

## Aktuelles rund um das Wohnhaus Bärenmoos

### Zuhause im Bärenmoos: Bea Renggli



Bea Renggli lebt seit 2008 im Wohnhaus Bärenmoos. Vor 25 Jahren erhielt sie die Diagnose Multiple Sklerose und sitzt heute im Rollstuhl. 18 Jahre ihres Lebens verbrachte sie in den USA und zwei weitere in Neuseeland. Sie genoss das Leben in vollen Zügen, segelte, tauchte und fuhr Ski. Die ehemalige Lithographin liebte Motorräder und betrieb sogar Motocross. Sie erinnert sich gerne an jene Zeiten und weiss viele Geschichten aus der männerdominierten Welt zu erzählen.

Mit fortschreitender Krankheit begann sich ihr Leben radikal zu verändern. Sie musste ihren Beruf und viele Hobbys aufgeben, fühlte sich in den USA zunehmend einsamer und erkannte schliesslich, dass sie nicht mehr alleine leben konnte. Als im Bärenmoos ein Zimmer frei wurde, entschloss sie sich, in die Schweiz zurückzukehren. Innerhalb weniger Wochen musste sie ihren Haushalt auflösen und ihr gewohntes Leben hinter sich lassen. *«Ich war eigentlich immer flexibel und glaube, dass mir das geholfen hat, mich schnell an das Leben im Bärenmoos zu gewöhnen und mich anzupassen.»*

Ihr Alltag im Bärenmoos ist gut strukturiert. Sie besucht regelmässig eine externe Physio- und Ergotherapie und organisiert bis heute ihre Termine und das Tixi-Taxi. Wenn jedoch etwas Unvorhergesehenes geschieht, braucht sie die Unterstützung der Betreuung. *«Ich kann mich nicht mehr so schnell auf eine neue Situation einstellen.»* Sie wirft regelmässig einen Blick in ihre Mailbox. *«Wenn jemand vorbeikommen möchte, muss ich meine Termine koordinieren. Damit ich keinen vergesse, schreibe ich alle auf. Ausserdem pflege ich nach wie vor meine Kontakte in Übersee per E-Mail.»*

Bea Renggli trainiert täglich mit der Stehhilfe Standing. Darüber hinaus macht sie im Rahmen der Beschäftigung Arbeit am Computer mit dem Betreuer Gerard Hilbrands. *«Gemeinsam verschönern wir Fotos am PC.»* Als gelernte Lithographin hat sie ein geschultes Auge und weiss genau, wie man die Bilder ins beste Licht rückt.

Bea Renggli ist ein positiver, humorvoller und fröhlicher Mensch. Sie definiert sich nicht über ihre Krankheit und nimmt die Hilfe und Unterstützung, die sie im Bärenmoos bekommt, gerne an.

**SprungBrett Nr. 49**  
**April 2017**

#### Öffentliche Anlässe

**Samstag, den 13. Mai 2017**  
Tag der offenen Tür !

11.00 – 17.00 Uhr

**Freitag, 14. Juli 2017**  
Bärenmoos-Beiz  
«Südamerika»  
ab 18.30 Uhr  
(Anmeldung erforderlich)



## Eine individuelle Tagesstruktur: Jeder Bewohner hat seine Agenda!



Eine Bewohnerin beim Kochen (links) und eine Bewohnerin beim Staubsaugen (rechts)

Sinnvolle Tagesstrukturen sind eine wichtige Quelle für Lebensqualität. Im Zentrum der Betreuung im Wohnhaus steht das Training der Aktivitäten des täglichen Lebens.

### Individuelle Förderung

Die individuelle Förderplanung hilft dem Bewohner, seine Fähigkeiten zu erhalten oder zu fördern. Darüber hinaus übernimmt jeder Bewohner regelmässig ein Ämtli für die Gemeinschaft wie das Entsorgen von Altpapier oder Glas oder den Menüplan nachführen. «Die Mitarbeitenden leisten die notwendigen Hilfestellungen dazu nach dem Grundsatz: So viel Selbstständigkeit wie möglich, so viel Unterstützung wie nötig», erklärt Sandra Zuljevic. «Wir kennen die Bewohner gut und wissen auch, wie wir sie am besten motivieren können.»

### Tagesstruktur nach Agenda

Jeder Bewohner hat eine Agenda

oder einen Wochenplan, in die er alle internen und externen Termine einträgt. «Die Bewohner vergessen oft, was ansteht, oder rechnen zu wenig Zeit dafür ein», sagt Sandra Zuljevic. «Die Betreuung stellt sicher, dass der Bewohner seine Termine wahrnimmt, das Taxi bestellt ist oder der Bewohner rechtzeitig in der Beschäftigung ist.» Gleichzeitig muss die Betreuung die Koordination der Abläufe in der Betreuungseinheit sicherstellen. Dabei kann es gelegentlich auch zu Stresssituationen kommen.

### Gegenseitige Rücksicht

«Christian will zum Beispiel jeden Tag um 15 Uhr den Wetterbericht hören. Die Mitarbeitenden der Betreuung wissen, dass sie nicht um 14.50 Uhr mit einer Frage zu ihm gehen können», führt die Ressortleiterin weiter aus. Das bedeutet aber auch, dass sich Christian zu einer anderen Zeit nach der Betreuung oder einem anderen Bewohner richten muss.

«Die Themen Tagesstruktur und Beschäftigung werden bereits bei Vorgesprächen zu einem Eintritt aufgenommen», erklärt Frau Zuljevic. «Wer im Bärenmoos lebt, muss seine Tagesstruktur aktiv mitbestimmen und an Gruppenaktivitäten teilnehmen.»

### Beschäftigung

Die Beschäftigung leistet einen wichtigen Beitrag zur Tagesstruktur der Bewohner. Im Unterschied zum Training im Wohnbereich stehen nicht die motorischen oder kognitiven Fähigkeiten, sondern die Ausübung der Tätigkeit selbst im Zentrum. Ziel der Angebote ist es, dem Bewohner eine Perspektive für den Alltag zu geben und sein Selbstwertgefühl zu stärken.

### Unterstützung der Bezugsperson

Die Bezugsperson lässt einen neuen Bewohner aus seinem Vorleben erzählen und fragt ihn nach seinen Vorlieben.





Bewohnerin beim Gehtraining

«Vielleicht zeigt der neue Bewohner Interesse am Arbeiten mit Holz, spielt Schach oder erinnert sich an Aufgaben, die er früher zu Hause wahrgenommen hat. Dann stellt ihm die Beschäftigung diverse Angebote vor und lässt ihn unverbindlich schnuppern und ausprobieren. Erst wenn er sein Interesse zeigt, wird eine solche Aktivität fix in die Tagesstruktur eingeplant», meint Sandra Zuljevic.

#### Aktivitäten der Betreuung Wohnen im Haus

- Zimmer aufräumen, abstauben
- Hilfe bei der Freizeitgestaltung
- Umsetzung der Förderplanung
- Gespräche mit Angehörigen

#### Aktivitäten der Betreuung ausser Haus

- Begleitung zum Einkaufen, ins Schwimmbad, zum Coiffeur oder zur Pédicure
- Begleitung zu externen Arzt- oder Therapieterminen

#### Aktivitäten der Beschäftigung

- Handwerklich-gestalterische Aktivitäten:
  - Malen mit verschiedenen Techniken, Arbeiten mit Textilien
  - Gestalten von Dekorationen für Feste
  - Herstellen von diversen Produkten aus Holz oder Filz für den Verkauf
- Bewegungsprogramme
- Kognitives Training, Arbeit am Computer
- Theaterspielen, Musizieren, Singen, Musikhören, Spielen
- Gartenarbeiten, Kochen, Backen
- Lesen, Vorlesen, Schreibwerkstatt, Diskussionsgruppe, Filmeschauen
- Teilnahme an Projekten wie z. B. Verpacken der Hauszeitungen

#### Standortgespräche

Die Zufriedenheit der Bewohner mit der Tagesstruktur wird regelmässig evaluiert. «Ziele, die wir für den Bewohner sehen, müssen für ihn nicht unbedingt stimmen.»

Damit die Tagesstruktur den Bewohner weder unter- noch überfordert, haben die Betreuung und die Beschäftigung einen gemeinsamen Rapport.

Die jeweilige Bezugsperson tauscht sich mit den anderen Mitarbeitenden und dem Bewohner aus und bereitet daraufhin die Familien- und Standortgespräche vor. Dank diesen Gesprächen können auch allfällige Interessen der Angehörigen einbezogen und im Alltag umgesetzt werden.



Bewohner beim Malen im Atelier bei Esther Breuning und beim Arbeiten mit Holz bei Markus Meier im Werkpunkt

## Ursula Wüest: «Mir ist der Kontakt zu den Menschen wichtig!»



Ursula Wüest am Empfang, beim Vorlegen von Dokumenten und beim Verwalten des Büromaterials



Ursula Wüest arbeitet seit 2008 an der Telefonzentrale und am Empfang im Bärenmoos. Sie kennt nicht nur jeden im Wohnhuus, sondern auch alle Tixi-Taxi-Fahrer, viele Lieferanten und Anrufer.

Die mittlerweile routinierte Mitarbeitende schätzt den Kontakt zu den Menschen, freut sich über bekannte Gesichter und liebt die Abwechslung im Alltag. *«Ich liebe Herausforderungen und ergreife auch gerne einmal die Initiative!»*

Ihr Aufgabenbereich ist über die Jahre gewachsen. Sie bewirtschaftet das Büromaterial, gestaltet die Einladungen zur Bärenmoos-Beiz und schreibt die Geburtstagskarten für die Stiftung WFJB. Darüber hinaus verfasst sie das Protokoll der Hauskommission.

Viele Aufgaben erledigt Ursula Wüest mittlerweile selbstständig. *«Ich spüre das Vertrauen meiner Vorgesetzten und kann immer nachfragen, wenn ich unsicher bin.»*



## Geschützte Arbeitsplätze (GAP) in der Stiftung WFJB

Arbeit ist ein bereichernder Teil des Lebens. Sie strukturiert den Alltag, steigert das Selbstvertrauen und fördert die Eigenständigkeit. Das gilt auch für Menschen mit einer Körperbehinderung oder einer Hirnverletzung, die auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt keine Arbeit finden.

Voraussetzung für einen GAP ist, dass der Mitarbeitende nach einer gemeinsam festzulegenden Ein-

führungszeit mindestens 30 Prozent bzw. 10.5 Stunden pro Woche selbstständig arbeiten kann. Einsatzmöglichkeiten gibt es im Büro, am Empfang und an der Telefonzentrale, in der Lingerie und im Hausdienst.

An einem GAP wird sichergestellt, dass die Aufgaben die Möglichkeiten des Mitarbeitenden weder über- noch unterfordern. Der direkte Vorgesetzte plant und begleitet die

Arbeitseinsätze im Alltag.

Mitarbeitende an einem GAP haben einen Arbeitsvertrag, eine auf sie ausgerichtete Stellenbeschreibung und ein jährliches Beurteilungs- und Zielvereinbarungsgespräch.

Wie jeder andere Arbeitnehmende müssen sie auch bereit sein, sich in einem beruflichen und sozialen Umfeld zu integrieren.



## Freiwillige Helfende: Menschen, die den Bewohnern Zeit schenken

Freiwillige Helfende leisten einen wertvollen Beitrag zur Lebensqualität und zum sozialen Austausch der Bewohner.

### Begleitung in Alltag und Freizeit

Während sich die Mitarbeitenden auf die Pflege, Betreuung und Beschäftigung konzentrieren, übernehmen freiwillige Helfende Aufgaben, die im Idealfall von Angehörigen oder Freunden erledigt werden. Sie fahren Bewohner in die Therapie, begleiten sie zum Einkaufen oder unternehmen gemeinsam etwas in der Freizeit wie Kaffee trinken gehen oder einen Spaziergang machen.

Während die einen gerne alleine mit einem Bewohner etwas unternehmen, fühlen sich die anderen wohler in Begleitung von mehreren Bewohnern und Mitarbeitenden. Voraussetzungen für einen Einzeleinsatz sind gegenseitige Sympathie und Vertrauen. Der Austausch stellt für beide Seiten eine Herausforderung und eine Bereicherung dar.

Das Bärenmoos hält die Standards für die Freiwilligenarbeit ein, die im Schweizerischen Sozialausweis formuliert sind. Die freiwilligen Helfenden werden in Sicherheitsaspekten geschult, sind unfallversichert und haben eine Ansprechperson im Betrieb, die sie anleitet und ihnen bei Unsicherheiten zur Seite steht.

Wir suchen immer freiwillige Helfende. Wenn auch Sie den Bewohnern Zeit schenken möchten, laden wir Sie herzlich zu einem unverbindlichen Gespräch ins Bärenmoos ein.

Karin Albrecht freut sich auf Ihren Anruf unter 044 720 19 00.



Der freiwillige Helfende Luki Baur mit Bewohner Röbi

## Kurzinterview

Luki Baur ist pensionierter Banker, wohnt in Oberrieden und engagiert sich seit rund vier Jahren als freiwilliger Helfer im Bärenmoos.

### Wie kam es zu Ihrem Engagement?

Ich habe mich über verschiedene Optionen von «Arbeiten als Volontier» informiert. Da ich am liebsten etwas an meinem Wohnort machen wollte und das Bärenmoos schon kannte, bewarb ich mich als freiwilliger Helfer.

### Wie oft stehen Sie im Einsatz?

Normalerweise zweimal pro Woche: Am Mittwoch fahre ich Röbi jeweils zur Physio. Am Donnerstagnachmittag mache ich abwechselungsweise mit Röbi oder Nico einen Ausflug, z. B. zum Coiffeur. Wenn kein konkreter Wunsch besteht, unternehmen wir gemeinsam eine Fahrt ins Blaue. Ausserdem

habe ich bereits dreimal als Begleiter an einem ganztägigen Bewohnerausflug teilgenommen.

### Wir verläuft der Kontakt mit den Bewohnern? Wie erleben Sie diesen?

Der Kontakt mit den Bewohnern unterscheidet sich nicht von jenem mit andern Mitmenschen. Mich persönlich freut es immer, wenn die Bewohner nach einem Ausflug ein herzliches Dankeschön aussprechen oder Vorfremde auf den nächsten Ausflug zeigen.

Meine Frau und ich freuen uns auch immer auf die Bärenmoos-Beiz, wo wir dann mit Bewohnern und Gästen ein köstliches Abendessen geniessen. Kompliment an die Küchenmannschaft!

Vielen Dank, Herr Baur.

## Zusammenarbeit mit Angehörigen und Beiständen



*Freiwillige Helfende unterstützen das Bärenmoos beim Bewohnerausflug*

Das Wohnhaus Bärenmoos legt grossen Wert auf eine partnerschaftliche Zusammenarbeit mit Angehörigen und Beiständen.

### Angehörige kennen die Biographie

Angehörige bieten den Bewohnern Halt in schwierigen Lebenssituationen, oft lange bevor sie ins Bärenmoos eintreten. Sie kennen ihre Biographie, ihren Charakter und ihre Vorlieben. Angehörige sind die Experten, was das bisherige Leben der Bewohner betrifft.

### Betreuende kennen den Alltag

Die Mitarbeitenden der Betreuung begleiten die Bewohner in ihrem Alltag, kennen ihre aktuellen Befindlichkeiten und Bedürfnisse. Sie sind die Experten, was die Pflege und Betreuung von Menschen mit einer Körperbehinderung oder einer Hirnverletzung betrifft und können viele Situationen in einen Kontext stellen. Die Bewohner kennen und brauchen die Unterstützung beider Gruppen.

### Regelmässiger Austausch

Wichtig ist, dass der Bewohner bestimmt, welcher Angehörige für ihn am wichtigsten und Ansprechpartner für das Bärenmoos ist. An den regelmässigen Standortgesprächen nehmen der Bewohner, der Angehörige und die betreuende Bezugsperson teil.

Diese Gespräche geben dem Angehörigen Einblick in den Alltag der Bewohner, in die Förderplanung und die Entwicklung des Bewohners. Die Betreuung wiederum hat die Gelegenheit, von der Erfahrung des Angehörigen zu profitieren, seine Anliegen aufzunehmen und die Zusammenarbeit zu koordinieren.

Die Kommunikation erfolgt nicht über, sondern immer mit dem Bewohner – wie das in einem selbstbestimmten Leben und in den Grundlagen der Stiftung WFJB üblich ist.



*Besuch von Angehörigen: Mutter und Sohn im Gespräch*

### Impressum

**Konzept und Inhalt:**  
Stiftung WFJB,  
Wohnhaus Bärenmoos,  
Oberrieden

**Redaktion:**  
Sprache & Kommunikation,  
Iris Vettiger, Zürich

**Druck:**  
Künzler Druck GmbH, Thalwil

**Verpackung** durch die  
Bewohnerinnen und Bewohner