

Leben in Abhängigkeit von Dritten



Liebe Leserinnen, liebe Leser

Menschen mit einer Körperbehinderung im Sechtbach-Huus sind tagein, tagaus auf die Hilfe von Dritten angewiesen. Ihr Leben ist häufig eine Gratwanderung zwischen Selbst- und Fremdbestimmung. Ziel der Betreuung ist es, das Gleichgewicht von Selbst- und Fremdbestimmung zu ermöglichen und die Selbstständigkeit der Bewohner zu fördern. Denn Lebensqualität bedeutet nicht nur, gut betreut zu werden, sondern auch seinen Alltag selbst zu gestalten. Die dazu notwendige Hilfe variiert je nach Art und Grad der Behinderung.

Wie aber erleben die Bewohner des Sechtbach-Huus die Abhängigkeit von Betreuungspersonen und anderen Menschen, die ihnen helfen? Wie definieren sie Selbstbestimmung und Selbstständigkeit? Auf diese und weitere Fragen hat Peter Parise den HuusNews geantwortet. Seine Antworten zeigen, dass der Umgang mit dem Thema Abhängigkeit auch eine Frage der Perspektive ist. Sie zeigen auch, dass Menschen mit einer Behinderung ihre Mitmenschen genau beobachten. Sie deuten ihr Verhalten und erkennen schnell, wer mit ihnen wie kommuniziert und ob jemand für eine Begegnung offen ist.

Die Selbstständigkeit der Bewohner im Alltag hängt entscheidend davon ab, welche Perspektive sie einnehmen. Gelingt es ihnen, die Selbstbestimmung als Entscheidungsfreiheit zu sehen und die Hilfe zur Umsetzung anzunehmen, können sie aktiver am Leben teilhaben. Menschen, die von Geburt an behindert sind, haben oft weniger Mühe damit als solche, die später im Leben eine Behinderung erlitten haben.

Wichtig für alle ist, dass ihr Gegenüber in ihnen nicht einfach einen Behinderten im Rollstuhl, sondern den Menschen sieht. Sie wünschen sich eine Kommunikation auf Augenhöhe, bei der sie direkt angesprochen werden und sich der Kommunikationspartner bei Sprachschwierigkeiten nicht gleich zurückzieht. Wer den Bewohnern in Ruhe zuhört, merkt, dass Menschen mit einer Körperbehinderung genauso behandelt werden möchten wie wir alle.

Guido Eberhard
Hausleitung Sechtbach-Huus

HuusNews Nr. 23
September 2015

Inhalt

- Im Gespräch mit Peter Parise: Bewohner in Abhängigkeit von Dritten
- Bewohnerferien 2015: Hamburg, Schwarzwald oder Magliaso
- 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

Samstag, 24. Oktober 2015
Kinder Flohmarkt
10.00 bis 14.30 Uhr

Impressum

Konzept und Inhalt
Stiftung WFJB
Sechtbach-Huus Bülach

Redaktion
Sprache & Kommunikation
Iris Vettiger, 8002 Zürich

Druck
bm druck ag
8185 Winkel

Im Gespräch mit Peter Parise: Bewohner in Abhängigkeit von Dritten



Peter Parise vor dem Pub in Bülach

Peter Parise lebt seit 21 Jahren im Sechtbach-Huus und arbeitet eineinhalb Tage in der Woche an einem geschützten Arbeitsplatz am Empfang. Er war von Geburt an körperbehindert und lebte von 1972 bis 1989 im Rehabilitationszentrum für Kinder und Jugendliche des Kinderspitals Zürich in Affoltern am Albis. Danach verbrachte er sechs Jahre im Tessin, oberhalb Agno, wo er vor allem Mitbewohner mit einer geistigen Behinderung hatte und daher gerne wechseln wollte. Peter ist unternehmungslustig, kontaktfreudig und oft im Rollstuhl in Bülach unterwegs. Er ist ein gutes Beispiel dafür, dass Selbstbestimmung und Selbstständigkeit nicht gleichbedeutend sind.

Wie definieren Sie Abhängigkeit von Dritten?

Ich habe mir das noch nie überlegt. Da ich mein Leben lang auf Hilfe angewiesen war, ist das für mich der Normalzustand.

Was bedeutet Selbstständigkeit für Sie?

Selbstständigkeit bedeutet für mich, selbst zu entscheiden. Im Grossen und Ganzen bin ich

zufrieden, wie das geht. Ich nehme es im Alltag nicht als Einschränkung war, wenn ich z. B. nicht selbst essen kann.

Wie sieht die Hilfe der Betreuung im Sechtbach-Huus aus?

Die Betreuung hilft mir beim Aufstehen, bei der Körperpflege, dem Ankleiden und natürlich beim Essen. Alle kennen mich und wissen genau, was ich brauche, wie sie mich halten müssen usw. Ich brauche auch Hilfe bei den Einzahlungen. Das erledigt entweder eine Betreuungsperson oder ein freiwilliger Helfender für mich.

Wie gehen Sie vor, wenn Sie auswärts jemanden um Hilfe bitten?

Ich schaue den Leuten zuerst in die Augen und überlege mir, wer in Frage kommt. Meist fällt die Wahl auf einen jungen Erwachsenen. Manchmal sehen die Leute aber selbst, dass ich Hilfe brauche.

Sagen Sie diesen Menschen etwas zu Ihrer Behinderung?

Nein, man sieht ja, dass ich im Rollstuhl sitze und die Arme nicht bewegen kann. Wenn ich also jemanden bitte, mir beim Trinken oder Essen zu helfen, braucht das keine Erklärung.

Was ist Ihnen unangenehm?

Mir ist es unangenehm, wenn Leute über meinen Kopf hinweg meine Begleitperson ansprechen. Einmal fragte ein Kellner meinen Begleiter «Und was will ER?». Dieser antwortete ihm: «Woher soll ich denn das wissen. Das müssen Sie IHN fragen.» Die Szene kam mir vor, wie ein

Emil-Sketch. Wir haben lange darüber gelacht.

Warum reagieren Menschen so?

Vielleicht, weil sie unsicher sind oder zu viel Respekt haben.

Ist es auch schon vorgekommen, dass niemand da war, als Sie Hilfe gebraucht haben?

Das ist schon vorgekommen. Einmal bin ich mit meinem Rollstuhl an einem Gartenhag hängen geblieben, weil ich zu schnell um die Ecke kam. Da musste ich Guido Eberhard anrufen, damit er mich aus meiner Misslage befreit. Zweimal bin ich im Rollstuhl umgekippt, weil der Randstein zu hoch war. In beiden Fällen halfen mir Passanten spontan. Glücklicherweise habe ich mich dabei nicht schwer verletzt.

Wie organisieren Sie den Transport, wenn Sie etwas unternehmen?

Wenn ich zu einem ZSC-Match gehe, nehme ich das TAXI-Taxi. Der Fahrer lädt mich vor dem Hallenstadion ab. Ein Securitas hilft mir, zu meinem Platz zu kommen, und wenn er Zeit hat, bringt er mir auch etwas zu trinken oder eine Wurst. Einmal im Monat besuche ich meine Eltern in Reichenburg. Dann muss ich einen anderen Fahrdienst aufbieten. Mittlerweile kennen mich alle Fahrer.

Was ist Ihnen das Wichtigste im Kontakt mit anderen Menschen?

Dass sie mir zuhören und sich Zeit nehmen. Oft sagen sie «Warte mal!» oder «Ich komme gleich wieder!» und dann sind sie weg.

Bewohnerferien 2015: Hamburg, Schwarzwald oder Magliaso



Eine Gruppe von Bewohnern am Luganersee (links), Werner, gutgelaunt im Rollstuhl auf der Reeperbahn (rechts)

Im Frühling flogen fünf Bewohner nach Hamburg. Sie wohnten im Integrationshotel «Stadthaus Hamburg», das im Stadtteil Altona in unmittelbarer Nähe vom Fischmarkt, dem berühmten Hafen und anderen Sehenswürdigkeiten liegt. Ferner stellt es Hilfsmittel und Pflegebetten für schwerbehinderte Teilnehmende zur Verfügung.

Hamburg ist die zweitgrösste Stadt Deutschlands. Die Besucher aus Bülach waren vom Angebot der Hansestadt begeistert. Sie unternahmten Stadtbesichtigungen auf eigene Faust, machten eine Hafenrundfahrt, besichtigten eine Brauerei und besuchten den Tierpark Hagenbeck, wo 1860 Tiere aller Kontinente, darunter eine der grössten Elefantenherden Europas und viele freilaufende Tiere leben.

Da in Hamburg die Nächte bekanntlich lang sind, durften

auch die abendlichen Ausflüge ins Amüsierviertel St. Pauli und auf die Reeperbahn nicht fehlen. Die Bewohner hatten viel Spass und die Stimmung war ausgelassen.

Auch in diesem Jahr reisten acht Bewohner nach Magliaso. Die eine Hälfte reiste per Auto, die andere per Bahn. Ihr Ziel war das Centro Evangelico Magliaso, das direkt am Luganersee in unmittelbarer Nähe der Schiffstation und anderen Sehenswürdigkeiten liegt. Es stellt nicht nur Hilfsmittel und Pflegebetten für schwerstbehinderte Teilnehmende zur Verfügung, sondern erlaubt es Gästen im Rollstuhl auch, sich auf dem weitläufigen Gelände am See barrierefrei zu bewegen. Die Bewohner genossen die landschaftlich reizvolle Gegend um den Luganersee.

Im September reisen sieben Bewohner mit einem Car in den

Schwarzwald. Mit dem Gesundheitshotel «Bad Peterstal» konnte ein Hotel gefunden werden, das sich dank einer rollstuhl- und behindertengerechten Ausstattung besonders für junge Menschen eignet. Die Vorfreude bei den Bewohnern ist gross und die Leitung ist gespannt darauf, wie sich der erste Aufenthalt mit einer Gruppe im Schwarzwald gestalten wird.

Bewohnerferien bieten Abwechslung vom Betreuungsalltag und sind eine wichtige Quelle für Freude. Sie erlauben es den Bewohnern, für ein paar Tage die Seele baumeln zu lassen und neue Eindrücke zu sammeln. Da sie in den Ferien nahezu auf eine 1-zu-1-Betreuung angewiesen sind, ist das Sechtbach-Huus für die Durchführung der Ferien auf Spendengelder und freiwillige Helfende angewiesen.

Wir sammeln Spendengelder für Ferien und Ausflüge und danken herzlich für Ihre Unterstützung!

Spendenkonto PC 85-30900-8



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. Atilay Ileri, 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.

Unser Olivenöl hat lediglich einen Anteil von 0.2 bis 0.3% und ist somit ein besonders hochwertiges Produkt. 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. Der Erlös aus dem Verkauf kommt vollumfänglich den Bewohnern zu Gute.



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

Sechtbach-Huus
Gartematt 1
8180 Bülach

www.sechtbach-huus.ch
info@sechtbach-huus.ch

Tel. 043 411 43 43
Fax 043 411 43 44

Die neue Kartenkollektion ist da!

Werfen Sie einen Blick in den beiliegenden Prospekt!



Wir danken allen Gästen und dem Stadtpräsidenten von Bülach, Mark Eberli, für ihren Besuch und ihr Interesse am Tag der offenen Tür!

Mark Eberli (links)
mit Hausleiter
Guido Eberhard