

Rückblick auf das Jubiläum



Liebe Leserinnen, liebe Leser

Am 30. Mai 2015 feierte das Wohnhuus Meilihof sein 5-jähriges Jubiläum mit einem Tag der offenen Tür. Zahlreiche Besucher wagten bei einer Hausführung einen Blick hinter die Kulissen der rollstuhlgängigen Infrastruktur und gewannen einen Einblick in die individuelle Betreuung von Menschen mit einer Körperbehinderung.

Auf dem Hofplatz herrschte derweil Feststimmung. Die Gäste standen Schlange am Grill und am jubiläumswürdigen Kuchenbuffet. Die Steelband Aruba aus Affoltern und der Zauberer Peter Honegger sorgten für Stimmung und gute Unterhaltung. Wie immer bei solchen Anlässen konnte der Meilihof auf die ebenso tatkräftige wie charmante Unterstützung des Lions Club Knonaueramt zählen.



Jürg Meier, Vizepräsident der Stiftung WFJB, hielt eine viel beachtete Jubiläumsansprache. Der Meilihof sei 5 Jahre nach der Eröffnung als modernes Dienstleistungsunternehmen im Gesundheitsbereich positioniert. Die Qualitätskontrolle zeige, dass die Bewohner mit den Leistungen zufrieden sind. Damit das auch in Zukunft so bleibe, müssten die Herausforderungen im Zusammenhang mit den Kürzungen der Staatsbeiträge und dem Fachkräftemangel im Gesundheitswesen erfolgreich gemeistert werden. Eine Antwort auf den Fachkräftemangel sei eine Verbesserung der Anstellungs- und Arbeitsbedingungen. Lesen Sie dazu auch das Interview mit Esther Hilbrands, Hausleitung des Wohnhuus Bärenmoos, auf Seite 5.

Im Namen der Bewohner, der Mitarbeitenden und der Stiftung WFJB danken wir für Ihr Interesse am Meilihof.

Karen Grimm
Hausleitung Wohnhuus Meilihof

HofBlatt Nr. 18
September 2015

Inhalt

- Impressionen der Jubiläumsfeier: 5 Jahre Wohnhuus Meilihof
- Bewohnerferien in Norddeutschland
- Das Leben in einer Wohngemeinschaft aus Sicht der Bewohner
- Herz- und Kreislaufprobleme oder wie es zu einem Hirnschlag kommt
- Interview mit Esther Hilbrands: Schwierige Personalsituation in den Pflegeberufen?
- Das Olivenöl der Stiftung WFJB: eine Erfolgsgeschichte dank Ihnen

Öffentliche Anlässe

Freitag, 23. Oktober 2015
Metzgete, ab 18.00 Uhr
(Anmeldung erforderlich)

Impressum

Konzept und Inhalt

Stiftung WFJB
8942 Oberrieden

Redaktion

Sprache & Kommunikation
Iris Vettiger, 8002 Zürich

Druck

Furrer Offset Druck
8915 Hausen am Albis

Impressionen der Jubiläumsfeier: 5 Jahre Wohnhuus Meilihof



*Junge Besucher auf dem Hofplatz, eine Gruppe an der Hausführung, zwei Alphornbläser neben dem Verkaufsstand mit Betonprodukten aus eigener Herstellung, Zauberer Peter Honegger mit Gästen und das verführerische Kuchenbuffet im HofKafi, v. l. n. r.
Herzlichen Dank für Ihren Besuch!*



Bewohnerferien in Norddeutschland



Eine Gruppe von Bewohnern verbrachte im Juni eine Woche im Haus Rheinsberg am wunderschönen Grienericksee, in der Nähe von Berlin. Neun Bewohner, neun Mitarbeitende und ein Praktikant nahmen die lange Reise mit dem Car auf sich: 15 Stunden hin, fast 14 zurück. Andererseits waren sie froh, direkt in Ebertswil einsteigen zu können. Mit dabei war auch Margrith Hotz, Ressortleitung Ökonomie, die sich freute, die Bewohner einmal von

einer anderen Seite kennenzulernen.

Die Feriengäste aus dem Meilihof fanden die Mecklenburgische Seeplatte landschaftlich reizvoll und genossen das gut eingerichtete, rollstuhlgängige Hotel direkt am See mit Schwimmbad und Kegelbahn. Sie erkundeten die nähere Umgebung, gingen «lädele» und fanden ein nettes Café mit tollem hausgemachten Kuchen und Glace, wo dann immer jemand vom Meilihof anzutreffen war.

Zwei Ausflüge standen auf dem Programm: eine Schifffahrt auf dem idyllischen Grienericksee in zwei Gruppen und ein Tagesausflug nach Berlin. Bei einer geführten Stadtrundfahrt besuchten sie

dort unter anderem das Brandenburger Tor, den Checkpoint Charly und die Reste der Berliner Mauer.

Die Abende verbrachten sie mit Jassen, Kegeln oder einem gemütlichen Drink in der Hotelbar. Die Jüngeren liessen den Abend gerne am See ausklingen. Alle Bewohner genossen den Tapetenwechsel, die therapiefreie Zeit und das ungezwungene Zusammensein.

Leider sind Bewohnerferien infolge der notwendigen 1-zu-1-Betreuung nur mit Spenden finanzierbar. Wer die Freude und die gute Laune der Bewohner auf Reisen erlebt hat, ist gerne bereit, auch die nächsten Ferien zu unterstützen. Vielen Dank im Voraus!



Das Leben in einer Wohngemeinschaft aus Sicht der Bewohner



Marcel Bolli und Beatrice Häusler erzählen vom Leben in der Wohngemeinschaft

Wer ins Wohnhaus Meilihof zieht, sagt gleichzeitig Ja zum Zusammenleben mit anderen Menschen mit einer Behinderung. Im Unterschied zu einer normalen Wohngemeinschaft sucht sich der Bewohner im Meilihof aber weder seine Mitbewohner noch die Betreuenden aus. Je nachdem, wo ein Bewohner herkommt, empfindet er die Wohngemeinschaft zu Beginn als «gewöhnungsbedürftig». Das ist vor allem bei Bewohnern der Fall, die vor dem Eintritt in den Meilihof ein eigenes Zuhause hatten.

Marcel Bolli war früher Autosattler, hatte ein eigenes Geschäft und war, wie er selbst sagt, ein Einzelgänger. «Ich leistete saubere, gute Arbeit und war auf mich alleine gestellt.» Der Abschied von seinem Geschäft und später von seinem Zuhause fiel ihm sehr schwer. Allein die Auflösung seines Haushaltes war für ihn eine schmerzliche Erfahrung. «In der ersten Zeit im Meilihof kämpft man sich durch. Man muss sich erst daran gewöhnen, Räume und Aktivitäten mit anderen zu teilen und nur in seinem Zimmer wirklich alleine sein zu können.» Genauso

ungewohnt war es für ihn, dass immer wieder eine andere Betreuungsperson zur Tür hereinkam. «In meinem Fall kam der rasch zunehmende Verlust meiner Mobilität erschwerend hinzu.» Der Alltag in einer Institution ist zudem immer an Strukturen und Regeln gebunden. Im Vergleich zu einem normalen Leben sind die Möglichkeiten stark eingeschränkt.

Beatrice Häusler war eine der ersten Bewohnerinnen des Meilihofs. Sie verständigt sich mit einem Sprachcomputer. Ihre Aussagen sind kurz, aber prägnant. Ihre Mimik und ihre Gestik vermitteln die damit verbundenen Emotionen. «Das Zusammenleben ist manchmal schön und manchmal mühsam. Natürlich muss man lernen, aufeinander Rücksicht zu nehmen. Für mich ist es einfacher, weil ich jahrelang in einem Internat in Fribourg gelebt habe.»

Der Eintritt in den Meilihof bedeutete für sie eine Erleichterung. «Ich weiss, dass ich hier jederzeit Hilfe bekomme, wenn ich sie brauche. Ausserdem schätze ich die Möglichkeiten, die der Meilihof bietet: Ausflüge, Freizeitaktivitäten und Beschäftigung im Alltag. Ich arbeite zum Beispiel gerne mit Ton.»

In einem kleinen Dorf wie Ebertswil, wo es weder einen Laden noch andere Freizeitangebote gibt, sind die Bewohner für jede Abwechslung dankbar. Dasselbe gilt für Kontakte zu Anwohnern im Hofkafi oder bei öffentlichen Anlässen.

Die Kommunikation mit Menschen, die Sprachschwierigkeiten

oder kognitive Einschränkungen haben, beruht auf Erfahrung, Einfühlungsvermögen und persönlichem Herantasten. Beide Bewohner sind sich bewusst, dass sich die Mitarbeitenden bemühen, sich einzufühlen und ihnen Perspektiven aufzuzeigen. «Ich bin zufrieden, wenn man mich einigermaßen versteht», meint Beatrice. «Und ich habe nicht immer Lust, auf Angebote einzugehen», fügt Marcel an.

Beatrice und Marcel machen einen zufriedenen Eindruck, sind spontan und ehrlich im Ausdruck. Im Dialog mit den Bewohnern ist oft ein «Aber» spürbar. Die Ablösung vom Leben, wie sie es vor der Krankheit oder Behinderung gekannt haben, ist ein Prozess, der nie ganz abgeschlossen ist. Die Verarbeitung des Schicksals belastet nicht nur das Befinden des einzelnen Bewohners, sondern auch das Zusammenleben in der Gruppe.

«Es erleichtert die Sache, wenn man sich mit seiner Lage abfindet», sagt Beatrice. Erst wenn ein Bewohner die neue Lebenssituation annimmt, kann er sich auf den Alltag im Meilihof und auf seine Mitbewohner wirklich einlassen. Mit der Zeit lernt er, sich in der Gemeinschaft einzubringen, d.h. an Stockwerkgesprächen und in der Hauskommission seine Wünsche oder Bedürfnisse auszudrücken.

Es ist immer eine Summe von Dingen, auch vielen Kleinigkeiten, die ein Leben und ein Zuhause ausmacht. Und die sieht bei jedem Bewohner wieder anders aus.

Herz- und Kreislaufprobleme oder wie es zu einem Hirnschlag kommt

In der Schweiz erleiden jährlich etwa 16'000 Menschen einen Hirnschlag, auch Schlaganfall genannt. Nach koronarer Herzkrankheit und Krebs ist der Hirnschlag die dritthäufigste Todesursache. Und es ist die häufigste Ursache für eine Behinderung im Erwachsenenalter. Als Wohnhaus für Menschen mit einer Körperbehinderung möchten wir Sie, liebe Leserinnen und Leser, für das Thema sensibilisieren.

Ein Hirnschlag tritt als Folge einer Durchblutungsstörung im Gehirn auf. Je nachdem, welches Hirnareal betroffen ist, treten unterschiedliche Funktionsstörungen auf. Die häufigsten Symptome sind halbseitige Lähmungen, Gefühlsstörungen, Sprach- und Sehstörungen sowie starker Schwindel. Je länger eine solche Durchblutungsstörung andauert, desto schwerwiegender sind die Folgen.

Jeder fünfte Betroffene wird durch eine so genannte transitorische ischämische Attacke (TIA) vorgewarnt, im Volksmund Streifung oder Schlägli genannt. Als TIA werden alle neurologischen Ausfälle bezeichnet, die weniger als 24 Stunden dauern. Da sich die Symptome innerhalb dieser Zeit vollständig zurückbilden, werden sie oft verkannt.

Gemäss Fragile Suisse entsteht ein Schlaganfall nicht in Minuten, sondern in Jahrzehnten. Prävention ist daher äusserst wichtig! Eine der häufigsten Ursachen für einen Schlaganfall ist die Arteriosklerose. Risikofaktoren dafür sind Bluthochdruck, Rauchen, erhöhte Blutfettwerte und Herz-

Wie erkenne ich einen Hirnschlag?

- plötzliche Schwäche, Lähmung oder Gefühlsstörung, meist nur auf einer Körperseite (Gesicht, Arm oder Bein)
- plötzliche Blindheit (oft nur auf einem Auge), Doppelbilder
- Sprachstörung und Verständnisschwierigkeiten
- heftiger Schwindel mit Gehunfähigkeit
- plötzlicher, ungewöhnlicher, heftiger Kopfschmerz

krankheiten. Weitere Risikofaktoren für einen Hirnschlag sind Übergewicht, Alkoholkonsum, Migräne oder Stress. Ferner steigt das Risiko eines Hirnschlages leider mit dem Alter an.

Jeder Hirnschlag ist ein Notfall, bei dem jede Minute zählt. Es ist daher von grosser Bedeutung, dass auch Menschen um einen Betroffenen herum die Anzeichen eines Hirnschlages richtig erkennen und handeln.

Wenn eines oder mehrere der aufgeführten Symptome auftreten, wählen Sie umgehend die Notrufnummer 144. Lagern Sie den Betroffenen mit leicht erhöhtem Oberkörper auf einer harten Unterlage oder am Boden. Lockern Sie seine Kleidung und beruhigen Sie ihn.

Die Sanität bringt den Betroffenen ins nächstgelegene Spital mit einer Stroke Unit. Dort wird mittels bildgebender Verfahren wie Magnetresonanztomographie (MRT) geklärt, ob es sich um einen ischämischen Schlaganfall (Minderdurchblutung des Gehirns)

oder einen hämorrhagischen Schlaganfall (akute Hirnblutung) handelt. Letzteres ist ausschlaggebend für die schnelle und korrekte Behandlung, welche die Prognose deutlich verbessern und in vielen Fällen Tod und Langzeitbehinderung verhindern kann.

Eine einfache Hilfe für den Notfall ist der Symptom-Check **FAST** der Schweizerischen Herzstiftung.

FAST steht für **FACE-ARM-SPEECH-TIME** und erinnert an die drei Hauptsymptome (halbseitige Lähmung im Gesicht und am Arm, Sprechschwierigkeiten) und den Faktor Zeit im Notfall.

Ein illustriertes Merkblatt dazu finden Sie auf:

www.helpbyswissheart.ch



Interview mit Esther Hilbrands: Schwierige Personalsituation in den Pflegeberufen?



*Esther Hilbrands,
Mitglied der
Geschäfts-
leitung*

Die Gesundheitsbranche klagt über einen Mangel an Pflegefachkräften. Welche Erfahrungen machen Sie bei der Personalsuche?

Wir beobachten in der Praxis einen akuten Mangel an Fachkräften. Im Langzeitbereich ist er noch ausgeprägter als im Akutbereich. Dafür gibt es mehrere Gründe: Einer davon ist das neue Bildungssystem. Heute dauert die Ausbildung zur Pflegefachperson insgesamt 6 Jahre. Nach einer so langen Ausbildung ist der Akutbereich für viele attraktiver. Diplomierete Pflegefachpersonen sind daher am schwierigsten zu finden.

Ein weiterer Grund ist, dass die Arbeit im Behindertenbereich physisch und psychisch anstrengend ist. Einerseits haben wir viele Transfers, die infolge Spastik etc. auch mit Hilfsmitteln körperliche Kraft erfordern, andererseits werden die Mitarbeitenden mit der oft schwierigen persönlichen Lebenssituation der Bewohner konfrontiert. Natürlich spielen auch der Standort und die Lohnskala eine Rolle. Wir sind in der Stiftung WFJB an kantonale Vorgaben gebunden.

Welche Folgen hat der Mangel im Alltag?

Es geht länger, bis wir offene Stellen besetzen können. Wir versuchen, mit eigenen Teams zu überbrücken, bis wir die richtige Person finden. Das setzt die Bereitschaft der Mitarbeitenden voraus, gewisse Aufgaben zu übernehmen und für andere einzuspringen.

Wie gehen Sie bei der Suche vor?

Wir platzieren Inserate auf unserer Homepage, machen Mund-zu-Mund-Propaganda und werden in Zukunft wohl auch mehr auf Social Media setzen. Herkömmliche Plattformen für Jobinserate im Gesundheitsbereich sind dermassen überfüllt, dass ein Angebot schnell untergeht.

Einer der erfolgversprechendsten Wege der Personalrekrutierung ist die Bindung ehemaliger Auszubildenden. Wir versuchen, ihnen Perspektiven aufzuzeigen, individuelle Interessen zu fördern und Mitarbeitende auch für Leitungsaufgaben nachzuziehen. Wir fragen sie: «Wo siehst du dich in 5 oder 10 Jahren, welche Aufgabe oder welches Fachgebiet reizt dich? Führung, Palliative Pflege usw.» So können wir etwa Fachpersonen Gesundheit (FaGe) zur Ausbildung als Pflegefachperson HF und Fachpersonen Betreuung (FaBe) zur Ausbildung als Sozialpädagogin motivieren und weiterbeschäftigen. Interessant ist in diesem Zusammenhang auch der neue Ausbildungslehrgang CURAVIVA Fachfrau Langzeitpflege und -betreuung.

Leider beobachten wir, dass sich immer mehr Fachkräfte nicht mehr direkt bewerben. Viele Vermittler kennen aber weder die Stiftung WFJB noch das Betreuungskonzept. Bei uns wird die Betreuung individuell mit dem Bewohner abgesprochen. Neben einer guten Ausbildung müssen Bewerbende daher viel Flexibilität, Teamfähigkeit und auch psychische Stabilität mitbringen.

Wie kann man Arbeitskräfte in Zukunft motivieren, für die

Stiftung WFJB zu arbeiten?

Wir müssen bereit sein, neue Wege zu gehen. Wir müssen genügend Ausbildungsplätze anbieten, in den Nachwuchs investieren und auf eine Durchmischung von Pflegefachpersonen unterschiedlichen Alters und Ausbildungsrichtungen setzen. So bleiben wir am Puls der Zeit, ohne wertvolle Erfahrung und Kontinuität aufs Spiel zu setzen. Ferner müssen wir wie bisher für ein gutes Betriebsklima sorgen.

Welche Entwicklungen zeichnen sich ab?

Leider ist keine Entspannung der Lage in Sicht. Ferner hat es immer mehr Mitarbeitende in der Pflege, die in einer ganz anderen Pflegekultur gross geworden sind und unsere Sprache teilweise nicht beherrschen. Wir müssen auch damit fertig werden, dass die Mitarbeitenden der Zukunft andere Vorstellungen haben. Sie identifizieren sich weniger mit dem Arbeitgeber als mit der Arbeit, suchen öfter neue Herausforderungen und arbeiten weniger lang in einem Betrieb, was die Kontinuität erschwert.

Wie kann die Arbeit in den Pflegeberufen aufgewertet werden?

Das ist ein gesellschaftliches Problem. Wir können mit der Öffentlichkeitsarbeit nur auf dessen Bedeutung hinweisen und gute Arbeitsbedingungen bieten.



Das Olivenöl der Stiftung WFJB: eine Erfolgsgeschichte dank Ihnen

Seit 14 Jahren können Sie das ausgezeichnete «Epheser Olivenöl» über unsere Wohnhäuser beziehen. Diese lange Erfolgsgeschichte verdanken wir einem Zufall: Dr. Atılay İleri, ein Zürcher Jurist mit türkischen Wurzeln, stellte anlässlich einer Generalversammlung der Fragile Zürich folgende Frage: Hat jemand Verwendung für 1'500 Flaschen Olivenöl mit einer nur noch kurzen Haltbarkeit? Thomas Albrecht, Geschäftsführer der Stiftung WFJB, ergriff die Chance und verkaufte das Olivenöl zu Gunsten der Stiftung WFJB. Seitdem bezieht die Stiftung jährlich Olivenöl zu einem Vorzugspreis.

Das Olivenöl «Ephesus» stammt aus rein biologischer Produktion. Die handgepflückten Oliven werden nach traditioneller Methode in einer Steinmühle gemahlen und kaltgepresst. Aus 10 Kilogramm Oliven entsteht so ein Liter Olivenöl der Qualität «Extra vergine». Im Vergleich dazu werden bei industriellen Produkten nur 4,5 Kilogramm Oliven verwendet.

Olivenöl enthält als wichtigste, einfach ungesättigte Fettsäure die Ölsäure mit 60 bis 85%, daneben aber auch mehrfach ungesättigte Linol- und Linolensäure. Die Wirkungen der ungesättigten Fettsäuren sind vielfältig. So wirkt

Olivenöl unter anderem als Cholesterin-Senker. Ausserdem enthält es Scharf- und Bitterstoffe, die eine Leber- und Gallenschutzwirkung haben. Beträgt der Anteil an freien Säuren im Olivenöl weniger als 0.8% darf dieses als «extra vergine» bzw. als «natives Olivenöl» bezeichnet werden.

Wie beim Wein ist auch beim Olivenöl die jeweilige Bodenbeschaffenheit entscheidend für den Geschmack. Das «Epheser Olivenöl» weist sensorisch positive Attribute auf: intensives, fruchtiges Bouquet, pflanzliche Frische mit Noten von grünen Oliven und eine leichte Bitternote und Schärfe im Abgang.

Das Internationale Panel der Hochschule Wädenswil hat das «Epheser Olivenöl» in der Sensorikprüfung mittlerweile mit vier Awards und einer Silbermedaille ausgezeichnet. Bei der Fülle von Anbietern und Produkten auf dem Markt ist es umso beeindruckender, dass unser Olivenöl zu den 15 weltweit besten Olivenölen zählt!

Diese herausragenden Eigenschaften machen es nicht nur zu einem hochwertigen Genuss, sondern auch zu einem Geschenk der Extraklasse. Die Flaschen werden von den Bewohnern etikettiert und verpackt.



Das ausgezeichnete «Epheser Olivenöl» können Sie in schönen 5-dl-Flaschen à CHF 27.00 bei uns bestellen (Mengenrabatt ab 5 Flaschen).

Wohnhuus Meilihof
Dorfstrasse 3c
8925 Ebertswil

www.meilihof.ch
info@meilihof.ch

Tel. 043 366 10 40
Fax 043 366 10 49

Die neue Kartenkollektion ist da!

Werfen Sie einen Blick in den beiliegenden Prospekt!

Der Erlös aus dem Verkauf kommt vollumfänglich den Bewohnern zu Gute.

