

Nähe schaffen – trotz Distanz



Mit Abstand und viel Kreativität gelang es den Aktivierungsfachpersonen auch während der Coronapandemie, die Nähe zu den Bewohnerinnen und Bewohnern aufrechtzuerhalten. Bild: Michael Meier

Wie wichtig die Arbeit der Aktivierungsfachpersonen in einer Pflege- und Langzeitinstitution ist, hat sich im dahlia während des letzten Jahres deutlich gezeigt. Die Coronapandemie hat die Bewohnerinnen und Bewohner in ihren sozialen Kontakten und in der Alltagsgestaltung stark eingeschränkt. Die Aktivierung hat Austauschmöglichkeiten und verbindende Angebote geschaffen, um die Isolation zu überwinden.

«Von einem Tag auf den anderen mussten wir unsere gewohnte Arbeitsweise gewissermassen über den Haufen werfen und viele unserer Aktivierungsangebote umstellen.» Heidi Jakob, Leiterin der Aktivierung im dahlia Lenggen, blickt auf ein herausforderndes Jahr zurück. Bis im Frühling 2020 hat die Aktivierung im dahlia Emmental regelmässig ein breites Angebot an Aktivitäten

organisiert, die von den Bewohnerinnen und Bewohnern geschätzt und rege besucht wurden: Werken, Kochen und Backen, gemeinsames Singen, Handarbeiten, Spiel und Spass, Jassen, Malen, Vorlesen, Rüsten, Turnen im Sitzen, Gespräche am runden Tisch, Zvieri am Dreikönigstag, Eiertütchen an Ostern oder Basteln für Weihnachten – all diese Aktivitäten sollten möglichst viele Bewohnerinnen und Bewohner zusammenbringen. Um Kontakte untereinander zu fördern und aufrechtzuerhalten. Um Abwechslung in den Alltag zu bringen und um die körperlichen und geistigen Fähigkeiten der Bewohnenden aufrechtzuerhalten.

Kontakt zur Aussenwelt schaffen

Doch die Coronapandemie veränderte den Alltag von den Bewohnenden und den Mitarbeitenden des dahlia grundlegend. Plötzlich wurden die Türen für Aussenstehende geschlossen. Das Gelände wurde abgesperrt, das Restaurant für

die Öffentlichkeit geschlossen. Das Bundesamt für Gesundheit gab die Empfehlung heraus, bei Mahlzeiten oder Gruppenaktivitäten so weit als möglich Distanz zu halten. Die sozialen Kontakte zur Aussenwelt, aber auch untereinander, wurden von einem auf den anderen Tag massiv reduziert. «Der erste Lockdown kam sehr abrupt für unsere Bewohnerinnen und Bewohner; einschneidend war vor allem auch, dass Besuche von Verwandten nicht mehr erlaubt waren.» Um diese fehlenden Kontakte zur Aussenwelt etwas zu kompensieren, hat das Team der Aktivierung gemeinsam mit anderen Mitarbeitenden, vor allem Restaurantmitarbeitenden, einen Besucher- und Postdienst aufgebaut. «Wir haben unsere Bewohnerinnen und Bewohner in ihren Zimmern besucht, haben ihnen Lesestoff mitgebracht, Geschenke und Blumen von ihren Angehörigen überbracht, Grüsse und Nachrichten übermittelt, Gespräche geführt oder einfach zugehört», so Heidi Jakob. All diese Gesten

haben zwar die Besuche der Angehörigen nicht ersetzt, doch immerhin konnte so der Kontakt zur Aussenwelt aufrechterhalten werden. «Teilweise haben wir die Bewohnenden auch unterstützt beim Telefonieren, denn wir haben die Erfahrung gemacht, dass dies immer noch das vertrauteste und am besten funktionierende Kommunikationsmittel ist.» Später waren dann Besuche – mit gewissen Einschränkungen – wieder möglich: «Das hat die Mitarbeitenden sehr entlastet und war vor allem für die Bewohnenden sehr wichtig.»

Aktivierung an jedem Tag

Die Coronapandemie bedeutete für die Aktivierungsfachpersonen zu Beginn vor allem Mehrarbeit, da die freiwilligen Helferinnen und Helfer in dieser Zeit auch keinen Zutritt zum Haus hatten. Und sie mussten ihren Arbeitsalltag neu organisieren. «Das Programm der Aktivierung wurde durch Corona völlig umgekrempelt. Wir mussten uns überlegen, wie wir trotz Einschränkungen und Distanzempfehlungen ein Aktivierungsprogramm inklusive Gruppenaktivitäten aufrechterhalten konnten», sagt Heidi Jakob und fährt fort: «Als Erstes haben wir beschlossen, an jedem Tag Aktivierungselemente anzubieten, auch am Wochenende, und die Angebote der Situation entsprechend anzupassen.» Es wurden kürzere, aber häufigere Sequenzen der Aktivierung angeboten, und die Gruppengrösse wurde auf maximal acht Personen reduziert.

Dasselbe Bewegungsprogramm wurde nun nacheinander auf drei Wohngruppen durchgeführt, aus einer «Rüstgruppe» wurden vier, das Vorlesen wurde ebenfalls in mehreren Wohngruppen angeboten. Viele Aktivitäten, wie etwa Kochen oder Backen, wurden so gut wie möglich in den

Tagesablauf auf den einzelnen Wohngruppen integriert. Auch Musik- und Bewegungseinheiten standen regelmässig auf dem Programm – unter Einhaltung des vorgeschriebenen Abstands und bei einer festgelegten Sitzordnung im grossen Aufenthaltsraum. «Es war noch vieles möglich, auch wenn wir Distanz einhalten mussten», sagt Heidi Jakob.

In einem weiteren Schritt wurde dann beschlossen, die Aktivierung nur noch auf den Wohngruppen durchzuführen und keine Durchmischung der verschiedenen Gruppen mehr zuzulassen. «Dieser familiäre Rahmen hatte auch Vorteile. Es beteiligten sich so mehr Bewohnerinnen und Bewohner an den Aktivitäten, auch solche, die sich früher nicht so für ein bestimmtes Aktivierungsangebot interessiert hatten. Im Grossen und Ganzen wurde das soziale Gefüge durch diese neue Arbeitsweise der Aktivierung stärker.»

Soziale Integration trotz Corona

«Wir mussten sehr flexibel sein und uns jeden Tag mit neuen Situationen auseinandersetzen», sagt Heidi Jakob. «Ein wichtiger Teil unserer Arbeit bestand darin, Orientierung zu bieten, Sicherheit zu vermitteln und die Kontakte der Bewohnerinnen und Bewohner untereinander aufrechtzuerhalten.» Gleichzeitig mussten die Schutzmassnahmen und Distanzregeln eingehalten werden. «Das erforderte ein gewisses Umdenken bei uns. Die Basis unserer Arbeit ist ja normalerweise die soziale Integration: Wir bringen Menschen mit verschiedenen Interessen zusammen und vernetzen sie. Wegen der Ansteckungsgefahr waren diese Nähe und vor allem die gruppenübergreifenden Zusammenkünfte nicht mehr möglich. Jetzt hiess es plötzlich: Abstand halten.»

Eine weitere Schwierigkeit, die die Kommunikation erschwerte, war die im Sommer 2020 eingeführte Maskentragpflicht. «Für Menschen mit Hör- und Sehbehinderungen oder für demenziell Erkrankte ist eine Verständigung mit Maske schwieriger», so Heidi Jakob. Die Aktivierungs- und Pflegefachpersonen mussten daher noch deutlicher sprechen und vor allem mehr gestikulieren; teilweise haben wir bei Gruppenaktivitäten auch mit Mikrofonen gearbeitet, um uns verständlich zu machen. Und wir haben Rituale eingeführt, beispielsweise zur Begrüssung oder zur Verabschiedung, um die Distanz zu überbrücken.»

Wie wichtig der Kontakt untereinander und zur Aussenwelt war, hat das Team auch festgestellt, als verschiedene Wohngruppen jeweils während zehn Tagen in Quarantäne mussten: «Wir haben sehr gespürt, dass diese Bewohnerinnen und Bewohner die anderen Mitbewohner vermisst haben und wie sie sich gefreut haben, diese nach den zehn Tagen wiederzusehen.» Bei den Quarantäne-Wohngruppen waren die Aktivierungsfachpersonen einmal mehr die Verbindung zur Aussenwelt: Sie haben täglich alle Personen in Quarantäne besucht, sind mit ihnen im Gang spazieren gegangen und haben Telefongespräche mit anderen dahlia-Bewohnern und Angehörigen vermittelt. In der Weihnachtszeit haben ihnen auch Schülerinnen und Schüler aus Langnau Geschichten am Telefon vorgelesen.

Anzeichen des Mitgefühls

Überhaupt war die Solidarität der Bevölkerung mit dem dahlia während der einschränkenden Corona-Zeit gross. Es trafen Zeichnungen und Briefe von Kindern der Umgebung ein, es wurden Konzerte von Schulen oder Musikgruppen im Garten durchgeführt. Heidi Jakob: «Das Dorf hat grosses Mitgefühl gezeigt, und wir haben viele Anfragen erhalten, über welche Zeichen der Aufmunterung sich die Bewohnerinnen und Bewohner des dahlia freuen würden.»

Das will Aktivierung

Das Ziel der Aktivierung ist das Erhalten und das Fördern der sozialen, seelischen, geistigen und körperlichen Fähigkeiten der Bewohnerinnen und Bewohner unter Berücksichtigung ihrer Bedürfnisse, Ressourcen, Fähigkeiten und Kompetenzen. Sie leistet einen wichtigen Beitrag zur guten Lebensqualität von pflegebedürftigen oder betagten Menschen. Auch wenn die Bewohnerinnen und Bewohner nicht mehr gleich aktiv und gesund sind wie in jungen Jahren, gibt es immer noch viele Möglichkeiten, an gesellschaftlichen Aktivitäten teilzunehmen, etwas herzustellen oder sich sinnvoll zu beschäftigen. Viele Handlungen können zwar nicht mehr selbstständig ausgeführt werden, aber mit gezielten und individuellen Hilfestellungen ist immer noch vieles möglich. Aktivierungsfachpersonen unterstützen und motivieren die Bewohnenden des dahlia, ihre vorhandenen Ressourcen zu nutzen und ihre persönlichen Interessen auszuleben. Denn der Wunsch, aktiv am Leben teilzunehmen, sich körperlich, künstlerisch oder sozial zu betätigen, hört auch mit dem Übertritt in eine Alters- und Pflegeinstitution nicht auf. Durch die Teilnahme an den verschiedenen Aktivitäten erleben die Bewohnerinnen und Bewohner ihren Alltag häufig als abwechslungsreich, bereichernd und sinnvoll – besonders, wenn sie mit ihren Tätigkeiten etwas zum Alltag beitragen können, wie beispielsweise Bohnen rüsten, Wäsche falten oder Post austragen.

Die Auskunftsperson



Heidi Jakob
Leiterin Aktivierung dahlia Lenggen

Kontakt:

Dahlia Verein
Asylstrasse 35, 3550 Langnau
Tel. 034 408 31 11
lenggen@dahlia.ch; www.dahlia.ch