

# SONNENGARTEN POST

Alters- und Pflegeheim SONNENGARTEN  
Etzelstrasse 6  
8634 Hombrechtikon  
Frühling 2019, Nummer 66  
Erscheint zweimal jährlich



## INHALT

- Ausstellung - Auf den Schwingen der Seele
- Erfahrungsberichte aus den geschützten Wohnbereichen:
  - Dr. med. Ch. Schikarski, Heimarzt
  - Sicht eines Angehörigen
  - Aus dem Pflegealltag
  - In der Aktivierungstherapie
- Gedicht

## Liebe Leserinnen und Leser

Sie halten die Frühlings-Ausgabe der Sonnengarten-Post in Händen. Der Frühling weist auf das zukünftig werdende hin, trotzdem wollen wir in diesem Heft auch auf die gemachten Erfahrungen mit unserem Wohn-Angebot in den Erweiterungsbauten Huber- und Köhler-Haus zurückblicken.

Wir haben in der Vorbereitungs- und Planungsphase verschiedene Alters- und Pflegeheime besucht, die für an Demenz erkrankte Menschen spezielle Wohnbereiche geschaffen haben. Wir wollten von ihren Erfahrungen hören und diese in unser Projekt einfließen lassen.

Im Mai 2016 konnte der Nordpavillion (Huber-Haus) eröffnet werden und bereits im Oktober desselben Jahres zogen die ersten Bewohner in den Südpavillion (Köhler-Haus) ein. Die Bauten sind nach wie vor ein Anziehungspunkt für Interessierte bezüglich ihrer äusseren Hülle und der Innengestaltung. Bedeutend war und ist jedoch die Bemühung, dass seit dem Entschluss für betroffene Menschen eigene Wohnbereiche zu schaffen, diese so zu gestalten, dass sie ihrer Aufgabe gerecht werden können. Nun, nach mehr als zwei Jahren, kann ein erster Blick zurückgeworfen werden, um zu prüfen, wie weit das Geplante wirklich dem entspricht, was wir uns erhofft haben.

Es ist schön zu sehen, dass für die Bewohnerinnen und Bewohner die Häuser zu einem guten Zuhause geworden sind, dass Angehörige erkennen, was beabsichtigt wurde. Beide Häuser sind belebt, die gelebte Kultur im Sonnengarten bereichert ebenso die Erweiterungsbauten und die Erfahrungen zeigen, die Rundbauten bewähren sich, die Häuser strahlen Geborgenheit aus und bieten gleichzeitig den nötigen Freiraum.

Wenn die Hülle steht, das Haus gebaut und zum Wohnen einladen kann, so soll es von den Menschen belebt und genutzt werden können. Es kommen Menschen, mit unterschiedlichen Biografien, Gewohnheiten und individuell geprägten Lebensentwürfen, um den verlorenen Halt in der Gemeinschaft mit Unterstützung wieder zu finden.

Die Gesellschaft trägt mehrheitlich kein positives Bild

in sich vom Alter. Schwindende Orientierung in Raum und Zeit wird oft mit Angst und negativ besetzten Gefühlen bewertet.

Dass aber auch viel Freude und Lebensqualität geboten werden kann, wird kaum erkannt. Sobald man jedoch näher in Berührung und in Kontakt kommt, zeigt sich das bekannte Leben, das viel Vertrautes und Stimmiges in sich hat. Schlüssel dazu sind Geduld, Gelassenheit und Humor. Die Wertschätzung den Bewohnern gegenüber wird von den Mitarbeitenden täglich gepflegt, indem das Angebot besteht, am Leben teilzuhaben. Dieses Angebot wird oft mit grosser Freude und Dankbarkeit angenommen. Gemeinschaft entsteht nicht nur unter den Bewohnenden, sondern auch unter ihren Angehörigen. Diese neue Qualität wiederum stärkt den Sonnengarten und die darin tätigen Menschen, denn sie ist zukunftsorientiert und lebensnah.

Ich wünsche Ihnen eine anregende Lektüre, und sollten Sie selber noch keinen Kontakt in die Lebensräume der Erweiterungsbauten haben, so möchte ich Sie auf die Möglichkeit der Freiwilligenarbeit hinweisen, die jederzeit als wertvolle Unterstützung dankbar angenommen wird.

Es grüsst Sie herzlich

Helen Baumann

Präsidentin, Gemeinnütziger Verein Sonnengarten

**Wir fragten Angehörige und Mitarbeitende der Häuser Huber und Köhler, welche Wirkung Raumgestaltung, Architektur, Farbgebung und Gartengestaltung auf die Bewohnenden und das soziale Miteinander hat. Sie finden in lockerer Reihenfolge in dieser SonnengartenPost einzelne Antworten auf unsere Umfrage.**



Ausstellung

## Auf den Schwingen der Seele

Bilder von Erika Umbricht Gysel



**Vernissage mit Apéro am Samstag, 18. Mai 2019, 15.00 Uhr**

**Im Sonnengarten Hombrechtikon**

Einführende Worte durch die Künstlerin  
Musikalische Umrahmung

**Ausstellung: vom 18. Mai bis 12. Juli 2019**

**Führung durch die Ausstellung:**

Pfingstmontag, 10. Juni 2019, 14.00 Uhr

Samstag, 6. Juli 2019, 14.00 Uhr

Etzelstrasse 6, Telefon 055 254 45 00

Öffnungszeiten täglich von 14.30 bis 17.30 Uhr oder nach Vereinbarung

## Erika Umbricht Gysel – Eine Kurzbiografie



Am 1. Juni 1939 wurde ich in Linz, Oberösterreich, geboren als Älteste von drei Geschwistern. Der Vater kam spät aus dem Krieg zurück und baute das Geschäft neu auf. Er war ein aktiver viel geachteter Mann. Die Mutter war vor allem in der Reform- und Friedensbewegung tätig.

Für diese Ideen interessierte ich mich sehr. Nachdem ich eine Lehre als Damenschneiderin in der Fachschule in Linz besucht hatte, bekam die Mutter den Auftrag, ein vegetarisches Kochbuch zu schreiben. Sie besuchte daher für einen Monat die Bircher-Benner-Klinik in Zürich.

Im Zusammenhang mit weiteren vegetarisch lebenden Freunden – in Österreich stand meine Mutter ziemlich alleine mit ihren Ansichten da –, begegnete ihr Hans Umbricht. Nachdem auch ich ihn kennen gelernt hatte, beschlossen wir bald zu heiraten.

Da ich unbedingt meinen Beruf ausüben wollte, eröffnete ich nach Weiterbildungskursen und der Meisterprüfung in der Schweiz ein eigenes Schneideratelier, das ich mehr als zehn Jahre mit Erfolg führte.

In dieser Zeit wurden auch unsere drei Kinder geboren. 1966 kam nun noch ein Kind zur Welt, das einen Herzfehler hatte und nach einigen Monaten starb. Wir hatten keine Erklärung dafür, da wir ja doch so gesund lebten. Ich lernte nun ein Ehepaar kennen, das auch vegetarisch lebte, aber sich in das hinduistische Gedankengut vertieft hatte. Die Frau machte mich darauf aufmerksam, dass dieses kurze Leben des Kindes nur durch die Reinkarnation zu erklären war.

Dieser Lichtblick war die Antwort auf alle meine Fragen. Ich besuchte das Goetheanum in Dornach und als der Zweig in Solothurn einen Einführungskurs angeboten hatte, der von Kurt Franz David geleitet wurde, wurde ich 1974 Mitglied der Anthroposophischen Gesellschaft.

Ich besuchte vier Jahre die Malschule bei Gerard Wagner in Dornach und unterrichtete anschliessend als Handarbeitslehrerin in den Rudolf Steiner Schulen in Solothurn und Winterthur.

Damals gab es noch Tagungen für Handarbeitslehrerinnen und Kurse mit Gerard Wagner, in denen man Fragen der Bekleidungskunst bewegte und experimentierte.

Als ich einen neuen Arbeitskreis suchte, nachdem ich mich von Hans Umbricht getrennt hatte, beschäftigte ich mich vermehrt mit der Malerei und bald begann auch meine Ausstellungstätigkeit.

*Ein Bild entsteht im Innern, aus einer Erinnerung, aus einer Begebenheit, aus einer Begegnung. Ein Erlebnis bleibt, ich schaue zurück. Es kann in Licht und Farbe getaucht sein, es kann hell sein, leuchten, fröhlich sein, liebevoll. Aber auch Dunkelheit breitet sich aus, Leiden, Schmerz, Traurigkeit. Das Leben ist vielfältig*







## Ausstellung

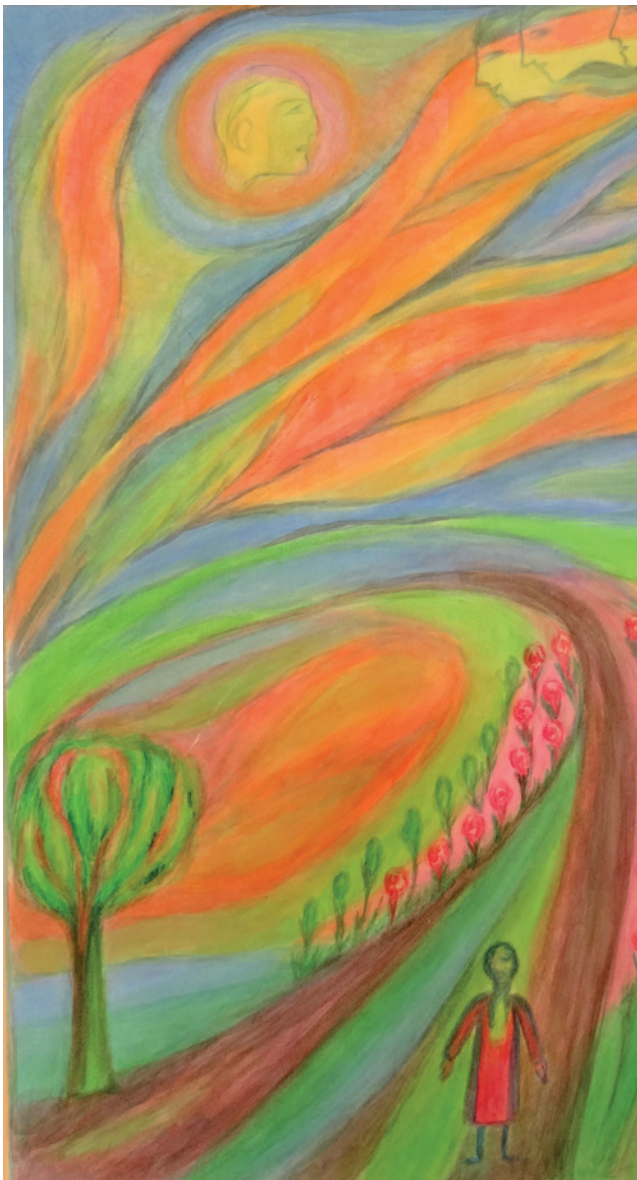
1993 lernte ich Steffen Gysel kennen auf einer Ungarnreise, die vom Vogelschutzverein Winterthur Seen organisiert wurde. Er war Ornithologe, der seine Freizeit in der Natur verbrachte, Vögel beobachtete und sich ein umfangreiches Wissen angeeignet hatte, das er auch in den Dienst der Wissenschaft stellte. Er betreute das Oerlinger Ried, ein Gebiet in der Nähe von Winterthur, in dem man damals noch seltene Vögel wie den Kiebitz beobachten konnte.

Wir heirateten einige Jahre später und er nahm mich auf ornithologisch geführten Reisen mit, die durch

ganz Europa führten, von Nordafrika bis nach Nordindien, in entlegene Gebiete, wo man noch viele Vögel beobachten konnte. Ich begann die Vögel zu skizzieren, die ich dann im Atelier in farbige Bilder umsetzte.

Nachdem Steffen Gysel am 3. Januar 2018 durch die Pforte des Todes gegangen ist, widme ich mich wieder vermehrt meiner künstlerischen Tätigkeit und der Bekleidungskunst.

Erika Umbricht Gysel









## Erfahrungen mit der neuen Abteilung für an Demenz erkrankte Bewohner

Es ist zum Teil schon merkwürdig. Eine vertraute Person begegnet mir, und in ihrem Blick ist es wie noch vor ein paar Jahren, als Freude über die Begegnung aufleuchtete. Und doch ... Was wird aus diesem Augenblick werden? Ihr seelisches Leben ist einem noch vertraut, die urteilsfähige Person jedoch hat sich zurückgezogen. Aus der eigenen Erinnerung kann ich die Brücke halten und mir bewusst werden, ja das war jemand, der erdentlich dieses oder jenes gemacht hat; aus Treue zu diesem Menschen kann ich Nähe aufbauen und muss gleichzeitig verzichten lernen: Verzicht auf wirkliche Begegnung, die ja viel mehr ist als seelisches Mitschwingen. Meine eigene Schwingung aber darf ich genauer kennen lernen durch die Widerspiegelung, die ich im Patienten auslöse, und die Ernüchterung, die aus dem Zusammentreffen in mir aufsteigt, darf ich erkennen und an ihren Ort in mir stellen. Wonach bin ich denn jetzt genau gefragt?

Lernen, die Dinge so gelten zu lassen, wie sie sind, und sich ergeben. In «Die Schwelle zur geistigen Welt» wird von Rudolf Steiner der Gedanke angetönt, wie unser Lebensschiff auf den Wogen der Seele zu steuern ist: «Selbst im Sturme der Leidenschaften und Affekte kann eine gewisse Ruhe eintreten, wenn sich das Seelenschiff bis zu der Insel des Denkens hingearbeitet hat.» Mein Gegenüber findet aber die Insel des Denkens nicht mehr; die Wogen der Seele sind Gegenwart und Wirklichkeit meines Gegenübers. Nur eben, der Steuermann ist nicht an Bord. Das bringt mich in die Lage, mein Denken und mein Wahrnehmen der Gefühle zu brauchen, damit wir «im Konvoi» doch ein Stück noch fahren können.

Als Arzt trage ich aber zugleich zwei Verantwortungen. Die eine ist die gegenüber meinen Patienten, die in unterschiedlicher seelischer Bewegung dieses oder jenes zu tun im Begriffe sind, ohne dass ihr Verstand sie davon abhalten könnte, und die gegenüber dem Team der Mitarbeiter. Das bedeutet eben, dass der Patient vor sich selbst geschützt werden will und auch das Team vor ihm.

Aufregung erzeugt Aufregung, Langweile erzeugt Langweile, Gewalt erzeugt Gewalt. Mein Patient als

**Es ist sehr schön, dass die Bewohnerinnen und Bewohner die Möglichkeit haben, sich in den Räumlichkeiten frei zu bewegen. Die Räume wirken hell und freundlich. Wichtig für mich als Angehörige ist, dass ich mich mit meinem Vater etwas zurückziehen kann, wenn ich ihn besuche.**

Echo seiner Umgebung und meiner selbst. So weit, so richtig. Und doch wird es notwendig sein, in verschiedenen Fällen mit Medikamenten die Schwingungen zu dämpfen, um den ganzen sozialen Kontext in der Balance halten zu können. Und es bleibt natürlich die Enttäuschung, wenn es nicht anders geht als mit Medikamenten, die Contenance des Patienten so zu halten, dass die Betreuenden ihre Aufgabe auch sinnvoll erfüllen können und auch die Mitpatienten ungeschoren bleiben, so gut es geht.

Was sich äussert am Patienten, ist oft willensartig, aber ohne die passende Vorstellung dazu. Der Wille will schon wie über sich hinaus und zeigt damit eine Dynamik, die eigentlich erst nach der Schwelle des Todes seine ganze Tragweite entfaltet. In seiner «Allgemeinen Menschkunde» für die Lehrer spricht Rudolf Steiner den denkwürdigen Satz aus: «Was ist der Wille eigentlich? Er ist nichts anderes, als schon der Keim in uns für das, was nach dem Tode in uns geistig-seelische Realität sein wird.»

Das ist schwer zu denken, vor allem, weil sich der Wille ohnehin philosophisch kaum fassen lässt, aber es führt zu Fragen: Was ist es denn, wenn ich einen umtriebigen Patienten vor mir habe, der sich nicht einordnen lässt? Sind es die vom Verstande losgelösten Impulse, die als rein seelische Realität einfach gewollt und in die Tat umgesetzt werden und die oft nur durch die Veranlassung einer Wahrnehmung sich wieder einordnen lassen? Das bedeutet aber: Sinneserfahrung





ist Heilmittel und nicht Vorstellung. Denn Vorstellungen in verbaler Form erreichen ihn nicht. Sinneserfahrung ankert in der Sinneswelt, solange der Mensch in ihr lebt. Das klingt trivial, ist es aber nicht.

Die äusseren Anwendungen geben das Heilmittel als Sinneserfahrung. Das ist ein kostbarer Schatz in der Betreuung im Sonnengarten. Durch die Berührung mit der Hand: mit der Begegnung, mit der heilenden Substanz und mit dem, was mit der Berührung gemeint ist, kann der erkrankte Mensch erreicht werden. Das ist ein wirksames Prinzip, was hilft, mit weniger «Chemie» auszukommen. Ich bin froh und dankbar, dass die anthroposophische Pflege diesen Zweig der Medizin in der Vergangenheit so weit entwickelt hat, dass da helfende Handlungen ermöglicht werden.

In dem Zusammenhang kann auch sehr auffallen, dass die Begleitung über die Schwelle ganz anders ist, wenn unser Kopf dabei keine rechte Hilfe ist. Denn was ich mit meinem Kopf bieten kann, kann mein Patient nicht brauchen. Was wir kennen als seelsorgliche Begleitung im Sterbeprozess, kommt beim demenzerkrankten Menschen nicht an. (Für Ärzte eine Herausforderung.) Zuwendung im Zuhören, im Nachfragen, im Sich-aussprechen-Lassen sind als Angebot sinnlos und machen den Betreuenden ein bisschen

hilflos. Angebote von Wahrnehmungen können aber sehr wohl ankommen, über den Hörsinn insbesondere. Da sind Wege vor uns, die noch besprochen werden wollen.

**Dr. med. Christian Schikarski**

Heimarzt im Sonnengarten

Unserem Mami geht es psychisch nicht gut. Die hellen Räume, die Farbgebung und Gartengestaltung helfen aber und bringen Freude in den Alltag, manchmal sogar ein Lächeln auf ihr Gesicht, als wir z. B. vor dem Hühnervolk standen und ihm zuschauten.

Das Allerwichtigste aber sind all die freundlichen Angestellten mit ihren offenen Herzen.



## Erfahrungen eines Angehörigen



### Wer sind wir?

Meine Frau Angela Hochholdinger-Pünter (geb. 1940 in St. Moritz) lebte die ersten zwölf Jahre in St. Moritz und Celerina, ihre Muttersprache ist romanisch. Der Vater starb 1950 infolge Krebs, worauf die Mutter mit ihren vier Kindern (drei Söhne und Tochter Angela) nach Basel zog, damit alle die Rudolf Steiner Schule besuchen konnten.

Alljährlich in den Sommerferien reiste die Familie ins Engadin, wo sich die Mutter als Engadinerin am gesunden Wasser, an der guten Luft und der Bündner Sonne sowie am grossen Bekanntenkreis erfreute. Auf ihrer Reise ins Engadin gabs jeweils einen «Anpassungs-Aufenthalt» in Filisur, wo ich zu Hause war. Den schönen Begegnungen in Filisur folgte dann 1966 die Hochzeit mit anschliessender Niederlassung in Winterthur. Der jungen Familie entsprossen vier

Kinder, heute erfreuen wir uns an sechs Enkeln und drei Urenkeln. Mit Ausnahme des Sohnes Arthur, der 2007 starb, sowie des Enkels Sian (gest. 2009) leben alle in Winterthur.

Bei Angela wurde ab ca. 2013 eine zunehmende Vergesslichkeit wahrnehmbar. Die Abklärungen im August 2015 zeigten eine fortgeschrittene Demenz. Da wir uns 2010 – nach 44 Jahren Winterthur – wieder ins geliebte Bündnerland zurückgezogen hatten, suchten wir Therapiemöglichkeiten hier im heimatlichen Alpenland, doch vergebens!

Die Idee unserer ältesten Tochter Johanna, «Kömet doch nach Hombrechtikon in den Sonnengarten», hat eingeschlagen und im Mai 2017 absolvierten wir eine Probewoche im Sonnengarten ... ja, das hat uns sehr interessante Begegnungen, Erlebnisse und aufschlussreiche Einblicke ermöglicht, worauf wir uns zur Aufnahme im Sonnengarten anmeldeten. Ausschlaggebend für diesen Entscheid war der Umstand, dass unsere Familie ja in Winterthur lebt und Hombrechtikon nur ca. 40 km davon entfernt ist. Zudem hat uns das Demenzkonzept sehr angesprochen. Aus heutiger Sicht beurteilen wir diesen Entscheid als richtig.

Am 30. Juni 2017 wurde ich im Spital Davos an der linken Schulter operiert, die ein Sturz im vergangenen Frühling notwendig machte. Dadurch blieb mir die pflegerische Betreuung für Angela versagt; glücklicherweise wurde sie am 3. Juli 2017 in den Wohnbereich Haus Köhler aufgenommen.

Angela fühlt sich dort heute ganz zu Hause, und das ist gut so! Besonders freut sie sich über das verstellbare Bett – für sie ein Novum.

### Wie ist der Wohnbereich erlebbar?

Eine durchdachte, klar geregelte Tagesstruktur ist eine grosse Hilfe, Angela hat sich da sehr schnell und unkompliziert eingelebt. Bei meinem ersten Besuch zeigte sie mir ihr Wohnzimmer, den Aufenthaltsraum, den Ausgang in den wunderbaren Garten. «Weisst du, warum hier ein Zaun ist?», fragte sie mich ganz unverhofft, «den braucht es, damit die Hühner nicht



zu uns hereinkommen können», eine ganz logische Folgerung! Der Zaun ist ca. 1,20 m hoch, daran schliesst sich eine ca. 25 m breite Wiese an, worin eben die Hühner mit ihrem stolzen Hahn leben. Diese Anlage ist durch einen ca. 2 m hohen Zaun umgrenzt, der von den Bereichs-Bewohnern so kaum wahrgenommen wird – eine geniale Idee, die das Gefühl des Eingeschlossenseins geradezu aufhebt.

Obwohl hier Menschen in unterschiedlichen Demenz-«Stadien» leben, ist eine überall warme, wohltuende Atmosphäre spürbar. Einzelne Bewohner helfen etwa beim Backen, Tischdecken oder Abräumen, andere warten geduldig im Rollstuhl oder Fauteuil oder lauschen den Vorlesungen des Pflegepersonals, wieder andere sind beschäftigt mit Bilderbüchern ... Angela spielt noch gerne Klavier, sie hat dann geduldige Zuhörer! Nicht zu vergessen sind die Aktivitäten der Aktivierungstherapeuten: Da wird gesungen oder man lauscht gespannt den erzählten Geschichten. Interessant ist auch zu beobachten, mit welchem Einfühlungsvermögen und welcher Ruhe das Pflegepersonal den Umgang mit den Bewohnern pflegt, alle Achtung.

### **Erfreuliches und ...**

Da ist vor allem erwähnenswert, welchen positiven Einfluss die Therapien haben, allen voran die Malstunden, wobei erstaunliche Bilder entstehen. Das von Angela gemalte Weihnachtsbild – Maria und Josef an der Krippe mit Ochs und Esel im Hintergrund – konnte ich



als Weihnachtsbotschaft kopieren und viele nahestehende Menschen damit erfreuen.

Die Weihnachtsfeier am 25. Dezember war eindrücklich, still und andächtig verfolgten die Anwesenden die vorgetragene Weihnachtsgeschichte, dazwischen gab es Musikeinlagen und anschliessend ein festliches Weihnachtsmenü. Überall sah man zufriedene Gesichter und leuchtende Augen – Seelennahrung!

Ebenso gelungen wurde Silvester begangen, zu dem die Heimleitung auch die Angehörigen eingeladen hat. Die Hausmusikanten spielten auf und siehe da, sogar tanzen war angesagt, was mit Freude genutzt wurde.

Natürlich gibts auch Situationen, die als weniger erfreulich erlebt werden. Da ist zum Beispiel eine Bewohnerin, die einfach in Angelas Wohnzimmer geht und sich ins Bett legt. Anfangs hat Angela sich darüber sehr aufgeregt. Das Pflegepersonal hat diese Situation inzwischen gut im Griff und Angela ist darüber beruhigt.

Erwähnenswert ist auch die Angelegenheit mit dem ehemaligen Heimarzt, der wöchentlich im Sonnengarten vorbeikam und sich um die dementen Patienten kümmerte. Eigentlich ein erfreuliches Teilnehmen am Wohlergehen der Bewohner. Doch wir waren nicht ganz einverstanden mit den Rechnungen. Die Heimleitung hat sich eingeschaltet, obwohl es eigentlich um ein privatrechtliches Verhältnis Arzt-Patient geht, um eine Lösung zu finden. In einem Gespräch mit der Heimleitung und dem Arzt konnte die Situation geregelt werden. Da die Vertrauensbasis nicht mehr gegeben war, war ein sofortiger Arztwechsel für Angela die logische Konsequenz.

Ansonsten sind wir alle sehr dankbar, dass Angela im Sonnengarten so gut aufgehoben ist, dass sie sich hier daheim fühlt und mit sich und der Welt zufrieden ist. Ihr stetes fröhliches Lachen erleichtert uns allen jeweils nach einem Besuch das Abschiednehmen.

Jürg Hochholdinger

Filisur/Winterthur



## Unsere Erfahrungen im Pflegealltag von Menschen mit Demenz

Die Bewohnerinnen und Bewohner können sich frei bewegen, finden aber wieder zu ihrem «Zentrum» zurück. Die Farben haben eine beruhigende Wirkung auf alle Anwesenden. Sie wirken unaufdringlich und warm. Die Bewegung der Bewohner wird durch die Raumgestaltung gefördert. Die Gartengestaltung mit integriertem Hühnerhof finde ich grandios! Die natürliche Bepflanzung ist sehr sympathisch und wird auch noch von den Bewohnerinnen und Bewohnern erkannt. Sehr schön finde ich das Licht im Hauptraum durch die vielen Fenster, Nischen und die runden Lampen.

### Wie erleben wir Menschen mit einer demenziellen Erkrankung?

Wir beobachten, dass es bei der Demenz zu einer Veränderung bis hin zum Fehlen der verbalen Sprache kommen kann. Diese Menschen sind in ihrer Fähigkeit, sich mit der Aussenwelt zu verständigen, eingeschränkt. Dies bedeutet für nahestehende Personen oft einen schmerzhaften Verlust. Wir versuchen emotionale Ausdrucksweisen beispielsweise über die gezeigte Gestik und Mimik zu verstehen und darauf einzugehen.

Menschen mit Demenz leben im Hier und Jetzt. Dabei stehen die aktuell bestehenden Bedürfnisse im Zentrum.

Werden diese Menschen mit der für uns normalen Realität konfrontiert, können sie darauf mit Überforderung, Ängsten und teilweise auch mit Rückzug bis hin zu Aggressionen reagieren. Deshalb ist es für uns wichtig, sie in ihrer eigenen Welt wahrzunehmen.







Faszinierend im Umgang mit den Menschen mit Demenz ist die Loslösung von sämtlichen Statussymbolen wie Beruf, Bildungsstand, Herkunft und dergleichen – es zählt nur das Gegenüber. Er begegnet uns mit bedingungsloser Authentizität, da er Gefühle nicht versteckt, sondern diese ungefiltert äussert. Ein für uns Pflegende normaler Alltag ist daher lebhaft und voller eindrücklicher Momente.

Ein Mensch mit Demenz isst, wenn er Hunger hat, und nicht wenn die Uhr 12.00 schlägt. Was er also erlebt und empfindet, ist für Aussenstehende nicht immer nachvollziehbar.

### **Einfluss von Architektur, Raum, Farbgebung, Einrichtung, Garten**

Der geschützte Wohnbereich ist aufgeteilt in zwei symmetrisch angeordnete Häuser, verbunden durch einen weiteren Aufenthaltsraum. Die Bewohnenden haben so die Möglichkeit, sich frei in einer Lemniskatenform über die beiden Wohnbereiche zu bewegen. Die Bewegung auf einer Lemniskate wirkt stärkend und beruhigend.

Durch die offen gestaltete Architektur haben wir grosse, lichtdurchflutete Räume; der normale Tagesrhythmus kann so unterstützt und gelebt werden. Es sind jedoch auch genügend Nischen und Wintergär-

ten angelegt, die den Bewohnenden Rückzugsmöglichkeiten und Sitzgelegenheiten bieten und auch aktiv genutzt werden.

Die Räume sind in lebendigen, warmen und nicht zu grellen Farben gestaltet, was zu einem harmonischen Miteinander beiträgt.

Die Parkanlage, welche die beiden Demenzpavillons beinahe vollständig umgibt, beherbergt einen speziell für Menschen mit Demenz konzipierten Gartenbereich. Dort ist ein Spaziergang ebenso möglich wie eine kurze Rast oder das Beobachten der Hühner am direkt angrenzenden Hühnergehege. Durch die Möglichkeit, sich im Innenraum in einer Schleifenform zu bewegen, sowie der Nutzung des offen gestalteten Gartenbereichs kann dem Bewegungsdrang der Bewohnenden entsprochen werden.

### **Tägliche Pflege/ Betreuung**

Wir als Pflegende werden von Menschen mit Demenz als Menschen wahrgenommen und nicht als Pflegekräfte.

Man erbringt diese pflegerischen Tätigkeiten zwar regelmässig, sie bilden aber nicht den Hauptbestandteil unserer Arbeit. Elemente wie Betreuung, Vertrauen und Beistand sind ebenso wichtig.



Durch die Raumgestaltung und Architektur fühlt sich meine Mutter offensichtlich wohl. Sie ist gelassener geworden. Auch für die Angehörigen ist es wichtig, dass man sich wohlfühlt. Die natürlichen Materialien (Holz usw.) tragen zu dieser entspannten Atmosphäre bei.







Die beiden Pflegeteams müssen aufgrund der wechselnden Bedürfnisse und Gefühle der Bewohnenden individuell auf deren Stimmung und Wünsche eingehen können und dürfen nicht in starre Strukturen verfallen. Der gesamte Alltag soll flexibel gestaltet werden.

Ein solches Miteinander bietet verschiedenste Facetten und geht über eine rein pflegerische Tätigkeit hinaus. Es geht darum, einen möglichst authentischen Alltag zu leben. Es genügt beispielsweise oftmals schon ein gemütliches Beisammensein, um eine angenehme Stimmung zu schaffen. Aktivitäten wie beispielsweise tanzen und backen sind, gut dosiert, willkommene Abwechslungen und Auflockerungen im Alltag der Bewohnenden.

Der Schlüssel eines guten Pflegeteams im Umgang mit demenzten Menschen liegt daher in einer empathischen und verständnisvollen Grundhaltung gegenüber den Bewohnenden.

Auf diesem Weg möchten wir uns ganz herzlich bedanken für die Arbeit, welche die beiden Pflegeteams täglich leisten.

**Sabrina Wüthrich**

Leitung Wohnbereich Haus Köhler

**Markus Mentzel**

Leitung Wohnbereich Haus Huber

Auf den Tischen steht immer ein Blüemli und wenn man sieht, dass die Bewohner sie anfassen und vielleicht mit ihnen reden, tut einem das gut. Wenn die Sonne scheint, zieht es die Bewohner immer in den Garten. Sie pflücken Blumen und helfen Sträuße zu binden. Das machen sie mit sehr viel Freude. Nicht zu vergessen sind die Laufenten und Hühner, an ihnen haben die Bewohner sehr viel Freude und schauen ihnen gerne zu, wie sie fressen oder sich streiten.



## «Es Buurebüebli mahñ í níd...»

Zwei- bis dreimal wöchentlich arbeiten wir von der Aktivierung in enger Zusammenarbeit mit den Pflegenden auf den Wohnbereichen 3 und 4. Wir singen gemeinsam mit den Bewohnenden, lesen kurze Geschichten oder Gedichte vor, backen, rüsten Gemüse. Und manchmal kommen sogar Meerschweinchen zu Besuch.

In unserer Arbeit gehen wir bewusst auf den jeweiligen Moment ein und holen die Menschen dort ab, wo sie gerade sind. Die angebotenen Aktivitäten sollen Raum bieten für positive Erfahrungen und Lebensqualität und die oft ständige Konfrontation mit dem «Nicht-mehr-Können» vergessen lassen. Dazu versuchen wir vorhandene Ressourcen zu erkennen und gezielt miteinzubeziehen. Die verschiedenen Sinneswahrnehmungen können uns dabei von grosser Hilfe sein. Diese sind meistens noch vorhanden, wenn andere, kognitive Fähigkeiten langsam in den Hintergrund treten. So kann der Duft beim Backen Erinnerungen an früher wachrufen und wir erleben, wie jemand in Details das regelmässige Backen mit der Mutter schildert. Oder nach dem Herumreichen von Winterbildern erzählt eine Frau, welche sonst sehr ruhig und introvertiert ist, wie sie jeweils auf dem Etzel Skifahren war. Ihre Begeisterung ist spürbar und ihre Augen leuchten dabei. Und dann die Bewohnerin, welche seit fast einer Stunde schweigend und scheinbar in ihrer eigenen Welt versunken in der Sing-Runde dabei sitzt, um plötzlich beim «Buurebüebli»-Refrain mit klarer, lauter und schöner Stimme miteinzustimmen: ...fidiri, fidira, fidirallalla... Alle Augen sind bewundernd auf sie gerichtet.

Anita Thomson und Karin Widmer  
Aktivierungstherapeutinnen



Trete ich jeweils ein in den Wohnbereich, um meine demente Mutter zu besuchen, so treffe ich stets eine ruhige, entspannte und warme Atmosphäre an. Ich spüre sofort, dass die Menschen, die hier wohnen, sich wohlfühlen. Das hat aber nicht nur mit der Raumgestaltung, der Architektur, der Farbgebung und dem Garten zu tun. Sondern vor allem mit der lebenswürdigen, warmherzigen und geduldigen Art der Pflegenden – ihnen allen ein herzliches Dankeschön!



*Es Burebüebli mahn i nid, das gseht  
 me mir wohl a, juhe,  
 Es Burebüebli mahn i nid, das gseht  
 me mir wohl a  
 Fidiri, fidira, fidirallala, fidirallala,  
 la rallala,  
 Es Burebüebli mahn i nid, das gseht  
 me mir wohl a.*

*S muess eine sy gar hübsch und fyn,  
 darf keiner Fähler ha, juhe,  
 S muess eine sy gar hübsch und fyn,  
 darf keiner Fähler ha,  
 Fidiri, fidira, fidirallala, fidirallala,  
 la rallala,  
 Fidiri, fidira, fidirallala, darf keiner  
 Fähler ha.*

*Und Herrebüebli git's ja nid, wo  
 keiner Fähler hei, juhe,  
 Und Herrebüebli git's ja nid, wo  
 keiner Fähler hei,  
 Fidiri, fidira, fidirallala, fidirallala,  
 la rallala,  
 Und Herrebüebli git's ja nid, wo  
 keiner Fähler hei.*

*Drum bliben i ledig bis in den Tod,  
 so het die Lieb es Änd, juhe,  
 Drum bliben i ledig bis in den Tod,  
 so het die Lieb es Änd,  
 Fidiri, fidira, fidirallala, fidirallala,  
 la rallala,  
 Drum bliben i ledig bis in den Tod,  
 so het die Lieb es Änd.*

Ursprung: Aus dem Bernerland, Röseligarte







## «Sie sind Menschen wie ich und du...»

*Sie weinen, sie lachen,  
machen lustige Sachen,  
Dinge, die niemand versteht,  
ausser die, um die es hier geht*

*Sie lachen, sie singen,  
lassen Wörter neu klingen,  
manchmal versteht man sie nicht,  
doch meistens sieht man in ihrem Gesicht,  
was sie gerade brauchen,  
ohne in ihre Gefühle einzutauchen*

*Obwohl das Ganze sehr einfach ist,  
sie werden von ihren Gefühlen geküsst,  
sie können sich nicht wehren,  
sie wissen nicht wie,  
geblieben ist nur ihre Fantasie*

*Sie träumen sich einen Ort,  
einen, der ihnen gefällt,  
und sie bleiben dort.  
Nur manchmal kommen sie kurz zurück,  
erlebt man so einen Moment,  
erlebt man Glück*

*Plötzlich verstehen sie dich,  
sie wissen, was du meinst,  
und sie verzweifeln nicht,  
plötzlich ist alles ganz klar,  
all diese Vorurteile, sie sind nicht wahr*

*Sie sind nicht schwach, sie sind nicht dumm,  
bleiben die einen auch meistens stumm.  
Man sieht, in ihnen lebt jemand,  
obwohl viele denken,  
sie reden an eine Wand*

*Das stimmt so nicht,  
denn ist man erst offen,  
zeigt die Demenz  
ihr wahres Gesicht*

*Sie fühlen, sie träumen,  
haben keine Zeit zu versäumen,  
sie tanzen, sie witzeln,  
manchmal wollen sie dich kitzeln,  
sie malen, sie spielen,  
haben noch viel zu verlieren*

*Sie verstehen dich eigentlich sehr gut,  
ausser vielleicht, du trägst einen lustigen Hut,  
dann achten sie natürlich darauf,  
aber, ganz ehrlich, wer würde das nicht auch*

*Sie denken und sie erinnern sich,  
auch wenn viele sagen, sie können es nicht,  
das ist falsch, und auch ein bisschen gemein,  
denn so anders können sie wohl nicht sein*

*Sie sind Menschen wie ich und du,  
können manches nicht, und manches gut*

*Sie verstehen auch noch sehr viel,  
manchmal mehr als wir,  
habe ich das Gefühl*

Sara Bösch

Lernende Fachfrau im 2. Ausbildungsjahr



