

Ein Schweizer Altenpflegeprojekt macht Schule

# Bilden statt behandeln



Gossau (Kanton Zürich): Das Pilotprojekt „Bewegungskompetenz schafft Lebensqualität“ will pflegenden Angehörigen, Pflegebedürftigen und professionellem Pflegepersonal die bestmögliche Ausbildung anbieten, um die Lebensqualität aller Beteiligten zu steigern. Von Bernhard Huss.

Es wird viel unternommen, um die Altersversorgung der Zukunft zu sichern. Die öffentliche Hand und private Anbieter investieren in kostenintensive Infrastrukturen (Pflegeheime und Pflegewohnungen). Es werden spezielle Beratungsstellen eingerichtet. Durch gezieltes Case-Management wird versucht, für den jeweiligen Menschen das richtige Angebot zu finden. Das sind alles wichtige Mosaiksteine für die Altersversorgung der Zukunft.

**Nachvollziehbare Hilfe.** Vor etwa 50 Jahren formulierte die italienische Reformpädagogin Maria Montessori als Kernaussage ihres pädagogischen Modells aus der Sicht des Kindes: „Hilf mir, es selbst zu tun.“

Das Projekt „Bewegungskompetenz schafft Lebensqualität“ stellt diese Forderung für Menschen auf der anderen Seite der Lebensspanne. Im Mittelpunkt steht die Annahme, dass alte Menschen und deren Angehörige anstelle von Behandlung viel mehr „Bildung“ brauchen. Montessori hätte vermutlich gesagt: „Hilf mir so, dass ich es nachvollziehen kann.“

Das Pilotprojekt „Bewegungskompetenz schafft Lebensqualität“ geht einen neuen und innovativen Weg. In der Gemeinde Gossau wird in einem Projekt untersucht, wie sich ein gemeinsamer Bildungsprozess zwischen den pflegenden Angehörigen, den gepflegten Angehörigen und den professionellen Pflegenden auf die Lebensqualität aller Beteiligten auswirkt.



Gemeinsames Tun fördert soziale Kompetenz und verhindert innere Isolati-



Das gemeinsame Mahl im Grünen schmeckt doppelt so gut.

## Lebensqualität die Zeitschrift für Kinaesthetics

Ein Kooperationsprodukt von: Kinaesthetics Deutschland, Kinaesthetics Italien, Kinaesthetics Österreich, Kinaesthetics Schweiz, European Kinaesthetics Association, Stiftung Lebensqualität.  
Herausgeber: Stiftung Lebensqualität, Nordring 20, CH-8854 Siebnen.

www.zeitschriftlq.com www.kinaesthetics.net



Kinaesthetics

**Analyse des Pflegeangebots.** Es ist bekannt, dass rund 70 % der pflegenden Angehörigen und ein Großteil der professionellen Pflegenden durch ihre Arbeit mit alten und behinderten Menschen selbst gesundheitlichen Schaden erleiden. Diese Tatsache ist alarmierend.

Im Mittelpunkt des Projekts „Bewegungskompetenz schafft Lebensqualität“ steht folgende Annahme: Wenn ein Mensch, der einem anderen Menschen hilft, sich dabei die eigene Gesundheit ruiniert, dann stimmt etwas mit der angebotenen Hilfe nicht. Es geht also darum, das alltägliche pflegerische Angebot genau zu analysieren und so anzupassen, dass sowohl für die gepflegten Menschen als auch für die Pflegenden die Lebensqualität nicht beeinträchtigt wird.

Bewegungskompetenz ist einer der wichtigsten Schlüsselfaktoren für die individuelle Lebensqualität von Menschen. Deshalb werden in drei Teilprojekten für Pflegenden, pflegende Angehörige und pflegebedürftige Menschen Kinaesthetics-Bildungsmaßnahmen angeboten, welche die Bewegungskompetenz der einzelnen Akteure verbessert.

**Erfolgreicher Projektstart.** Mitte April 2008 wurde die Vorbereitungsphase (Kompetenzbedarfsanalyse/Konzeption der Bildungsmaßnahmen) abgeschlossen. Somit ist der Weg frei für die konkrete Bildungsarbeit. Das Projekt ist in drei Teilprojekte unterteilt.

### 1. Professionelle Pflegenden.

Im ersten Teilprojekt werden die MitarbeiterInnen der Stiftung Grüneck und der Spitex Gossau geschult. Sie setzen sich aktiv mit der eigenen Bewegungskompetenz auseinander und lernen, ihre eigene Bewegung so einzusetzen, dass sie Menschen bewegen können, ohne sie zu heben. Anschließend werden die Bedarfserfassungs- und Pflegeplanungsinstrumente an die neuen Kom-

petenzen und die neuen pflegerischen Angebote angepasst.

### 2. Pflegende Angehörige.

Das Teilprojekt sieht vor, in Zusammenarbeit mit Kinaesthetics Schweiz und der European Kinaesthetics Association mindestens 3 Kinaesthetics-Grundkurse für pflegende Angehörige durchzuführen.

### 3. Ferien Plus.

Ferienplätze in Pflegeheimen sind sehr beliebt. Dieses Angebot ermöglicht den pflegenden Angehörigen, sich zu erholen und zu regenerieren. Bei Ferien Plus steht nicht nur die Entlastung der Angehörigen im Mittelpunkt – Ferien Plus ist ein Bildungsangebot.

Die pflegeabhängigen Menschen erhalten bei ihrem Aufenthalt in der Stiftung Grüneck während des Aufenthalts individuelle Unterstützung, um ihre Bewegungskompetenz weiter oder wieder zu entwickeln. In der letzten Woche des Aufenthalts wird zusammen mit den Angehörigen und der Spitex der Lernprozess reflektiert. Gemeinsam planen alle Beteiligten die Rückkehr nach Hause – mit dem Ziel, dass die erworbenen Kompetenzen weiter entwickelt werden und alle Beteiligten den Lernprozess der Betroffenen nachhaltig unterstützen können.

**Evaluation und Film.** Alle drei Teilprojekte werden durch die proEval (Gesellschaft zur Förderung von professioneller Evaluation, Dornbirn) evaluiert. Zusätzlich begleitet der Dokumentarfilmer Franz Reichle das gesamte Projekt und erstellt dabei eine filmische Langzeitstudie.

## Lebensqualität bleibt dran.

Lebensqualität wird über den Verlauf dieses Projekts in regelmäßigen Abständen berichten. In der nächsten Ausgabe lesen Sie ein Interview mit Franz Reichle, dem Dokumentarfilmer, der dieses Projekt mit seiner Kamera begleitet.



Der Autor: Bernhard Huss ist Geschäftsführer der Stiftung Grüneck, einem kleinen Alters- und Pflegeheim mit 32 Plätzen in Gossau/Zürcher Oberland. Er ist ausgebildeter Hotelfachmann, Systementwickler HFS Luzern, E.F.Q.M.-Assessor.

## Altern mit Lebensqualität!

Lebensqualität befragte Bernhard Huss, den Initiator des Pilotprojekts „Bewegungskompetenz schafft Lebensqualität“ über Ziele, Kooperationspartner und Finanzierung.

*Lebensqualität: Was sind die Beweggründe für dieses Projekt?*

Bernhard Huss: Die Situation im Altersbereich verändert sich zur Zeit sehr stark. Einerseits beobachte ich, dass die Zeiten endgültig vorbei sind, in denen sich die rüstigen alten Menschen einen Heimplatz suchen. Wir haben in diesem Bereich in unserer Region bereits jetzt ein Überangebot an Heimplätzen. Die meisten Eintritte in die stationären Einrichtungen erfolgen aus Notsituationen, zum Beispiel nach einem krankheits- oder unfallbedingtem Spitalsaufenthalt oder wenn die Betreuung zu Hause plötzlich nicht mehr möglich ist. Oft ist es so, dass die Leute nach einer überstandenen Krise wieder nach Hause gehen möchten.

*Lebensqualität: Beobachten Sie diese Tendenz auch in Ihrem Alters- und Pflegeheim?*

Huss: Ja. Wir begleiten in der Stiftung Grüneck heute fast ausschließlich schwerstpflegebedürftige oder demenzerkrankte Menschen. Die Aufenthaltszeiten werden immer kürzer – die Anforderungen an unsere Arbeit steigen ständig.

*Lebensqualität: Und wie kommt es, dass Sie sich als Geschäftsführer eines Pflegeheims für die Zusammenarbeit mit der Spitex und die Schulung von pflegenden Angehörigen engagieren?*

Huss: Als Qualitätsberater in der Altenarbeit habe ich im ganzen deutschsprachigen Raum beobachtet, dass sich die Angebote der Pflegeheime, Spitäler und der häuslichen Pflegedienste oft konkurrenzieren, anstatt zusammen zu arbeiten. Wenn man die zukünftigen Herausforderungen in der Altersversorgung studiert, liegt der Schluss nahe, dass wir uns das eigentlich gar nicht mehr leisten können. Dazu kommt, dass bereits heute die Angehörigen oder Bezugspersonen von alten Menschen einen viel höheren Beitrag in der Betreuung von alten oder pflegebedürftigen Menschen leisten als die professionellen Institutionen. Mit anderen Worten: der größte Anbieter in der Altenpflege sind die pflegenden Angehörigen, und diese sollten vom Know-how der Profis profitieren können.

*Lebensqualität: Möchten Sie diese pflegenden Angehörigen unterstützen?*

Huss: Ja, hier besteht sehr großer Handlungsbedarf. Untersuchungen zeigen, dass viele pflegende Angehörige überlastet sind und selbst erkranken. Die Grundidee des Projekts ist einfach: Wir gehen die Zusammenarbeit zwischen pflegenden Angehörigen (dem wichtigsten Pflegedienst einer Gemeinde), der Spitex und dem Pflegeheim gezielt mit einem Kooperations-

gedanken an. Im Mittelpunkt dieser Kooperation steht die gemeinsame Kompetenzentwicklung.

*Lebensqualität: Schaden Sie sich dadurch nicht als Geschäftsführer eines Pflegeheims? Am Schluss haben Sie keine Kunden mehr!*

Huss: Nein, das glaube ich nicht – im Gegenteil.

Stationäre Pflege wird immer gebraucht. Ich bin davon überzeugt, dass die Zusammenarbeit zwischen Spitex, dem Pflegeheim und den pflegenden Angehörigen den alten Menschen zu mehr Lebensqualität verhelfen wird. Wichtig ist aus meiner Sicht, dass wir über das fachliche und inhaltliche Angebot der Altenpflegen nachdenken. Wenn Menschen anderen Menschen helfen und dabei ihre eigene Gesundheit ruinieren, dann stimmt etwas im Angebot nicht.

Es wird in Zukunft nicht mehr genügen, Menschen zu „behandeln“ – das Angebot wird immer mehr in Richtung „Bildung“ der alten Menschen und deren Angehörigen gehen. Und mit Bildung meine ich nicht das, was wir im Kontext von Schule unter Bildung verstehen. Ich meine damit, dass die alten Menschen selbst, die Angehörigen und die professionellen Pflegenden die Frage stellen: Wie kann man mit Lebensqualität alt werden?

*Lebensqualität: Wie wird dieses Projekt finanziert?*

Huss: Das Projekt hat einen finanziellen Umfang von insgesamt 360.000 Schweizer Franken. Der größte Teil wird von der Age-Stiftung getragen. Die Gemeinde Gossau schießt 20.000 zu, die Stiftung Grüneck wird sich mit 30.000 und die La Rete GmbH mit 20.000 Franken beteiligen. Unser kleines Heim verfügt nun über die Möglichkeiten, die Ressourcen unserer Mitarbeitenden gezielt weiterzuentwickeln. Wir als die Projektleiter sind überzeugt, dass andere Kommunen von unseren Erfahrungen profitieren werden.

*Lebensqualität: Wie kann die Finanzierung zukünftiger Schulungsprojekte für alte Menschen und deren Angehörige gewährleistet werden?*

Huss: Das weiss ich noch nicht. Meiner Meinung nach ist es noch zu früh, über die Finanzierung nachzudenken. Wenn dieser Ansatz eine wirkliche Innovation ist, und davon bin ich überzeugt, dann wird sich eine Finanzierungsmöglichkeit finden. Ich halte mich da an die Firmenphilosophie der Firma Google: „Wenn man ein neues, innovatives Produkt entwickelt, dann sollte man erst über die Finanzierung nachdenken, wenn das Produkt fertig ist. Sonst besteht die Gefahr, dass das Produkt gar nicht in Angriff genommen wird.“

Die Resultate dieses Projekts werden die einzelnen Kostenträger (Gemeinden und Krankenkassen) überzeugen.

# LQ



**kinaesthetics – zirkuläres denken – lebensqualität**

In der Zeitschrift LQ können die LeserInnen am Knowhow teilhaben, das Kinaesthetics-AnwenderInnen und Kinaesthetics-TrainerInnen in zahllosen Projekten und im Praxisalltag gesammelt haben. Ergebnisse aus der Forschung und Entwicklung werden hier in verständlicher Art und Weise zugänglich gemacht. Es wird zusammengeführt. Es wird auseinander dividiert. Unterschiede werden deutlich gemacht. Neu entdeckte Sachverhalte werden dargestellt und beleuchtet. Fragen werden gestellt. Geschichten werden erzählt.

Die LQ leistet einen Beitrag zum gemeinsamen analogen und digitalen Lernen.

Bestellen Sie die Zeitschrift LQ unter [www.verlag-lq.net](http://www.verlag-lq.net) oder per Post

verlag lebensqualität  
nordring 20  
ch-8854 siebnen

[verlag@pro-lq.net](mailto:verlag@pro-lq.net)  
[www.verlag-lq.net](http://www.verlag-lq.net)  
+41 55 450 25 10



Print-Ausgaben plus Zugang zur Online-Plattform



## Bestellung Abonnement LQ – kinaesthetics – zirkuläres denken – lebensqualität

Ich schenke lebensqualität

- mir selbst
- einer anderen Person

Meine Adresse:

Vorname \_\_\_\_\_

Name \_\_\_\_\_

Firma \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

PLZ \_\_\_\_\_ Ort \_\_\_\_\_

Land \_\_\_\_\_

eMail \_\_\_\_\_

Geschenkabonnement für:

Vorname \_\_\_\_\_

Name \_\_\_\_\_

Firma \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

PLZ \_\_\_\_\_ Ort \_\_\_\_\_

Land \_\_\_\_\_

eMail \_\_\_\_\_