



# RBS-Bulletin

Das Luxemburger Fachblatt für Altersfragen



► Yoga für Senioren: **Im eigenen Rhythmus**

► Interview: **La joie prolonge la vie**

► **Schwerpunkt Fortbildung:**

**Was lernen wir wirklich?**

Mit **Seminarkalender**

[www.rbs.lu](http://www.rbs.lu)



RBS



[www.rbs.lu](http://www.rbs.lu)

## Homepage Service RBS asbl

- présentation du service RBS asbl  
Académie Seniors & Institut de Formation
- description des activités principales
- contacts

### Académie Seniors / Institut de formation

#### Offres actuelles

- les sujets: culture générale, psychogériatrie & gérontologie, management social, informatique, santé, loisirs, divers
- par thème, nous proposons des séminaires, des conférences, des groupes de travail, des excursions, des randonnées, ...
- méthode d'inscription: panier

#### Publications

- tous nos produits sont disponibles à des prix très compétitifs (livres, brochures, guides, magazines, DVD, jeux de société, ...)

#### Nouveautés

- présentation de nouveaux produits
- articles spécialisés sur différents thèmes

#### Projets de coopération

- description des manifestations organisées en collaboration avec d'autres organismes

#### Shop

#### Panier

#### Conditions de vente



CENTER FIR  
ALTERSFROEN

Service RBS asbl  
20, rue de Contern  
L-5955 Itzig

#### Redaktion:

Simon Groß  
Jacqueline Orlewski  
Vibeke Walter

#### Erscheinungsweise:

Dreimal im Jahr,  
jeweils im Januar,  
Mai und September

#### Informationen und Abonnement:

Tel.: 36 04 78-33  
Fax: 36 02 64

DEXIA IBAN LU08 0028  
1385 2640 0000

#### Grafische Umsetzung:

KA communications S.à.r.l.  
50, rue des Remparts  
L-6477 Echternach

#### Druck:

FABER  
Print services & solutions  
7, rue de Prés, L-7561 Mersch





## Altersfragen

Vor einiger Zeit waren in einem Magazin folgende Zeilen zu lesen:

„Antworten haben ein Verfallsdatum! Wir müssen bereit sein, uns **dieselben** Fragen immer wieder zu stellen, Antworten können und müssen sich ändern.“

Eine wirklich aufschlussreiche Erkenntnis, die der Sänger der schwedischen Popgruppe Aha, Morton Hacket, hier wohl keineswegs spezifisch für den Lebensabschnitt Alter formuliert hat. Doch er bringt damit eine Tatsache zum Ausdruck, die in der Beschäftigung mit dem eigenen Alter, der gesellschaftlichen Herausforderung durch einen steigenden Anteil an älteren Menschen und der Qualifizierung von Mitarbeitern in der Altenhilfe nur zu gerne unterschätzt wird.

Hand auf's Herz, haben Sie nicht auch schon öfter gedacht, ach, schon wieder dieses Thema? Oh, nein, die Prognosen zur demographischen Entwicklung habe ich doch schon oft genug gesehen! Aah, jetzt hat auch die EU erkannt, dass die Versorgung von Menschen mit dementiellen Symptomen die Mitarbeiter in der ambulanten und stationären Altenhilfe besonders herausfordert. Wir ärgern uns, wenn wiederholt dieselben Fragen aufgeworfen werden, ohne konkrete Antworten zu erhalten. Dabei übersehen wir nur zu gerne, dass es nicht um neue Fragen, sondern um neue Antworten geht, die wir selbst im Berufsalltag suchen müssen.

Selten machen wir uns bewusst, dass uns die Prognosen vor 20 Jahren schon längst in der Realität eingeholt haben. Ohne uns noch zu wundern, stellen wir fest, dass die Menschen heute älter werden, länger aktiv bleiben und später in Heime ziehen. Dass durch den gestiegenen Anteil von älteren Menschen in der Bevölkerung auch mehr Menschen an einer Demenz oder einer Depression leiden, ist eigentlich einfache Mathematik.

Inzwischen haben sich Institutionen und Prozentsätze im Altenhilfessektor so weit verändert, dass aus der Theorie längst unübersehbare Tatsachen im Pflegealltag geworden sind. Beklagte man vor 20 Jahren, dass viele „Demente“ in einem Altenheim zu versorgen seien, so meinte man vielleicht 5% aller Heimbewohner. Heute benötigen wir neue Antworten, da einerseits der Anteil von Senioren mit hirnorganischem Psychosyndrom in stationären Altenhilfeeinrichtungen teilweise bei weit über 50% liegt. Andererseits findet die Beziehung zwischen Pflegebedürftigen und Mitarbeitern in immer kürzeren Zeiteinheiten mit einer steigenden Zahl von wechselnden Bezugspersonen statt, da sich die ambulante Versorgung verlängert und die Aufenthaltsdauer in stationären Einrichtungen reduziert.

In dem Sinne haben sich die Anforderungen an Mitarbeiter der Altenhilfe fundamental geändert, während die Frage nach der „richtigen“ Pflege für die steigende Anzahl von älteren Menschen mit einer „Demenz“ geblieben ist. Auch andere Fragen stellen sich immer wieder neu: Wie sieht eine angemessene Qualifizierung von Personal aus verschiedenen Ländern mit unterschiedlichen Basisausbildungen aus? Wie lässt sich die Zusammenarbeit von interkulturellen und multiprofessionellen Teams in der Altenhilfe verbessern? Wie kann die Qualität in sozialen Unternehmen bewertet und gewährleistet werden, insbesondere wenn der sogenannte Kunde seine Bedürfnisse nicht mehr eindeutig artikulieren kann?

Als „RBS – Center für Altersfragen“ haben wir uns zum Ziel gesetzt, solche Fragen immer wieder neu zu stellen und im Dialog mit Vertretern der Politik, Wissenschaft und der Praxis sinnvolle Antworten zu finden. Und manchmal lohnt es sich dabei auf Bewährtes zurückzugreifen und eine verloren geglaubte Antwort neu zu beleben. Alles ist möglich, solange niemand glaubt, dass es die eine – für immer gültige – Antwort geben kann.

Simon Groß, Direktor des Service RBS

## **KURSE für Angehörige von Pflegebedürftigen – 1. Semester 2010**

### ► **BIEN MANGER POUR MIEUX TRAVAILLER**

Bon nombre d'entre nous sont contraints de prendre leur repas sur le lieu du travail. Déjeuners à l'extérieur, restaurations rapides: peut-on réussir à manger équilibré au travail? Découvrons ensemble des conseils et idées pratiques pour une alimentation saine au quotidien.

**SIWEBUEREN: 18.05.10 (19-21 Uhr – français)**

### ► **KÖNNEN SIE MIR BITTE MEINE ANGST NEHMEN?**

Angststörungen gehören in unserer Zeit zu den verbreitetsten Krankheitsbildern überhaupt.

Der Kurs vermittelt Basiswissen über Angststörungen und kurzzeittherapeutische Interventionen, mit dem Ziel eigene Ängste nicht mehr als lähmend zu empfinden.

**SIWEBUEREN: 19.05.10 (19-21 Uhr – luxbg.)**

### ► **MENTAL UND KÖRPERLICH FIT BIS INS HOHE LEBENSALTER**

Für das kommende Alter mental und körperlich gewappnet sein. Im Kurs wird eine Kombination aus Gedächtnistraining und psychomotorischem Training vermittelt, mit dem präventiven Ziel der Erhaltung und Förderung der Selbstständigkeit im Alter.

**BETZDORF: 31.05/07.06/14.06 + 05.07.10 (15-17 Uhr – luxbg.)**

### ► **KURSE ÜBER DEMENZ**

Was ist eine Demenz? Welche Veränderungen bringt eine solche Erkrankung mit sich? Was kann mir das Leben mit einer an Demenz erkrankten Person erleichtern? Vor einem allgemeinen theoretischen Hintergrund werden in diesem Kurs praktische, alltagsrelevante Themen besprochen.

**HOLZTHUM: 26.05.10 (19-21 Uhr – luxbg.)**

**SIWEBUEREN: 02.06.10 (19-21 Uhr – français)**

**DIFFERDANGE: 28.06.10 (15-17 Uhr – luxbg.)**

### ► **LA PERSONNE DÉMENTE FACE À UNE ALIMENTATION ADAPTÉE**

Chez la personne atteinte de démence, l'alimentation peut être affectée par un manque d'attention aux repas, une perte d'appétit ou l'apparition de problèmes de mastication et de déglutition... Afin de maintenir un poids et une hydratation adéquate, l'aide à l'alimentation doit être adaptée en conséquence.

**HOLZTHUM: 31.05.10 (19-21 Uhr – luxbg.)**

**SIWEBUEREN: 14.06.10 (19-21 Uhr – français)**

### ► **HEBETECHNIKKURSE und KURSE ÜBER SCHLAGANFALL: auf Anfrage**

### ► **COURS SUR LA MANUTENTION et SUR L'ACCIDENT VASCULAIRE CÉRÉBRAL: sur demande**

#### **An wen wenden sich die Kurse?**

An pflegende Angehörige: Lebenspartner, Kinder, Eltern, Freunde, Bekannte, Nachbarn... von pflegebedürftigen Personen und an Personen, welche präventiv teilnehmen möchten.

Neben Beratung und praktischen Übungen ist der Erfahrungsaustausch mit anderen Betroffenen ein wichtiger Bestandteil aller Kurse.

#### **EINSCHREIBUNGEN UND WEITERE INFORMATIONEN ZU DEN KURSEN:**

## ► Inhaltsverzeichnis



|                    |  |          |
|--------------------|--|----------|
| <b>Schwerpunkt</b> | <b>Bildungsmaßnahmen:<br/>Was lernen wir wirklich?</b> | <b>6</b> |
|--------------------|--|----------|



|                                     |           |
|-------------------------------------|-----------|
| <b>Notizen aus der Wissenschaft</b> | <b>14</b> |
|-------------------------------------|-----------|



|  |           |
|--|-----------|
| <b>Gartentherapie Hospice Civil Hamm:</b> Mit allen Sinnen (er)leben | <b>17</b> |
| <b>Neue Projektgruppe:</b> Bühne frei!                               | <b>20</b> |
| <b>Ergebnisorientierte Kennzahlen:</b> Indikatoren auf dem Prüfstand | <b>21</b> |



|                                   |           |
|-----------------------------------|-----------|
| <b>Fort- und Weiterbildung</b>    |           |
| Feedback                          | <b>24</b> |
| Seminarkalender                   | <b>26</b> |
| Teilnahmebedingungen für Seminare | <b>34</b> |



|                        |           |
|------------------------|-----------|
| <b>Für Sie notiert</b> | <b>37</b> |
|------------------------|-----------|



|   |           |
|---|-----------|
| <b>Interview:</b> La joie prolonge la vie     | <b>41</b> |
| <b>Yoga für Senioren:</b> Im eigenen Rhythmus | <b>44</b> |



|                |           |
|----------------|-----------|
| <b>Magazin</b> | <b>46</b> |
|----------------|-----------|

## Fortbildung



# Bildungsmaßnahmen: Was lernen wir wirklich?

Von Simon Groß ►

In Seminaren, Konferenzen, Vorträgen, Workshops, Praktika wird mit den unterschiedlichsten Methoden versucht, Wissen und Kompetenzen an Mitarbeiter zu vermitteln. Doch wie lassen sich die Effekte dieser Maßnahmen bewerten? Welche Motive verfolgen Träger, Vorgesetzte und Teilnehmer? Wie viel Fortbildung kommt am Ende tatsächlich in der Praxis an?

Im Laufe eines Jahres führt das Fortbildungsinstitut des Service RBS – Center für Altersfragen eine Vielzahl von Bildungsmaßnahmen durch und erhält von Teilnehmern Tausende von sogenannten „Feedbackbogen“ zurück. Auf diese Weise ergeben sich vielfältige Anregungen, inwieweit die jeweiligen Dozenten sowie die von ihnen angebotenen Inhalte den Bedürfnissen der Teilnehmer entsprechen und welche weitere Themen von welchen Dozenten zukünftig angeboten werden könnten. Daneben wenden sich Trägervertreter und Führungskräfte auch persönlich an den RBS, die bestimmte Qualifizierungsmaßnahmen für bestimmte Berufs-

gruppen oder für die gesamte Mitarbeiterschaft als notwendig erachten. Diese orientieren sich zum einen an Beobachtungen in ihren Einrichtungen und zum anderen an übergeordneten Trends, die durch wissenschaftliche Studien, Finanzierungsträger und politische Vorgaben mit ausgelöst werden. In Fachkongressen im In- und Ausland werden diese Tendenzen erörtert und in (Fach-)Medien verbreitet. Seltener wird dabei die tatsächliche Wirkung von konkreten Maßnahmen analysiert. Fortbildungen sind unbestritten ein wichtiges Mittel zur kontinuierlichen Professionalisierung in der Altenhilfe und haben einen festen Platz im Altenpflege-



sektor. Doch nicht jede Maßnahme ist gleich und erzeugt beim Teilnehmer dieselbe Wirkung, gerade in der Bildung sind „Äpfel nicht gleich Birnen“. Und ein als gut oder wichtig eingeschätztes Seminar ist noch lange keine Garantie dafür, dass die erlernten Inhalte auch tatsächlich im beruflichen Alltag angewendet werden.

Im vorliegenden Artikel werden einige Kriterien beschrieben, mit denen sich der Effekt von Bildungsmaßnahmen analysieren lässt. Sie dienen nicht nur dazu, besser zu verstehen, was kurzfristig durch die Teilnahme an einem Seminar geschieht, sondern sie ermöglichen auch, eine Prognose abzugeben, inwieweit das Erlernte tatsächlich im beruflichen Alltag angewendet werden kann und wird.

## Motivation

Die Motivation, sich ernsthaft qualifizieren oder eine besondere Leistung erbringen zu wollen, lässt sich nicht durch Anordnung oder Bezahlung erzwingen. Solche sogenannten extrinsischen bzw. äußeren Motivationsfaktoren (Belohnung, Bestrafung etc.) können sicherlich gewährleisten, dass Mitarbeiter an einer Fortbildung teilnehmen bzw. ihre Zeit „absitzen“. Doch ob die dargebotenen Inhalte tatsächlich von dem rein extrinsisch motivierten Teilnehmer aufgenommen und auch im beruflichen Alltag umgesetzt werden, ist eher anzuzweifeln. Daher sind Dozenten häufig gezwungen, erst einmal eine intrinsische (innere) Motivation bei ihren Teilnehmern aufzubauen, damit diese überhaupt ausreichend Interesse und Aufmerksamkeit entwickeln, um die Inhalte an sich „ranzulassen“. Erst wenn die Teilnehmer erkennen, dass sie durch die angebotenen Inhalte auch für sich persönlich etwas „mitnehmen“ oder sie ihre konkrete praktische Arbeit erleichtern können, sind sie von „innen“ heraus bei der Sache. Gelingt das

nicht, dann werden vielleicht Inhalte mitgeschrieben, doch sie werden nicht vom Teilnehmer verarbeitet bzw. auf die eigene Situation angepasst. Häufig spiegelt sich das darin wieder, dass solche Aufzeichnungen „Staub“ ansetzen und lediglich als Beweis der Teilnahme dienen.

Teilnehmer dagegen, die sich selbst für eine ganz spezifische Bildungsmaßnahme interessieren, sind besonders motiviert, weil sie für ihre eigene Person eine Weiterentwicklung erwarten und die erworbenen Kompetenzen auch außerhalb ihres Berufsalltags anwenden wollen. Sind Teilnehmer sogar davon überzeugt, dass sie sich durch eine bestimmte Bildungsmaßnahme höher qualifizieren und dadurch ihre Position verbessern können, besteht eine hohe Bereitschaft, sich auch mit komplexen Themen zu beschäftigen. Führt eine solche Qualifizierung allerdings nicht zu einer sichtbaren Anerkennung (z.B. Status, Entbindung von bestimmten Arbeiten, Übertragen neuer Verantwortlichkeiten), kann langfristig eine generalisierte negative Einstellung zu Fortbildungsmaßnahmen entstehen.

Betrachtet man vor diesem Hintergrund die Rückmeldungen zu Seminaren des RBS, so muss man davon ausgehen, dass die Motivationslage etlicher Teilnehmer zumindest am Beginn vieler Seminare eher extrinsisch gegeben ist. In den letzten Jahren ist der Anteil der Teilnehmer, die angeben, von ihrem Vorgesetzten „geschickt“ worden zu sein, deutlich gestiegen. Teilnehmer, die sich selbstbestimmt angemeldet haben, schätzen Seminare im Durchschnitt deutlich besser ein. Die Resonanz von Teilnehmern bei großen kompakten Veranstaltungen ist dagegen gespalten. Einerseits wird der reduzierte Zeitaufwand begrüßt, andererseits wird erwartet, dass Themen auch in einem solchen Kontext erschöpfend behandelt werden. Intensivere Seminare,



▲ **Dozenten müssen zunächst eine „innere“ Motivation bei den Teilnehmern aufbauen**



**Wahrlich erscheint mir sogar nur der zu leben und sich des Geistes zu erfreuen, der mit irgendeiner Aufgabe beschäftigt den Ruhm einer glänzenden Tat oder einer guten Kunst sucht.**

*Crispius Sallustius (86 – 35 vor Chr.)\**

*\* verum enim vero is demum mihi vivere atque frui anima videtur, qui aliquo negotio intentus praeclari facinoris aut artis bonae famam quaerit.*

### Fortbildung

die mehrere Tage dauern, werden dagegen häufig als „zu lang“ empfunden. Insgesamt wird deutlich, dass die Motivation der Teilnehmer am höchsten ist, wenn angebotene Themen sich auf Problemlagen beziehen, die die Teilnehmer konkret in ihrem persönlichen Alltag betreffen. Unklar bleibt dabei allerdings, wann und wodurch Mitarbeiter aufgrund einer steigenden Informationsflut am Arbeitsplatz überhaupt noch interessante Fortbildungsthemen für sich erkennen können.

#### Gedächtnis

Keine Bildungsmaßnahme kommt an der Frage vorbei, woran sich Teilnehmer eigentlich erinnern können bzw. was sie sich langfristig gemerkt haben. Relativ leicht kann durch „Abfragen“ getestet werden, ob „Fakten“ oder „Episoden“ im Gedächtnis abgespeichert wurden. Schwieriger ist es zu überprüfen, ob wir unbewusst bzw. implizit Wissen aus einem Seminar mitnehmen. Ebenso ist oft nicht klar, wann Teilnehmer sich an das abgespeicherte Wissen erinnern und ob sie dieses Wissen mit konkreten Situationen im beruflichen Alltag in Zusammenhang bringen. Gerade theoretisches Wissen muß erst auf konkrete Situationen zugeschnitten werden, damit es überhaupt wirksam werden kann. Häufig können Teilnehmer sehr gut Fakten wiedergeben, doch nutzen sie diese nur selten in ihrem beruflichen Alltag.

In den Rückmeldungen zu den Seminaren des RBS wird sehr oft darauf verwiesen, dass möglichst erlebnisorientierte didaktische Elemente genutzt werden sollten (z.B. Rollenspiele, konkrete Fälle visualisieren, Besprechen eigener praktischer Beispiele). Durch Selbsterfahrung wird das „episodische Gedächtnis“ aktiviert, was die Erinnerung durch den höheren „Ich-Bezug“ deutlich erleichtert. Doch

wenn Fakten vermittelt werden, so die Rückmeldungen, dann sollen sie möglichst auf klar definierte Handlungen bezogen sein. Getreu dem Motto, „was der Bauer nicht kennt, das frisst er nicht“ fällt es vielen Teilnehmern schwer, abstrakte Wissensinhalte aufzunehmen, da sie ihnen „fremdartig“ vorkommen. Viele Teilnehmer drücken die Erwartung aus, dass sie in möglichst kurzer Zeit alle Informationen optimal „aufnehmbar“ und „leicht verdaulich“ erhalten, um ihnen ihre konkreten Alltagssituationen zu erleichtern. Allgemein gehaltene Inhalte, die erst einen Übertrag auf die eigene berufliche Situation erfordern, werden in den Rückmeldungen sehr negativ bewertet bzw. als nutzlos eingeschätzt.

#### Problemlösen

Unser Leben und damit auch unser beruflicher Alltag besteht aus immer wieder neuen Problemen bzw. „nicht-routinemäßigen Aufgaben“, die laut der europäischen Kommission in den nächsten Jahren auch für niedrig-qualifizierte Mitarbeiter immer mehr zunehmen werden (vgl. „Neue Kompetenzen für neue Beschäftigungen“). Doch selbst wenn Menschen hoch motiviert sind und genügend Wissen haben, um solche Aufgaben zu lösen, neigen sie dazu, gewohnte Lösungsversuche zu wiederholen. Wenn jemand z.B. über Schlaflosigkeit klagt, dann bieten wir eben Tee zur Beruhigung an, weil wir das vielleicht schon selbst als Kinder bekamen. Erst wenn wiederholt keine positiven Ergebnisse erreicht werden, sind wir bereit, Problemlösungen „höherer Ordnung“ in Betracht zu ziehen, ein Problem neu zu bewerten und ungewohnte Lösungsversuche zu wagen.

Doch eine solche Neuorientierung ist zumindest vorübergehend kritisch, da sie vom Einzelnen die zuweilen schmerzliche



„Alles Leben ist Problemlösen“

Sir Karl Popper (1902-1994)



Einsicht erfordert, dass ein Problem mit den üblichen Strategien nicht gelöst werden kann. Obwohl allgemein bekannt ist, dass wir aus Fehlern lernen, besteht die weit verbreitete Illusion, man könne durch Bildung von vornherein das „Richtige“ für jede Situation vermittelt bekommen. Diese Einstellung wird von Arbeitgebern und Finanzierungsträgern unterstützt, wenn die Bewältigung von Aufgaben nicht als kontinuierlicher Problemlöseprozess betrachtet wird. Eine „Null-Fehler-Erwartung“ ist gerade in sozialen Einrichtungen utopisch und führt zu normiertem Verhalten, dass einerseits unpersönlich ist und andererseits neue Lösungen verhindert.

Die Rückmeldungen zu Seminaren und großen Veranstaltungen belegen eindeutig, dass ein Teil der Teilnehmer offen dafür ist, neue und vielleicht auch ungewöhnliche Sichtweisen für ihre beruflichen Aufgaben kennenzulernen (z.B. das „Kontaktclown“-Seminar im Umgang mit Demenzkranken). Sie sind bereit, sich zu öffnen und die eigene Person in Frage zu stellen, um neue Lösungen zu finden, selbst wenn ihre Arbeitsbedingungen eher restriktiv sind.

Doch der überwiegende Teil der Teilnehmer setzt die präsentierten Inhalte direkt in Verhältnis zu den von ihnen wahrgenommenen eingeschränkten Bedingungen ihrer eigenen Arbeitsstätte. Sie suchen vor allen Dingen einfache Lösungen, bei denen z.B. eine Technik nur durch eine andere ersetzt wird (z.B. Baldriantropfen statt Tee bei Schlaflosigkeit). Dadurch muss der Teilnehmer nichts an seiner grundlegenden Einstellung ändern und kann seine gewohnten Verhaltensmuster mit unbedeutenden Variationen beibehalten. Ungewöhnliche Sichtweisen und Methoden werden eher als amüsante Unterhaltung konsumiert, während eine Anwendung und Implementierung im Arbeitsalltag von vornherein ausgeschlossen



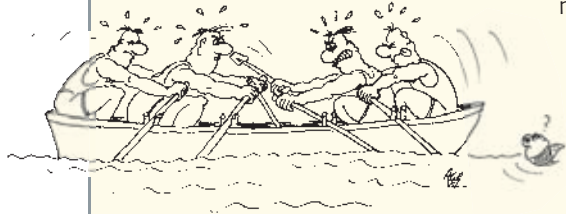
sen wird. Vereinzelt fühlen sich Teilnehmer sogar angegriffen von neuen Sichtweisen, da diese zum einen persönliche Entwicklung erfordern und zum anderen im System mancher Einrichtung gar nicht erwünscht sind. Aus den Rückmeldungen kann allerdings nicht erschlossen werden, inwieweit die Rigidität der Einrichtung tatsächlich gegeben ist oder nur so wahrgenommen wird. Umgekehrt bedeutet die offizielle Deklaration einer Einrichtung in ihrem Leitbild, eine „lernende Organisation“ zu sein, noch lange nicht, dass Abweichungen von normierten Abläufen überhaupt vorgesehen sind.

## Handeln

Der Wert einer Bildungsmaßnahme kann nicht nur auf der Basis von Einschätzungen der Teilnehmer beurteilt werden, er sollte sich auch direkt oder indirekt im beruflichen Handeln widerspiegeln. Fortbildungen, die das Ziel verfolgen, das Wohlbefinden oder die Persönlichkeitsentwicklung von Teilnehmern zu fördern, wirken sich durchaus auf das professionelle Handeln aus. Vielleicht bemerken Kollegen oder Klienten eine höhere Arbeitszufriedenheit oder eine spürbare

▲ ***Viele Teilnehmer sind offen für ungewohnte Seminarinhalte***

### Fortbildung



Gelassenheit des Teilnehmers in schwierigen Situationen, vielleicht fallen die Teilnehmer durch neue Gedankenansätze in Diskussionen auf. Eine langfristige Umsetzung neuer Ansätze erfordert allerdings darüber hinaus vielfältige kommunikative Prozesse bei einem stabilen Wertekonsens in der Mitarbeiterschaft, da professionelles Handeln in der Altenhilfe in der Regel in Teams stattfindet.

Die dazu notwendige Unternehmenskultur können klassische Seminare und Veranstaltungen weder bewerten noch beeinflussen. Hier können nur Beratungen, Schulungen, Supervisionen oder Beobachtungen „vor Ort“ Auskunft darüber geben, ob Inhalte aus Fortbildungen für einzelne Teilnehmer tatsächlich in einer Einrichtung „Fuß fassen“ konnten oder ein „Sturm im Wasserglas“ bleiben.

Neue Ideen haben keine Chance, sich langfristig zu etablieren, wenn sie nicht als Bestandteil einer Unternehmenskultur auf allen Ebenen gewünscht werden. Ein großer Teil des beruflichen Handelns besteht aus gewohnten Abläufen, die nicht durch die Teilnahme eines Mitarbeiters ohne Entscheidungsbefugnisse an einem eintägigen Seminar verändert werden können. Laut den Rückmeldungen geben Fortbildungen des RBS immer wieder „Anstöße“, Gewohnheiten bei sich und im Team zu verändern. Doch nur in sehr seltenen Fällen lösen kurzfristige Fortbildungen so fundamentale „Aha-Erlebnisse“ aus, dass langfristig messbare Verhaltensänderungen beim Teilnehmer oder sogar in seinem Team entstehen. Daher betonen einige Teilnehmer, dass ihnen eine „Auffrischung“ bestimmter Fortbildungsinhalte durch die wiederholte Teilnahme an ähnlichen Seminaren für die praktische Umsetzung sehr wichtig ist. Bildungsmaßnahmen für Führungskräfte können einen deutlich höheren Wirkungsgrad

im beruflichen Alltag von Teams erzielen, z.B. wenn Führungsstil und bestehende Rituale verändert werden. Das erfordert allerdings intensive Reflexionsprozesse über die eigene Person sowie die Ziele und Werte in der Arbeit mit älteren Menschen. Gerade Werte können sich innerhalb von Institutionen nur dann etablieren, wenn sie von Führungskräften auf allen Ebenen glaubwürdig vorgelebt und offen eingefordert werden. Daher ist in der obersten Führungsebene eine übergeordnete Vorstellung notwendig, wie eine „lernende Organisation“ konkret aussehen soll und durch welche Führungsphilosophie erreicht werden kann.

Darauf aufbauend kann ein Fortbildungskonzept für die gesamte Institution entwickelt werden, dass mit Hilfe von Modellen zu Management, Pflege und Qualität einen institutionsweiten Lernprozess steuert. Die Rückmeldungen von Führungskräften belegen, dass durch Seminare und Veranstaltungen des RBS wertvolle Impulse und notwendiges Wissen für solche Entwicklungsprozesse in Einrichtungen vermittelt werden. Doch ohne eine ernsthafte Öffnung der obersten Führungsebene für dieses Gedankengut, bleiben viele Inhalte in der Fortbildung einfach nur schöne Worte, die niemals langfristig in die Tat umgesetzt werden können.

#### Literaturhinweise:

- Ashby, W. R., 1956. Introduction to cybernetics. New York: Wiley.
- Braun R., Gawlas H. & Maywald F, 2005. Führen ohne Drama. Wien: Linde.
- Kom (2008) 868 endgültig. Neue Kompetenzen für neue Beschäftigten. Brüssel: Kommission der europäischen Gemeinschaften.
- Popper, K. R., 1994. Alles Leben ist Problemlösen. München: Piper.
- Precht, R., 2007. Wer bin ich und wenn ja, wie viele? München: Wilhelm Goldmann.
- Sprenger, R. K., 2002. Mythos Motivation. Frankfurt/Main: Campus Fachbuch.



**Das meiste, was wir als Führung bezeichnen, besteht darin, den Mitarbeitern die Arbeit zu erschweren.**

*Peter Drucker (1909-2005)*



## **Drei Fragen an**

► **Patrick Franzen**, Fortbildungsreferent der HPPA A.s.b.l.

Psychiatrischer Krankenpfleger

Ausbildung zum Altenheimleiter in Heidelberg

1996-2007 Direktor des HPPA St. Joseph in Mersch

Seit 2007 Verantwortlicher für Fortbildung und Qualität der HPPA A.s.b.l.

### **1. Welche Effekte erwarten Sie von einer Fortbildung für Ihre Mitarbeiter?**

Unternehmensphilosophien, -strategien, und -abläufe führen nur dann zum Ziel, wenn jeder Mitarbeiter Sinn und Zweck verinnerlicht hat. Der wichtigste Effekt einer Fortbildung sollte es sein, sämtliche Mitarbeiter eines Unternehmens beziehungsweise Trägers auf eine gemeinsame Linie zu bringen. Im Altenheimbereich kommen die Mitarbeiter aus den verschiedensten sozialen Schichten und den verschiedensten Nationalitäten. Man muss also beachten, dass der Wissensstand der Teilnehmer sehr unterschiedlich ist und die Weltanschauung des Einzelnen stets von seinem kulturellen Hintergrund geprägt wird. Alle sinnvollen Veränderungsbestrebungen erreichen am schnellsten ihren Weg über die breite Masse, das heißt über sämtliche Mitarbeiter! Die schnellste Form der Informationsübermittlung wiederum, ist und bleibt also die Fort- und Weiterbildung!

### **2. Welche Rolle spielt Ihrer Meinung nach die Motivation der Mitarbeiter für den Erfolg von Bildungsmaßnahmen?**

Meiner Meinung nach, ist das Geheimnis des Erfolges einer Bildungsmaßnahme, wenn der Teilnehmer etwas erfährt, was nicht ausschließlich dem Betrieb dienlich ist, sondern gleichwohl für ihn ganz persönlich neue Erkenntnisse bringt. Als Beispiel

kann ich hier den Kniggekursus nennen, den ich selbst für unsere Mitarbeiter abhalte. Im Vordergrund dieser Fortbildung steht sehr wohl der freundliche und angepasste Umgang mit Bewohnern, Familien und Besuchern im Altenheim. Aber wer würde mir widersprechen, wenn ich behaupte, dass gutes Benehmen dem Einzelnen auch in seinem Privatleben sehr von Nutzen sein kann! Die „persönliche“ Komponente während einer Fortbildung, ist für mich der Schlüssel zum Erfolg derselben.

### **3. Lässt sich die Wirkung von Fortbildung in der Praxis der stationären Altenhilfe messen? Und wenn ja, wie?**

Auch hier hängt es wieder ganz vom inhaltlichen Kontext der Fortbildung ab. Handelt es sich um eine Fortbildung mit praktischem Inhalt, wie zum Beispiel beim Thema Dekubitusprophylaxe, kann man sehr wohl mit statistischen Zahlen eine Vorher-Nachher-Analyse erstellen, um den Effekt der Maßnahme sichtbar zu machen. Wenn der Weiterbildungsinhalt dagegen eher emotionaler Natur ist, wie z.B. der freundliche Umgang mit älteren Menschen, dann besteht die Möglichkeit über so genannte Zufriedenheitsanalysen und/oder Gespräche mit den Bewohnern, Familienangehörigen und Besuchern des Hauses gezielt nachzufragen, ob sich der Umgang der Mitarbeiter, innerhalb eines spezifischen Zeitraumes geändert, beziehungsweise verbessert hat.



## Fortbildung



### ***Drei Fragen an***

► **Tatjana von Bonkewitz,**

Leiterin der Personalentwicklung der Stöftung Höllef Doheem

Ich habe Sprachen und Pädagogik studiert sowie einen Master in Wirtschaft erlangt und bereits während meines Studiums in der Erwachsenenbildung gearbeitet. Diese Erfahrung konnte ich in verschiedenen Branchen im Bereich Training und Fortbildung einsetzen.

Mein Aufgabengebiet umfasst den klassischen Fortbildungsbereich und die Entwicklung unserer Mitarbeitenden (Nachfolgeplanung, Talent-Management, Unterstützung der Mitarbeiter in schwierigen Situationen).

Um dieses weite Aufgabenfeld zu meistern, unterstützen mich ein Team von fünf Personen sowie interne und externe Trainer.

---

#### ***1. Welche Effekte erwarten Sie von einer Fortbildung für Ihre Mitarbeiter?***

Unser Firmenleitsatz ist „menschlich a kompetent“ in einer Stiftung von Menschen für Menschen. Um dies umzusetzen, brauchen unsere Mitarbeiter das entsprechende Werkzeug, sowohl das technische als auch das menschliche, und den Raum, um ihre Arbeit zu reflektieren.

Ziel unserer Fortbildungen ist, dass die Teilnehmenden sich und ihre Routine in Frage stellen, neue Ansätze entdecken, und vor allem mit anderen Menschen Erfahrungen austauschen. Idealerweise kommen die Teilnehmer mit neuem Schwung aus einer Fortbildung und sind bestrebt, die neu erlernten Inhalte im Alltag umzusetzen bzw. mit anderen zu teilen.

Die Fortbildung gibt den Teilnehmern Sicherheit im Arbeitsalltag und eröffnet Horizonte, damit unsere Mitarbeitenden ihre Arbeit mit Freude erleben.

#### ***2. Welche Rolle spielt Ihrer Meinung nach die Motivation der Mitarbeiter für den Erfolg von Bildungsmaßnahmen?***

Eine entscheidende Rolle. Wir wissen aus eigener Erfahrung, dass die Dinge, die wir gerne machen, uns leichter von der Hand gehen, dass wir Dinge, die uns interessieren, leichter und schneller lernen. Wenn der Lernprozess zudem noch in ein angenehmes Umfeld eingebettet ist, kommt der Erfolg fast von alleine.

Dies wird auch durch die Wissenschaft bestätigt. Die Einbindung der Mitarbeitenden in die Fortbildungsplanung ist ein Schlüssel zum Erfolg. Unsere Fort- und Weiterbildung ist in einem strukturierten Fortbildungsplan eingebettet, der sich an den Zielen der Stiftung orientiert.

Zusätzlich bieten unsere regelmäßigen Mitarbeitergespräche Raum, um individuelle Fortbildungsmaßnahmen zu besprechen und festzulegen.

### **3. Lässt sich die Wirkung von Fortbildung in der Praxis der ambulanten Hilfe messen? Und wenn ja, wie?**

Über das Thema „Return on Investment of Training“ ist bereits viel geschrieben worden, und die Stiftung Hëllef Doheem nimmt auch an einer Studie zu diesem Thema hier in Luxemburg teil. Es spielen so viele Faktoren mit hinein, dass eine einfache, direkte Antwort nicht möglich ist.

Wir sind davon überzeugt, dass Fortbildung eine positive Wirkung hat, dass sie den Mitarbeitern mehr Sicherheit in ihrem Arbeitsalltag gibt. Außerdem hilft sie Abstand zu nehmen und den Arbeitsalltag neu und anders zu betrachten und zu gestalten.

Wir haben verschiedene Methoden innerhalb der Stéftung Hëllef Doheem implementiert, die sich auch eignen, um Feedback über Fortbildungsmaßnahmen zu erhalten. Ein Beispiel ist das Tutorat, das dazu dient, unsere Mitarbeiter erfolgreich in den Arbeitsalltag einzuführen. Speziell geschulte Arbeits-

kollegen stehen unseren neuen Mitarbeitern als Tutor zu Seite, und begleiten sie in den ersten Monaten regelmäßig. Ein wichtiger Bestandteil unserer Maßnahmen ist, dass alle Mitarbeiter regelmäßig von ihren Vorgesetzten begleitet werden, um so die Umsetzung der Fort- und Weiterbildung in die Praxis zu gewährleisten.

Wissenschaftlich überprüfen lässt sich dieses jedoch bei uns zur Zeit nicht. Eine gute Methode, die Wirkung der Fortbildungen zu messen, sind Erwartungsabfragen vor der Fortbildung gefolgt von einem Follow-up nach mehreren Monaten.

Die Vergabe von speziellen Aufgaben, die dazu dienen, das Erlernte in der Praxis anzuwenden, ist ein weiterer Schritt.

Wir wenden dies bereits in einigen Bereichen an und werden es auch in Zusammenarbeit mit dem RBS vertiefen, um die Fortbildung innerhalb der Stéftung Hëllef Doheem noch näher an den Bedürfnissen der Mitarbeitenden und der Klienten zu gestalten.

### **► Der RBS – Center fir Altersfroen lädt Sie ein zu einer Veranstaltung der besonderen Art:**



Interkultureller Workshop für Mitarbeiter und Führungskräfte der ambulanten sowie stationären Altenhilfe  
**am 28. September 2010 von 9.00 bis 12.30 Uhr**

**„Anders sind immer die Anderen...!“  
„Les autres sont toujours différents...!“**

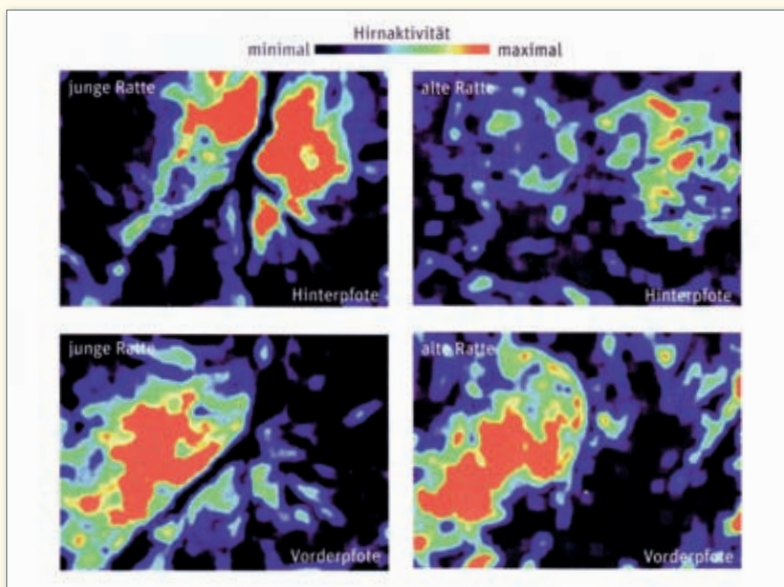
Unter Mitwirkung von Marco Morgante und Frans Meulmeester

**Ort: Banque de Luxembourg**  
Geschäftsstelle Royal, 14, boulevard Royal, L-2449 Luxemburg

**Weitere Informationen unter Tel. 36 04 78 26/23**

## Endlich der Beweis: Wer rastet, der rostet!

Altern ist ein multifaktorieller Prozess, der auch heute noch wissenschaftlich nicht schlüssig erklärt ist. Warum und wie altern wir? Ist alles, was unter „Altern“ firmiert, irreversibel und nicht mehr zu kompensieren? Diese Frage ist von großer Relevanz für die sogenannte Alltagskompetenz: Die Fähigkeit, alltägliche Arbeiten zu verrichten ist Voraussetzung dafür, auch im Alter noch selbstständig wohnen und leben zu können.



▲ *Bei alten Ratten ist die Karte der Hirnakktivität der Hinterpfoten geschrumpft, die der Vorderpfoten wirkt dagegen fast normal. Der Schluß liegt nahe, dass ein mangelnder Gebrauch der Hinterpfoten und nicht ein allgemeiner Abbau des Gehirns die Karte schrumpfen lässt.*

Im Neural Plasticity Lab des Institutes für Neuroinformatik der Ruhr-Universität in Bochum versuchen Forscher das Altern des Gehirns und die dazugehörigen Prozesse zu verstehen. Ob und wie sich die „sensomotorische“ Verarbeitung im Alter verändert, wurde zunächst an Laborratten untersucht. Bei Ratten, ähnlich wie beim Menschen, verschlechtert sich das Laufen deutlich mit zunehmendem Alter. Die Tiere werden langsam und bedächtig, humpeln oder schlurfen. Interessanterweise beschränken sich die Funktionseinbußen ganz eindeutig auf die hinteren

Extremitäten: die vorderen bleiben bis ins hohe Rattenalter weitgehend funktionsfähig. Auch das erinnert an die Einschränkungen vieler alter Menschen, bei denen zwar die Beine „nicht mehr wollen“, die Arme und Hände aber noch recht gebrauchstüchtig sind.

### Verschiedene altersbedingte Einbußen im Gehirn sind umkehrbar

Geht das veränderte Laufverhalten mit Veränderungen im Gehirn einher? Alle zu bewegendenden Körperteile sind auf der motorischen Hirnrinde abgebildet, dort sozusagen als eine Landkarte repräsentiert. Die Forscher untersuchten die Karten bei jungen und alten Ratten und kamen zu dem Ergebnis, dass die Karten für die Hinterpfoten mit zunehmendem Alter schrumpfen und zudem ihre topographische Ordnung und Regelmäßigkeit verlieren.

Dies lässt auf eine verschlechterte taktile Informationsverarbeitung schließen, was den Tastsinn und die Wahrnehmung der räumlichen Position des betroffenen Körperteils anbelangt.



Da jedoch die Karten für die Vorderpfoten nicht beeinträchtigt waren, kann es sich bei diesen Veränderungen schwerlich um allgemeine degenerative Funktions- einbußen des Gehirns handeln. Es muss also die schlechte Nutzung der Hinterpfoten sein, die den „Verfall“ der corticalen Karten begünstigt. Anders gesagt: Ange- wohnheiten wie notorisches Schlurfen und der insgesamt mangelnde Gebrauch der Hinterbeine führen zum Schrumpfen und Umbau der Karten – nicht umge- kehrt. Und das bedeutet: Diese Form der altersbedingten Änderung ist nicht dege- nerativ und damit umkehrbar.

## Schonung lässt Hirnareale schrumpfen

Hier kommt das spannende Konzept der „gebrauchsabhängigen Plastizität“ ins Spiel. Noch bis vor etwa zwei Jahrzehnten hielten die Wissenschaftler das erwach- sene Hirn für weitgehend „fest verdrahtet“, unveränderbar und für nicht mehr form- bar. Heute zweifelt kein Neurowissen- schaftler mehr daran, dass auch im erwachsenen Gehirn großräumige Umbau- arbeiten auf dem Niveau corticaler Karten stattfinden. Dem neuen Konzept zufolge befinden sich die Hirnareale in einem per- manenten Zustand gebrauchsfähiger Fluktuation: Verändert sich das Verhalten, etwa als Reaktion auf gewandelte Anfor- derungen des täglichen Lebens, baut sich auch das Gehirn um.

Vor diesem Hintergrund wird es wahr- scheinlich, dass es sich bei den beobach- teten Alterveränderungen corticaler Karten nicht nur um „Zerfalls“- , sondern auch um aktive Adaptationsprozesse handelt. Das heißt konkret: Wenn im Alter die Muskeln schwinden oder Gelenke schmerzen, beeinflussen diese äußeren Faktoren das Verhalten – ein schwacher Muskel wird geschont, ein Gelenk weniger oder anders



benutzt. Diese andersartige Inanspruch- nahme bestimmter Körperteile verändert über den Mechanismus der gebrauchsfähigen Plastizität die sensomotorischen Karten des Gehirns.

## Neue Fitness durch Tapetenwechsel

Aus einschlägigen Studien ist schon lange bekannt, dass eine anregende Umgebung die körperliche und mentale Fitness beispielsweise von Nagern positiv beeinflusst. Die Tiere leben in großzügigen Käfigen mit einer Ausstattung, die dem natürlichen Verhalten entgegen- kommt. Sie können beispielsweise klet- tern, Gänge und Höhlen bauen, erhalten immer wieder neue Objekte zum Erkun- den und finden Futter an wechselnden Stellen. Auch „Rattenseniores“ bringt der- art anregende Umgebung noch etwas, wenn sie während einigen Monaten bis sie drei Jahre alt und somit hochbetagt sind, dort verbringen. Der Tapetenwech- sel wirkte sich äußerst günstig auf das Laufverhalten aus. Auf den ersten Blick schien es, als liefen die alten Tiere wieder fast so gut wie die jungen. Erst beim näheren Hinsehen wurde klar, dass sie neue Laufstrategien entwickelt hatten. Sie

▲ *Tanzen wirkt sich positiv auf viele Funktionen des Gehirns aus*

machten zum Beispiel häufig kleinere Schritte – sie „trippelten“, wie man es auch bei alten Menschen beobachten kann – und erhöhten damit ihre Stabilität und Standsicherheit.

Vergleichbar positiv war der Einfluss auf die Hirnkarten der Hinterextremitäten. Aber auch hier zeigte die genaue Analyse, dass der corticale Zustand junger Tiere nicht einfach generell wiederhergestellt wurde. Das Interessante war, dass sich völlig neue, zuvor weder in jungen noch in alten Tieren beobachtete Eigenschaften herausbildeten.

Die Haltung in einer anregenden, zu Aktivitäten einladenden Umgebung ist also kein Jungbrunnen, in den man alt hinein- und aus dem man rundum erneuert wieder heraussteigt. Die Ratten entwickelten vielmehr neue Strategien corticaler Verarbeitung wie auch neue Formen des Verhaltens und erweiterten damit ihre „Alltagskompetenz“ auf gleichsam innovative Weise. Besonders bemerkenswert ist, dass die anregende Umgebung ihren positiven Einfluss selbst noch im Greisenalter der Tiere entfaltete.

Die eigentliche Sensation dieser Befunde ist, dass es somit auch im menschlichen Alter möglich scheint, körperliche und geistige Fitness auf hohem Niveau aufrechtzuerhalten.

### Vitale Hochbetagte

Das Alter ist also mitnichten als irreversibler Vorgang aufzufassen. Eindrucksvolle Beispiele dafür, dass Altwerden nicht unbedingt mit dem Niedergang kör-

perlicher und geistiger Fähigkeiten verbunden sein muss, sind vitale Hochbetagte: Sie berichten von einem hohen Maß an subjektivem Wohlbefinden und nehmen aktiv am sozialen und kulturellen Leben teil. Umgekehrt können fehlende Aufgaben und Herausforderungen rasch zu starken Einbußen an körperlicher und geistiger Leistungsfähigkeit führen.

Neue Therapieansätze, die Prinzipien der Neuroplastizität nutzen, erhalten somit einen ganz anderen Stellenwert. Im Neural Plasticity Lab in Bochum arbeitet man zum Beispiel mit einer Gruppe Senioren, die regelmäßig tanzen. Das Tanzen stellt eine Vielzahl von Herausforderungen: körperliche Fitness, Balance, Rhythmusgefühl, Koordination, soziale Interaktion sowie starke Emotionalität.

Die Studie zeigte, dass die Gruppe, die regelmäßig tanzte, der Gruppe, die nie tanzte oder Sport betrieben hatte, in allen untersuchten Belangen überlegen war, von Intelligenz, Konzentration bis hin zu Balance und sensorischen Fähigkeiten. In einem weiteren Ansatz wurde gezeigt, dass sich die bislang für unumkehrbar gehaltene taktile Wahrnehmungsschwäche und Beeinträchtigung sensomotorischer Fähigkeiten von Menschen zwischen 65 und 90 Jahren durch spezielle sensible Stimulation innerhalb kurzer Frist erheblich mildern ließ.

Beide Befunde deuten auf die Existenz funktionierender Plastizitätsprozesse im Gehirn auch im hohen Alter.

**Es ist also nie zu spät, mit etwas Neuem anzufangen!**



▲ *Wenn im Alter die Muskeln schwinden oder Gelenke schmerzen, beeinflussen diese äußeren Faktoren das Verhalten*

### Gartentherapie



◀ Die Arbeit mit Pflanzen macht den Bewohnern zu allen Jahreszeiten Freude

## „Hospice Civil“ Hamm Mit allen Sinnen (er)leben

Bereits seit mehreren Jahren werden für die Bewohner der „Hospices Civils“ der Stadt Luxemburg Gartengruppen angeboten. Um diese Gruppen bedürfnisorientiert betreuen zu können, absolvierte eine Mitarbeiterin eine zweijährige Fortbildung zur Gartentherapeutin an der Fachhochschule für Technik und Wirtschaft in Saarbrücken.

◀ Von Reiny Rizzi-Gruhlke

Die Definition des deutschen Caritasverbandes lautet: Gartentherapie ist ein geplanter, zielorientierter Prozess, bei dem hierfür weitergebildete Fachkräfte garten- und pflanzenbezogene Aktivitäten und Erlebnisse nutzen, um die Gesundheit und Lebensqualität von Menschen zu erhalten und zu fördern.

Natur und Pflanzen haben seit jeher eine zentrale Rolle im Leben der Menschen gespielt. Als die Menschen anfangen sesshaft zu werden, haben sie ihre Wohnstätten mit Hecken oder Wällen umfriedet und schufen so die ersten Gärten.

Mit der kulturellen Entwicklung des Menschen ging auch die Entwicklung der Gärten einher, von den hängenden Gärten der Babylonier bis zu den italienischen Renaissancegärten weiter zu den französischen Barockgärten, den englischen Landschaftsgärten bis zu den heutigen modernen Gärten.

So haben die Gärten im Laufe der Jahrhunderte an Wichtigkeit für die Menschen zugenommen, sei es um Nahrungs- oder Heilmittel anzubauen oder sich einfach an ihrer Schönheit zu erfreuen.



**Reiny Rizzi-Gruhlke**  
ist als Gartentherapeutin im Hospice Civil Hamm beschäftigt und arbeitet dort im Bereich Betreuung



### Gartentherapie

*Gemüse, Blumen und Kräuter werden im Haus vorgezogen oder sofort in die eigens dafür vorgesehenen Hochbeete gesät ►*



Sie dienen nicht nur als Orte der Erholung und Entspannung, sondern auch im Hinblick auf gesundheitsfördernde Aspekte. Bereits im 12. Jahrhundert gab es in Persien Krankenhäuser, die gärtnerische Tätigkeiten als Heilmaßnahmen durchführten. Bereits im 18. Jahrhundert haben Psychiater die gesundheitsfördernden Auswirkungen von Arbeit und Beschäftigung, unter anderem auch im Garten, untersucht.

Aus diesem Ansatz heraus haben sich viele der heutigen Konzepte entwickelt, die zum Ziel haben, sich nicht nur auf die durch Krankheit entstandenen Defizite zu beschränken, sondern die noch bestehenden Ressourcen und gesunden Anteile des Menschen zu fördern.

Besonders in England und Amerika ist die Gartentherapie seit Jahrzehnten fest etabliert und bietet anerkannte Hochschulstudiengänge an. Mittlerweile werden auch in Europa viele gartentherapeutische Konzepte angewendet, vermehrt auch in Alten- und Pflegeheimen.

Studiengänge zum Thema Gartentherapie werden ebenfalls in Deutschland und Österreich angeboten.

Die Ziele der Gartentherapie in der Altenarbeit liegen verstärkt in der Gesundheitsförderung- und Ressourcenerhaltung. Gartenarbeit ist für viele Menschen eine vertraute Tätigkeit und kann angenehme und schöne Erinnerungen wecken. Da diese Beschäftigung zumeist im Freien stattfindet, können die Auswirkungen von Licht, Luft und Bewegung sich positiv auf chronobiologische Rhythmen wie Schlaf und Wachheit sowie Herz- Kreislauf- und Stoffwechselfunktionen der Bewohner auswirken.

Zudem kann der Aufenthalt im Freien sich beruhigend auf an Demenz erkrankte Bewohner auswirken. Bei der Gartenplanung bietet es sich an, auf vertraute Pflanzen zurückzugreifen, um den Bewohnern die Möglichkeit zum sich Erinnern zu bieten und als saisonale Orientierung zu fungieren.

In der Natur arbeiten, heißt alle Sinne anzuregen, sei es durch den Duft, die Farben, die Struktur oder den Geschmack der Pflanzen. Zudem bedeutet es, sich um Pflanzen zu kümmern, Verantwortung zu übernehmen und eine sinnvolle Aufgabe zu haben. Die Ressourcen der Bewohner werden aktiviert erhalten, kör-

perliche Bewegungen werden gefördert und Bewegungsabläufe trainiert.

Ausgehend von dem Wissen, dass viele Bewohner der „Hospices Civils“ der Stadt Luxemburg einen Garten besaßen, werden bereits seit mehreren Jahren Gartengruppen angeboten. Um eine bedürfnisorientiertere Betreuung dieser Gruppen zu gewährleisten, habe ich von 2007-2009 eine Fortbildung zur Gartentherapeutin an der Fachhochschule für Technik und Wirtschaft in Saarbrücken absolviert. Gartenaktivitäten stellen einen biografisch orientierten Ansatzpunkt im Betreuungsangebot dar und bieten den Bewohnern eine sinnvolle, bekannte Beschäftigung, die den Interessen und Fähigkeiten der Bewohner angepasst werden.

Die einzelnen Aktivitäten werden aufeinander aufbauend, dem saisonalen Jahresverlauf entsprechend geplant. Es werden Gemüse, Blumen und Kräuter im Haus vorgezogen, oder sofort in die Hochbeete gesät. Die Sämlinge werden später pikiert und ausgepflanzt. Später wird dann geerntet, das Gemüse und ein Teil der Kräuter können in der Kochgruppe verwendet werden.

Der größte Teil der Kräuter wird getrocknet und im Herbst zu Ölen, Essigen, Seifen, Kräutersalz und -zucker verarbeitet. So wurden zum Beispiel allen Marmeladensorten, die die Bewohner gekocht haben, passende Kräuter zur Verfeinerung zugefügt.

Ein weiteres ergebnisorientiertes, und darum sehr motivierendes Angebot, ist die Floristikgruppe. Den Bewohnern wird hier die Möglichkeit geboten, mit frischen Blumen Gestecke herzustellen. Dies ist förderlich für die motorischen, sozialen sowie sinnesanregenden Bereiche und erfüllt die Teilnehmer zudem mit Stolz. Sie können ihren Mitbewohnern und Angehörigen ihre

selbstgefertigten Gestecke zeigen, die die Wohnbereiche schmücken.

Während der Wintermonate, in denen es wenig gärtnerische Tätigkeiten gibt, werden die Zimmerpflanzen der Wohnbereiche und Bewohner gepflegt. Die Pflanzen werden von den Gruppenteilnehmern bei Bedarf umgetopft, die verwelkten Blätter entfernt und den Besitzern mit Pflegeanleitungen zurückgegeben.

Ein Projekt, das sehr viel Anklang bei den Bewohnern findet, sind die intergenerationellen Gartengruppen mit Schulklassen. Diese Gruppen sind für alle Teilnehmer von Nutzen, da sie eine soziale Annäherung der Generationen bewirken können. Sie können ein positiveres Ansehen der älteren Generation schaffen und das Selbstwertgefühl der Bewohner stärken, da auf ihre Erfahrungen und Kompetenzen zurückgegriffen werden kann. Ihr Erfahrungsschatz wird geachtet, auf der anderen Seite wird den Kindern ein Stück Lebenserfahrung zum Thema Natur und Gartenarbeit vermittelt.

Die in den letzten Jahren in diesem Bereich gesammelten Erfahrungen werden genutzt, um ein kontinuierliches Gartenprojekt mit einer Grundschule aufzubauen, aus dem alle Beteiligten einen Nutzen ziehen können.

Bedingt durch die zur Zeit durchgeführten Umbauarbeiten des „Hospice Civil“ Hamm, ist die nutzbare Gartenfläche relativ beschränkt. Allerdings werden zum Ende der Bauphase die Außenbereiche neu konzipiert, und es wird ein großer, gut nutzbarer Therapiegarten entstehen. Dieser wird neben Hochbeeten und Gewächshaus auch eine Gehschule beinhalten. Dies wird den Physiotherapeuten ermöglichen, Gehübungen mit den Bewohnern in einem anregenden Umfeld durchzuführen.

Theater

## Neue Projektgruppe: Bühne frei!

Von Vibeke Walter ►

Fünf Mitarbeiter der „Hospices Civils“ der Stadt Luxemburg (Hamm und Pfaffenthal) stellten bei einer Aufführung Ende Februar mit teils selbst geschriebenen Sketchen ihr schauspielerisches Können unter Beweis. Jetzt soll die Gruppe um spielfreudige Bewohner und Angehörige ergänzt werden.



„Die gemeinsame Gesangsgruppe findet bereits viel Anklang. Jetzt möchten wir das Angebot durch Theater erweitern, da einige unserer Bewohner früher nicht nur gesungen, sondern auch in Laienspielgruppen aktiv waren“, erklärt die Erzieherin Claudine Thoss (v.l.n.r.). Zusammen mit ihren Kollegen Guy Schmit, Romy Hahn, Lynn Kass und Klara Dlaskova lancierte sie das genau definierte Theater-Projekt, das durch entsprechende Fortbildungen begleitet wurde.

Im Mittelpunkt der Workshops mit Theaterpädagogin Birgit Meixner-Oakes (Foto oben, 2. v. r.) standen an jeweils drei Nachmittagen praktische Übungen zu den Themen Improvisation, Bewegung, Ausdruck, Sprache, Gedächtnis, Atem- sowie Spieltechniken. Die Teilnehmer sollten selbst erfahren, wie es sich „anfühlt“

auf einer Bühne zu stehen und entsprechendes Selbstbewusstsein zu entwickeln: „Es ist etwas ganz anderes einen Text zu Hause zu üben und aufzusagen als ihn vor Publikum zu interpretieren“, erklärt Birgit Meixner-Oakes. Die Expertin, die regelmäßig sowohl mit Senioren als auch mit Gruppen gemischter Altersstufen arbeitet, gab in den Workshops zunächst eine theoretische Einführung darüber, in welchem Rahmen Theater mit älteren Menschen gemacht werden kann. Wichtig ist es dabei, an noch bestehende Fähigkeiten anzuknüpfen bzw. diese zu stimulieren und zu reaktivieren: „Man sollte immer berücksichtigen, was die Zielgruppe noch kann und sich vorher genau überlegen, was der Sinn und Zweck gemeinsamen Theaterspiels sein soll. Dazu gehört auch, sich an den jeweiligen Biografien der Bewohner zu orientieren.“

Nach diesen gemeinsamen Diskussionen und der Seminararbeit mit Birgit Meixner-Oakes wurde es dann „ernst“ für die Laien-Schauspieler, und sie mussten ihr neu erworbenes Können vor Mitarbeitern und Direktion demonstrieren. Dank des gelungenen Einstiegs mit einem auf luxemburgisch abgewandelten Sketch des deutschen Humoristen Lorient sowie drei selbst verfassten Texten hatten die fünf die Lacher schnell auf ihrer Seite und konnten ihr Publikum von ihrer Bühnenpräsenz überzeugen.





## EU-Programm PROGRESS



### Ergebnisorientierte Kennzahlen: Indikatoren auf dem Prüfstand

Führungskräfte und Direktoren, in deren Häusern das QM-Modell E-Qalin® eingesetzt wird, hatten im Januar und März bei zwei Workshops Gelegenheit zu einem interessanten Erfahrungsaustausch im Hinblick auf den Einsatz von Kennzahlen in ihren Einrichtungen. Die Treffen wurden vom RBS-Fortbildungsinstitut in Itzig organisiert und fanden unter Leitung von Dr. Kai Leichsenring und RBS-Direktor Simon Groß statt.

Das EU-Projekt „Qualitätsmanagement durch ergebnisorientierte Kennzahlen – Zur Entwicklung von Benchmarking in Alten- und Pflegeheimen“ wird vom Europäischen Zentrum für Wohlfahrtspolitik und Sozialforschung koordiniert und im Rahmen des EU-Programms PROGRESS (Projekt „Quality management by result-oriented indicators – Towards benchmarking in residential care for older people“) mitfinanziert. Insgesamt sechs Partnerorganisationen aus Deutschland, Österreich, den Niederlanden und England arbeiten an dem Projekt zur Entwicklung ergebnisorientierter Kennzahlen mit. Der E-Qalin® GmbH

kommt dabei neben der Einbringung von Kennzahlen, vor allem die Aufgabe zu, eine Validierungsphase in Österreich, Deutschland und Luxemburg zu organisieren.

AnwenderInnen des E-Qalin® Modells in Österreich, Deutschland und Luxemburg wurden daher zu zwei Workshops eingeladen, bei denen die Weiterentwicklung von „ergebnisorientierten Kennzahlen“ im Vordergrund stand. Im Mittelpunkt standen dabei folgenden Fragen: Welche Kennzahlen tragen zur Steuerung der Qualität in Alten- und Pflegeheimen besonders nachhaltig bei? Wie können Kennzahlen träger-

◀ Von Dr. Kai Leichsenring



*Dr. Kai Leichsenring ist freiberuflicher Sozialwissenschaftler und Organisationsentwicklungsberater. Er arbeitet vor allem mit dem Europäischen Zentrum für Wohlfahrtspolitik (Wien), emmeeerre (Padua/Bozen) und der E-Qalin® GmbH (Bad Schallerbach) an europäischen Forschungs- und Entwicklungsprojekten im Sozial- und Gesundheitsbereich mit.*

### EU-Programm PROGRESS



intern oder auch innerhalb eines Landes vergleichbar gemacht werden? Aus welchen Erfahrungen können wir voneinander lernen?

Eine vom Projektteam zusammengestellte Liste von 90 Indikatoren diente als Ausgangsbasis für den interaktiven Austausch von Meinungen und Erfahrungen aus dem Alltag der Alten- und Pflegeheime in Luxemburg.

Dabei war es für die teilnehmenden Führungskräfte vor allem wichtig, sich über die Relevanz von Kennzahlen auszutauschen, die über rein betriebswirtschaftliche Daten hinausgehen.

Außerdem wurden Möglichkeiten für Vergleichbarkeit von Kennzahlen innerhalb eines spezifischen Entwicklungszeitraums für eine bestimmte Einrichtung sowie auch im Vergleich mit anderen Institutionen diskutiert. Bereits im ersten Workshop wurde deutlich, dass Kennzahlen nicht „gut“ oder „schlecht“ sind, sondern vor allem der Analyse und der Steuerung von Verbesserungsmaßnahmen dienen. Mit Kennzahlen arbeiten bedeutet zunächst, sich Ziele zu setzen, die messbar und nachvollziehbar

sind, sei es in der Pflege, der Lebensqualität von BewohnerInnen und MitarbeiterInnen, in der Führung, der Wirtschaftlichkeit oder in den Beziehungen mit Angehörigen, Partnern und Zulieferern.

Nur wer vorher z.B. den „Anteil der BewohnerInnen mit Dekubitus, bei denen das Leiden im Alten- und Pflegeheim begonnen hat“, erhoben und definiert hat, kann nachher überprüfen, ob das festgelegte Verbesserungsziel erreicht wurde. Nur auf Basis einer eingehenden Analyse, warum Ziele (nicht) erreicht wurden, können Verbesserungsmaßnahmen entwickelt und umgesetzt werden.

Durch die gezielte Auswahl von 10-15 Kennzahlen, die Auseinandersetzung mit diesen Themen im Alltag und bei der Selbstevaluierung mit E-Qalin® kann auch in Alten- und Pflegeheimen ein ständiger Verbesserungsprozess eingeleitet werden.

Die damit verbundenen Planungs- und Umsetzungsschritte standen im Mittelpunkt des zweiten Workshops, bei dem die Teilnehmer ihre „Lieblingskennzahlen“ auswählten und darüber hinaus Feedback an das Projektteam gaben, welche Kennzahlen aus Sicht der Führungskräfte in Alten- und Pflegeheimen praxis- und steuerungrelevant sind. Die Teilnehmer nahmen viel positive Energie, praktische Anregungen, Methoden und Instrumente zur Arbeit mit Kennzahlen mit.

Neben der Auswahl konkreter Kennzahlen und deren genaueren Definition geht es nun um die Verbindung von Analyse und Steuerung sowie die Verknüpfung von Kennzahlen und den damit verbundenen Prozessen im Alltag.

Die Workshops haben so auch zum Abbau von Ängsten vor übertriebener Kontrolle, Bürokratie und Abstrafungen bei der Arbeit mit Kennzahlen beigetragen. Eine



#### **Definition:**

*„Kennzahlen sind Zahlen, die Zustände und Entwicklungen verdeutlichen. So kann z.B. die Anzahl von Stürzen innerhalb einer Einrichtung zu einem bestimmten Zeitpunkt und deren Veränderung durch bestimmte Maßnahmen mit wiederholten Messungen in Zahlen ausgedrückt werden.“*

Beteiligung der Pflegeversicherung und der Heimaufsicht bei der Weiterentwicklung von Kennzahlen-Systemen in Luxemburg wird als sinnvoll erachtet.

Das Projektteam wird die Ergebnisse dieser Validierung sowie einer Validierung

durch 50 ExpertInnen (DELPHI-Befragung) aus sieben Ländern (AT, DE, IT, NL, LU, SI, UK) während der nächsten Monate ausarbeiten und in einem Handbuch zusammenfassen. Dieses wird bei der Abschlusskonferenz in Brüssel am 3. und 4. November 2010 präsentiert und diskutiert.

► **Mehr Informationen erhalten Sie beim Service RBS unter Tel. 36 04 78 23**

## **E-Qalin® Zertifizierung – Konzept und Prozeduren** **unter Schirmherrschaft des luxemburgischen Familienministeriums**



**Datum:** 30. Juni 2010 | 17.30-19.30  
**Ort:** Parc Hotel, 120, rte de Echternach, L-1453 Luxembourg  
**Zielgruppe:** HeimleiterInnen und QualitätsmanagerInnen, MitarbeiterInnen der öffentlichen Verwaltung (Heimaufsicht), alle an E-Qalin® interessierten und mit E-Qalin® arbeitenden MitarbeiterInnen im Gesundheits- und Sozialbereich

### **Programm**

- 17.30 Uhr Begrüßung und Einführung** [Simon Groß, Service RBS asbl]
- 17.45 Uhr Das Konzept der Zertifizierung im E-Qalin® Modell** [Adelheid Bruckmüller, E-Qalin® GmbH]
- 18.15 Uhr Erfahrungen aus der Praxis**
- **Die Ausbildung von Zertifizierern in Slowenien – ein Erfahrungsbericht**  
[Franc Imperl, Firis]
  - **Das "Nationale Qualitäts-Zertifikat" in Österreich als Modell für die E-Qalin® Zertifizierung**  
[Johannes Wallner, Lebenswelt Heim]
  - **Die "European Association for Directors of Residential Care Homes for the Elderly" (E.D.E.) und Zertifizierungen aus der Sicht der Heimleitung** [Wilfried Schlüter, E.D.E.]
- 19.00 Uhr Die E-Qalin® Zertifizierung in Luxemburg**  
**Fragen, Antworten, Diskussion** [Simon Groß, Service RBS asbl]
- 19.30 Uhr Cocktail-Empfang**



**Programm für lebenslanges Lernen**

**Leonardo da Vinci – Transfer of Innovations**  
**E-Qalin Transfer**

Dieses Projekt wurde mit Unterstützung der Europäischen Kommission finanziert. Die Verantwortung für den Inhalt dieser Mitteilung trägt allein der Verfasser; die Kommission haftet nicht für die weitere Verwendung der darin enthaltenen Angaben.



## Feedback



# MH Kinaesthetics Cours de certification

Les participants ont parachevé avec ce cours de certification – qui a été organisé par le RBS pour la première fois au Luxembourg sous la direction de Helena Heinen – leur compétence dans l'application pratique de Kinaesthetics. Ainsi ils ont approfondi leur savoir déjà développé à travers les cours de base et d'approfondissement.

Deux modules consécutifs et interdépendants ont amené à la compétence certifiée en matière de guidance et de pratique. Ils reposent sur la compréhension et l'intégration de la signification du mouvement à soi: le mouvement à soi est la clé pour la conduite autocontrôlée des processus de santé et d'apprentissage.

### **Les points-clés dans cette formation supplémentaire étaient:**

- Proposer une guidance d'apprentissage aux patients et à leurs proches pour permettre une participation active dans les activités quotidiennes.
- Agencer les processus d'accompagnement des collègues formés en cours de base et/ou d'approfondissement pour que ceux-ci puissent continuer de développer leur compétence dans l'usage de Kinaesthetics.
- Soutenir et continuer de développer de façon durable la compétence dans l'intégration de MH-Kinaesthetics au sein de l'institution.

## ***Voici quelques échos des participants après avoir suivi le cours:***

- ▶ j'ai choisi le cours par intérêt d'une mobilisation douce pour des résidents âgés en demande de mouvements.
- ▶ par intérêt de se préserver lors des mobilisations.
- ▶ pour pouvoir donner continuation à une formation de base, suivi du cours d'approfondissement.
- ▶ étant sportive je me suis sentie dans mon «élément» quand j'ai suivi les cours de base et d'approfondissement. Dans ma profession, j'ai tout de suite appliqué avec facilité ce que j'avais appris dans les deux cours et j'ai soulagé mon dos.
- ▶ la formation était tout simplement formidable, notre formatrice Madame Heinen a eu une capacité énorme de nous transmettre son savoir-faire ainsi que ses connaissances. L'application pratique est très importante pour moi, car je travaille dans le milieu de la santé et je dois aider beaucoup dans les transferts voire déplacements. Le séminaire m'a aussi aidé d'intégrer dans mon travail ce que j'avais appris pendant les cours précédents.
- ▶ je trouvais le cours très complet; les séances se suivaient dans un ordre que j'ai pensé logique. Helena Heinen expliquait et montrait les exercices de façon que l'on arrivait facilement à comprendre et à suivre.
- ▶ depuis que j'applique ce que j'ai appris dans ce séminaire, mes pensionnaires ont progressé dans le bon sens: ils utilisent leurs propres ressources et avec le temps ils font quelques gestes même seuls et moi, je fais beaucoup moins d'efforts, donc je préserve mon dos. Le seul problème c'est qu'il faut du temps et on n'en a pas beaucoup. Merci à Kinaesthetics d'exister!
- ▶ pendant les petits gestes au quotidien on pense aux méthodes que nous avons apprises et on montre aussi aux collègues quelques gestes sur eux-mêmes qu'ils peuvent appliquer avec les pensionnaires.
- ▶ avec l'aide de ma direction au travers de postes aménagés de mon temps de travail, je peux transposer mes nouvelles connaissances ou épauler les équipes dans leurs difficultés lors des mobilisations.
- ▶ nous sommes devenus des vrais «stimulateurs du bien-être»!



▶ ***Un nouveau cours de certification Kinaesthetics est prévu pour l'automne 2010/ printemps 2011. Plus d'informations:***

***[www.rbs.lu](http://www.rbs.lu) ou tél. 36 04 78 34***



## Seminarkalender

Ref.: FCPIC40/10 **Basale Stimulation: Kommunikation mit allen Sinnen** Preis (MwSt.): 195,00 EUR

**Termine:**

1. – 3. Juni 2010

**Zielgruppe:**

PflegerInnen und Betreuer von älteren Menschen

**Zeit:**

9.00 – 17.00 Uhr

**Referent(in):**

Meyer Michael

Für unser Leben sind Kommunikation, Bewegung und (Selbst-)Wahrnehmung außerordentlich wichtig. Durch eine intakte Wahrnehmung können Menschen mit ihrer Umwelt mit allen Sinnen kommunizieren und sich in Raum und Zeit orientieren und behaupten.

**Ziel:**

Das Konzept „Basale Stimulation“ zeigt Therapeuten, Pflegenden und Angehörigen, wie sie dank gezielter Bewegungs- und Berührungsaktivitäten auf den betroffenen Menschen eingehen und ihn sinngebend mit Respekt und Würde begleiten und fördern können.

**Ort:**

RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig

**Sprache:**

Deutsch

Ref.: FCPIC22/10 **Aromathérapie II – Les points réflexes** Prix (TTC): 65,00 EUR

**Date:**

18 juin 2010

**Groupe cible:**

Tout personnel ayant déjà participé à un cours d'Aromathérapie

**Horaire:**

9.00 – 17.00 heures

**Responsable de la formation:**

Maurice Goebel

Ce second niveau de formation est un approfondissement des connaissances et des techniques de base. Durant cette journée nous approcherons les huiles selon leurs capacités somatiques, psychologiques et caractérologiques.

**But:**

- Réflexion et composition de synergie d'huiles utiles dans votre quotidien
- Création de bases de travail concrètes
- Les massages aromatiques réflexes
- Compléter et approfondir vos connaissances des huiles essentielles

**Lieu:**

RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig

**Langue:**

Français

Ref.: FCPIC16/10 **Approche de la réflexologie plantaire – Cours d'approfondissement** Prix (TTC): 130,00 EUR

**Dates:**

28 – 29 juin 2010

**Groupe cible:**

Toute personne ayant déjà participé au cours de base

**Horaire:**

9.00 – 17.00 heures

**Responsable de la formation:**

Marie Lebrun

**But:**

Approfondir les acquis de la formation de base

**Lieu:**

RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig

**Langue:**

Français





## Seminarkalender

|   |   |                           |
|---|---|---------------------------|
| Ref.: FCPIC19/10  | <b>Aromatherapie für Fortgeschrittene:<br/>„Stress lass nach“ Stressbewältigung mit Aromatherapie</b>   | Preis (MwSt.): 65,00 EUR  |
| <b>Termin:</b>  | <b>Zielgruppe:</b>  |                           |
| 08. Juli 2010   | Aromatherapie für Fortgeschrittene  |                           |
| <b>Zeit:</b>  | <b>Referent(in):</b>  |                           |
| 9.00 – 17.00 Uhr  | Friedlinde Michalik   |                           |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>– Zusammenfassung der allgemeinen Grundlagen und ganzheitlichen Wirkungsweisen von ätherischen Ölen</li> <li>– Stressbewältigung mit ätherischen Ölen</li> <li>– Vorstellung ausgewählter ätherischer Öle – Pflanzenportraits</li> <li>– Pflanzenöle – hilfreiche Begleiter in der Aromatherapie</li> <li>– Einsatzmöglichkeiten und Rezepturen</li> <li>– Aromamassagen</li> <li>– Praktische Übungen: Atemstimulierende Einreibung, Teilkörpermassagen (Kopf, Rücken, Bauch, Fuß – nach Abstimmung mit den Teilnehmern)</li> </ul> |   |                           |
| <b>Ziel:</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Zusammensetzung und Einsatzmöglichkeiten ausgewählter ätherischer Öle zur Aromatherapie und Aromapflege</li> <li>– Methoden der Stressbewältigung mit ätherischen Ölen</li> <li>– Informationen zu Aromamassagen mit ätherischen Ölen</li> </ul> |                           |
| <b>Ort:</b>   | RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig   |                           |
| <b>Sprache:</b>   | Deutsch   |                           |
| Ref.: FCPIC06/10  | <b>Validation nach Naomi Feil, Teil I - IV</b>  | Preis (MwSt.): 450,00 EUR |
| <b>Termine:</b>   | <b>Zielgruppe:</b>  |                           |
| <b>Teil I:</b> 20. – 21. September 2010   | Die Grundlagen der Validationstechnik nach Naomi Feil vermitteln  |                           |
| <b>Teil II:</b> 04. Oktober 2010  |   |                           |
| <b>Teil III:</b> 18. Oktober 2010   |   |                           |
| <b>Teil IV:</b> 17. November 2010   |   |                           |
| <b>Zeit:</b>  | <b>Referent(in):</b>  |                           |
| 9.00 – 17.00 Uhr  | Frans Meulmeester   |                           |
| Jemanden zu validieren bedeutet, seine Gefühle anzuerkennen, in „seinen Schuhen zu gehen“ und sein Selbstwertgefühl trotz schwerster Abbauerscheinungen wiederherzustellen.   |   |                           |
| <b>Ziel:</b>  | In diesem Kurs lernen Sie eine ganze Reihe von wertvollen Möglichkeiten kennen, wie Sie den Dementen auf seiner Gefühlsebene erreichen und „validieren“ können.   |                           |
| <b>Ort:</b>   | RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig   |                           |
| <b>Sprache:</b>   | Deutsch   |                           |
| Ref.: FCPIC20/10  | <b>Communiquer par le toucher – Cours d'approfondissement</b>   | Prix (TTC): 195,00 EUR    |
| <b>Dates:</b>   | <b>Groupe cible:</b>  |                           |
| 27 – 28 septembre et 11 octobre 2010  | Toute personne ayant déjà participé au cours de base:<br>«Communiquer par le toucher»   |                           |
| <b>Horaire:</b>   | <b>Responsable de la formation:</b>   |                           |
| 9.00 – 17.00 heures   | Michèle Strepenne   |                           |
| <b>But:</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Approfondir les acquis de la formation de base</li> <li>– Travail d'écoute du corps</li> <li>– Maîtriser des techniques de massage et les adapter aux situations rencontrées professionnellement</li> </ul>                                      |                           |
| <b>Lieu:</b>  | RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig   |                           |
| <b>Langue:</b>  | Français  |                           |





## Seminarkalender

Ref.: FCPIC48/10 **MH Kinaesthetics Zertifizierungskurs – cours de certification** **Preis (MwSt.): 650,00 EUR**
**Termine:**
**Teil 1:**

27. – 28.09.2010

18. – 19.10.2010

22. – 23.11.2010

**Teil 2:**

07. – 08.02.2011

17. – 18.03.2011

24.05.2011

**Zielgruppe:**

Alle AbsolventInnen des MH Kinaesthetics-Grundkurses und Aufbaukurses

Tous les participants d'un cours de base et d'approfondissement

**Zeit:**

9.00 – 17.00 Uhr

**Referent(in):**

Helena Heinen, Doris Schneider

Mit dem Zertifizierungskurs vervollständigen die TeilnehmerInnen ihre Anwenderkompetenz, die sie bereits im Grund- und Aufbaukurs entwickelt haben.

Les participants parachèvent avec ce cours leur compétence dans l'application pratique de Kinaesthetics – compétence déjà développée à travers les cours de base et d'approfondissement.

**Ort:**

RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig

**Sprache:**

Luxemburgisch/Deutsch und Français

Ref.: FCPIC50/10 **Pédagogie du mouvement – Cours de base** **Prix (TTC): 260,00 EUR**
**Dates:**

07 – 08 octobre 2010

21 – 22 octobre 2010

**Groupe cible:**

Ergo-/kinésithérapeutes, psychomotricien(nes), éducateurs, autres professionnels du mouvement

**Horaire:**

9.00 – 16.00 heures

**Responsable de la formation:**

Doris Schneider-Peter, Vera Rusterholz

Les participants découvrent les concepts proposés par MH Kinaesthetics, tels des outils pour le développement de leurs compétences.

**Lieu:**

RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig

**Langue:**

Français

Ref.: FCPIC29/10 **Der Einsatz von Musik im Heimaltag – Neue Wege der Kommunikation** **Preis (MwSt.): 195,00 EUR**
**Termine:**

12. – 13. Oktober

27. Oktober 2010

**Zielgruppe:**

Mitarbeiter aus Pflege und Betreuung

**Zeit:**

9.00 – 17.00 Uhr

**Referent(in):**

Marianne Wiltgen-Sanavia

Musik setzt auf subtile Weise Emotionen und Erinnerungen frei. Gerade bei Personen mit eingeschränkter sprachlicher Kommunikation, wie z.B. demenziell veränderten Menschen ist sie ein hochwirksames Medium, um Vergessenes wieder aufleben zu lassen und Wege der Kommunikation und Ansprache zu finden. Auf diese Weise entsteht für den alten Menschen ein Mehr an Lebensqualität.

**Ziel:**

Das Seminar von Marianne Wiltgen-Sanavia, freischaffende Musiktherapeutin, Lehrbeauftragte und Initiatorin der „Gesellschaft fir Musiktherapie zu Lëtzebuerg“, zeigt Wege, wie man Instrumente und Gesang in der Arbeit mit alten Menschen sinnvoll und kreativ einsetzen kann.

**Ort:**

7, Bréckewe L-8561 Schwebach

**Sprache:**

Luxemburgisch / Deutsch



## Seminarkalender

|  |   |                                  |
|--|---|----------------------------------|
| Ref.: FCPIC11/10   | <b>Workshop: „Freed am Sangen II“<br/>Singen mit älteren Menschen für Fortgeschrittene</b>  | <b>Preis (MwSt.):</b> 75,00 EUR  |
| <hr/>  |   |                                  |
| <b>Termine:</b><br>19. Oktober 2010<br>16. November 2010<br>30. November 2010  | <b>Zielgruppe:</b><br>Alle Mitarbeiter aus Pflege und Betreuung alter Menschen, die bereits den <b>Workshop I</b> mit Camille Kerger absolviert haben |                                  |
| <b>Zeit:</b><br>15.00 – 17.00 Uhr  | <b>Referent(in):</b><br>Camille Kerger  |                                  |
| Gemeinsames Singen zählt zu den beliebtesten Aktivitäten in der Betreuung alter Menschen. Für viele Pflegende stellt sich dabei jedoch die Frage, welche Lieder sie am besten anbieten können und worauf sie beim Leiten einer Gesangsgruppe mit betagten Bewohnern besonders achten müssen.                       |   |                                  |
| <b>Ziel:</b><br>– Repertoiresuche mit Liedern der Großregion (französisch, deutsch, luxemburgisch)<br>– Weiterführung gesangstechnischen Basiswissens (z.B. richtige Atmung)<br>– Singen mit alten Menschen (stimmliche, körperliche Besonderheiten)   |   |                                  |
| <b>Ort:</b><br>RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig   |   |                                  |
| <b>Sprache:</b><br>Luxemburgisch / Deutsch   |   |                                  |
| Ref.: FCPIC02/10   | <b>Möglichkeiten der Aktivierung von Menschen mit Demenz<br/>Gruppenaktivitäten und spezielle Betreuungsangebote für Bettlägerige</b>                 | <b>Preis (MwSt.):</b> 195,00 EUR |
| <hr/>  |   |                                  |
| <b>Termine:</b><br>21. – 22. Oktober 2010<br>19. November 2010   | <b>Zielgruppe:</b><br>Mitarbeiter aus den Bereichen Pflege und Animation  |                                  |
| <b>Zeit:</b><br>9.00 – 17.00 Uhr   | <b>Referent(in):</b><br>Andrea Frieze   |                                  |
| Die Aktivierungsmöglichkeit von Menschen mit Demenz hängt von unterschiedlichen Faktoren ab wie dem aktuellen Schweregrad der Demenz und der damit verbundenen individuellen kognitiven Leistungsfähigkeit, der Fähigkeit zur sozialen Integration in eine Gruppe und nicht zuletzt der physischen Befindlichkeit. |   |                                  |
| <b>Ziel:</b><br>In kurzen Aktivierungseinheiten bieten Pflegekräfte den Menschen mit Demenz die Möglichkeit, die Alltagsroutine für eine kleine Weile zu unterbrechen und sich gemeinsam mit Spaß und Freude auf „Erinnerungsreisen“ zu begeben.   |   |                                  |
| <b>Ort:</b><br>RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig   |   |                                  |
| <b>Sprache:</b><br>Deutsch   |   |                                  |
| Ref.: FCPIC11/11   | <b>Workshop: „Freed am Sangen“ Singen mit älteren Menschen</b>  | <b>Preis (MwSt.):</b> 75,00 EUR  |
| <hr/>  |   |                                  |
| <b>Termine:</b><br>28. Januar 2011<br>04. März 2011<br>25. März 2011   | <b>Zielgruppe:</b><br>Alle Mitarbeiter aus Pflege und Betreuung alter Menschen  |                                  |
| <b>Zeit:</b><br>14.00 – 17.00 Uhr  | <b>Referent(in):</b><br>Camille Kerger  |                                  |
| Gemeinsames Singen zählt zu den beliebtesten Aktivitäten in der Betreuung alter Menschen. Für viele Pflegende stellt sich dabei jedoch die Frage, welche Lieder sie am besten anbieten können und worauf sie beim Leiten einer Gesangsgruppe mit betagten Bewohnern besonders achten müssen.                       |   |                                  |
| <b>Ziel:</b><br>– Die eigene Stimme entdecken<br>– Vermittlung gesangstechnischen Basiswissens (z.B. richtige Atmung)<br>– Repertoire mit geeigneten Liedern kennenlernen<br>– Singen mit alten Menschen (stimmliche, körperliche Besonderheiten)  |   |                                  |
| <b>Ort:</b><br>RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig   |   |                                  |
| <b>Sprache:</b><br>Luxemburgisch / Deutsch   |   |                                  |





## ► Fort- und Weiterbildung

## Seminarkalender

Ref.: FCMIC41/10 **Réaliser un buffet digne d'une grande réception sans dépenser une fortune** **Prix (TTC): 150,00 EUR****Dates:**

30 novembre et 01 décembre 2010

**Groupe cible:**

Personnel cuisine

**Horaire:**

9.00 – 17.00 heures

**Responsable de la formation:**

Gilles Gallerand

Le fait de préparer un buffet, de le décorer avec attention et raffinement met en valeur les produits proposés. De plus, il permet de valoriser tous les acteurs du service restauration et la fierté de sa direction. Les clients sont touchés par la qualité visuelle et le plaisir de la table est accentué.

**But:**

- Préparer des décors (légumes, fruits, fleurs...)
- Assemblage des décors
- Dressage des plats
- Mise en place du buffet

**Lieu:**

RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig

**Langue:**

Français

Ref.: FCMIC14/10 **Les «4S» de la qualité en gastronomie gérontologique** **Prix (TTC): 130,00 EUR****Dates:**

14 et 15 octobre 2010

**Groupe cible:**

Responsable, Personnel de cuisine et restauration

**Horaire:**

9.00 – 17.00 heures

**Responsable de la formation:**

Yves Van de Calseyde

Les participants exploreront tout au long de ces deux journées le sens de la restauration gérontologique, à savoir:

La SANTE  
La SECURITE  
Le(s) SERVICE(s)  
La SATISFACTION

**But:**

En passant en revue chacun de ces points les participants découvriront leur importance et leurs relations, sans lesquels la restauration et la gastronomie pour les personnes âgées court des dangers et des risques pour leur santé.

**Lieu:**

RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig

**Langue:**

Français



## Seminarkalender

Ref.: FCMIC43/10 **Die Führungskraft als Didakt**

Preis (MwSt.): 65,00 EUR

**Termin:**

21. Mai 2010

**Zielgruppe:**

Führungskräfte

**Zeit:**

9.00 – 17.00 Uhr

**Referent(in):**

Thomas Eckardt

Die Anforderungen an Führungskräfte in der Altenpflege haben sich in den letzten Jahren enorm gewandelt. Es geht nicht nur darum, Mitarbeiter zu führen, sondern ihnen regelmäßige Inhalte und Fähigkeiten zu vermitteln. Moderne Lernmethoden erleichtern dieses Unterfangen.

Die Führungskraft ist nicht nur Coach, sondern auch Didakt seiner Mitarbeiter. Dipl.-Psychologe Thomas Eckardt vermittelt den Teilnehmern erfahrungsorientiert neue pädagogische Fertigkeiten, die eine noch ungewöhnliche Sichtweise von Führung und eine effizientere Teamleistung ermöglichen.

**Ziel:**

Vermittlung von modernen, pädagogischen und didaktischen Fertigkeiten

**Ort:**

RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig

**Sprache:**

Deutsch

Ref.: FCMIC29/10 **Gestion des équipes**

Prix (TTC): 260,00 EUR

**Dates:**

07 – 08 juin et 14 – 15 juin 2010

**Groupe cible:**

Cadre intermédiaire ou de proximité, responsable d'équipe, coordinateur(trice) de réseau et chargé(e) de mission

**Horaire:**

9.00 – 17.00 heures

**Responsable de la formation:**

Laurence Licata

Quelles que soient ses fonctions (cadre intermédiaire, cadre de proximité, responsable d'équipe, coordinateur de réseau, chargé de mission), le cadre a un rôle à jouer dans l'animation d'équipe. Dans cette formation, nous invitons les participants à partager et à revisiter collectivement les principes fondamentaux qui structurent le management avec ou sans lien hiérarchique grâce à des outils de management et à des exercices pratiques.

Chaque participant pourra aussi découvrir, repérer ou modifier son propre style de management en fonction des impératifs de positionnement dans sa propre organisation.

**But:**

Permettre aux stagiaires d'appréhender au mieux les différents outils de management et de gestion des ressources humaines. Améliorer le travail d'équipe pour une meilleure qualité de prise en charge et une cohérence de l'organisation.

**Lieu:**

RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig

**Langue:**

Français



## Seminarkalender

Ref.: FCMIC37/10 **Mitarbeitergespräche erfolgreich führen**

Preis (MwSt.): 270,00 EUR

**Termine:**05. – 06. Oktober  
02. Dezember 2010**Zielgruppe:**

Führungskräfte

**Zeit:**

9.00 – 17.00 Uhr

**Referent(in):**

Dr. Bernhard Rosenberger

Mitarbeitergespräche sollten von jeder Führungskraft mindestens einmal jährlich durchgeführt werden. Sie sollten als „Motivations- und Entwicklungsgespräche“ verstanden werden, die den Mitarbeiter gezielt fördern und vorhandene Stärken bekräftigen. Kritische Punkte sollten klar und wertschätzend kommuniziert werden.

**Ziel:**

Sie erfahren mehr über Ihr eigenes und fremdes Führungs- und Kommunikationsverhalten, Sie erlernen anhand konkreter Praxisfälle Argumentations- und Gesprächstechniken, auch für den Umgang mit „schwierigen“ Mitarbeitern, Sie nehmen konkrete Vorschläge für die Umsetzung Ihrer Erkenntnisse im Unternehmensalltag mit.

**Ort:**

RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig

**Sprache:**

Deutsch

Ref.: FCMIC02/10 **Prévenir et gérer des conflits**

Prix (TTC): 195,00 EUR

**Dates:**

07 – 08 octobre et 29 octobre 2010

**Groupe cible:**

Tout(e) intéressé(e)

**Horaire:**

9.00 – 17.00 heures

**Responsable de la formation:**

Marc Thomas

Des situations conflictuelles font parties de toute relation humaine, soit dans la vie professionnelle, soit dans la vie privée. Au lieu de les éviter à tout prix, il vaut mieux faire face d'une manière constructive et reconnaître que chaque conflit comprend la chance d'améliorer et de développer nos relations. Durant le séminaire vous allez définir et analyser des moments conflictuels, comprendre les causes et élaborer des perspectives personnelles ainsi des stratégies non-violentes, afin de mieux maîtriser le conflit.

**But:**

– identifier le conflit – distinguer les manifestations positives et négatives des conflits – repérer les différents types; identifier les origines et les causes du conflit – éviter l'escalade du conflit à la violence – évaluer et améliorer notre positionnement spontané en situation conflictuelle – mettre en oeuvre des stratégies et de résolution des conflits

**Lieu:**

RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig

**Langue:**

Français





## Seminarkalender

Ref.: FCMIC28/10 **Workshop „Lust auf Neues!? – erfolgreich Veränderungen gestalten“**

Preis (MwSt.): 130,00 EUR

**Termine:**

11. – 12. November 2010

**Zielgruppe:**

Führungskräfte

**Zeit:**

9.00 – 17.00 Uhr

**Referent(in):**

Henrich Stöhr

Ob es um die Umstrukturierung von Abteilungen, um innovative Pflegekonzepte, Kostensenkung oder schlicht um ein neues Dokumentationssystem geht: Change Management ist zu einer ständigen Führungsaufgabe geworden. Doch vielfach scheitern Veränderungsprojekte am Widerstand der betroffenen Mitarbeiter, die Veränderungen als Bedrohung erleben. Das muss nicht sein. Schließlich steckt in Innovationen auch eine Chance zur Weiterentwicklung – persönlich und als Unternehmen.

Aber wie können Führungskräfte ihren Teams die Lust auf Neues vermitteln und ihre Veränderungsinitiativen erfolgreich gestalten? Was bedeutet es, den „Change“ zu „managen“ und welche konkreten Hilfsmittel können sie dafür nutzen?

**Ziel:**

Es bietet neben einem fundierten Input zum Thema „Change Management“ vor allem Raum zur Reflexion eigener Veränderungsprojekte der Teilnehmer – mit dem Ziel, konkrete Handlungsoptionen für ihren Führungsalltag zu entwickeln.

**Ort:**

RBS – Center fir Altersfroen asbl – 20, rue de Contern, Itzig

**Sprache:**

Deutsch

► **Der RBS – Center fir Altersfroen  
lädt Sie ein zu einer Veranstaltung der besonderen Art:**

Interkultureller Workshop für Mitarbeiter und Führungskräfte  
der ambulanten sowie stationären Altenhilfe  
am 28. September 2010 von 9.00 bis 12.30 Uhr

**„Anders sind immer die Anderen...!“  
„Les autres sont toujours différents...!“**

Unter Mitwirkung von Marco Morgante und Frans Meulmeester

**Ort: Banque de Luxembourg**  
Geschäftsstelle Royal, 14, boulevard Royal, L-2449 Luxembourg

**Weitere Informationen unter Tel. 36 04 78 26/23**

## Teilnahmebedingungen für Seminare / Conditions de participation aux séminaires

### Teilnahmebedingungen für Seminare

Die **Seminarübersicht** enthält die Mehrzahl der Veranstaltungen, die zum Zeitpunkt der Drucklegung bereits geplant waren. Weitere Angebote finden Sie auf unserer Homepage <http://www.rbs.lu> unter der Rubrik RBS Fortbildungsinstitut.

Für alle hier angekündigten Seminare ist eine **persönliche und unverbindliche Voranmeldung** per **Anmeldetalon** (siehe Seminarkalender) oder telefonisch unter den Nummern 36 04 78-33 (Bereich Gerontologie und Psychogeriatric), bzw. 36 04 78-22 (Bereich Management & EDV) möglich. Eine Vorreservierung kann auch über unsere Internetseite <http://www.rbs.lu> getätigt werden. Vorreservierungen sind bis 6 Wochen vor Seminarbeginn möglich.

Alle Seminare werden offiziell ausgeschrieben und an die Institutionen verschickt, soweit sie nicht bereits ausgebucht sind. Sollten Sie bereits einen Seminarplatz reserviert haben, erhalten Sie eine **persönliche Einladung**. Sie müssen sich dann **innerhalb von 10 Tagen verbindlich** anmelden. Während dieser Frist bleibt Ihr Seminarplatz reserviert. Die Teilnahmegebühr wird erst **nach** Erhalt der Teilnahmebestätigung fällig.

Leider können wir die Teilnahmegebühren nur dann nicht in Rechnung stellen, wenn Sie für Ihr Fernbleiben einen triftigen Grund vorlegen. Bei Abwesenheit ohne Abmeldung werden die **gesamten Kursgebühren** fällig.

### Conditions de participation aux séminaires

La **vue synoptique** des séminaires contient la plupart des manifestations qui ont été fixées jusqu'à la date d'impression. Pour en savoir davantage sur notre programme de formation, veuillez consulter la page des manifestations sur notre site <http://www.rbs.lu>.

Une **préinscription** aux séminaires est possible soit par l'envoi du coupon-réponse qui suit le calendrier des manifestations du Bulletin RBS, soit par téléphone au 36 04 78-33 (volet Gériatrie & Psychogériatrie), 36 04 78-22 (volet Management & Informatique), soit par le biais d'une inscription électronique <http://www.rbs.lu>. Veuillez respecter un délai de 6 semaines avant le début des séminaires.

Tant qu'il restera des places, les invitations aux séminaires seront envoyées officiellement à toutes les institutions. Si vous avez effectué une préinscription à l'un de ces séminaires, une **invitation personnelle** vous sera envoyée par courrier. Il vous restera alors **10 jours** pour vous inscrire **définitivement** par le coupon-réponse joint à l'invitation. Pendant ces dix jours, votre place restera réservée pour vous. En règle générale, les frais de participation sont à payer **après** réception d'une confirmation de participation.

Les frais de participation ne peuvent être restitués qu'en cas d'absence avec raison valable. La **totalité des frais de participation** est à payer en cas d'absence sans préavis.

## Abonnement

Hiermit abonniere ich zur Lieferung (3x jährlich) an folgende Adresse  
die Zeitschrift RBS-Bulletin und überweise die Summe von 12 €  
auf das Konto des Service RBS asbl DEXIA IBAN LU08 0028 1385 2640 0000,  
BIC: BILLULL

Name .....  
Straße .....  
PLZ und Ortschaft .....

Service RBS asbl

BP 32  
L-5901 Hesperange

Fortbildungsinstitut

Tel. : 36 04 78 33  
Fax : 36 02 64



RBS



## Anmeldeformular / Formulaire d'inscription

Ich möchte mich zu folgenden Fortbildungen anmelden./Je m'inscris aux séminaires suivants.



### Gérontologie & Psychogériatrie

☎ 36 04 78-32/34

|                  |  |                           |
|------------------|--|---------------------------|
| Ref.: FCPIC40/10 | <input type="checkbox"/> <b>Basale Stimulation: Kommunikation mit allen Sinnen</b>   | Preis (MwSt.): 195,00 EUR |
| Ref.: FCPIC22/10 | <input type="checkbox"/> <b>Aromathérapie II – Les points réflexes</b>   | Prix (TTC): 65,00 EUR     |
| Ref.: FCPIC16/10 | <input type="checkbox"/> <b>Approche de la réflexologie plantaire – Cours d'approfondissement</b>  | Prix (TTC): 130,00 EUR    |
| Ref.: FCPIC19/10 | <input type="checkbox"/> <b>Aromatherapie für Fortgeschrittene:<br/>„Stress lass nach“ Stressbewältigung mit Aromatherapie</b>                                 | Preis (MwSt.): 65,00 EUR  |
| Ref.: FCPIC06/10 | <input type="checkbox"/> <b>Validation nach Naomi Feil, Teil I - IV</b>  | Preis (MwSt.): 450,00 EUR |
| Ref.: FCPIC20/10 | <input type="checkbox"/> <b>Communiquer par le toucher – Cours d'approfondissement</b>   | Prix (TTC): 195,00 EUR    |
| Ref.: FCPIC48/10 | <input type="checkbox"/> <b>MH Kinaesthetics Zertifizierungskurs – cours de certification</b>  | Preis (MwSt.): 650,00 EUR |
| Ref.: FCPIC50/10 | <input type="checkbox"/> <b>Pédagogie du mouvement – Cours de base</b>   | Prix (TTC): 260,00 EUR    |
| Ref.: FCPIC29/10 | <input type="checkbox"/> <b>Der Einsatz von Musik im Heimalltag – Neue Wege der Kommunikation</b>  | Preis (MwSt.): 195,00 EUR |
| Ref.: FCPIC11/10 | <input type="checkbox"/> <b>Workshop: „Freed am Sagen II“<br/>Singen mit älteren Menschen für Fortgeschrittene</b>   | Preis (MwSt.): 75,00 EUR  |
| Ref.: FCPIC02/10 | <input type="checkbox"/> <b>Möglichkeiten der Aktivierung von Menschen mit Demenz<br/>Gruppenaktivitäten und spezielle Betreuungsangebote für Bettlägerige</b> | Preis (MwSt.): 195,00 EUR |
| Ref.: FCPIC11/11 | <input type="checkbox"/> <b>Workshop: „Freed am Sagen“ Singen mit älteren Menschen</b>   | Preis (MwSt.): 75,00 EUR  |

Name / Nom: \_\_\_\_\_

Straße / Rue: \_\_\_\_\_

PLZ und Ortschaft / Code postal et ville: \_\_\_\_\_

Tel./Tél.: \_\_\_\_\_ E-mail: \_\_\_\_\_ Institution: \_\_\_\_\_

Rechnungsadresse/Adresse de facturation: \_\_\_\_\_

Datum/Date: \_\_\_\_\_ Unterschrift/Signature: \_\_\_\_\_

Bitte deutlich schreiben (Druckbuchstaben) / Ecrire lisiblement s.v.p. (en majuscules)

Die allgemeinen Bedingungen habe ich zur Kenntnis genommen. / J'ai pris connaissance des conditions générales.

Bitte schicken Sie das Anmeldeformular an / Veuillez envoyer le formulaire d'inscription au:

### Service RBS asbl – Center fir Altersfroen

Fortbildungsinstitut / Formation continue

BP 32

L-5901 Hesperange

oder faxen unter / ou envoyer par téléfax au: 36 02 64





## Anmeldeformular / Formulaire d'inscription

Ich möchte mich zu folgenden Fortbildungen anmelden./Je m'inscris aux séminaires suivants.

Hauswirtschaft / Küche

36 04 78-22

Ref.: FCMIC41/10 ☐ **Réaliser un buffet digne d'une grande réception sans dépenser une fortune** **Prix (TTC): 150,00 EUR**

Ref.: FCMIC14/10 ☐ **Les «4S» de la qualité en gastronomie gérontologique** **Prix (TTC): 130,00 EUR**

Management

36 04 78-22

Ref.: FCMIC43/10 ☐ **Die Führungskraft als Didakt** **Preis (MwSt.): 65,00 EUR**

Ref.: FCMIC29/10 ☐ **Gestion des équipes** **Prix (TTC): 260,00 EUR**

Ref.: FCMIC37/10 ☐ **Mitarbeitergespräche erfolgreich führen** **Preis (MwSt.): 270,00 EUR**

Ref.: FCMIC02/10 ☐ **Prévenir et gérer des conflits** **Prix (TTC): 195,00 EUR**

Ref.: FCMIC28/10 ☐ **Workshop „Lust auf Neues!? – erfolgreich Veränderungen gestalten“** **Preis (MwSt.): 130,00 EUR**

Name / Nom: \_\_\_\_\_

Straße / Rue: \_\_\_\_\_

PLZ und Ortschaft / Code postal et ville: \_\_\_\_\_

Tel./Tél.: \_\_\_\_\_ E-mail: \_\_\_\_\_ Institution: \_\_\_\_\_

Rechnungsadresse / Adresse de facturation: \_\_\_\_\_

Datum / Date: \_\_\_\_\_ Unterschrift / Signature: \_\_\_\_\_

Bitte deutlich schreiben (Druckbuchstaben) / Ecrire lisiblement s.v.p. (en majuscules)

*Die allgemeinen Bedingungen habe ich zur Kenntnis genommen. / J'ai pris connaissance des conditions générales.*

Bitte schicken Sie das Anmeldeformular an / Veuillez envoyer le formulaire d'inscription au:

**Service RBS asbl – Center fir Altersfroen**

Fortbildungsinstitut / Formation continue

BP 32

L-5901 Hesperange

oder faxen unter / ou envoyer par téléfax au: 36 02 64







### In eigener Sache

Aufgrund der Namensänderung hat sich der angekündigte Neuauftritt unserer Internetseite [www.rbs.lu](http://www.rbs.lu) leider verschoben. Neben der vollständigen inhaltlichen Überarbeitung und Erweiterung der Seite wurde auch die Navigation vereinfacht. Die verschiedenen Rubriken werden zukünftig mit unterschiedlichen Bannern im oberen Teil der Seite gekennzeichnet. In den nächsten Wochen wird diese Seite mit unserer neuen Institutsbezeichnung „RBS – Center fir Altersfroen“ online gehen.

### „Service RBS asbl – Center fir Altersfroen“: Auf zu neuen Ufern

Der „Service RBS asbl“ (Fortbildungsinstitut und Seniorenakademie) feierte letztes Jahr sein 20-jähriges Bestehen. Das 1989 auf Initiative des Familienministeriums gegründete Institut sieht das allerdings nicht als Anlass, bei der Vergangenheit stehen zu bleiben.

RBS-Präsidentin Marie-Thérèse Gantenbein bestätigte auf der 21. Generalversammlung diese Aufbruchstimmung gleich zu Beginn ihrer Ansprache damit, dass der zukünftige Name der Einrichtung „RBS – Center fir Altersfroen“ lautet. Mit dieser Bezeichnung soll bereits im Namen des Instituts dessen Aufgabengebiet deutlich werden. Da sich die Herausforderungen für den Service in den letzten 20 Jahren grundlegend geändert haben, sei es wesentlich, so die Präsidentin, dass der RBS im Sinne einer „Denkfabrik“ neue Antworten finde. Sie machte darauf aufmerksam, dass der Anteil der nicht-luxemburgischen Senioren steige und entsprechende Anstrengungen erfordere, um deren Beteiligung an der Gesellschaft zu ermöglichen. Ebenso wird es immer wichtiger, die Vorbereitung auf ein

Leben nach der Pensionierung zu unterstützen und entsprechendes Wissen zugänglich zu machen.

Die vielfältigen Aktivitäten im Jahr 2009 wurden durch RBS-Direktor Simon Groß dargestellt. Diese umfassen einerseits interessante Angebote für und mit Senioren, der Zeitung „Aktiv am Liewen“, der RBS Karte „aktiv 60+“ und der Beteiligung an EU-Projekten im Kontext „Life-Long-Learning“. Andererseits bietet der „Center fir Altersfroen“ eine Reihe von Antworten, um die Professionalisierung in der Altenhilfe intensiv zu unterstützen. Im Rahmen des RBS Fortbildungsinstituts wurde 2009 das in verschiedenen europäischen Ländern angewendete Qualitätsmanagementmodell E-Qalin® weiterentwickelt und verbreitet, welches ebenfalls im Rahmen von mehreren EU-Projekten für die Luxemburger Altenhilfe angepasst wurde.

Neben der akademischen Sitzung im Kino Utopolis mit 300 Teilnehmern wurden einige Veranstaltungen im Rahmen der Kampagne Faktor Mensch durchgeführt, die für die Notwendigkeit von sozialer und persönlicher Kompetenz bei Führungskräften und Mitarbeitern sensibilisieren sollen. Besonders deutlich wurde bei der Darstellung, dass diese vielfältigen Aktivitäten nur durch das äußerst dynamische und motivierte Team des RBS möglich waren. Malou Kapgen, Regierungsvaterin des Familienministeriums, betonte in ihrer abschließenden Ansprache, dass der „RBS – Center fir Altersfroen“ ein „wichtiger Partner des Familienministeriums und des gesamten Sektors“ sei. Sie beglückwünschte den Verwaltungsrat für seine Weitsicht, den Service RBS vor 20 Jahren gegründet zu haben. Auch für die Zukunft, so die Regierungsrätin, bleibe der „RBS – Center fir Altersfroen“ ein guter Partner des Familienministeriums, der die Beteiligung älte-



▲  
**RBS-Präsidentin Marie-Thérèse Gantenbein und RBS-Direktor Simon Groß**

rer Menschen an der Gesellschaft aktiv unterstützen und seinen Platz als eigenständige Fortbildungsstruktur mit besonderem Augenmerk auf die „Pflegewissenschaften“ weiterentwickeln soll.



### „Candlelight-Dinner“ im Pflegeheim

Mit einem mehrgängigen gastronomischen Abendessen wurden die Bewohner des Bartringer Pflegeheims „Les Parcs du troisième âge“ im Januar verwöhnt. Unter Leitung des Schweizer Küchenchefs und Gerontologen Markus Biedermann hatten sieben Teilnehmer der vom Itziger Service RBS organisierten Zusatzausbildung „Vom Koch zum Heimkoch“ eindrucksvoll gezeigt, dass auch in einer Pflegeeinrichtung auf höchstem Niveau gekocht und gespeist werden kann.

Im festlich gedeckten Speisesaal ließen sich die Heimbewohner Consommé Royal mit Eierstich, Risotto mit einer Mousse von Lachs und Hecht sowie zarten Kalbsrücken mit Rosmarin schmecken. Als Dessert wurden „Rüblükuchen“, gebrannte Creme nach Schweizer Art, helle und dunkle „Mousse au chocolat“ sowie Obstsalat gereicht. Auf besonderen Wunsch einer Bewohnerin gab es außerdem flambiert servierte „Omelette norvégienne“.

Die Gäste, darunter auch die RBS-Präsidentin Marie-Thérèse Gantenbein, bedankten sich mit viel Applaus und Lob

bei den Köchen, die ihnen einen unvergesslichen Abend beschert hatten. Für Heimdirektor Dr. Normi Barnig steht bereits jetzt schon fest, dass das „Candlelight Dinner“ nach seiner gelungenen Premiere auf jeden Fall wiederholt werden sollte.

Die Zusatzausbildung für Heimköche beinhaltet neben der Vermittlung von gerontologischem Fachwissen auch Seminareinheiten zu Führungsaufgaben, Betriebsorganisation und Ernährungswissenschaft. Die Teilnehmer erwerben somit fundierte Kenntnisse, um den steigenden Ansprüchen moderner Heimverpflegung gerecht zu werden und den Bewohnern ein Höchstmaß an Lebensqualität zu bieten.

### ALGG: „Sind die Renten sicher?“

Im Rahmen ihrer alljährlichen Rundtischgespräche organisierte die ALGG (Association Luxembourgeoise de Gérontologie/Gériatrie) in Zusammenarbeit mit der „Société Médicale Luxembourgeoise de Gériatrie et de Gérontologie“ Mitte März im Merscher „Blannenheem“ eine Vortragsveranstaltung zum Thema Rentensicherheit. Nach der Begrüßung durch ALGG-Präsidentin Josée Thill und einführenden Worten von Prof. Dr. Dieter Ferring nahmen gleich zwei hochkarätige Redner ausführlich zu der Problematik Stellung: Statec-Direktor Dr. Serge Allegrezza sowie der Minister für soziale Sicherheit, Mars Di Bartolomeo.

In seiner Funktion als Leiter des statistischen Amtes setzte Dr. Serge Allegrezza seine Ausführungen im Hinblick auf Luxemburg gleichzeitig in einen europäischen Kontext. So sei auch das Großherzogtum von den momentanen demographischen Entwicklungen nicht verschont und müsse sich darauf einstellen, dass die

Nachhaltigkeit der Renten nur bedingt gegeben sei, selbst wenn die augenblickliche Situation in Luxemburg im Vergleich zu anderen EU-Staaten noch recht positiv aussehe. „Die Ausgaben für Pensionen und Renten werden hierzulande am höchsten liegen. Liegen die Ausgaben momentan bei 8,6% des Bruttoinlandsprodukt, müssen wir 2060 mit einer Verdoppelung auf 15,3% rechnen“, gab der Experte zu bedenken.

Um die Produktivität des Landes wettbewerbsfähig zu halten und die Beschäftigungsrate nicht bedenklich sinken zu lassen, sind auch in Zukunft ausländische Arbeitnehmer und Grenzgänger für den hiesigen Arbeitsmarkt unabdingbar. „Wir beobachten das Phänomen, dass diese Arbeitnehmer jedoch nur dann kommen, wenn die wirtschaftliche Situation gut ist und sie hier auch tatsächlich Arbeit finden. Ist dies nicht der Fall, wandern sie an attraktivere Standorte ab“, so Allegrezza.

Minister Di Bartolomeo nahm in seinen Erläuterungen ebenfalls kein Blatt vor den Mund: „Unsere Rentenkassen sind momentan extrem gesund, wenn wir wollen, dass dies auch in Zukunft der Fall ist, müssen wir uns jetzt darum kümmern.“

In den letzten fünf Jahren hätte diesbezüglich ein wichtiger Meinungswandel eingesetzt und sich die Überzeugung durchgesetzt, dass man die gute momentane Lage nutzen müsse, damit auch die kommenden Generationen noch ausreichende Pensionen und Renten erhielten. „Der Handlungsbedarf wurde allgemein erkannt, ebenso wie die Notwendigkeit, dass der Generationenvertrag nicht kippen darf. Die Basis für eine sichere staatliche Altersfürsorge ist eine positive Entwicklung des Wirtschaftswachstums und der Beschäftigung. Wir brauchen einen starken Staat mit soliden Reserven, um auch künftig soziale Transferleistungen finanzieren

und ermöglichen zu können“, erklärte der LSAP-Politiker. Momentan sei die aktive Bevölkerung in Luxemburg fast so hoch wie die ansässige, sprich auf 500 000 Einwohner kommen rund 350 000 Arbeitnehmer.

Dieser heutige Vorteil ist jedoch der Nachteil von morgen, da diese große Anzahl Menschen dann auch Rentenansprüche stellen wird. Nach Schätzung der IGSS (Inspection générale de la sécurité sociale) sind in 40 Jahren 1 bis 1,3 Mio. Beschäftigte notwendig oder aber eine Erhöhung der Sozialbeiträge um 24%, wenn nicht jetzt entsprechende Maßnahmen ergriffen würden.

„Wir müssen das Pensionsregime an die höhere Lebenserwartung anpassen und von einer Lebensarbeitszeit von 40 Jahren ausgehen. Dabei müssen jedoch berechnete Auszeiten wie Ausbildung sowie die Betreuung von Kindern oder älteren Familienmitgliedern berücksichtigt werden. Außerdem muss die Entwicklung des Arbeitsmarktes und der Wirtschaft sowie der nötigen staatlichen Reserven im Auge behalten werden“, unterstrich Mars Di Bartolomeo.

Es gelte darauf einzuwirken, dass Menschen länger arbeiten (das effektive Pensionsalter liegt in Luxemburg zur Zeit bei 58-59 Jahren) und zwar auch von Seiten der Arbeitgeber: „Es darf keine Diskriminierung älterer Arbeitnehmer geben. Heutzutage sind viele Menschen mit 60 fitter als vor einigen Jahren mit 45. Die Belastungen durch die Berufstätigkeit sind heute ebenfalls anders bzw. geringer als früher. Ebenso wenig dürfen die Anpassungen zu Lasten der niedrigen Renten gehen. Man kann keinen Mindestlohnbezieher dazu zwingen, zusätzliche Versicherungen abzuschließen. Das Entstehen von Altersarmut muss auf jeden Fall vermieden werden.“



Gleichzeitig appellierte der Minister an die Verantwortung jedes Einzelnen: „Gesundheit wird nicht billiger. Dank verbesserter Lebenshygiene und Ernährung haben wir heute jedoch die besten Voraussetzungen dafür, gut zu altern. Es liegt an jedem selbst, sich um seine Gesundheit zu kümmern und präventiv aktiv zu werden. Zusätzliche Leistungen könnten je nach Finanzkapazität eventuell selbst getragen werden. Die essentielle Versorgung muss allerdings solidarisch finanziert bleiben, in dieser Hinsicht darf es keine Zwei-Klassen-Gesellschaft geben.“

### «Chèques-service»: Nicht für Senioren

Wie aus einer Unterredung einer Delegation der Abteilung Rentner und Immigranten des OGB-L mit Familienministerin Marie-Josée Jacobs hervorgeht, wird es vorerst keine „chèques-service“ für Senioren geben, die diese im täglichen Leben unterstützen sollen. Sie seien in den momentanen Krisenzeiten keine Priorität der Regierung, so die Ministerin, daher sei auch noch kein entsprechendes Konzept dafür entwickelt worden. Große Summen seien in den letzten Jahren dagegen vor allem in den Bau von integrierten Altenheimen (CIPA) investiert worden, so dass Luxemburg heute das Land mit den meisten Betten in stationären Einrichtungen in der gesamten EU proportional zur älteren Bevölkerung sei.

### «La Bientraitance des personnes âgées»

Im Rahmen des Qualitätszirkels, den das Ministerium für Familie und Integration regelmäßig in Einrichtungen der Altenhilfe organisiert, wurde vergangenen Dezember der „gute“ Umgang mit dem älteren Menschen thematisiert. Häufig

wird einfach vorausgesetzt, dass zwischen Mitarbeitern und Betroffenen eine respektvolle Beziehung gegeben ist. Doch wenn keine „Kultur des Respekts“ auf allen Ebenen in einer Institution gepflegt wird, können sich ganz unbemerkt abwertende Sprachregelungen oder regelmäßige Verletzungen der Privatsphäre von Klienten etablieren.

Nach einleitenden Worten von Regierungsrätin Malou Kapgen verdeutlichte Alice Casagrande (Croix-Rouge Française) in ihrem Impulsreferat, wie wichtig es ist, die intensive Reflexion dieser Thematik immer wieder anzustoßen und der Resignation von Mitarbeitern vorzubeugen. Gerade automatisierte Handlungsabläufe können unbewusst dazu führen, dass man z.B. einfach in das Zimmer eines Bewohners geht, ohne anzuklopfen oder Klienten leichtfertig mit „Spitznamen“ anspricht.

Durch Reflexionstage für Mitarbeiter auf allen Ebenen können solche Mechanismen bewusst und alltägliche Grenzüberschreitungen in der Beziehung zum Betroffenen erkannt werden. Im Anschluss daran referierte Prof. Dr. Jean-Paul Lehnern über Vor- und Nachteile einer Charta für die Rechte von älteren Menschen. Paul Wagner (Stiftung Hëllef Doheem) und Castor Aguilera (Doheem Versuergt) stellten danach praktische Ansätze in Luxemburg vor, wie eine Kultur des Respekts aktiv gefördert werden kann.

Abgerundet wurde der Tag durch die Ausführungen von Cécile Maldaque und Jean-Marc Herbiet, die über entsprechende Strategien in der Wallonie berichteten.

Zum Abschluss des Tages betonte Dr. Murielle Weydert, dass die Themen Respekt und Verantwortung im Umgang mit älteren Menschen endlich „entbanalisiert“ und als ein zentrales Merkmal von Qualität angesehen werden müssen.

## ► Zum Vormerken!

Am 6. Oktober 2010 findet im Audimax der Universität Luxemburg, Campus Walferdange ab 14.15 Uhr die „25<sup>e</sup> Journée de Gérontologie“ statt. Das hochaktuelle Thema lautet: „Zwischen Verantwortung und Schuld – Freiheitseinschränkende Maßnahmen in der Pflege“.

Außerdem organisiert die ALGG am 16. Oktober ab 15 Uhr wieder ihren traditionellen „Gesondheetslaf“, zu dem alle Läufer und Nordic Walker herzlich eingeladen sind. Für Essen und Trinken ist gesorgt!





## Un autre regard: La joie prolonge la vie

Nicolas Schmitt a passé plus de 10 ans à la rencontre des peuples de notre planète, traversé près de 70 pays et parcouru 65 000 kilomètres par la route pour toucher de plus près ce qui nous réunit au-delà de ce qui nous sépare, identifier les richesses formidables que l'on peut trouver, au-delà de tous les a priori, dans la diversité, et trouver des sources d'inspirations nouvelles pour notre époque.

En 2006, il a monté l'initiative «Un Hymne à la Joie», événement photographique itinérant présentant la capacité des hommes de notre planète à dépasser les adversités et retrouver une énergie rayonnante et communicative capable de transmettre de la joie. Lors de son dernier voyage dans l'Océan Indien il a fait un reportage sur ce qui anime la vie dans les maisons de retraite.

**RBS: Nicolas Schmitt, qu'est-ce qui, dans votre histoire, vous a amené à tout quitter pour parcourir le monde?**

**Nicolas Schmitt:** Juriste, j'ai commencé ma vie professionnelle au Tribunal pour Enfants. Devant les détreffes et les difficultés auxquelles j'étais confronté, j'ai décidé de quitter le Tribunal pour voir de quelle manière, ailleurs, d'autres personnes autour de la planète, parvenaient à illuminer le regard des autres et à transmettre de l'espoir et de la Joie.

En parcourant ces dix dernières années plus de 65 000 km par la route sur près de 70 pays, de grand reporter, je suis devenu photographe puis artiste du changement.

Depuis quelques années je travaille également comme formateur et coach dans différentes organisations, par exemple dans le milieu hospitalier.

**RBS: Vous avez voyagé aux quatre coins du monde, qu'est-ce qui vous a le plus surpris?**

**N.S.:** Eh bien que, curieusement, ce n'est souvent pas là où l'on a le plus de moyens que l'on retrouve les gens les plus heureux. A l'époque où j'habitais aux Etats-Unis, abondance matérielle rimait avec succès et tendait même à laisser croire que plus on en avait, moins on avait besoin des autres. Je crois que cela est une vision erronée, que nous sommes profondément des êtres de liens, et que notre bonheur dépend étroitement de la relation que nous établissons avec les autres.

**RBS: Est-ce une autre manière de voir la vie?**

**N.S.:** Dans bien des cultures, les gens ont bien conscience que la vie est fragile, éphémère. Que la vie, quelque part, est



**Nicolas Schmitt**, voyageur, photographe et formateur



un miracle. Malgré les difficultés de la vie quotidienne, cette conscience permet de voir davantage ce que l'on a, plutôt que ce que l'on n'a pas. C'est une vraie culture de la joie qui vient mettre en relief chaque petit moment agréable de la journée.

**RBS: Est-ce que la joie peut, elle aussi, prolonger la vie des personnes âgées?**

**N.S.:** Et comment! Or le potentiel des émotions est aujourd'hui largement sous utilisé. Les recherches sur les neurosciences ont fait d'énormes progrès, on arrive de plus en plus finement à mesurer l'impact de ces émotions sur la santé physique et mentale des personnes.

Nous sommes sans doute au début de quelque chose de nouveau. Vous savez, dans nos régions où la science prédomine, nous sommes devenus des spécialistes dans la dissociation et l'analyse des parties du corps ou de l'esprit.

On voit mieux le détail que le global. En voyageant, je me suis rendu compte du nombre de cultures qui ont su préserver une relation holistique ou globale de la relation à la vie. La joie prolonge la vie parce que les émotions liées à la joie nourrissent la vie. «Les joyeux guérissent toujours» disait Rabelais.

**RBS: Quelles expériences avez-vous donc fait lors de ce voyage dans l'Océan Indien concernant les relations avec les personnes âgées?**

**N.S.:** Les liens sociaux y sont beaucoup plus forts. On y trouve une culture de la proximité, où l'on valorise ce qui nous rapproche des autres, on porte attention aux petites choses qui ont du sens, à l'importance du symbolique. Il est rare de voir une personne âgée vivre hors de la famille. Ainsi, il y a peu de maisons de retraite, les gens sont sans doute moins formés que chez nous, mais conservent une spontanéité naturelle qui rend leurs échanges créatifs et féconds. Ils sont capables de toucher, de soigner l'esprit et le cœur. Lorsque nous sommes dans une vraie dynamique pour animer l'autre, la plupart du temps c'est donneur-donnant, c'est-à-dire quand vous faites quelque chose de bon, vous en tirez aussi un profit. C'est lors de ce reportage que j'ai pu faire la différence entre une maison de retraite et une maison de vie pour personnes âgées. Croyez moi, vous vous en rendez tout de suite compte à la vue des personnes qui vivent sur place.

**RBS: Comment avez-vous vécu la pauvreté dans les régions que vous avez parcourues?**

**N.S.:** C'est une question intéressante, car la question de la pauvreté est vraiment une question propre à notre culture occidentale. Je n'ai plus la même vision de la pauvreté aujourd'hui. Sous nos latitudes, la pauvreté est une histoire d'argent. Ailleurs, la pauvreté, comme la richesse, relève d'enjeux plus larges et commence par la qualité des liens qui vous relient avec les autres, la place que vous tenez dans un groupe... Et cela dans la mesure où la construction de ces sociétés s'est articulée sur la solidarité

comme ingrédient indispensable dans l'interdépendance. Alors que nos sociétés post modernes ont bien davantage valorisé la réussite individuelle pour assurer l'indépendance.

**RBS: Quel regard portez-vous sur le travail avec les personnes âgées?**

**N.S.:** J'ai beaucoup d'estime pour les personnels soignants, car ce sont des métiers humainement impliquant qui demandent la capacité à entrer dans l'intime de l'autre avec bienveillance. Je crois qu'il y a une forme de vocation où l'on a du plaisir à accorder du temps, de la patience à autrui. Cette dimension de plaisir et d'épanouissement est pour moi fondamentale, car avec le temps, vous existez encore plus dans le regard de l'autre, et il est donc aussi important que le personnel qui accompagne la vie des personnes âgées puisse enrichir la relation par son regard. Montrer que la personne âgée n'est pas vu comme une charge ou un «job» mais comme une personne qui a de la valeur, même si elle est diminuée ou dépendante.

**RBS: C'est justement cette vocation que l'on risque de perdre dans un contexte de travail de plus en plus stressant où l'on a parfois de moins en moins de temps pour les clients.**

**N.S.:** Je comprends. J'ai l'impression qu'il s'agit souvent d'une confusion entre l'essentiel et l'important. On ne sait plus aujourd'hui exactement qu'est-ce qui est important, qu'est-ce qui est essentiel. Trop souvent on a privilégié les aspects techniques mesurables quantifiables – donner une douche, un repas – des aspects humains. Bien sûr, c'est important, mais ce n'est pas forcément l'essentiel. Par contre la capacité à toucher

quelqu'un, sa main, son cœur; à prendre du temps avec elle, est essentielle. Ce n'est jamais perdre du temps quand le besoin fondamental de la personne est satisfait. L'attention que l'on porte à une personne est essentielle. Mais cette attention, comment la proposer si notre travail, toute notre journée est coupée en morceaux où l'on doit être efficace et rentable? Comment faire pour être garant de la qualité des soins? Je rencontre aujourd'hui beaucoup de soignants qui témoignent de leur malaise face aux contradictions présentes dans leur métier.

**RBS: Il y a des nouveaux défis alors...**

**N.S.:** Oui, ils sont multiples. Je pense qu'ils commencent par la réconciliation de nos approches rationnelles et émotionnelles. Développer l'intelligence émotionnelle comme alternative pour enrichir sa pratique et nourrir la vitalité des personnes âgées.

Aussi, un défi de taille sera de travailler à valoriser les talents personnels des collaborateurs, de manière à ce que chaque personne puisse faire son métier en s'appuyant sur son excellence spécifique. Voilà une clé importante pour permettre aux soignants de travailler dans l'inspiration et l'épanouissement et à des groupes de donner le meilleur d'eux même. Cela nous demandera de dépasser les cautions intellectuelles portées par les diplômes pour passer à une vraie valorisation des savoirs-être qui font toute la différence. Et puis, si nos progrès scientifiques et techniques nous permettent d'ajouter des années à la vie, à un certain point, on préfère ajouter de la vie aux années. Cette équation est une invitation à repenser nos représentations de l'âge, de la vieillesse et de la place que peuvent prendre les personnes dites âgées au sein de la société. Un chemin pour grandir ensemble!



▲  
*Il y a des gestes, des attentions qui changent la vie des personnes âgées*

## Yoganastik



# Yoga für Senioren: Im eigenen Rhythmus

Von Vibeke Walter ►

Einmal die Woche treffen sich Bewohner des CIPA Servior „Belle-Vue“ Echternach sowie Senioren aus der Stadt zur „Yoganastik“. Ein Angebot, das gut ankommt und auf sanfte Weise positive Wirkung zeigt.

Yoga-Übungen sind keine Frage des Alters, ganz im Gegenteil. Gerade wenn Beweglichkeit und Kraft nachlassen, kann Yoga in entsprechend angepasster Form für ältere Menschen überaus wohltuend sein. Schwierige Verrenkungen und komplizierte Positionen wie Lotussitz oder Schulterstand, die den meisten Menschen dabei wohl spontan in den Sinn kommen, sind eben nur ein Teil der aus Indien stammenden Yogalehre. Tatsächlich ist es ein ganzheitlicher Ansatz, der die Gesundheit von Körper, Geist und Seele gleichermaßen fördert. Außerdem geht es bei Yoga im Gegensatz zu vielen Sportarten nicht um Leistung, ein Aspekt, der in der Arbeit mit älteren Menschen eine wichtige

Rolle spielt: „Der Sinn unseres Angebots besteht darin, alle noch bestehenden Fähigkeiten zu erhalten bzw. zu verbessern. Jeder soll sich wohlfühlen und nach seinem eigenen Rhythmus und Tempo mitmachen. Auf keinen Fall soll ein Gefühl von Stress oder Wettkampf entstehen. Es darf anstrengend, soll aber nicht unangenehm sein“, betont Dan Katzenmeier, verantwortlich für den Bereich Animation im CIPA Servior „Belle-Vue“ in Echternach.

Als selbst praktizierender „Yogi“ bietet er seit März 2008 Yoga-Kurse in der Einrichtung an. Rund 25 Senioren kommen regelmäßig in die verschiedenen Gruppen, in denen maximal 12 Teilnehmer dabei



sein können. Auch ältere Einwohner aus Echternach nehmen das Angebot gerne in Anspruch und bleiben anschließend meist gleich zum Mittagessen. Eine gute Gelegenheit, um das Altersheim kennenzulernen und eventuelle Hemmschwellen abzubauen. „Ich habe die Übungen so angepasst, dass sie alle im Sitzen oder Stehen durchgeführt werden können. Außerdem integriere ich Elemente des Qi Gong. Im Mittelpunkt stehen Beweglichkeit, Gleichgewicht, auch im Hinblick auf Sturzprophylaxe, Muskelkräftigung, Koordination und Entspannung. Wir hatten z.B. eine Dame hier, die über steife Schultern klagte und es nach einiger Zeit schaffte, ihre Arme wieder hochzuheben. Eine andere benutzt mit viel Erfolg die 'Blume'-Übung gegen ihre kalten Hände. Ich rate den Teilnehmern, jeden Tag etwa 10 Minuten lang am Waschbecken oder vor dem Fernseher etwas 'Yoganastik', wie wir es nennen, zu machen. Im Laufe einer Saison sieht man dann tatsächlich bei vielen Teilnehmern Fortschritte“, erklärt Dan Katzenmeier, der sich regelmäßig Tipps bei der professionellen Yoga-Lehrerin Angela Demuth holt.

Die Senioren schätzen jedoch nicht nur die Bewegungsübungen, sondern auch das exotisch anmutende Ambiente mit Kerzenlicht, leiser Meditationsmusik, der lächelnden Buddhaskulptur in der Ecke und einer Tasse Tee zum Abschluss.

„Die Atmosphäre ist so schön“, schwärmt eine Teilnehmerin. „Ich spüre meinen Körper besser und kann mich ganz darauf konzentrieren entspannt zu sein. Das macht man ja sonst im Alltag nicht.“ „Nach dem Yoga fühle ich mich lockerer“,

ergänzt eine andere. Für Dan Katzenmeier eine positive Bestätigung seiner Kurse, die er nach einem bestimmten Ritual aufgebaut hat. Zunächst gibt es einige Atemübungen sowie leichtes Aufwärmen danach werden entweder schwerpunktartig bestimmte Körperteile gezielt gekräftigt und gedehnt oder aber es gibt ein allgemeines Programm, das die Teilnehmer sozusagen von Kopf bis Fuß beschäftigt. „Ich erinnere die Teilnehmer auch immer daran, nach jeder Übung ganz bewusst im Körper nachzuspüren, was gerade gemacht wurde und darauf zu achten, sich zu lockern“, sagt Dan Katzenmeier. Auf strenge Kontrolle der Körperhaltungen verzichtet er bewusst, lieber gibt er behutsame Hilfestellung und achtet darauf, dass sich die Senioren nicht zu sehr verausgaben. Um alle Teilnehmer im Blick haben zu können, ist außerdem stets eine Kollegin von ihm dabei: „Mitmachen kann jeder, je nach körperlicher Verfassung mehr oder weniger intensiv. Nur für Menschen mit einer schweren Demenz eignet sich der Yoga-Kurs nicht, da sie von der verlangten Konzentration schnell überfordert sind.“

Für die meisten älteren „Yogis“ gibt es dagegen immer wieder Erfolgserlebnisse: Sei es, dass sie ihren Gleichgewichtssinn wiederfinden und auf einem Bein stehen können („Wenn man sich an der Stuhlkante oder am Waschbecken festhält, geht das tiptop“) oder aber in ihrem Alter noch etwas Neues für sich entdeckt haben. „Einer unserer Teilnehmer erzählte seinem Schwiegersohn, er mache jetzt Yoga. Die Familien können oft gar nicht glauben, welche Fähigkeiten noch in ihren Angehörigen stecken“, schmunzelt Dan Katzenmeier.



▲ *Dan Katzenmeiers (rechts) Yoga-Kurse finden bei den Senioren viel Anklang*



► **„Jeder, der Yoga intensiv übt, wird Erfolg haben, sei er jung, alt, gebrechlich, krank oder schwach.“**  
(Hatha-Yoga- Pradipika, 16. Jahrhundert)

## 100 Jahre Peter F. Drucker

Peter F. Drucker wäre am 19. November 2009 hundert Jahre alt geworden. Über fünfzig Jahre prägte er das Thema Management und entwickelte u.a. das Konzept der Selbsteinschätzung. Der in Wien geborene Drucker arbeitete in Frankfurt als Redakteur für internationale Beziehungen und ging 1933 als Journalist nach England und später in die USA.

Er lehrte am Bennington College in Vermont, später an der New York University und ab 1971 an der Claremont University. Die Universität Harvard wollte ihn zwei Mal berufen, was er aber ablehnte. Seine Beratungstätigkeit vieler Führungskräfte in Regierungen und Wirtschaft prägen Wirtschaft und Gesellschaft bis heute. So lernten Manager wie Jack Welch, ehemaliger Vorstandsvorsitzender bei General Electric, von ihm und bauten ihre Unternehmen zu Weltunternehmen um. Seinen 96. Geburtstag erlebte er nicht mehr, da er kurz vorher im Jahr 2005 verstarb.

Bis zum Ende schrieb Drucker noch zahlreiche Artikel und Bücher. Das letzte Werk war: „The Next Society: A Survey of the Near Future“, welches den Kreis seines Sozialimpulses schliesst.

## Wer sich oft langweilt, stirbt früher

Britische Mediziner haben einen Zusammenhang zwischen dem häufigen Empfinden von Langeweile und einem frühzeitigen Tod festgestellt. Zwar ist mit Langeweile für sich genommen offenbar kein Gesundheitsrisiko verbunden, wie Annie Britton und Martin Shipley vom University College London betonen. Aber Langeweile gehe oft mit gesundheits-

schädlichem Verhalten wie übermäßigem Alkoholkonsum und Rauchen einher. Daneben könne Langeweile auch ein Symptom für psychische Probleme sein. Grundlage der Studie ist eine Befragung von mehr als 7.500 Beschäftigten im öffentlichen Dienst im Alter von 35 bis 55 Jahren, die bereits 1988 abgeschlossen wurde.

Die Teilnehmer wurden befragt, ob sie sich im zurückliegenden Monat während der Arbeit gelangweilt hätten. Britton und Shipley verfolgten den persönlichen Werdegang der Befragten bis April 2009. Dabei stellten sie bei denjenigen Personen, die sich gelangweilt hatten, eine 2,5 Mal so hohe Wahrscheinlichkeit fest, schon in relativ frühem Alter an einer Herzkrankheit zu sterben.

Sobald bei der Untersuchung andere potenzielle Risikofaktoren mit einbezogen wurden, ergab sich aber eine geringere Wahrscheinlichkeit. „Der Zustand von Langeweile steht mit hoher Sicherheit stellvertretend für andere Risikofaktoren“, erklären Britton und Shipley in einem Beitrag, der in der April-Ausgabe der Fachzeitschrift „International Journal of Epidemiology“ veröffentlicht werden soll. Andere Experten sprachen von einem plausiblen Zusammenhang.

Wer gelangweilt sei, sei auch nicht motiviert, auf gesunde Ernährung, körperliche Betätigung und einen herzschonenden Lebensstil zu achten, sagte der Mediziner Christopher Cannon von der Harvard University.

Es sei auch möglich, dass bei Langeweile Hormone ausgeschüttet werden, die für das Herz belastend seien. Die Forscherin Sandi Mann von der britischen University of Central Lancashire nimmt ebenfalls einen Zusammenhang zwischen Langeweile und schlechter Ernäh-



rung an: „Leute, die sich langweilen, neigen auch dazu, mehr zu essen und zu trinken, und wahrscheinlich essen sie nicht Karotten und Selleriesticks.“ Allerdings sollten sich nur diejenigen Gedanken machen, die chronisch gelangweilt seien. Schließlich langweile sich jeder mal von Zeit zu Zeit, sagte die Forscherin.

## Besseres Wohlbefinden

Menschen, die sich in ihrer Partnerschaft glücklich fühlen, sind im Schnitt bei besserer Gesundheit als solche, die mit ihrer Beziehung hadern. Dies zeigt sich u.a. auch im täglichen Miteinander: jede Geste des Partners, jeder Ausdruck des Wohlwollens oder der Missbilligung beeinflusst unmittelbar das Wohlbefinden.

Gertraud Stadler und ihre Kollegen von der Columbia University New York baten 294 Paare während eines besonders stressigen Monats ein Beziehungs- und Symptombuch zu führen.

Das Ergebnis: Je näher man sich dem Partner an einem bestimmten Tag fühlte, desto weniger Klage über psychosomatische Beschwerden gab es. Dasselbe gilt übrigens auch für Zeiten ohne besonderen Stress, wie in einer zweiten Studie ermittelt wurde.



## 94-Jährige Neu-Entdeckung

Für die 94-Jährige Malerin Carmen Herrera dürfte es selbst wohl die größte

Überraschung gewesen sein: Immerhin malt sie fast schon ihr ganzes Leben lang, ohne jemals eine große Ausstellung gehabt, geschweige denn etwas verkauft zu haben. Jetzt wird die gebürtige Kubanerin, die seit den 30er Jahren in New York lebt, als „heißeste Newcomerin“ auf dem aktuellen Kunstmarkt gehandelt. Mit ihren grafisch gestalteten, meist nur in zwei Farben gehaltenen Bildern war sie ihrer Zeit weit voraus – zu weit für die 50er, 60er Jahre, in denen sie anfang zu malen. Inzwischen erzielen ihre Gemälde fünfstelligen Dollar-Beträge und werden von Institutionen wie dem New Yorker „Museum of Modern Art“ und der Londoner „Tate Gallery“ gekauft. Die rüstige Künstlerin nimmt den Rummel um ihre Person gelassen und möchte ganz einfach „noch ein paar mehr Bilder malen, bevor ich gehe“.

## Kurse halten Geist auf Trab

„Die Teilnahme an einer neuen und stimulierenden Aktivität im Alter fördert die geistige Fitness“ – dabei ist es unerheblich, ob die neue Herausforderung körperlicher oder geistiger Art ist.

Zu diesem Fazit kommen Forscher um Verena Klusmann und Andrea Evers von der Charité Berlin in ihrer Trainingsstudie. 230 Frauen im Alter zwischen 70 und 93 Jahren nahmen über sechs Monate entweder an einem Computerkurs oder einem Bewegungsprogramm teil.

In beiden Fällen verbesserte das Training bei den Frauen auch die Gedächtnisleistung beim Wiedergeben einer Geschichte. Kuriose Randerscheinung: Je mehr Zeit die Frauen für die Anreise aufwendeten, desto mehr profitierten sie von ihrem Kurs – die Wegzeit wirkte offenbar motivierend.







# Déménager... jamais !

## Liberté de mouvement à chaque niveau

Un fauteuil élévateur permet de se déplacer aisément d'étage en étage. Vous conservez votre indépendance et pouvez continuer à occuper votre environnement familial.

**ThyssenKrupp Ascenseurs** offre depuis plus de 50 ans des solutions sécurisées et raffinées qui conviennent à toutes les habitations.

**Elles s'adaptent à toutes les situations, des escaliers droits aux escaliers tournants en passant par les escaliers étroits.**

Intéressé ? Contactez-nous au



**40.08.96**

Partout au Luxembourg !

Service 24h/24h et 7 jours/7 !

Fabrication Thyssen !



**NOUVEAU  
même  
pour escaliers  
étroits**

## Ascenseurs d'escalier

ThyssenKrupp Ascenseurs sàrl

Z.I. Weiergewan - 22 rue Edmond Reuter - L-5326 Contern - Tél. 40.08.96 - Fax 40.08.99 - luxembourg@thyssenkrupp.com