

caritas



Caritasverband  
Westerwald-Rhein-Lahn e. V.  
**Caritas-Altenzentrum**  
**Haus Helena Hachenburg**



# Haus Helena

**Ihr Altenzentrum der Caritas in Hachenburg**

**Beschäftigungsangebote und Angebote der Einzelbetreuung**

## Beschäftigungsangebote

### Aktuelle Stunde

Information und Diskussionen über aktuelle Ereignisse.

#### Ziel:

- Bewohner an aktuellen Ereignissen in der Welt und Region teilnehmen lassen
- Förderung der Kommunikation
- Gemeinschaft in der Gruppe
- Gesprächsaustausch

### Bingospiel

**Gemeinschaftsspiel:** Kommunikatives Lotto-Spiel für Jung und Alt. Die gezogenen Zahlen werden auf die Zahlenkarten angekreuzt. Wer eine Fünferreihe hat muss „Bingo“ rufen und gewinnt.

#### Ziel:

- Gemeinschaft in der Gruppe
- Gedächtnistraining (Zahlen erkennen und ankreuzen)
- Spaß durch Gewinnen

### Erinnerungsstunde

**Erinnerungen der Vergangenheiten werden geweckt:**

- Welche Musik wurde gehört?
- Welche Schauspieler waren bekannt?
- Wie war die Mode dieser Zeit?
- Was und wie wurde gekocht?
- Wie und wo wurde eingekauft?
- Wie wurde Wäsche gewaschen?
- Wie wurde die Freizeit verbracht?
- Welche politischen Ereignisse gab es?
- Wie waren die Lebensbedingungen jener Zeit?
- Wodurch war die Kindheit; Schulzeit und Jugendzeit geprägt?

Erinnerungsarbeit ermöglicht auch, zu einem desorientierten Menschen in Verbindung zu treten und ihm ein Gefühl von Geborgenheit und Angenommensein durch Widererkennen zu ermöglichen. Wir spiegeln Erinnerungen und geben sie zurück, auch wenn es mitunter nur für einen kurzen Augenblick ist.

#### Ziel:

- Wertschätzung der Lebensgeschichte und der Lebensleistung
- Erhalt des Selbstwertgefühls und der Identität
- „Wer bin ich?“ – „Woher komme ich?“
- Förderung der Kommunikation
- Möglichkeit der Kontaktaufnahme – Integration in die Gruppe
- Förderung der Gemeinschaft
- „Wir-Gefühl“
- Gegenseitiges Verstehen und Annehmen können
- Widererkennen ermöglichen
- Orientierung unterstützen
- Freude und Zufriedenheit

### Feste und Veranstaltungen

**„Man soll die Feste feiern, wie sie fallen.“**

Auch im Alter bedeutet vielen Menschen, das Feiern von Festen, eine hohe Lebensqualität. Es werden verschiedene Jahreszeitlich orientierte Veranstaltung angeboten:

- Karneval
- Mai-Feier - Frühschoppen
- Sommerfest – Tag der offenen Tür
- Oktoberfest
- Adventsbasar
- Sankt Nikolaus Feier
- Weihnachtsfeier – Heiligabend

**sonstige Angebote:**

- Musiknachmittage (z.B. Besuch der Gitarrengruppe)
- Besuch von Kindergruppen
- Besuch von AG Gruppen Schulen (z.B. Besuch der AG Gruppe Abenteuer Leben Bad Marienberg)
- Sankt Martin (Besuch der Kommunion – Kinder mit Laternen und Gesang)
- externe Veranstaltung wie Besuch des Pfarrfestes (Juni), Kirmes (August)
- Darbietung der Theatergruppe aus der Pfarrgemeinde (Adventszeit)

**Ziel:**

- Rahmen für Integration und Kommunikation schaffen
- soziale Vernetzung innerhalb des Hauses fördern
- Kontaktpflege mit Angehörigen
- kulturelle Anregung
- Spaß und Freude – gemeinsames Erleben
- Sinnes-Impulse
- Aktivierung des Langzeitgedächtnisses
- Darstellung der Einrichtung in der Öffentlichkeit
- Einbeziehung von Angehörigen, Nachbarn, der Gemeinde und Institutionen aus dem räumlichem Umfeld
- Förderung der Gemeinschaft

**Geburtstagskaffee**

---

Bewohner die im vorherigen Monat Geburtstag hatten, werden am ersten Mittwoch des neuen Monats, zusammen mit allen anderen Heimbewohnern und wer sonst noch möchte, besonders geehrt und gefeiert mit einem gemeinsamen Kaffeetrinken.

**Ziel:**

- Würdigung des persönlichen Festtages
- Vermitteln von Freude und Lebensqualität
- Stärkung des Gemeinschaftsgefühl
- Würdigung und Ehrung einzelner Personen - dadurch Stärkung des Selbstbewusstsein
- Stärkung des Wir-Gefühls, Freude an gemeinsamen Veranstaltungen
- Anbindung an biografisches Erlebens
- Integrationshilfe für Bewohner
- Stärkung des Selbstwertgefühls der geehrten Personen
- feste Veranstaltung/Ritual in unserer Einrichtung
- Angebot für Alle zur Förderung des Kennenlernens

**Gedächtnistraining**

---

Ganzheitliches Gedächtnistraining ist bewusst so konzipiert, das die Übungen nicht unter dem Leistungsaspekt erarbeitet werden, sondern der Prozess des gemeinsamen Erarbeitens von Lösungen im Vordergrund steht.

Das Angebot umfasst nicht nur das Lösen von Denksportaufgaben zur Förderung bestimmter Hirnfunktionen, sondern auch Bewegungsspiele und Entspannungsübungen. Dabei werden die Sinne gefördert und letztendlich damit auch indirekt der Erhaltung der Selbstständigkeit.

Neben dem Training der kognitiven Fähigkeiten mit dem Ziel der Verbesserung oder zumindest des Erhaltens des momentanen Status geht es darum, dass sich Teilnehmer wohlfühlen und Spaß haben.

- Angebote zur Erhaltung der wichtigsten Funktionen des Gehirns

**Ziel:**

- Spielerische Förderung der Konzentration und des Kurzzeitgedächtnisses
- Steigerung der Merkfähigkeit
- Training der Wortfindung und Flexibilität im Denken
- Sensibilisierung der Wahrnehmung und Verarbeitung des Erlebten
- Stärkung und Erhaltung der vorhandenen Fähigkeiten
- Steigerung des Selbstwertgefühls durch Erfolgserlebnisse

**Katholische Heilige Messe  
mit anschließender Begegnung**

---

Jeden Montagnachmittag – jeweils um 15.00 Uhr – findet eine katholische Heilige Messe mit anschließender Begegnung statt.

Je nach Kirchenfesten, Feiertagen kann es zu Verschiebung des Wochentags kommen. Termine werden von der Kirchengemeinde im Heimatblatt Inform und im Pfarrgruß veröffentlicht.

Organisation der heiligen Messe und Durchführung untersteht unserem Gemeindepfarrer Pater Guido Dupont OCist unter Mitwirkung der Kirchengemeinde.

Die Messe wird in unserer Hauskapelle ausgerichtet.

Die anschließende Begegnung (gemeinsames Kaffeetrinken) findet dann im Speisesaal E statt.

Unsere ehrenamtlichen Mitarbeiter aus der Kirchengemeinde begleiten die heilige Messe und organisieren die anschließende Begegnung.

Die heilige Messe wird nicht nur für unsere Bewohner angeboten, die ganze Pfarrgemeinde ist eingeladen. Ein Fahrdienst wird von en Ehrenamtlichen angeboten (mit unserem Hausbus – Anmeldung telefonisch – Kontakttelefonnummer im Inform).

Anschließende Begegnung heißt: unsere Bewohner trinken nach der heiligen Messe mit den externen Teilnehmern der heiligen Messe zusammen Kaffee (Begegnung. Austausch, Kontakte mit der Kirchengemeinde).

Die Bewohner, die aus gesundheitlichen Gründen nicht an der heiligen Messe teilnehmen können, haben die Möglichkeit die Messe über unsere Übertragungsanlage im Zimmer zu hören. Ebenfalls wird die Sonntagsmesse aus der Pfarrkirche Maria Himmelfahrt in Hachenburg übertragen.

Die Bewohner bekommen auf Wunsch die Heilige Kommunion ins Zimmer gebracht. Außerdem kann ein Besuch des Seelsorgers ermöglicht werden (im Pfarrbüro telefonisch anmelden).

**Ziel:**

- Kontakte mit der Kirchengemeinde
- Religion kann weiter gelebt werden
- religiöser Beistand

**Evangelischer Gottesdienst**

---

In der Regel findet alle zwei Wochen freitags um 10.00 Uhr ein evangelischer Gottesdienst statt.

Auf Wunsch kann auch ein Besuch des Seelsorgers beim Bewohner organisiert werden.

**Ziel:**

- Religion kann weiter gelebt werden
- religiöser Beistand

## Hausfeste und Veranstaltungen

Die an den Jahreszeiten und kirchlichen Feiertagen sowie an den Wünschen der Bewohner/innen orientierten Hausfeste und Veranstaltungen werden gemeinsam von den Bewohnern/innen, deren Angehörigen und sonstigen Gästen in den Räumlichkeiten des Hauses gefeiert/veranstaltet. Mit Hilfe der Programmgestaltung und ansprechender Raum- und Tischdekoration wird eine feierliche, gesellige Atmosphäre erzeugt. Getränke verschiedenen Art und dem Anlass entsprechende Spezialitäten werden geboten. Bei der Ausrichtung von Hausfesten und Veranstaltungen wird an die Gewohnheiten der Bewohner/innen angeknüpft und die Bewältigung der jetzigen Lebenssituation unterstützt.

### **Ziel:**

- Lebensfreude und Zufriedenheit schaffen
- Gemeinschaftsgefühl fördern
- Selbstständigkeit erhalten und fördern, sich als Persönlichkeit erfahren
- Rahmen schaffen für Interaktion und Kommunikation der Teilnehmer untereinander
- Förderung des sozialen Netzes innerhalb der Einrichtung
- Impulse und Anregungen geben
- Anknüpfung an die Biografie herstellen
- Erweiterung des Erlebnishorizonts
- Förderung des Sozialverhaltens
- Kontaktpflege mit Angehörigen und Betreuern
- Teilnahme am öffentlichen Leben durch Einbeziehung von Angehörigen, Nachbarn, der Gemeinde und Institutionen aus dem regionalen Umfeld
- Förderung der Orientierung und Aktivierung des Langzeitgedächtnisses
- Darstellung der Einrichtung in der Öffentlichkeit

## Regelangebote:

### **zum Beispiel:**

- Sommerfest
- Weihnachtsfeier
- Karnevalsfeier
- Basar
- Oktoberfest
- Maifeier

## Gymnastik und Sitztanz/Sitzgymnastik

Bewegungsübungen im Sitzen/Stehen mit oder ohne Hilfsmittel oder Musik.

Hierzu gehören Lockerungsübungen, Sitztänze, Kegeln, Bewegungsspiele usw.

Das Tempo wird durch den Bewohner bestimmt.

Sitztanz: Bewegungen mit rhythmischer Musik, Einsatz von Musikhandinstrumenten

### **Ziel:**

- Schulung der Körperwahrnehmung
- Erhaltung und Förderung der Muskelkraft (Muskelaufbau zur Sturzprophylaxe)
- Bewegungsfähigkeit der Extremitäten erhalten und verbessern (Erhaltung und Förderung der Gelenkbeweglichkeit) - Kontrakturenprophylaxe
- Erhaltung der Förderung der Elastizität der Muskeln, Sehnen und Bänder
- Erhaltung der Förderung der Grob- und Feinmotorik
- Förderung der Koordination

## Kochen und Backen (Hauswirtschaftliche Tätigkeiten)

Bewohnern wird die Möglichkeit geboten, in einer kleinen Gruppe aus der Vergangenheit vertraute Tätigkeiten wie Backen, Kochen, Marmelade einkochen oder auch die Zubereitung von Kompott oder Salaten auszuüben. In der Regel kennen sich die Bewohner mit den alten Arbeitsabläufen wie z. B. Kartoffel oder Obst schälen und Gemüse putzen aus und fühlen sich dabei wohl.

Gleichzeitig werden durch Koch- und Backgerüche Erinnerungen geweckt und somit Gespräche angeregt, Diskussionen in Gang gesetzt und Erfahrungen ausgetauscht.

Nur wer möchte, schält z. B. Äpfel, schneidet Obstschnittel. Auch passives Dabeisein hat seine Berechtigung: Das Beobachten, das Wahrnehmen der Aktivitäten, die vielfältigen Sinneseindrücke regen das Erinnern an und ermuntern z. B. zum Erzählen an.

### Ziel:

- Kommunikation der Bewohner fördern
- Förderung der manuellen Fähigkeiten (Umgang mit Koch- und Backutensilien, Geschirr)
- Förderung und Erhaltung sozialer Kontakte
- Förderung der Kommunikation
- Förderung und Erhaltung der Konzentration
- Förderung und Erhaltung der Fein- und Grobmotorik
- Aktivierung des Langzeitgedächtnisses und des Erinnerungsvermögens
- Erhaltung und Förderung der individuellen Fähigkeiten und Ressourcen der Bewohner
- Steigerung des Wohlbefindens und der Zusammengehörigkeit durch vertraute Tätigkeiten

## Kreatives Gestalten

umfasst Aktivitäten wie zum Beispiel:

**Malen** auf Seide, mit Wasserfarben, mit Kreide, mit Buntstiften, mit Wachsmalstiften, mit Öl, Acryl, Bilder malen oder ausmalen von Bildern usw.

**Basteln** mit Naturmaterialien, Filz, Papier, Tonkarton, Knete, Üben von Serviettentechnik usw.

**Werken** mit Werkstoffen wie Holz, Ton, Speckstein usw.

Werken, basteln, gestalten umfasst z. B. die jährliche Dekoration und die Herstellung von Verkaufsgegenständen für den Basar (findet in der Regel zweimal im Jahr statt – Verkauf beim Sommerfest und Adventsbasar). Der Erlös des Basars fließt in die Bastelkasse zum Kauf von neuen Materialien.

Im Vordergrund der kreativen Gestaltung liegt nicht das Endprodukt, sondern das kreative Gestalten als prozessorientierter Vorgang, der sich stets an den Ressourcen des Einzelnen im Sinne von Erhalten, Stärken und Festigen der vorhandenen Fähigkeiten orientiert.

Dabei müssen Zuwendung und Ermutigung eine große Rolle spielen.

### Ziel:

- Abwechslung im Alltag
- erhöhte Lebensqualität durch Bestätigung
- Förderung der Konzentration, Feinmotorik, Seh- und Tastsinn
- Förderung der sozialen Kontakte
- Stärkung des Ich-Gefühls, Steigerung des Selbstbewusstseins/Selbstwertgefühls („Ich kann was, ich kann was.“)
- Kommunikation unter den Bewohnern fördern

## Musik

---

Musik ist ein Medium, mit dem auch alte Menschen, die mit anderen Mitteln und Methoden nicht mehr oder nur wenig ansprechbar sind, oft noch erreicht und aktiviert werden können – sozusagen als emotionaler „Eisbrecher“.

Musik verschafft Zugang zur Welt von Menschen mit Demenz und weckt Erinnerungen, aktiviert vorhandene Fähigkeiten.

Gemeinsames Singen als direkt-körperliches Musizieren hat dabei weitere Vorteile. Es wirkt in vielfältiger Weise auf die Gesundheit, besonders auf die Stimme und den gesamten Atemvorgang. Es kann uns in eine glückliche und gehobene Stimmung versetzen und gleichzeitig Angst und Schmerzerleben reduzieren.

Musik gestalten und erleben umfasst:

**Singen** bekannter Volkslieder, Schlager, Evergreens, Lieder passend zur Jahreszeit. Singen kann jederzeit stattfinden z. B. als Einzelbetreuung, spontan auf dem Wohnbereich, beim Spaziergehen oder im Chor.

**Musik machen:** Einsatz von Rhythmus- und Klanginstrumenten während des Singens, Spielen von Musikinstrumenten

**Musik und Bewegung:** Tänze im Sitzen, Einsatz von Geräten und Materialien wie z. B. Tücher, Bänder, Zauberschnur usw., Tanzen allgemein

**Musik hören:** Musikstücke verschiedener Stile und Epochen und darüber sprechen, Lieblingslieder dem einzelnen Bewohner vorspielen, Radio hören (auf Einstellung des Senders achten: Senioren gerecht)

**Ziel:**

- Kräftigung der Stimmuskulatur (beim Singen)
- Fördern der körperlichen und geistigen Ausgeglichenheit

- Erinnerungen und geistige Fähigkeiten erhalten
- Körpergefühl, Grob und Feinmotorik erhalten und fördern
- Spaß und Freude vermitteln
- Biografiearbeit: vorhandenes/erlerntes Wissen/Fähigkeiten „wecken“
- Chor: Förderung des Gemeinschaftsgefühls
- Aktivierung von sehr passiven Bewohnern

## Spielnachmittag

---

Jeden Donnerstag findet ein Spielnachmittag in unserer Einrichtung statt. Hierzu sind nicht nur unsere Bewohner mit ihren Bekannten oder Angehörigen eingeladen, sondern auch alle Senioren aus der Gemeinde, die Spaß an Brettspielen und/oder Kartenspielen haben. Eine Einladung für unsere Senioren, aus der Gemeinde erfolgt wöchentlich im Verbandsgemeindeblättchen (Inform).

Unsere ehrenamtlichen Helfer aus der Pfarrgemeinde organisieren diesen Seniorennachmittag gemeinsam mit unseren Mitarbeitern des sozialen Dienstes.

Es stehen besondere Brettspiele für Senioren zur Verfügung (stabile, Größen angepasste Holzbrettspiele).

Spielen – Miteinander spielen bedeutet Anregung auf seelischer, geistige und körperliche Ebenen und sind den meisten Menschen vertraut.

**Ziel:**

- Kontakte zur Gemeinde herstellen (ein offenes Haus sein)
- Zusammenarbeit mit dem Gemeindegewesen
- Zusammenarbeit und gemeinsame Freude mit unseren ehrenamtlichen Mitarbeitern
- Angehörige mit einbeziehen

- Freundschaften nach Außen fördern und erhalten
  - Freude und Spaß haben
  - Stärkung des Gemeinschaftsgefühls und der Kommunikation
  - Ablenkung und Entspannung
  - Anregung verschiedener Gedächtnisfunktionen
- Erhaltung und Förderung der Feinmotorik

## Kegeln – ein Präzisionsspiel

### **Ziele:**

- Gemeinschaft in der Gruppe
- Gedächtnistraining (Kegel zusammenzählen, geworfene Punktzahlen zusammenzählen)
- Spaß durch Gewinnen
- Erfolgserlebnisse vermitteln
- Aktivierung der Motorik und der Körperbalance
- Training von Auge-Hand-Koordination
- Kräftigung der Gesamtmuskulatur und Gelenkbeweglichkeit

### **Vorbereitung:**

- Bewohner zur Teilnahme motivieren/einladen
- Transfer der Bewohner organisieren
- Raum vorbereiten – Tische und Stühle in geeignete Form stellen
- Getränke bereitstellen
- Spiel aufbauen und Aufbau der Kegel
- Schreibmaterial und Tafel

### **Durchführung:**

- Spiel erklären, besonders für neue Bewohner
- ggfls. Bewegungsablauf deutlich vorführen
- unsichere Bewohner vom Platz zur Kegelbahn begleiten und Hilfestellung anbieten
- Rollstuhlfahrer an die Kegelbahn fahren
- Ermutigung zurückhaltender Bewohner
- verschiedene Kegelspiele anbieten und durchführen

- Tafel: Ergebnisse festhalten evtl. Gewinner ermitteln oder Gruppengewinner
- Bewohner/Gruppe erhält einen Gewinn

### **Nachbereitung:**

- aufräumen
- Transfer Bewohner
- Dokumentation

## Durchführung von Aktivitäten außerhalb des Heimgeländes

Diese finden in unregelmäßigen Abständen mit unterschiedlicher Teilnehmerzusammensetzung und Teilnehmerzahl statt.

Die Planung und Durchführung der Aktivitäten orientieren sich immer an den Bedürfnissen der Bewohner/innen.

### **Ziele:**

- Lebensfreude und Zufriedenheit schaffen
- Gemeinschaftsgefühl fördern
- Selbständigkeit erhalten und fördern, sich als Persönlichkeit erfahren
- Rahmen schaffen für Interaktion und Kommunikation der Teilnehmer untereinander
- Förderung des sozialen Netzes innerhalb und außerhalb der Einrichtung
- Impulse und Anregungen geben
- Anknüpfungen an die Biografie herstellen
- Erweiterung des Erlebnishorizonts
- Förderung des Sozialverhaltens
- Kontaktpflege mit Angehörigen und Betreuern
- Förderung der Orientierung und Aktivierung des Langzeitgedächtnisses
- Teilnahme am öffentlichen Leben
- Darstellung der Einrichtung in der Öffentlichkeit

## Angebote der Einzelbetreuung

### 10-Minuten-Aktivierung

Die 10-Minuten-Aktivierung nach Ute Schmidt-Hackenberg ist eine Betreuungs- und Beschäftigungsmöglichkeit, konzipiert für Menschen mit Demenz. Sie basiert auf der Tatsache, dass für Menschen mit Demenz nicht zur Überforderung kommen darf und daher eine Aktivierung nicht länger wie 10 Minuten realistisch in den Betreuungsteams umgesetzt werden.

Die Inhalte werden durch die Restfähigkeiten der Bewohner bestimmt und beinhalten das Training der geistigen Fähigkeiten, die Förderung der Beweglichkeit einzelner Körperteile sowie das Angebot von Reizen zur Sinneswahrnehmung.

Die 10-Minuten-Aktivierung ermöglicht Menschen mit Gedächtnisstörungen ein Wiedererkennen von vertrauten Alltagsgegenständen und bekannten Textinhalten. Dabei werden alle Sinne – Sehen, Hören, Fühlen, Riechen und Schmecken – und die gefühlsmäßige Ebene angesprochen und aktiviert.

Die im Langzeitgedächtnis verankerten Fähigkeiten sind die, mit denen der Bewohner vertraut ist und sich sicher fühlt. Durch regelmäßiges Aktivierung/Training bleiben diese Fähigkeiten länger erhalten.

Des Weiteren dient diese Aktivierung zur Unterbrechung des täglichen Alltags und ist gleichermaßen eine Orientierungshilfe zur Tagesstrukturierung. Spaß an der Beschäftigung soll dabei natürlich auch vermittelt werden.

Diese Art der Aktivierung, kann aber auch mit orientierten Bewohnern durchgeführt werden. Der Spaß steht immer im Vordergrund.

Beispiel:

In einer Kiste oder Beutel befinden sich Gegenstände, die in der Vergangenheit für die alten Menschen eine Bedeutung hatten:

Stofftaschentücher, Wäscheklammern, alte Kochutensilien, Gürtel, Nähzeug (wie Knöpfe, Nähgarn, Stopfei, Schnallen), alte Postkarten, Spitzendeckchen, Flaschenkorken, Kurzwaren (wie Hosenträger, Sockenhalter, Korsettstangen), Manschettenknöpfe, Werkzeuge (wie Hammer, Zollstock, Nägel, Klemmen, Dübel, Rohrzange) usw.

Durch das Anfassen und Betrachten von Gegenständen kommt man ins Gespräch und es werden Erinnerungen geweckt. Bewegungsübungen können ebenfalls mit den entsprechenden Gegenständen durchgeführt werden.

### Musiktherapie:

#### Musik – Singen – Hörspiel

Die Musiktherapie kann durch das bewusste Hören von Musik oder durch das eigene Musizieren oder Singen die geistige, körperliche und seelische Gesundheit erhalten und fördern.

Grade bei depressiven Menschen kann Musik emotionale Leere füllen und zu einer differenzierten Wahrnehmung verhelfen. Bei Menschen mit Demenz dient die Musik häufig als Erinnerungshilfe. Besonders für die immobilen Bewohner ist diese Art der Einzelbetreuung geeignet und bringt Spaß und Ressourcen zum Vorschein. (Erhaltung des Langzeitgedächtnisses – alte, bekannte Liedtexte (Schlager, Volkslieder, Kirchenlieder usw. können abgerufen/gesungen/mit gesummt werden).

Bei der Musiktherapie werden auch Musikinstrumente wie Rasseln, Trommel, Klanghölzer eingesetzt.

## **Vorlesen**

---

Vorlesen bietet sich in der Einzelbetreuung an, wenn Bewohner wegen Behinderung (z. B. Sehbehinderung, körperliche Schwäche) selbst nicht mehr lesen können, jedoch kognitiv noch in der Lage sind, Inhalte zu erfassen. Des Weiteren soll das Vorlesen, z. B. aus der Tageszeitung, die Möglichkeit zu einem Gesprächsaustausch geben.

Hörbücher werden auch hier entsprechend besorgt und eingesetzt.

## **Kreatives Gestalten**

---

Malen – Basteln – Schreiben – Handarbeit – Werken wird individuell, Biografie bezogen, bei dem Bewohner als Einzelbetreuung angeboten und durchgeführt.

Dabei soll nicht das Endprodukt im Vordergrund stehen, sondern das kreative Gestalten als prozessorientierter Vorgang, der sich stets an den Ressourcen des Einzelnen im Sinne von Erhalten, Stärken und Festigen der vorhandenen Fähigkeiten orientiert. Neben Abwechslung im Alltag soll eine erhöhte Lebensqualität durch Betätigung erreicht werden.

## **Spaziergänge**

---

Werden im Haus und außerhalb des Hauses als Einzelbetreuung angeboten und durchgeführt.

Das Angebot ist besonders wichtig für Menschen mit Angst vor Stürzen, körperlichen Einschränkungen oder Demenz.

Es umfasst das einfache Begleiten, das Unterstützen vom Gehen oder das Schieben vom Rollstuhl des jeweiligen Bewohners.

Ziel ist es, die Beweglichkeit der Bewohner zu erhalten und zu fördern, die Möglichkeit nach draußen an die frische Luft kommen, den Bewe-

gungsdrang der unruhigen Bewohner gerecht zu werden.

Außerdem kann der Spaziergang zum Gesprächsaustausch genutzt werden.

## **Hilfe bei der Tagesstrukturierung**

---

Idealerweise sollen sich die Abläufe im Tagesgeschehen an den Bedürfnissen, Gewohnheiten und Vorlieben des Bewohners orientieren – Biografie bezogen, damit diese ihren Tagesablauf als sinnvoll und befriedigend empfinden. An die frühere häusliche Situation der Bewohner angeknüpfte Strukturierungsmaßnahmen bieten eine Atmosphäre der Geborgenheit und Sicherheit und damit auch Orientierungspunkte im Tagesgeschehen, seien es gemeinsame vorbereitende Maßnahmen zur Mahlzeiten-Gestaltung, beschäftigungstherapeutische Angebote oder Rituale zur gleichen Tageszeit.

## **Gespräche**

### **= Gedankenaustausch in Unterredungen**

---

- Gespräche über Tagesthemen
- Beratungsgespräch
- Einzelgespräche
- Kriseninterventionen (Konfliktbewältigung)
- Biografie bezogene Gespräche

## **Unterstützung**

### **bei persönlichen Angelegenheiten**

---

- Begleitung und Organisation von z. B. Arztbesuchen, Behörden usw.
- Begleitung beim Einkaufen
- für Bewohner einkaufen
- Beratung und Unterstützung bei Verwaltungsangelegenheiten

## Begleitung / Transfer zu Veranstaltungen

- Durchführung des Transfers zu den entsprechenden Angeboten  
(Zuständigkeit für den Transfer ist das Pflegepersonal, Mitarbeiter der sozialen Betreuung - Mithilfe und Organisation des Transfers)
- Begleitung und Betreuung der Bewohnern bei Veranstaltungen  
(beinhaltet Essen und Getränke anreichen – Anleitung/Unterstützung/Hilfe bei Tätigkeiten usw.)

## Gedächtnistraining

Unter dem Begriff Gedächtnistraining werden üblicherweise die Methoden und Techniken zusammengefasst, die Gedächtnisleistungen verbessern sollen. Der passendere Ausdruck ist jedoch kognitives Training.

Gedächtnistraining ist ein Sammelbegriff für Betreuungsmaßnahmen mit dem Ziel, auf spielerische Weise kognitive Fähigkeiten zu erhalten und zu fördern. Gleichzeitig kann Gedächtnistraining dementiellen Krankheiten – besonders im Frühstadium hinauszögern (evtl.). Wichtig: mit allen Sinnen leben und trainieren

### **Beispiele von Übungen:**

- verschiedene Obstsorten, Teesorten o. ä. riechen und schmecken lassen
- verschiedene Instrumente aus einem Musikstück heraushören
- Liedtexte vervollständigen
- Gedichte aufsagen
- Rätsel lösen, Sprichwörter und Redewendungen vervollständigen
- Dinge zuordnen (z.B. Kleidung etc.)
- erzählen von zu Hause  
(Mithilfe im Haushalt, Garten, Bauernhof, Familie etc.)

- aktuelle Informationen zum Tag – Kalender – Bauernkalender – Datum aus der Zeitung
- Orientierungshilfen: Bilder allgemein und an der Tür, große Uhr mit Zahlen, Namensschild an der Tür

## Spiele

Verschiedene Spiele stehen zur Verfügung und können sowohl in Eigeninitiative als auch mit Betreuung gespielt werden:

- Brettspiele, Kartenspiele, Würfelspiele, Fragespiele usw.

### **Ziel:**

- Freude und Spaß vermitteln
- Gedächtnis und Konzentration fördern
- Entscheidungsfähigkeit fördern
- Anregung für Körper und Geist und Seele anbieten d.h. bewegen, reagieren, handeln, wahrnehmen, denken, fühlen und empfinden.

## Wahrnehmungsförderung

Wahrnehmungsförderung bedeutet ein Reaktivieren verlorener Wahrnehmungsmuster und zielt auf die Anteilnahme mit der uns umgebenden Umwelt hin.

Basale Stimulation (nach Christel Binstein) ist ein Konzept der Wahrnehmungsförderung für die Anwendung bei verwirrten, als auch bei Menschen mit Bewusstseinsbeschränkungen.

Reduzierte Wahrnehmungs-, Bewegungs- und Kommunikationsfähigkeit wird durch gezielte Stimulation verschiedener Wahrnehmungsbereiche angeregt und aktiviert.

### **Wahrnehmung durch Geruch und Geschmack:**

- Angebot individuell bevorzugter Getränke oder Nahrung schmecken lassen  
(z. B. mit eingetauchten Mulltupfern – dient auch zur Mundpflege)

**Stimulation durch bekannte Gerüche/Düfte****Biografie bezogen:**

- Lieblings Parfüm, Rasierwasser riechen lassen
- Stimulation mit Duft des Lieblingskuchen / Lieblingsessen, Lieblingsblume, Kräuter,
- Küchengewürze
- für Männer: bekannte Gerüche aus der Arbeitszeit riechen lassen (z. B Motoröl, Holzharz, Heu, frisch gemähtes Gras usw.)

**Akustische Wahrnehmung**

- Hörangebot (Geräusche, Stimme, Musik)
- Klangschalen

Alltagsgeräusche und thematisch sortierte Geräusche (z. B. Instrumente, Tierlaute, Volkslieder) werden vorgespielt. Es soll erraten werden um welche Geräusche es sich handelt

**Wahrnehmung des Tastsinns**

- Wahrnehmen durch Tastsinn „Begreifen der Welt“ durch fühlen (Hände, Mund und Fußinnenflächen)
- Materialien, die z. B. bei Pflegehandlungen verwendet werden, vorab fühlen (be)greifen lassen
- verschiedene Gegenstände (thematisch gebündelt) in einem Stoff sack ertasten lassen
- kleine Dosen mit Reis, Nudeln, Steinen, Sand usw. füllen und fühlen lassen
- verschieden Gegenstände des Alltags beschreiben und fühlen lassen (z. B. Welche Farbe, Größe, Farbe und Form hat der Gegenstand? Aus welchem Material besteht er? Welchen Nutzen hat er?)

**Somatische Wahrnehmung****über die Haut steigern**

- Einsatz von Massagerollen, Therapiebällen
- Einreibungen mit Körperölen, Cremes
- Wahrnehmung von Schwingungen (z. B. Einsatz von Vibrations-/Massagegeräten)

**Wahrnehmung des Körpergefühls****durch Bewegungsübungen**

- Fingertanz: Bewegung der Finger aktiv oder passiv zur Musik oder selbst gesungen Liedern
- Wiedererlangen des Körpergefühls durch Wipp-, Dreh-, Schaukel-, Auf und Abwärtsbewegungen
- Körperteile (Gelenke) aktiv und passiv bewegen

**Snoezelen**

Snoezelen fördert bei verwirrten Menschen die Wahrnehmung auf spielerischer Weise.

Anregung des Geruchssinns, Geschmackssinns, akustische Reize (z. B. Musik), taktile Wahrnehmung (Tasten), visuelle Wahrnehmung (Licht und Farben).

**Vorsicht!**

Eine Reizüberflutung verunsichert den alten Menschen und verstärkt eher die Verwirrung.

Deshalb sollten nicht alle Reize gleichzeitig auf den Pflegebedürftigen einströmen, sondern einzelne Sinne gezielt angesprochen und deren Wahrnehmung vertieft werden.

**Biografie**

Biografie heißt Lebensbeschreibung oder Lebensgeschichte.

Sie bringt den individuellen Reifungsprozess eines Menschen, der von verschiedenen Einflüssen wie z. B. Familie, Kindheit, Schule, Berufe und soziales Umfeld geprägt wird, zum Ausdruck.

Erfolgt die Pflege und Betreuung des alten Menschen nach dem biografischen Ansatz, werden die individuellen Lebenserfahrungen und Potenziale der Pflegebedürftigen berücksichtigt.

Voraussetzung sind Grundkenntnisse über den Lebenslauf und die Lebensgeschichte sowie bedeutende historische Kenntnisse aus der Generation des Pflegebedürftigen.

Viele Pflegebedürftige, insbesondere Demenzkranke, fühlen sich von ihrer Umwelt zunehmend überfordert und ziehen sich in ihre Erinnerungswelt zurück. Dadurch kann ihr Verhalten für Pflegekräfte unverständlich erscheinen. Kenntnisse über die Biografie eines Bewohners eröffnen einen Einblick in deren Gedankenwelt und sind somit der Zugang/der Schlüssel zum Bewohner.

Alle Informationen werden ausschließlich für pflegerische/therapeutische Zwecke genutzt und vertraulich behandelt (die Schweigepflicht eines jeden Mitarbeiters ist eine Dienstpflicht).

Für die Biografie-Arbeit beim Bewohner steht ein Biografiebogen zur Verfügung, der nach und nach erarbeitet wird (mit dem Bewohner, Angehörigen, Bezugspersonen usw.).

Die Biografie-Arbeit wird als ein kontinuierlicher Prozess angesehen.

## **Bewegungsübungen**

### **Bewegungsspiele bei Bettlägerigkeit**

Sich bewegen können, ist ein wesentlicher Aspekt von Lebensqualität. Die Durchführung von Bewegungsübungen hat zum Ziel, anhand von speziell auf den Bewohner abgestimmten Übungen unter Berücksichtigung seines Krankheitsbildes einerseits, seine Muskelkraft und Gelenkbeweglichkeit zu erhalten, andererseits das Körpergefühl des Bewohners zu stärken.

#### **Ziele:**

- Erhaltung und Förderung der Beweglichkeit; Reaktion, Konzentration und der Ausdauer
- Ablenkung und Entspannung

- Steigerung des physischen und psychischen Wohlbefindens
- Reduzierung von psychosomatischer Unruhe

#### **Beispiele:**

- Wurfspiele mit einem Luftballon
- Spielen, Übungen mit dem Gymnastikband, gymnastische Übungen durch drehen, dehnen, heben und senken der Gliedmaßen (immer unter Berücksichtigung der Pflege- und Betreuungsplanung AEDL 2 sich bewegen)
- Wurfspiele mit Ringen usw.

Den Bewohner zur Durchführung der Maßnahmen in die geeignete Position bringen z. B. bequeme Sitzposition, Seiten- oder Rückenposition.

## Aktivierung durch Tiere im Altenheim

Tiere wirken auf Bewohner beruhigend, aufmuntert und sind ein Anreiz für körperliche Bewegung.

Oftmals rufen sie bei sehr verschlossenen oder wenig aktiven Bewohner Reaktionen hervor, die mit anderen Betreuungs- oder Therapieansätzen nicht denkbar wären (immobiler Bewohner bewegen die Hände, lächeln usw.). Tiere rufen Erinnerungen hervor und aktivieren das Gedächtnis. Sie vermitteln Nähe und Geborgenheit, verbessern die Ansprechbarkeit, fördern die Wahrnehmung, fördern soziale Kontakte, vermitteln Kameradschaft.

Tierhaltung von Kleintieren im Bewohnerzimmer (wie Fische, Vögel) ist mit Absprache der Heimleitung möglich.

Es muss abgeklärt werden, ob der Bewohner noch in der Lage ist, die Versorgung selbstständig zu übernehmen:

- Wer versorgt das Tier wenn der Bewohner krank ist oder z. B. ins Krankenhaus muss?
- Wer kümmert sich um Tierarztbesuche usw. ?

Es bedarf einer verantwortungsbewussten Planung, um bei der Tierhaltung im Heim dem Bewohner und den Mitarbeitern als auch den Tieren gerecht zu werden.

### Ziele – den Nutzen,

den gerade ältere Menschen aus dem Leben mit Tieren ziehen können lässt sich wie folgt zusammenfassen:

- Tiere können Ansprechpartner sein, der gegen Einsamkeitsgefühle hilft.
- Verantwortung übernehmen für ein Tier (Tiere wirken sinnstiftend).

- Tiere fördern die Kontakt-Kommunikationsmöglichkeiten (Gespräche über das Erlebte – Gespräche über das Tier)
- Vielfältige Aktivierung – regelmäßige Fütterung, Reinigung des Käfigs, Fellpflege und bei Hunden Spaziergänge erforderlich.
- Die notwendige Regelmäßigkeit der Versorgung hilft bei der Strukturierung des Tages und kann Gefühlen der Langweile entgegenwirken.
- Der Kontakt mit Tieren führt zur körperlichen Entspannung; Tiere haben eine physiologisch harmonisierende Wirkung auf den Menschen. So kann man nachweisen, dass beim Streicheln eines Tieres der Blutdruck sinkt.
- Durch die körperliche Berührung und den Umgang mit Tieren lässt sich das Bedürfnis nach Zärtlichkeit und Sinnlichkeit ausleben. Dabei zeigt das Tier sein Wohlbefinden. Das Streicheln und Schmusen eines Tieres ist zudem kein eindimensionaler Prozess, sondern wird von diesem erwidert.
- Ein Tier vermittelt Sinneseindrücke (Sehen, Hören, Riechen, Tasten).
- Ein Tier regt die Erinnerung an. Dies gilt auch für dementiell erkrankte Menschen.
- Tiere zeigen eine bedingungslose Zuwendung und Verbundenheit. Sie sind nicht von Erwartungen geprägt und nehmen Menschen auch mit seiner Krankheit und Behinderung an. Im alltäglichen Umgang zeigen sie keine vermeidenden oder entmutigenden Reaktionen.
- Tiere wecken das Interesse von Besuchern und fördern somit die Kontakte nach außen z. B. Kontakte zu (Ur-) Enkelkindern.

## Aktivierung mit Tieren wird als Einzelbetreuung oder Gruppenangebot angeboten

---

### Beispiel:

Regelmäßiger (nach Möglichkeit wöchentlich) Besuch unserer Hündin Paula (Parson-Russel-Terrier-Hündin gehört einer Mitarbeiterin des Sozialen Dienstes):

### Vorbereitung:

- Hund wurde mit entsprechenden Verhaltenstraining auf den Besuch im Altenheim vorbereitet.
- Eignung des Hundes wurde im Vorfeld getestet.
- Nachweis des Hundes über Versicherung, Impfungen.
- Mögliche Allergien von Bewohnern beachten.
- Biografie der Bewohner beachten (Akzeptanz des Hundebesuches abklären).
- Bei Gruppenstunde/Tierstunde Raum entsprechend vorbereiten (Stuhlkreis).

### Durchführung:

- Bewohner fragen, ob Kontakt bzw. Nähe vom Hund erwünscht ist.
- Hund vorsichtig an Bewohner heranzuführen (Bewohner entscheidet selbst über Nähe und Distanz zum Tier – Reaktionen beobachten).
- Hund absitzen lassen, damit Bewohner ihn streicheln oder ihr z.B. ein „Leckerchen“ geben kann.
- Paula zeigt gerne Kunststücke (Stuhlkreis).
- Bewohner ins Gespräch bringen. (Wer hatte früher Haustiere? Erlebnisse mit Tieren usw.)

Einsatzmöglichkeiten liegen in der spielerischen Begegnung im Rahmen von Gruppenangeboten oder in der Einzelbetreuung. Insbesondere von bettlägerigen Bewohnern können positive Kontaktmöglichkeiten (Aufhellende Momente) geschaffen werden. Ähnlich wie bei der Basalen Stimulation können gezielte Reaktionen hervorgerufen werden (z.B. durch anfassen, ansehen). Bewohner leben auf, sie beginnen von früher oder von ihren eigenen Tieren zu erzählen. Auch Bewohner die verschlossen sind, reagieren meist positiv.

### Paula zu Besuch im Haus Helena:

„Komm mal her, na komm mal her zu mir, hierher Paula, hier gibt's Leckerchen“

Mit dem Schwanz wedelnd tritt Paula, ein kleiner Jack-Russel-Terrier mal hier hin und mal dort hin, schnappt vorsichtig nach kleinen Leckerchen, die auf den ausgestreckten Händen liegen.

Alle paar Wochen besucht die Hundedame die Bewohner. Die Damen und Herren beobachten lächelnd, wie das Tier sich an sie schmiegt und kraulen ihr das weiße Fell.

Es ruft Erinnerungen hervor, denn manche hatten früher selbst Hunde oder andere Tiere. Viele fangen an zu erzählen von früher oder einfach nur aus ihrem Leben. Für kurze Zeit sind Beschwerden vergessen und es tut gut, einfach Wärme von dem Lebewesen zu spüren. Manchmal fragt schon am nächsten Tag „Wann kommt Paula wieder, ich freue mich darauf“.

## **Einzelbetreuung:**

### **Besuch der immobilen Bewohner im Zimmer**

---

#### **Nachbereitung:**

bei Gruppenstunde/Tierstunde:

- Raum aufräumen und desinfizieren
- evtl. Hände Bewohner desinfizieren
- Transfer Bewohner
- Dokumentation