann.

5. Allgemeine Vorgehensweise

Bevor wir mit einer Beschäftigung beginnen, ist es uns wichtig, dass wir uns über das Ziel (oder den Nutzen) im Klaren sind. Danach richtet sich aus, wie die Tätigkeit entsprechend nahegebracht werden kann und welche Schritte besonders beachtet werden müssen. Wir beachten, dass wir eine breite Palette an lebensnaher Alltagsgestaltung anbieten können unter Berücksichtigung akustischer, olfaktorischer und taktiler Reizförderung. Da wir die Aktivitäten in der Pflege einbauen, benutzen wir eine Monats -Tabelle auf der jeweils unser Angebot steht und ersichtlich ist, welche Aktivitäten zu Verfügung stehen und was schon durchgeführt worden ist.

6. Organisation & Zusammenarbeit

Das Team der lebensnahen Alltagsgestaltung stellt sich aus dem Pflege- und Betreuungsteam und dem Gartenteam zusammen, wobei sich einige Mitarbeiterinnen nach ihren besonderen Ressourcen (Musizieren, Werken, Tiere etc.) und spezifischen Weiterbildungen (z.B. Weiterbildung abgeschlossen in lebensnaher Beschäftigung bei Elvira Tschan 2019/2020) intensiver engagieren.

Es wird Wert darauf gelegt, dass möglichst viel Handlungs- und Entscheidungsspielraum für die Mitarbeiterinnen vorhanden ist, um die Motivation und damit auch die Arbeitszufriedenheit zu erhöhen, resp. zu erhalten. Den spezifischen Bedürfnissen der Alltagsgestaltung wird Rechnung getragen, indem zur Reflexion Fallbesprechungen angeboten werden.

Zusammenarbeit mit der Pflege und Betreuung

Innerhalb des Pflorgeteams ist die Alltagsgestaltung Thema. Es werden Erfahrungen dokumentiert und Erkenntnisse ausgetauscht. Ideen, Sichtweisen oder Rückmeldungen von Bewohnern und Bewohnerinnen werden einbezogen und ausgewertet.



Zusammenarbeit mit dem Hausdienst

Der Hausdienst versteht, dass das Wohnumfeld durch aktivierende Tätigkeiten – kreativ oder geistig anregend – nicht immer dem typischen Ordnungsprinzip entspricht. In den Zimmern unserer Gäste soll die Lebenswelt sichtbar und spürbar sein, da dies ein Ausdruck ihrer Individualität darstellt.

Zusammenarbeit mit der Küche

Die Zusammenarbeit verläuft sehr direkt und unbürokratisch. Materialbestellungen für das Kochen und Backen werden direkt beim Personal der Verpflegung angemeldet und unterstützt.

Zusammenarbeit mit der Landwirtschaft und der Umgebungsgestaltung

Gewährleistung der Sicherheit für die Bewohnerinnen und Bewohner steht hier im Vordergrund. Dabei sein, zuschauen und seine Erfahrungen auffrischen sind hier vielleicht der wesentliche Teil der Alltagsgestaltung.

7. Literaturliste

- Dunkhorst Heike; Gestaltung und Beschäftigung, Vincentz Verlag
Hegedusch E. & L.; Tiergestützte Therapie bei Demenz, Schlütersche Verlagsgesellschaft
NOVA/SBGRM Monatszeitschrift mit regelmässigen Artikeln zur Aktivierung, z.B.
Leistungsdruck in der Aktivierung? (Ausgabe 12/2007)
Gegen die Überaktivierung, (Ausgabe 11/2007)
Spielen! Teil der Lebensgestaltung im Heim (Ausgabe 7+8/2007)
Schmidt-Hackenberg Ute; Wahrnehmen und motivieren, Die 10-Minuten-Aktivierung für die
Begleitung Hochbetagter, Vincentz Verlag
Schmidt-Hackenberg Ute; Anschauen und Erzählen, Gedankenspaziergänge mit
demenziell Erkrankten, Vincentz Verlag
Schmidt-Hackenberg Ute; Mit Pinsel und Farbe, Das geführte Malen mit alten und
dementen Menschen, Vincentz Verlag
Sulser Renate; Malen mit demenzkranken Menschen, Hans Huber Verlag
Tschan Elvira; Aktivierung im Heim, Edition Agere



Ergebnis der Arbeit am Qualitäts-Konzept Hohgantblick mit den Betreuerinnen mit Aktivierungsaufgaben

**Ressourcenorientierte Alltagsgestaltung
Ideensammlung vom 25.10.2019**

Was?	Wie?	Womit?	Für wen?	Wann?
Bereits definierte Alltagsaktivitäten (Liste) Auf die Info-Tafel mit Symbolen statt/und Worten	Durch feste Ämtli (soweit möglich) - Söichübu leeren - Platz wischen - etc.	Handrad bei stark Dementen	Prioritär für „feste“ BewohnerInnen	Körperpflege am Morgen
Rituale einführen und pflegen: z.B. Zum Geburtstag singen (am Tisch) Für Verstorbene eine Kerze anzünden und Foto aufstellen (während 1 Tag)	Durch (öffentliche) Wertschätzung: Ich bin für öppis da / nützlich	Fotoalbum von BewohnerInnen anschauen		Offene Zeiträume am Vormittag
Mit BewohnerInnen bewegen, spazieren	Ferien machen	Dokumentation von Fähigkeiten, Ressourcen Lieblingstätigkeiten,		Mahlzeiten vor- und nachbereiten
Je nach Fähigkeit, „einfache“ Waschungen selber machen lassen (oder Hand führen)	Arbeiten kombinieren und dadurch die BewohnerInnen „machen lassen“ (nicht nur daneben stehen und warten)	Gesichtsausdruck interpretieren / rückmelden		Während der Mahlzeiten
	„Muster“ beim An- und Auskleiden beobachten und so zeigen / gewohnten Ablauf gewährleisten	Information an zentralem Ort		Offene Zeiträume am Nachmittag
Spezielle Events	Anlässe von Miet-BewohnerInnen (z.B. Musik) besuchen		für alle	Offene Zeiträume am Abend
Kino				Kurzfristig, aus der gegebenen Situation heraus / kurz entschlossen