BETAGTENZENTRUM
DÖSSELEN

Aktivierungskonzept

Freude ins Leben bringen
Bewegung ins Leben bringen
Abwechslung ins Leben bringen
Beschäftigung ins Leben bringen

BETAGTENZENTRUM
DÖSSELEN

Inhaltsverzeichnis

1 Ziel der Aktivierung und Alltagsgestaltung 3
2 Grundhaltung 3
2.1 Einbezug der Biografie 3
2.2 Erstkontakt 4
3 Angebote 4
3.1 Einzelaktivierung 4
3.2 Gruppenaktivierung 5
3.3 Gruppenzusammensetzung 5
3.4 Gruppenangebot im Aktivierungsraum 5
3.5 Gruppenangebot auf der Abteilung 6
3.6 Gruppenanlässe im Mehrzwecksaal 6
4 Mitspracherecht der Bewohnenden 6
5 Bewohnerausflug 6
6 Organisation und Zusammenarbeit 7
7 Dokumentation 7
8 Freiwillige Helfer 8
9 Quellenverzeichnis 8

Aktivierungskonzept

Im Alter ist der Mensch einem steten Wandel unterworfen. Im Vergleich zu früheren Jahren ist das Leben vermehrt von Verlusten geprägt. Es gilt, stets neue Wege zu finden.
Nicht nur der Mensch ist stetem Wandel unterworfen, auch Betriebsstrukturen verändern sich kontinuierlich und prägen dadurch den Alltag von Bewohnenden und Personal im Heimalltag.

In seiner letzten Lebensphase benötigt der Mensch nebst der pflegerischen Hilfe Ermutigung und Unterstützung beim Gestalten eines würdevollen und sinnstiftenden Lebensabends, sowie Begleitung beim Loslassen und Abschiednehmen von der Welt. Die Aktivierung und Alltagsgestaltung nehmen in diesem Prozess eine wichtige Rolle ein.

1 Ziel der Aktivierung und Alltagsgestaltung

Die Aktivierung und Alltagsgestaltung orientierten sich am LeA-Prinzip.
In der aktivierenden Arbeit geht es uns nicht um die Verbesserung der Befunde, sondern um die Verbesserung des Befindens.
Wir stellen keinen therapeutischen Anspruch. Aktivierung und Alltagsgestaltung kann keine therapeutische Sache sein, weil sie nicht medizinisch, das heisst vom Arzt indiziert und verschrieben werden kann.
Erhalten, Fördern und Begleiten sind wesentliche Ziele der Aktivierung.
Erhaltung und Förderung der gesunden, teilweise nicht mehr wahrgenommenen Fähigkeiten und Fertigkeiten, sei es im körperlichen, geistigen, seelischen oder sozialen Bereich.
Begleiten der Menschen im Heim kann heissen:
Ihnen helfen, sich in der Institution zurechtzufinden, ihnen bei der Auseinandersetzung mit sich und der Heimsituation beizustehen, ihnen auf der Suche nach neuen, sinngebenden Lebensinhalten Möglichkeiten anzubieten. Dabei geht es darum, die grösstmögliche Selbstständigkeit und Eigenverantwortung zu erhalten bzw. zu fördern, sowie die Lebensqualität positiv zu beeinflussen.
Aktivierung und Alltaggestaltung sollen Freude bereiten und nicht leistungsorientiert sein.

2 Grundhaltung

Immer wieder die Balance zu finden zwischen einem aktivierenden und einem sein-lassenden Verhalten braucht Feingefühl und bleibt eine stete Herausforderung im Alltag.

Wir verstehen uns als Begleitende von Menschen auf der letzten Wegstrecke des Lebens. Damit die aufgeführten Ziele der Aktivierung erreicht werden können, sind folgende Grundhaltungen notwendig:

- aktivierende Grundhaltung
- positive Beziehungsgestaltung
- Empathie
- Motivation
- Humor

2.1 Einbezug der Biografie

Die Lebensgeschichte eines Menschen ist nicht mit dem Umzug ins Heim beendet. Jeder Tag kann die Lebensgeschichte weiter gestalten und verändern. Deshalb bedeutet

Biografiearbeit nicht nur, mit der Biografie, sondern auch an der Biografie zu arbeiten. Die Lebensgeschichte, die Erfahrungen und die Persönlichkeit des Bewohners soll entdeckt und in die Beschäftigung integriert werden.
Das Wissen um biografische Hintergründe erleichtert den Beziehungsaufbau. Informationen zu Vorlieben helfen mit, die geeigneten Aktivitäten zu finden.

2.2 Erstkontakt

Der Erstkontakt findet in der Regel in den ersten Wochen statt.
Die Aktivierungsfachfrau führt beim Heimeintritt eines Bewohnenden ein Gespräch, um die Interessen, Bedürfnisse und Biografie des Bewohnenden kennen zu lernen. Sie stellt zugleich die Aktivierungsangebote im Heim vor.
In weiteren Gesprächen steht das Kennenlernen im Mittelpunkt. Die Beziehungspflege schafft Vertrauen und erleichtert den Schritt, an einer Aktivität teilzunehmen. Der Bewohnende gibt den Zeitpunkt vor, wann und an welchen Aktivitäten eine Teilnahme gewünscht ist. Die Aktivierungsfachfrau ermöglicht ein Schnuppern in der Gruppe, stellt die neueingetretene Person in der Gruppe vor und hilft beim Beziehungsaufbau.

3 Angebote

Der wöchentliche Veranstaltungskalender gibt Auskunft über die aktuellen Angebote.
Mögliche Inhalte sind: Turnen, Vorlesen, Biographiearbeit, Gedächtnistraining, Kochen, Stricken, Gestalten, Spiel und Spass, Singen, Rosenkranzgebete, Spaziergang und ab 2022 Gartenarbeit am Hochbeet.
Der wöchentliche Gottesdienst am Freitag in der Kapelle bildet einen festen Bestandteil des Wochenangebotes.
Von Montag bis Freitag findet mindestens eine Aktivität pro Tag statt. Das Aktivierungsangebot ist nicht statisch und richtet sich nach den Bedürfnissen der Bewohnenden und den aktuellen Möglichkeiten des Aktivierungsteams.

Der Veranstaltungskalender ist in der Eingangshalle, bei den Lifteingängen und auf den Pflegestationen ersichtlich. Zugleich wird eine Kopie im Stationszimmer hinterlegt, damit die Pflegemitarbeitenden jeweils Auskunft erteilen können.
Die Aktivierungsangebote werden in Einzel- oder Gruppenaktivierung eingeteilt.

3.1 Einzelaktivierung

Nicht jeder Bewohnende fühlt sich wohl in einer Gruppe. Verschiedene Ursachen können dahinterstehen. Biografie, aktuelle Lebenssituation, Charakterzüge und Überforderung spielen eine Rolle. Einzelaktivierung kann sinnvoll sein bei Bewohnenden mit Demenz, einer Sprach- oder Sehbehinderung oder Depressionen. Diese Form der Aktivierung bietet die Möglichkeit, Vertrauen aufzubauen und einem Rückzug entgegenzuwirken.
Bei Bewohnenden in der Terminalphase oder bettlägerigen Menschen steht die Einzelbetreuung im Vordergrund.
Das Angebot richtet sich in erster Linie an jene Bewohnende, welche nicht an

Gruppenaktivitäten teilnehmen können. Ein Besuch beschränkt sich auf 30 Minuten und findet in der Regel alle 2 Wochen statt.

Einige Bewohnende suchen eine Abwechslung für sich, welche sie im Zimmer ausüben können. Sie benötigen Unterstützung bei der Umsetzung der gemeinsam geplanten Tätigkeit.
Es besteht zudem die Möglichkeit, im Aktivierungsraum einen persönlichen Werkplatz zu haben, um in Ruhe für sich arbeiten zu können. Diese Begleitung kann begrenzt angeboten werden und findet punktuell statt. Die Mitarbeitenden der Aktivierung integrieren die Begleitung ins aktuelle Tagesgeschehen.

3.2 Gruppenaktivierung

Gruppenaktivierungen haben das Ziel, das Gemeinschaftsgefühl zu fördern und den Erfahrungsaustausch zu ermöglichen. Die Vielfalt der Meinungen, die Hilfsbereitschaft und die Zusammenarbeit sind Bestandteil der Gruppendynamik. Es gibt den Bewohnenden die Möglichkeit, soziale Kontakte zu erhalten und zu fördern.

3.3 Gruppenzusammensetzung

Die Grösse der Gruppe hängt von der Zusammensetzung der Bewohnenden ab.
Grundsatz: Je desorientierter die Teilnehmenden, desto kleiner die Gruppe, desto mehr individuelle Aktivierung, desto mehr Qualität.

Bei der Gruppenzusammensetzung gilt es den Aspekt von homogenen (ausgeglichenen) respektiv heterogenen (unausgeglichenen) Gruppen zu beachten.
Homogene Gruppe = Orientierte oder Desorientierte unter sich
Heterogene Gruppe = Orientierte und Desorientierte gemischt
Grundsatz: Je homogener die Gruppe, desto gezieltere Anregung/Aktivierung ist möglich.
Die Zusammensetzung wirkt sich auch auf die Gruppendynamik aus.

Dies bedeutet, dass eine Gruppe aus lediglich zwei Teilnehmenden bestehen kann.
In der Regel besteht eine Gruppe aus 4-8 Personen.
Die Wahl der Teilnehmerzahl wird anhand der Aktivität und der Teilnehmenden festgelegt.
Ist die Grösse der Gruppe unbeschränkt, werden freiwillige Helfer zugezogen, um die Mitarbeitenden und Bewohnenden zu unterstützen.

3.4 Gruppenangebot im Aktivierungsraum

Das Verlassen der Abteilung beinhaltet bereits Aktivierung in sich.
Die Gruppe ist unter sich und es kommt zu weniger Unterbrechungen als auf der Abteilung.
Die Teilnehmerzahl ist von den Plätzen her auf maximal 10 Personen begrenzt.
Die Bewohneden werden idealerweise vom Pflegepersonal begleitet. Ist dies nicht möglich benötigt es bei einzelnen Gruppen die Mithilfe von freiwilligen Helfern.

3.5 Gruppenangebot auf der Abteilung

Je nach Gruppengrösse und Angebot werden für die Durchführung das Zentrum oder die Seitengänge genutzt. Der Vorteil besteht darin, dass Bewohnende teilnehmen können, welche die gewohnte Abteilung nicht verlassen möchten. Es besteht die Möglichkeit, spontan mitzumachen.
Ein weiterer Vorteil besteht für jene Bewohnende, welche nicht mitmachen möchten, jedoch gerne zuschauen oder als Beobachter aus der Distanz teilnehmen. Die Atmosphäre auf der Abteilung kann positiv und belebend beeinflusst werden.
Die Fachperson Aktivierung ist auf die Unterstützung der Pflegemitarbeitenden angewiesen, damit alle Teilnehmenden pünktlich vor Ort sind.

3.6 Gruppenanlässe im Mehrzwecksaal

Unterhaltungsanlässe im grösseren Rahmen runden das Aktivierungsangebot in der Gruppe ab.
Unterhaltung und Geselligkeit sind hier zentral. Begegnung mit Bewohnenden von anderen Abteilungen findet statt. Dies ermöglicht ein erweitertes Kennenlernen und Finden von neuen Sozialkontakten.
Angehörigen und Besucher bilden einen Bestandteil der Grossanlässe.
Es findet mindestens 1x im Monat ein Grossanlass statt, stets mit Mithilfe von freiwilligen Helfern.
Themeninhalte sind zum Beispiel: Musik und Geselligkeit, Lotto im Saal, Referate oder Filmvorführungen auf der Grossleinwand.

4 Mitspracherecht der Bewohnenden

Informationsrunden bilden das Gefäss für den Austausch zwischen Bewohnenden und Leitungsverantwortlichen. Die Aktivierung organisiert viermal jährlich einen Anlass, um Themen aus dem Alltag zu diskutieren, Projekte zu planen und Entscheide zu fällen.
Die Informationsrunde setzt eine gewisse Orientierung der Teilnehmenden voraus. Besprochene Inhalte werden im Anschluss von der Gesprächsleiterin gezielt an die einzelnen Bereichsleiter weitergeleitet. Es besteht auch die Möglichkeit, Bewohnende direkt mit ihren Anliegen an die Bereichsverantwortlichen weiterzuleiten.

5 Bewohnerausflug

Jedes Jahr organisieren die Mitarbeiter der Aktivierung einen Bewohnerausflug. Die Teilnahme steht allen Bewohnenden offen. Aus diesem Grunde wird der Ausflug in der Regel halbtags durchgeführt.
Gereist wird in mehreren Kleingruppen. Begleitet wird die Gruppe jeweils von einer Pflegefachperson und freiwilligen Helfern.
Die Fahrt wird mit dem Seetal Tixi und Privatautos durchgeführt.

6 Organisation und Zusammenarbeit

Die Leitung der Aktivierung untersteht einer Fachperson mit abgeschlossenem Diplom im Aktivierungsbereich.
Der Fachbereich Aktivierung ist der Pflegedienstleitung unterstellt. Es findet themenabhängig 1-2x monatlich ein Rapport mit der Leitung Aktivierung statt.
Mit der Heimleitung findet 1-2x monatlich ein Austausch zu Themaen organisatorische Fragen statt.

Innerhalb des Aktivierungsteams findet ein wöchentlicher Rapport statt, um gemeinsame Themen zu besprechen, Ideen auszutauschen und den organisatorischen Ablauf gewährleisten zu können.

Rapporte mit Pflegefachpersonen auf der Abteilung finden punktuell und nach Absprache statt.
Der Infoordner auf den Pflegeabteilungen wird von den Aktivierungsmitarbeitenden für den Informationsfluss mit den Pflegemitarbeitenden benutzt.
Am monatlichen Austausch der Pflegeverantwortlichen hat die Aktivierung am Anfang der Sitzung jeweils einen definierten Zeitraum zur Verfügung, um Anliegen zu besprechen, über Aktuelles zu informieren oder Meinungen einzuholen.
Bei Fragen zu Aktivitäten, Ideenvorschlägen, oder wenn Beobachtungen besprochen werden möchten, kann jederzeit mit der Aktivierung Kontakt aufgenommen werden.
Sämtliche Angestellten der Aktivierung arbeiteten interdisziplinär mit allen Bereichen des Hauses zusammen.

7 Dokumentation

Die elektronische Patientendokumentation easyDOK wird als Grundlage der schriftlichen Dokumentation benutzt.
Die Teilnahme von Bewohnenden an Gruppenanlässen wird festgehalten. Sofern es allen Beteiligten als bedeutsam erscheint, können auch individuelle Verläufe von Gruppenbesuchen in der Dokumentation festgehalten werden. Einzelaktivierungen werden inhaltlich festgehalten.
Anlässe werden im Betriebskalender festgehalten und auf dem laufenden Terminplan eingetragen.

8 Freiwillige Helfer

Die Organisation der Freiwilligenarbeit ist der Aktivierung und Pflegedienstleitung unterstellt.

Die Verantwortliche Freiwilligenarbeit instruiert und begleitet die ehrenamtlich Helfenden. Gemeinsam wird nach den idealen Einsatzgebieten gesucht.
Es gibt keine Alterslimite oder Mindesteinsatzzeit für die Ausübenden. Die Grundlagen der Freiwilligenarbeit sind in der persönlichen Vereinbarung geregelt, welche von beiden Seiten unterschrieben wird.

9 Quellenverzeichnis

- Ausbildungs-Schulungsunterlagen LeA Ausbildung Ausgabe 2021
  Leitgedanken LeA Schule für Lebensbegleitung im Alter, 3645 Gwatt bei Thun
  Schule für Lebensbegleitung im Alter GmbH, Gwattstrasse 144, 3645 Gwatt bei Thun
- Fach Buch «Aktivierung im Heim / Sinn, Ziele und praktische Anleitungen» von Elvira Tschan Brändli