



RBS-Bulletin

Das Luxemburger Fachblatt für Altersfragen



► „Maison relais“ im „Blannenheem“:
Keine Berührungsängste

► Die Präsenzkraft:
Chance zur Selbstbestimmung im Alter

► **Schwerpunkt:**
Herausforderung Demenz

Mit **Seminarkalender**

www.rbs.lu



RBS

Besuchen Sie unsere neue Homepage:

www.rbs.lu



- Présentation du RBS – Center fir Altersfroen asbl
Académie Seniors, Institut de Formation & Edition
- Description des activités principales
- Contacts

IMPRESSUM:

RBS – Center fir Altersfroen asbl
20, rue de Contern
L-5955 Itzig



CENTER FIR
ALTERSFROEN

 français



Startseite

FORTBILDUNGSINSTITUT

SENIORENAKADEMIE

RBS-Karte "aktiv 60+"

Wissenswertes von A bis Z

Aktuelles

Biographiearbeit

Qualitätsmanagement

Initiative "Faktor Mensch"

Medien-Archiv

RBS Shop

Bildergalerien

Links

Wir über uns



Der Service RBS wurde im Jahr 1989 auf Initiative der Familienministerin Jacqueline Orlewski gegründet. Damit reagiert der Service RBS auf die demografische Entwicklung der Bevölkerung.

Seither ist die RBS auf nationaler und internationaler Ebene in den Bereich der Altenarbeit tätig. Sie konzipiert und organisiert Fort- und Weiterbildungen für Führungskräfte und Mitarbeiter der ambulanten und stationären Pflege mit besonderem Augenmerk auf Persönlichkeitsentwicklung, wissenschaftlicher Fundierung und praktischer Anwendbarkeit. Am 14. September 2010 wurde dem "RBS - Center fir Altersfroen" der Status "utilité publique" verliehen.

Zur Förderung von "life-long-learning" bei Menschen, die in Pensionierung stehen oder bereits aus dem Arbeitsleben ausgeschieden sind, wird ein vielfältiges Programm an Seminaren, Schulungen und Workshops angeboten. Diese ermöglichen es den Teilnehmenden, sich auf der einen Seite einen einfachen Zugang zu Informationen über die verschiedenen Möglichkeiten zu verschaffen. Andererseits liegt ein besonderer Schwerpunkt auf der Unterstützung der Senioren, um am gesellschaftlichen und akademischen Bildungsmöglichkeiten teilhaben zu können.

[lesen Sie mehr >](#)



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



Angst essen Seele auf

Zu keiner Zeit standen dem Menschen so viele Informationen zur Verfügung wie heute. Ständig werden wir mit Zahlen konfrontiert, die uns beweisen wollen, dass etwas *mehr* oder *weniger* geworden ist. Ganz selbstverständlich werden uns europa- und sogar weltweite Prognosen in den Printmedien präsentiert, hören wir ganz nebenbei auf unserer Fahrt zur Arbeit Berichte über die zukünftige Entwicklung des Arbeitsmarkts, der Geburtenrate oder der durchschnittlichen Lebensdauer. Dabei werden auch sehr häufig Statistiken vorgestellt, die den Anstieg gesellschaftlicher Problemlagen oder bestimmter Krankheiten im Alter prognostizieren. So gehört es inzwischen zum Allgemeinwissen, dass die Sturzgefahr und deren negativen Konsequenzen im Alter zunehmen oder die Zahl der Menschen mit einer Demenz dramatisch ansteigen wird.

Doch was bedeutet das für mich persönlich? Für mich als junger Mensch, der an sein Alter denkt? Für mich als Pflegekraft in der Langzeitpflege? Für mich als Mensch mit 70 oder mit 80 Jahren? Selten wird darüber nachgedacht, welche Bedeutung diese Zukunftsprognosen für den Einzelnen erlangen können. Vielleicht könnte ja der vergessene Name oder der Umweg in einer fremden Stadt trotz „Navi“ ein Hinweis oder Symptom sein, dass ich schon jetzt Anzeichen einer beginnenden Demenz aufweise? Müssen wir nicht auf Herrn X. besonders Acht geben, der doch neulich gestolpert ist? Oder noch allgemeiner: Erwartet uns nicht alle ein Leben voller Stürze und das dramatische Krankheitsbild „Demenz“?

Sicherlich denken nicht alle Menschen so intensiv nach, wenn sie mit zukunftsorientierten Statistiken konfrontiert werden. Und doch können sie unterschwellig Ängste verstärken, wenn diese allgemein gehaltenen Prognosen leichtfertig auf die eigene Situation übertragen werden. Auch wenn z.B. absolut betrachtet in der Zukunft *mehr* Menschen an einer Demenz leiden werden, kann man daraus nicht schließen, dass die Gefahr gestiegen ist, heute *eher* an einer Demenz zu erkranken. Doch genau solche Fehlschlüsse werden tagtäglich gezogen. Auf diese Weise wird durch die mediale Präsenz der neuen „Volkskrankheiten“ eine latente

Angst bei vielen älteren Menschen geschürt, dass man selbst der „Nächste“ sein könnte. Während momentane Unachtsamkeit oder Vergesslichkeit in jüngeren Jahren noch ganz gelassen gesehen wird, können solche Unvollkommenheiten im Kontext Alter sehr schnell als Gefährdung oder Symptome einer beginnenden Demenz gewertet werden. Anstatt im Alter gelassener zu werden, implizieren die Prognosen der Zukunft vor allem, dass man ständig „auf der Hut“ sein muss, um nicht bettlägerig oder „dement“ zu werden.

Daher lohnt es sich im Gespräch mit Kollegen, Angehörigen und Senioren mal darüber zu reden, wie man den eigenen Ängsten und denen unserer Klienten vor Alterskrankheiten begegnen kann. Denn die Angst vor Stürzen oder vor der katastrophalen Diagnose „Demenz“ hat eine eigene Wirkung, die die Ausprägung und Entwicklung solcher Phänomene entscheidend beeinflussen kann. Denken Sie nur einmal daran, wenn Sie zu einem Kind sagen: Pass auf, fall nicht! Und schon liegt es eine Minute später im Dreck. Der Unterschied im Kontext Alter ist nur, dass Menschen sich diese Anweisungen selbst geben oder von Angehörigen oder Pflegekräften erhalten. Dadurch trauen sich manche ältere Menschen seltener aus dem Haus oder sie benutzen eher eine Gehhilfe. Aus Angst vor der „Horror diagnose“ Demenz können ältere Menschen sehr streng mit sich sein, wenn sie etwas vergessen oder einen Moment der Desorientierung erleben. Sie fürchten von Nachbarn, Angehörigen oder Pflegekräften ertappt und vielleicht zukünftig „eingesperrt“ zu werden. Faktisch eher unbedeutende Menschlichkeiten können zu zermürenden (Selbst-) Vorwürfen führen sowie chronischen Stress bei Betroffenen und stigmatisierende Fehlinterpretationen der Umwelt auslösen.

Natürlich ist es notwendig und richtig, Alterskrankheiten nicht zu leugnen und diesen vorzubeugen. Doch bevor die Angst vor diesen die eigene Seele auffrisst, sollten wir uns in Erinnerung rufen, dass auch in schwierigen Situationen die wichtigsten Medikamente des Menschen immer noch eine „positive Einstellung zu sich selbst“ und ein „ausgeprägter Lebensmut“ sind.

Simon Groß

Direktor des RBS – Center für Altersfragen asbl



Meilleurs Vœux
de toute l'équipe de RBS

Unsere besten Wünsche
Ihr RBS-Team

► Inhaltsverzeichnis



Schwerpunkt

Hospice Civil Pfaffenthal

Teamarbeit führt zum Erfolg

6

Die unheilvolle Angst vor Alterskrankheiten

Prof. em. Dr. Erhard Olbrich: „Ressourcen nicht unterschätzen“

10

Prof. Dr. phil. Dr. med. Rolf. D. Hirsch: „Fördern durch Fordern“

12



Notizen aus der Wissenschaft

14



„Maison relais“ im „Blannenheem“:

Keine Berührungsängste

16

Die Präsenzkraft:

Chance zur Selbstbestimmung im Alter

19

Tag der Pflege 2010: Kommunikativer Spagat

22



Fort- und Weiterbildung

Feedback

24

Seminarkalender

27

Teilnahmebedingungen für Seminare

22



Für Sie notiert

38



Freiheitsentziehende Maßnahmen: Auswege gesucht

42

Qualitätsmanagement und Kennzahlen: Ein europäisches Anliegen

44



Magazin

46

Herausforderung Demenz



Hospice Civil Pfaffenthal Teamarbeit führt zum Erfolg

Von Jacqueline Orlewski ►

Der Wohnbereich „Op den 3 Eechelen“ im Hospice Civil Pfaffenthal ist das Resultat eines 2-jährigen Projekts, das sich zum Ziel gesetzt hatte, eine qualitativ hochwertige Betreuungsstruktur für Demente einzurichten. Das 22-köpfige Team, unter der Leitung des Pflegedirektors Detlef Leidisch, hat mit sehr viel Einsatz und Professionalität einen Lebensbereich geschaffen, in dem demente Menschen wieder „Normalität“ erfahren.

Die Eingangshalle des Hospice Civil Pfaffenthal an einem grauen Novembertag: ein großer, trotz des schlechten Wetters lichtdurchfluteter Raum, in dem sich Modernes und Altes harmonisch miteinander verbinden.

„Eigentlich keine Architektur für ein Altersheim“, so scheint es mir, und trotzdem strahlt das Haus eine gewisse Ruhe und Gemütlichkeit aus. In der Ecke steht ein Klavier, Tische und Stühle laden zum Verweilen ein, an der Wand befindet sich

ein handgemaltes Bild des Pfaffenthals und der Oberstadt.

„Als 2003 das Haus nach den Renovierungsarbeiten neu eröffnet wurde, gab es noch kein Konzept für Pflege und Betreuung“, so Dr. Jacqueline Wagner, Generaldirektorin der Hospices Civils, anlässlich der Vorstellung des Projekts im vergangenen Sommer.

Auch 2006 fiel die Ist-Analyse ernüchternd aus: Es gab kein Dementenkonzept, keine Milieugestaltung, die Wände waren

weiß, die Atmosphäre erinnerte an ein Krankenhaus. Der Handlungsbedarf war enorm. Ein Team wurde zusammengestellt und bekam den Auftrag, einen Bereich für Menschen mit Demenz zu schaffen. Es galt, Ziele zu definieren, ein Konzept auszuarbeiten und umzusetzen.

Dass das Team weitgehend autonom und eigenverantwortlich arbeitet, wird deutlich, als die Direktorin Patricia Helbach mich bei meiner Ankunft an fünf Mitarbeiterinnen verweist. Josée Hendricks, Anne-Marie Beffort, Caroline Fernandes, Kim Mondot und Kika Neves führen mich herum und erklären mir Konzept und Arbeitsweise im Wohnbereich „Op den 3 Eechelen“.

Zuerst galt es, das **Normalitätsprinzip** (siehe Kasten) umzusetzen. Dabei mussten wir erfahren, dass eigentlich alle Bereiche zusammenhängen“, so Josée Hendricks. Das alte System funktionierte plötzlich nicht mehr, und so mussten z.B. die Dienstpläne angepasst sowie das Essen, das bis dahin nach dem „Plateau“

– System organisiert war, umstrukturiert werden. Auch die pflegerischen Handlungen wurden in Frage gestellt. Die Bewohner sollten ein Maximum an Lebensfreiheit behalten bzw. zurückbekommen. Viele von ihnen waren darauf konditioniert, sich ruhig zu verhalten. Es wurde zur Aufgabe der Pflegenden, den Menschen zu erlauben, ihre Ressourcen wiederzuentdecken.

Dabei musste das Personal auch lernen, sein eigenes Sicherheitsverständnis zum Teil zu unterdrücken und das, was es in der Ausbildung gelernt hatte, auszuklammern. Dass der demente Bewohner sich seine Tasse Kaffee auch mal selber holt, wurde zur Herausforderung, nicht nur für den Bewohner, sondern vor allem für die Mitarbeiter. Schon nach kurzer Zeit waren die Bewohner autonomer, die Gabe von Psychopharmaka konnte reduziert werden. Doch sie wurden auch fordernder. Das Personal musste sich daran gewöhnen, Streit zuzulassen und auszuhalten, denn Streit gehört nun mal zum Leben.



▲ *Auch außergewöhnliche Aktivitäten gehören zum Programm*

► Das Normalitätsprinzip

Dem Bewohner wird die Möglichkeit geboten, als Individuum in seiner Einzigartigkeit in seiner Normalität zu leben. Der Tagesablauf der Bewohner soll an die häusliche Normalität bzw. Lebensaktivität erinnern. In dieser steht deren Psychobiografie im Vordergrund, welche als solche respektiert und berücksichtigt werden muss.

Die individuellen und einzigartigen Persönlichkeiten werden beachtet und es wird versucht, gemeinsam eine kompetenzfördernde, ressourcenorientierte Pflege und Betreuung zu gewährleisten. Einen besonderen Stellenwert nehmen hier die Faktoren **Milieugestaltung, Tagesablauf und -rhythmus, Aktivierungsmöglichkeiten durch altgedächtnisfördernde und vertraute Aktivitäten, Ernährung sowie Grundpflege ein.**

Kim Mondot, Team „Op den 3 Eechelen“

Herausforderung Demenz

Das Team
„Op den 3 Eechelen“ ►



Der Rundgang durch den Bereich „Op den 3 Eechelen“, in dem 24 demente und 9 autonome Bewohner leben, beginnt im kleinen „Aktivitätsraum“.

Hier werden gezielt Aktivitäten angeboten, die sich an der Biografie der Bewohner orientieren. Saisonbedingte Beschäftigung (gerade werden Äpfel und Apfelsinen getrocknet) helfen den Bewohnern, sich zeitlich zu orientieren, genauso wie die sich wandelnde Dekoration im ganzen Wohnbereich.

10 Minuten Aktivierung und Erinnerungspflege werden regelmäßig angeboten und dienen dazu, den alten Menschen in seiner Identität zu stärken. Bewusst wird nur in kleinen Gruppen gearbeitet und es wird darauf geachtet, dass die Menschen einer Gruppe zusammenpassen. „Die Gruppen sind im ständigen Wandel, je nach den Vorlieben des Einzelnen, und so müssen auch wir uns permanent anpassen“, so Kim Mondot.

Die kleine „Stuff“ wird vor allem abends vor dem Schlafengehen noch gerne genutzt. Einige Bewohner sehen sich hier alte schwarz-weiß Filme an, andere nutzen sie als Rückzugsmöglichkeit.

Bei der Milieugestaltung wurde der alte Kolonnenofen nicht vergessen, da dieser für die Bewohner zu einer guten Stube gehört.

Ein Ruheraum dient als Aufenthaltsmöglichkeit für Bewohner, die sich in der großen Gruppe nicht wohl fühlen. Hier wird bei leiser Musik entspannt, ein Mittagsschläfchen gehalten oder auch gezielt Aromatherapie angewandt. „Im Unterschied zu vor zwei Jahren gibt es jetzt mehr dieser individuellen Rückzugsmöglichkeiten für die Bewohner“, so Anne-Marie Beffort. „Die Bewohner sind ausgeglichener geworden. Früher saßen alle zusammen und kapselten sich ab. Jetzt reden sie mehr miteinander.“

Der „Maartplaz“, ein offener Raum mit Bistroatmosphäre, wird heute zu festgelegten Zeiten genutzt: zum Aperitiv, um einen Kaffee zu trinken, Karten zu spielen oder auch zum Tanzen oder um Feste zu feiern.

Die schöne, große Terasse ist im Sommer wie im Winter zugänglich. Hier sitzt eine alte Dame, bei einer Temperatur von gerade mal 5 Grad mit einer leichten Wolljacke bekleidet, und raucht eine Zigarette. „So, jetzt geh ich wieder rein, mir ist

kalt genug“, sagt sie ganz selbstverständlich und erhebt sich.

Sie kann sich, wann immer sie möchte, draußen zum Rauchen aufhalten. Ein Beispiel dafür, dass man sich „Op den 3 Echelen“ bemüht, die Autonomie und Selbstverantwortung der Bewohner so lange wie möglich aufrechtzuerhalten.

Gemeinsam gekocht und gegessen wird in der großen Wohnküche. Diese ist zwar modern eingerichtet, da sie schon vor dem Beginn des Projektes bestand, doch sie passt trotzdem in das Konzept, da sie es erlaubt, die biografisch sehr wichtigen Aktivitäten wie kochen und backen, den Tisch decken und abräumen, spülen und saubermachen zu verrichten. Eigentlich ist die Küche, so wie das auch früher zuhause der Fall war, das Zentrum des familiären Lebens.

Die Mitarbeiter sind ständig mit den Bewohnern zusammen. „Es war ein langer Prozess, bis wir uns dazu entschlossen hatten, gemeinsam mit den Bewohnern am Tisch zu essen und keine Pausen, im traditionellen Sinn mehr zu machen“, erklärt Caroline Fernandes. Heute stört es niemanden, dass die „Infirmier“ nur noch für Besprechungen oder aber Angehörigengespräche genutzt wird und ansonsten leer steht. Die Distanz zu den Bewohnern hat sich verringert. Die Mitarbeiter des Teams sehen den Bewohner heute als Menschen und nicht als Arbeit.

Überhaupt hat das Team in den zwei Jahren einen weiten Weg zurückgelegt. Die verschiedenen Berufsgruppen arbeiten zusammen, alle sind gleichberechtigt. Und doch hat jeder seine Rolle. Man musste sich erst „zusammenraufen“, um ein Team zu werden. Dazu gehörte es, die Schwächen und Macken der anderen zuzulassen und auch mal nicht der glei-



▲ *Die Gebrauchsgegenstände dienen nicht nur der Dekoration*

chen Meinung zu sein. Letztlich führte dies aber dazu, dass heute alle ehrlich miteinander umgehen.

Im Hospice Civil Pfaffenthal wurde von einem Team motivierter Mitarbeiter ein Wohnbereich geschaffen, in dem sich die dementen Bewohner wohlfühlen. Neu ist dabei die Vorgehensweise, insbesondere die Delegation der Verantwortung von der Führung hin zu den Mitarbeitern. Dies erfordert Mut und Vertrauen seitens der Direktion in das Personal, dies erfordert aber auch Mitarbeiter, die motiviert, verantwortungsbewusst und professionell arbeiten. Eine „Win-win“ – Situation, von der Direktion, Mitarbeiter und insbesondere die Bewohner gleichermaßen profitieren.



▲ *Zigarettenpause auf der Terrasse*

Herausforderung Demenz

Die unheilvolle Angst vor Alterskrankheiten „Ressourcen nicht unterschätzen“

In dieser neuen Reihe werden Experten aus der Gerontologie und Geriatrie zur Angst vor Alterskrankheiten und deren Auswirkungen auf die Pflege befragt.



Interview

mit Prof. em. Dr.
Erhard Olbrich

Professor i. R. für Psychologie an der Universität Nürnberg arbeitet seit 1982 über die Psychologie der Mensch-Tier-Beziehung und ist seit 1993 in Forschung und Lehre an Universitäten in Deutschland und den USA tätig.

Er lebt in der Schweiz und hat 200 Beiträge in wissenschaftlichen Fachzeitschriften und -büchern veröffentlicht. Zu seinen Forschungsschwerpunkten gehört u.a. auch die „Kompetenz im Alter“.

In den letzten Jahren wird der demographische Wandel immer sichtbarer. Durch den steigenden Anteil älterer Menschen und einer allgemein längeren Lebenserwartung erhöht sich auch die Anzahl von Menschen, die an einer Demenz erkranken. Seltener wird allerdings darüber nachgedacht, dass die vielen und zum Teil populistischen Berichte in den Medien zum Thema Demenz sehr viel Angst bei älteren Menschen auslösen können. Vorübergehende Konzentrationsmängel oder Vergesslichkeit erzeugen oft panikartige „Selbstdiagnosen“ und auch Mitarbeiter der Altenhilfe können ungewollt die Angst vor dem Etikett „Demenz“ verstärken.

Doch inwieweit kann die Angst vor Demenz ältere Menschen so stark unter Druck setzen, dass sie im Sinne einer „sich selbst erfüllenden Prophezeiung“ Symptome der Demenz zeigen und ein gefährlicher Teufelskreis in Gang gesetzt wird? Wir befragten dazu den Altersforscher Erhard Olbrich (69), der als Experte im Seniorenalter dieses Thema aus ganz verschiedenen Perspektiven beleuchten kann.

Fürchten Sie sich davor, selbst einmal an einer Demenz zu erkranken?

Ja, vor allem dann, wenn ich mal wieder etwas vergessen habe, zum Beispiel einen Namen. Dann fange ich oft an, über mein schlechtes Gedächtnis nachzudenken, anstatt die Erinnerung kommen zu lassen. Ich bin mit meinem Denken viel mehr bei der Besorgnis über mein schlechtes Gedächtnis als es zu durchsuchen! Eine ganz dumme Strategie! So

etwas läuft ab, obwohl ich weiß, dass Vergesslichkeit ganz normal ist. Ich weiss auch, dass sie etwas ganz anderes ist, als das, was demente Menschen verspüren.

Sie kennen ja die berühmte Frage, was zuerst da war, das Ei oder die Henne. Glauben Sie, dass die Entstehung einer Demenz durch die Angst vor dieser Krankheit entscheidend beschleunigt werden kann?

Vor allem verstärkt die Angst das Leiden an der Demenz. Wenn ich erschreckt feststelle, dass ich mich in meiner ehemals vertrauten Stadt nicht mehr zurecht finde, mich nicht einmal mehr an meinen Heimweg erinnern kann, wenn ich die üblichen Benimm-Regeln nicht mehr befolge, vielleicht von einer kopfschüttelnden sozialen Umwelt erfahre, dass ich nicht mehr „richtig ticke“, dann entgleitet mir die mir vertraute Welt immer mehr und auch das Vertrauen in meine eigene Kompetenz. – Das Unvermögen, sich nicht mehr nach den allgemein anerkannten Normen verhalten zu können, die Angst, die eigene Identität zu verlieren, sie verstärken, ja, sie machen zum guten Teil die tiefe Verunsicherung aus, die dement werdende Menschen ertragen müssen.

Und mit dieser Unsicherheit und Angst produzieren sie eine Menge an unangepassten Verhalten, das dann „bestätigt“, was dementen Menschen zugeschrieben wird. Ein Teufelskreis, in dem die betroffenen alten Menschen vertraute Sicherheit, Geborgenheit im Anderen brauchen.

In den Medien wird immer häufiger über Demenz berichtet, sogar in der „Bild am Sonntag“. Glauben Sie, dass dadurch tatsächlich eine sinnvolle Aufklärung stattfindet oder wird einfach nur Panik geschürt?

Meist werden in der Trivalliteratur ja nur Schreckensszenarien gezeichnet: Die Machtlosigkeit der pharmakologisch und instrumentell orientierten kurativen Medizin wird angstvoll erkannt, man glaubt nach wie vor an die Vormachtstellung der kognitiven Prozesse, beschäftigt sich mit all dem, was nicht mehr funktioniert. Bei einer solchen an Angst und am Defizit orientierten Sicht kommt zu kurz, dass es in Menschen ein tieferes Bewusstsein gibt, dass mit dem Entschwinden der sprachlichen Kommunikation doch immer noch eine erfüllende Begegnung auf emotionaler Ebene möglich macht.

Das wird bei der Validation, der Basalen Stimulation nachgewiesen, es wird in der tiergestützten Therapie oder beim Malen erreicht, also immer dann, wenn non-verbale Ausdruckformen eines bleibenden Lebendigseins angenommen und verstanden werden. Beim Betonen, dass ein Bewahren der „von außen“ geforderten Identität nicht mehr möglich ist, wird der Blick von dem abgewandt, was bleibt, ja, was deutlicher wird.

Erfahrene Zuwendung bleibt hilfreich, das Erleben von Verbundenheit mit Menschen, das aus tiefer Überzeugung – ich meine Liebe – stammt, das schafft nach wie vor Lebensgüte. Zwischenmenschliche Begegnung und das Gewahrwerden einer Realität, die neben einer primär rationalen und auf Effizienz ausgerichteten Welt bestehen – und da denke ich auch an Spiritualität – werden bei all den vordergründigen Botschaften der Medien leider übersehen.

Welche Rolle spielen Ihrer Meinung nach das Verständnis bzw. die eigenen Ängste der Mitarbeiter in

der Altenhilfe für die Situation eines Menschen, der mit der Diagnose Demenz konfrontiert wird?

Sie führen dazu, dass die bleibenden Ressourcen der dementen alten Menschen unterschätzt, ihnen oft sogar abgesprochen werden. Ich denke beispielsweise an die dem rationalen Bewusstsein lange nicht zugänglich gewesenen Erinnerungen von dementen Menschen, die beim Malen oder bei der Begegnung mit Kindern oder auch mit Tieren wieder auftauchen, ich meine die oft überraschende Empathie der alten Menschen, die doch genau spüren, wenn sie wirklich „gemeint“ oder wenn sie nur Adressaten von rational gut gemeinten, aber an der Wirklichkeit ihrer Unsicherheit vorbei gehenden Botschaften sind.

Ich denke auch an die tief angelegten Fähigkeiten und Fertigkeiten, wie sie beispielsweise erkennbar werden, wenn wir einer dementen alten Frau ein Baby in den Arm legen. – Wer beim Umgang mit dementen alten Menschen vergisst, dass das weitgehend erhaltene emotionale System nach wie vor motiviert, dass es die bewusst werdenden Kognitionen, das Erleben und Handeln nach wie vor antreibt, der wird den in ihnen lebendig gebliebenen Möglichkeiten nicht gerecht.

Da hilft es z.B., neben einer gut intendierten medizinischen Behandlung auch die personenzentrierte Betreuung nach Tom Kitwood zu erlernen, da hilft die Validation nach Naomi Feil oder Nicole Richards weiter, da kann die Basale Stimulation nach Fröhlich den Betreuern gute Methoden zeigen, aber auch die Remineszenztherapie, die Butler schon in den 60er Jahren grundgelegt hat. Das Snoezelen kann Erleichterung bringen, genau so wie die Tiergestützte Therapie oder die kunsttherapeutischen Verfahren (Malen, Gestalten, Musik, Sprach- und Dramatherapie) weiter helfen – sowohl dem alten Menschen als auch ihren Betreuern.



Herausforderung Demenz

Die unheilvolle Angst vor Alterskrankheiten „Fördern durch Fordern“

In dieser neuen Reihe werden Experten aus der Gerontologie und Geriatrie zur Angst vor Alterskrankheiten und deren Auswirkungen auf die Pflege befragt.



Interview

mit Prof. Dr. phil. Dr. med.
Rolf D. Hirsch

Rolf D. Hirsch, 1946 in München geboren, ist Facharzt für Nervenheilkunde, Psychotherapeutische Medizin und Psychoanalyse.

Zu seinen Arbeitsschwerpunkten zählen u.a. Gerontopsychotherapie, Gewalt und Aggression im Alter sowie Heiterkeit und Humor.

Europaweit wird diskutiert, dass die Anzahl von Menschen mit Demenz in den nächsten 20 Jahren dramatisch zunehmen und eine der zentralen zukünftigen Herausforderungen für die Altenhilfe darstellen wird. Ältere Menschen betonen, dass sie im Alter vor allem „niemand zur Last fallen“ wollen. Besondere Angst haben viele Menschen davor, an einer Demenz zu erkranken.

Viele Angehörige reagieren häufig sehr streng, wenn deren Eltern, Lebenspartner, Geschwister etc. vorübergehend durch Vergesslichkeit oder Orientierungsprobleme auffallen (z.B. sich mit dem Auto verfahren, Namen nicht erinnern, ein Rezept verwechseln). Schnell taucht der Panikbegriff „Alzheimer“ auf und führt bei den scheinbar Betroffenen und deren Umgebung zu einem destruktiven Klima von Angst und Verzweiflung.

Häufig wird dabei übersehen, dass jeder Mensch in neuen Situationen (z.B. bei einer Reise) oder in Stresssituationen (z.B. spontane Anrufe mit dem Handy) sich immer wieder neu orientieren muss und zunächst verwirrt reagieren kann.

Doch ist erstmal – auch bei Mitarbeitern in der Altenhilfe – der Verdacht auf „Demenz“ entstanden, wird mit Nachdruck versucht, diese Diagnose widerlegen oder bestätigen zu lassen. Neben der Einnahme von frei verkäuflichen Medikamenten werden die unterschiedlichsten Maßnahmen unternommen, um die Krankheit zu „kurieren“. Häufig ist dabei gerade den selbst ernannten „Demenz“-Experten nicht bewusst, dass sie durch das Etikett „Demenz“ oder „Alzheimer“

bei dem Betroffenen eine Mischung aus Angst, Scham und Selbstzweifel auslösen können, die viele Symptome erst erzeugen und den Verlauf von vorübergehenden Demenzerkrankungen negativ beeinflussen können.

Wir befragten zu dieser komplexen Thematik den Altersforscher und Gerontopsychotherapeuten Rolf D. Hirsch (64), der als langjähriger Leiter der Gerontopsychiatrie und Ambulanz der Rheinischen Kliniken Bonn sehr häufig mit diesem Phänomen konfrontiert wird.

Wenn Sie manchmal etwas vergessen, fürchten Sie dann, dass das Anzeichen einer beginnenden Demenz sein könnten?

Nein, das befürchte ich nicht. Ich habe mir z.B. Namen noch nie so recht merken können. Das wird im Alter nicht anders sein. „Vergessen“ ist auch eine wichtige Eigenschaft, um nicht zu sehr sein Gedächtnis zu strapazieren. Auch nach „Wörtern suchen“ ist erstmal normal. Nimmt das zu, dann könnte es ein Hinweis sein. „Glücklich ist, wer vergisst...“

Wir alle kennen ja das Phänomen, dass wir uns unbedingt an etwas erinnern wollen, aber es fällt uns einfach nicht ein. Glauben Sie, dass die Angst vor der Demenz aus einer solchen harmlosen „Mücke“ einen bedrohlichen „Elefant“ machen kann?

In der MemoryClinic ist der Anteil der Menschen, die eine „Alzheimerphobie“

haben, gar nicht so gering. Es gibt eine Untersuchung, die besagt, wer leichte kognitive Störungen (MCI: mild cognitive impairment) hat, sich über seine kognitiven Störungen sehr ärgert und sich dadurch selbst stresst, dessen Symptome vermehren sich erheblich schneller und gravierender, als bei denen, die diese nicht so tragisch nehmen.

Häufig wird einerseits dieser wichtige Faktor „übersehen“, der den Demenzprozess entscheidend beeinflussen kann. Andererseits werden Minisymptome vom Betroffenen selbst so aufgebauscht, dass er depressiv wird und ein Teufelskreis entsteht, an dessen Ende die Demenz steht.

Einerseits ist es sehr wichtig, dass ein hirnganisches Psychosyndrom bzw. eine Demenzform eindeutig diagnostiziert wird. Andererseits kann die Diagnose Demenz auch dazu führen, dass Angehörige und Mitarbeiter der Altenhilfe ihr Verhalten gegenüber dem Betroffenen unangemessen verändern. Wie gehen Sie mit diesem Spannungsfeld um?

Wenn bekannt ist, dass jemand unter Demenz leidet, verändern sich alle „Umgebenden“.

Der Mensch mit Demenz, auch wenn dessen Erkrankung noch im Anfangsstadium ist, kann meist mehr als ihm zuge-
traut wird. Er ist nicht „schicksalhaft“ ausgeliefert, sondern kann viel selbst tun: Mobilisation, soziale Bindungen, kulturelle Veranstaltungen, das Leben nicht so schwer und sich selbst nicht zu ernst zu nehmen.

Insbesondere Angehörige halten die Diagnose für eine Strafe Gottes, ein furchtbares Schicksal etc. Doch stattdessen sollten diese nach dem Motto „Fördern durch Fordern“ handeln.

So können Kranke und deren Angehörige gemeinsam Neues lernen, ihre Beziehungen enger binden und ganz

ungewohnte Formen von Lebensqualität entdecken.

In den Medien wird immer häufiger über Demenz berichtet, sogar in der Regenbogenpresse. Wie sinnvoll ist diese Art von Aufklärung für Ihre Arbeit?

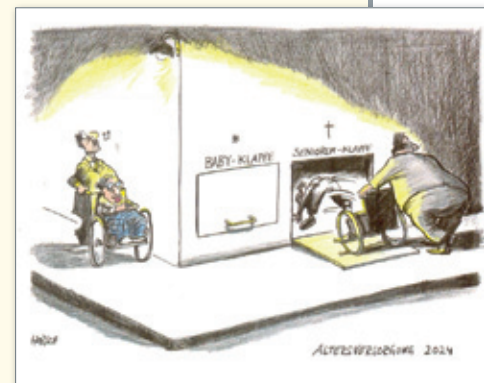
Wenn es eine gute Berichterstattung ist, wenn nicht nur Defizite beschrieben und „angepangert“ werden, sondern auch Ressourcen und Kompetenzen, über die jeder Demente noch verfügt, dann halte ich sie für sinnvoll.

Hinweise auf die Alzheimer-Gesellschaften sollten nicht fehlen. Der Rat, zum Fachmann zu gehen (z.B. Gedächtnissprechstunde/MemoryClinic) auch nicht. Für nicht angebracht halte ich dagegen „Horrorzahlen“ von 2050 und dass die Pflege nicht bezahlbar wäre. Meist geht es in solchen Diskussionen nur um Geld und nicht darum, was ein Kranker braucht.

Glauben Sie, dass Mitarbeiter in der Altenhilfe durch ihre persönliche Einstellung gegenüber dem Schreckensgespenst „Demenz“ unnötige Ängste bei Pflegebedürftigen entscheidend beeinflussen oder gar auslösen können?

Das glaube ich schon. Die Beziehung ist einfach das Entscheidende, wie auch das Milieu. „Erzieherische Maßnahmen“ und ähnlich geprägte „Gedächtnisstrainings“ halte ich für unangebracht. Eine Demenz ist eben kein Schreckensgespenst. Es wird eines durch unfachliche und unsinnige Verhaltens- und Redeweisen von Profis.

Nichts ist so schlimm, wenn man es nicht so schlimm nimmt, wie es ist. Unser Verhalten kann den Krankheitsprozess fördern („in die Betten pflegen“) oder durch Teilhabe und Beziehung die Selbstbestimmung der Betroffenen lange aufrecht erhalten.



Gemeinsame Interessen pflegen – eine gute Methode, um Beziehungen aufrechtzuerhalten ►



Soziale Beziehungen erhöhen die Lebenserwartung

Der Mensch ist von Natur aus ein soziales Wesen, und menschliche Beziehungen spielen eine wichtige Rolle für unser seelisches Wohlbefinden. Eine aktuelle Studie zeigt, dass soziale Interaktionen auch das Sterberisiko vermindern, und zwar unabhängig vom Alter und Gesundheitszustand eines Menschen.

Eine neue Studie von Wissenschaftlern der Brigham Young University (BYU) in den USA zeigt, dass unsere sozialen Beziehungen mit auf die Liste der wichtigsten Faktoren gehören, die das Sterberisiko eines Menschen vorhersagen.

Die Professoren Julianne Holt-Lunstad und Timothy Smith von der BYU schreiben in PLoS Medicine, dass soziale Beziehungen – zu Freunden, Familie, Nachbarn oder Kollegen – den „Odds Ratio für Tod“ (ein statistisches Maß für das Sterberisiko eines Menschen) um fünfzig Prozent senken. Damit ist ein Mangel an sozialen Interaktionen durchaus mit anderen, besser bekannten Risikofaktoren vergleichbar:

- entspricht 15 Zigaretten am Tag rauchen
- ähnlich wie ein Alkoholiker sein
- schädlicher als keinen Sport treiben
- doppelt so schädlich wie starkes Übergewicht

„Dass ein Mangel an sozialen Beziehungen das Sterberisiko erhöht, wird von Gesundheitsorganisationen und in der Öffentlichkeit immer noch nicht allgemein anerkannt“, schreiben die Herausgeber von PLoS Medicine in einer Zusammenfassung der BYU-Studie, in der sie die Hintergründe für die Untersuchung erläutern.



Die Forscher analysierten die Daten von 148 publizierten Langzeitstudien, in denen die Häufigkeit sozialer Interaktionen von Menschen bestimmt und die Entwicklung ihrer Gesundheit über einen Zeitraum von durchschnittlich siebeneinhalb Jahren verfolgt wurde. Da keine Informationen über die Qualität der Beziehungen zur Verfügung standen, könnte das um fünfzig Prozent verminderte Sterberisiko den positiven Einfluss gesunder Beziehungen unterschätzen.

„Die Daten zeigen einfach nur, ob sie in einem sozialen Netz integriert waren“, sagt Holt-Lunstad. „Das heißt, die Einflüsse negativer und positiver Beziehungen wurden zusammengefasst und ihre Wirkung gemittelt.“

Holt-Lunstad sagt, es gibt viele Möglichkeiten, wie Freunde und Familie einen positiven Einfluss auf die Gesundheit haben können, von einer Berührung, die einen Menschen beruhigt, bis hin zu einen Sinn im Leben finden.

„Wenn sich jemand einer Gruppe zugehörig und für andere Menschen verantwortlich fühlt, gibt ihm das ein Gefühl von Sinn und Zweck im Leben, er kümmert sich mehr um sich selbst und geht weniger Risiken ein“, sagt Holt-Lunstad.

Bei der Analyse der Daten untersuchte Smith genau, ob die Ergebnisse vielleicht vor allem dadurch zustande kommen, dass Menschen sich gegenseitig helfen, die letzten Jahre ihres Lebens zu verlängern. „Dieser Effekt ist nicht nur bei älteren Menschen zu beobachten“, sagt Smith. „Beziehungen bieten einen Schutz, und zwar in jedem Alter.“

Smith sagt, moderner Komfort und Technik kann dazu führen, dass manche Leute glauben, soziale Netze sein überflüssig.

„Wir Menschen glauben, dass Beziehungen etwas Selbstverständliches sind – wir sind wie Fische, die das Wasser nicht wahrnehmen“, sagt Smith. „Diese ständige Interaktion ist nicht nur gut für unser seelisches Wohlbefinden, sondern sie kommt auch direkt unserer körperlichen Gesundheit zugute.“

Pressemitteilung der Brigham Young University, 27.07.2010



▲ *Auch im Alter bleiben zwischenmenschliche Beziehungen wichtig*



▲ *Frauen haben generell ein größeres soziales Netz – ist dies das Geheimnis ihrer verlängerten Lebenserwartung?*

Intergenerationelle Arbeit



Von Vibeke Walter ►

„Maison relais“ im „Blannenheem“ Keine Berührungsängste

Im Juni 2010 wurde die im Berschbacher „Blannenheem“ eingerichtete Kindertagesstätte offiziell eingeweiht. Bereits ein Jahr zuvor waren die ersten sechs kleinen Besucher aufgenommen worden. Die Frage, ob das Zusammenleben von alten Menschen und kleinen Kindern im Alltag tatsächlich funktioniert, hat sich seither auf positive Art von selbst beantwortet.

Die Idee, eine Kindertagesstätte in das Gebäude des Berschbacher Altersheims zu integrieren, hatte Direktor Roger Hoffmann schon lange gereizt. Schließlich standen seit 2003 ungenutzte Räumlichkeiten zur Verfügung, die ursprünglich einmal für ein Tagesfoyer gedacht gewesen waren, das jedoch aus praktischen Gründen nie eingerichtet wurde. „Die Bewohner werden bei uns spezifisch auf ihren jeweiligen Wohnbereichen betreut, daher hatte sich ein eigenes Foyer erübrigt. Wir hatten mit der Gemeinde schon Gespräche aufgenommen, um hier eine Kindertagesstätte anzubieten. Als dann

jedoch das Gesetz über die ‚ateliers protégés‘ verabschiedet wurde, haben wir in den Räumen zunächst das ‚Bieschbacher Atelier‘ untergebracht. Mit der Einführung der ‚chèques services‘ 2008 wurde der Bedarf nach Kinderbetreuung wieder so akut, dass ich dachte, jetzt oder nie ist der richtige Moment, um eine ‚maison relais‘ einzurichten,“ erinnert sich Roger Hoffmann.

In nur neun Monaten wurde mit einem Budget von 3 Mio. Euro eine neue Bleibe für das Bieschbacher Atelier kreiert und die bereits bestehenden Räume par-

allel dazu kindgerecht umgebaut. Inzwischen können laut „agrément“ bis zu 62 Kinder hier tages- oder stundenweise gleichzeitig betreut werden. Die flexiblen Öffnungszeiten – montags bis samstags von 5 Uhr morgens bis 23 Uhr abends – kommen nicht zuletzt auch den MitarbeiterInnen des Altenheims zugute, die hier ihre Kinder versorgen lassen können. Mittlerweile sind 150 Kinder im Alter von 3 Monaten bis 4 Jahren eingeschrieben.

Sie sorgen allein schon durch ihre Präsenz für Leben und Abwechslung im Altersheim sowie der angrenzenden betreuten Wohnstruktur, die insgesamt 205 Bewohner, davon 60 schwerstpflegebedürftig, beherbergen. „Uns ist es wichtig, dass die Kinder und alten Menschen nicht nur zu bestimmten, regelmäßigen Aktivitäten wie Singen, Turnen oder Backen zusammen kommen, sondern dass sie sich auch sonst ganz ungezwungen begegnen. So machen die Erzieherinnen z.B. einmal am Tag eine Tour mit den Kindern auf die verschiedenen Etagen durchs ganze Haus und fördern so auf ganz unkomplizierte Weise den Kontakt. Diese Abläufe müssen natürlich gut geplant werden, damit sie auch tatsächlich umgesetzt werden können,“ erklärt der Heilpädagoge und Leiter der Kinder-tagesstätte, Stéphane Muller.

Ein weiterer Moment der Begegnung ist das Mittagessen, bei dem jung und alt im Speisesaal zwar nicht an einem Tisch, aber doch in einem Raum zusammen sitzen. Wenn sich die Kleinen dann fröhlich winkend und „Äddi“ rufend zu ihrem Mittagsschlaf aufmachen, lässt dieser niedliche Anblick keinen Bewohner ungerührt.

Zumal ihre Welt so eine generationsübergreifende Normalität erhält, die es sonst in einem Altersheim mit seinem Umfeld aus größtenteils betagten Menschen, aber auch für Kinder in Tagesstät-

ten nicht immer gibt. Prinzipiell leben Großeltern und Enkel heute eher selten am selben Ort und teilen ihren Alltag durch die Auflösung klassischer Familienstrukturen nur noch begrenzt miteinander. „Institutionen greifen zunehmend strukturierend in den Alltag von Kindern und Senioren ein. In diesem Zusammenhang spricht man von einer ‚Verinselung‘ der Kindheit, d.h. sie spielt sich häufig in pädagogisch besetzten Räumen ab. Auch bei SeniorInnen kann von ‚Verinselung‘ gesprochen werden. Viele SeniorInnen nehmen Freizeitangebote (oder Betreuungsformen, Anm. d. Red.) in Anspruch, die ebenfalls altersspezifisch ausgerichtet sind. Dies hat zur Folge, dass im familiären als auch im außerfamiliären Bereich immer weniger Kontakte und Begegnungsmöglichkeiten zwischen Kindern und SeniorInnen bestehen,“ schreibt die Sozialpädagogin Evelin Wacker in ihrem Beitrag „Gemeinsam (er)leben – Generationen begegnen sich“ (Bulletin 3/2003).

Manchmal entstehen die Besuche auch umgekehrt: Die Bewohner des Altenheims kommen spontan in der „maison relais“ vorbei oder schauen auf ihrem Weg in den Speisesaal durchs Fenster hinein. „Das Zusammenleben soll nicht gekünstelt sein und verläuft größtenteils sehr positiv. Dazu gehört eben auch, dass Bewohner hin und wieder etwas genervt sind, wenn z.B. an einigen Tagen der Geräuschpegel der Kinder etwas höher liegt. Manche älteren Damen finden dagegen, dass die Kinder mehr verwöhnt werden müssten, so dass es zu interessanten Diskussionen über Erziehungsfragen kommt,“ sagt Stéphane Muller lächelnd. „Die Eltern begrüßen es, dass die Förderung generationsübergreifender Aktivitäten bei uns im Mittelpunkt steht. Wir erklären ihnen unseren Ansatz ohnehin gleich bei der Einschreibung, so dass sie wissen, worauf sie sich einlassen.“



▲ *Mit viel Geduld kümmern sich die alten Menschen um ihre kleinen „Mitbewohner“*

Intergenerationelle Arbeit

*Vom generationsübergreifenden Kontakt profitieren
Groß und Klein ►*



Die Kleinen selbst kennen kaum Berührungsängste gegenüber ihren älteren „Mitbewohnern“: Rollstühle und Rollatoren werden neugierig unter die Lupe genommen und gerne wird auch mal auf den einen oder anderen Schoß geklettert. Für das Personal der Kindertagesstätte bedeutet dies, pädagogische Kenntnisse behutsam einzusetzen und die vielleicht etwas zu schwungvolle Annäherung zu bremsen. Gleichzeitig müssen sie sensibel gegenüber den Bedürfnissen der alten Menschen sein und ihnen mit dem nötigen Verständnis begegnen.

Eine hausinterne Fortbildung, bei der verschiedene Ideen, Spiele und Beschäftigungsangebote vorgestellt wurden, half, den intergenerationellen Kontakt zu unterstützen. Die selbe Referentin hatte in einer vorangegangenen Bildungsmaßnahme ebenfalls die Mitarbeiter des Altenheims zum Thema Animation geschult.

Auch für sie sind die Besuche durch die Kinder eine willkommene Abwechslung, die die Routine vielleicht etwas durcheinander bringen, aber durch ihre

bloße Gegenwart vor allem bei Menschen mit Demenz viel bewirken können. „Gezielte, gemeinsame Aktivitäten bieten wir für diese Bewohner nicht an. Aber besonders eine Dame, die an Demenz erkrankt und meist sehr apathisch ist, erwacht richtig aus ihrer Lethargie und wird viel aufmerksamer, einfach nur wenn die Kinder zu Besuch und um sie herum sind,“ schildern Roger Hoffmann und Stéphane Muller übereinstimmend.

Die nächste Etappe des generationsübergreifenden Zusammenlebens im Berschbacher „Blannenheem“ wird das Anlegen und die Gestaltung des umliegenden Parks sein, der von Groß und Klein je nach ihren spezifischen Bedürfnissen genutzt werden kann.

So wird es einen Abenteuerspielplatz geben, aber auch altengerechte Gehwege und Sitzmöglichkeiten. Eins steht für Rober Hoffmann bereits jetzt schon fest: „Es würde allen Beteiligten sehr leid tun, wenn wir die ‚maison relais‘ damals nicht hier eingerichtet hätten!“



Fotos:
Hausgemeinschaft – © Eisermann@AWO-Singen

Die Präsenzkraft

◀ Von Ina Kliez

Chance zur Selbstbestimmung im Alter

In Deutschland existiert seit einigen Jahren im Kontext neuer Wohnformen eine Ausbildung für gering qualifizierte Mitarbeiter, die den Alltag in Gruppen für demenzkranke ältere Menschen begleiten und steuern. Diese sogenannten Präsenzkräfte sind quasi Experten in der Gestaltung eines gemeinsamen und förderlichen Alltags.

Präsenzkräfte sind das „Wahrzeichen“ für neue Wohnformen im Alter. Sie ermöglichen einen normalen Alltagsablauf, der von den Bewohnern selbstbestimmt mit gestaltet wird. Sie schützen die Interessen der Bewohner gegenüber einer auf den rein technischen Ablauf ausgerichteten Pflege. Präsenzkräfte bieten den Bewohnern Geborgenheit und fungieren als „Mutter“ in einer überschaubaren Gruppe von Pflegebedürftigen und organisieren den Tagesablauf wie in einer Familie. Das bedeutet: Kochen statt Seidenmalerei, Alltagsnormalität statt Aktionsprogramm.

Für die zahlenmäßig immer größer werdende Gruppe der demenzkranken Pflegebedürftigen ist diese Form von Präsenzstruktur besonders wichtig, denn nicht alle können in gerontopsychiatrischen Sondereinrichtungen untergebracht werden. Gerade demenziell Erkrankte benötigen normale Strukturen in der Bauweise und im Ablauf von Pflegeeinrichtungen.

Vor allem aber brauchen sie Präsenzkräfte, die einen normalen Alltag gestalten – vom Frühstück über das Mittagessen bis zum Abendbrot.

Neue Wohnformen



Ina Klietz

Diplom-Pädagogin mit Zusatzstudium Gesundheitswissenschaften. Sie war lange in der Ausbildung von Pflegekräften tätig und vier Jahre Leiterin einer Seniorenresidenz der Curanum AG. Als Inhaberin des Instituts für neue Wohnformen im Alter (INA) berät sie Gemeinden und Betreiber von Pflegeeinrichtungen von der Bedarfsplanung bis zum Betriebskonzept von Versorgungsangeboten für Pflegebedürftige. Dabei hat sie sich auf das Konzept der Hausgemeinschaften entsprechend der Empfehlungen des KDA spezialisiert. Seit März 2007 qualifiziert sie in Kooperation mit der Industrie- und Handelskammer Hochrhein-Bodensee Präsenzkkräfte in der Pflege.

Hausgemeinschaften, im Französischen als „cantou“ bezeichnet, sind überschaubare Gruppen von acht bis zwölf Bewohnern. Sie können als „Wohngruppe“ in einem Pflegeheim organisiert sein oder als Wohngemeinschaft innerhalb des Betreuten Wohnens. Haus- und Wohngemeinschaften sind ein vollwertiges Versorgungsangebot für pflegebedürftige und demenzkranke Bewohner. Sie sind keine neue Lebensform für „Alt-Hippies“, die noch einmal an ihre „wilden“ WG-Zeiten anknüpfen wollen.

Haus- und Wohngemeinschaften sind neue Wohnformen, die in der Pflegebedürftigkeit als Normalität des Lebens betrachtet werden und nicht als Ausnahmezustand, der krankenhausähnliche Abläufe in einer fremdbestimmten Umgebung erzwingt.

Haus- und Wohngemeinschaften sind im Vergleich zu herkömmlichen Pflegeheimen nicht kostengünstiger. Deshalb eignen sie sich auch nur für Bewohner, die auf die hauswirtschaftliche und pflegerische Rund-um-Versorgung eines professionellen Dienstleistungsangebotes angewiesen sind. Aber sie bieten etwas, das unbezahlbar ist: Lebensqualität im Sinne einer familienorientierten Alltagsgestaltung, Autonomie im Sinne eines selbstbestimmten Tagesablaufs. Damit entsprechen sie dem, was man als „Würde im Alter“ bezeichnet, denn wie Max Frisch formuliert: Die Würde besteht in der Wahl.

Diese Wahlmöglichkeiten zu bieten und damit die Würde des Menschen zu gewährleisten, ist die Hauptaufgabe von Präsenzkräften. Der komplexe Tätigkeitsbereich einer Präsenzkraft mit Aufgaben aus den Bereichen Pflege und Hauswirtschaft im Rahmen der ständigen Betreuung demenzkranker Pflegebedürftiger, stellt hohe Anforderungen an die psychi-

sche Belastbarkeit und setzt grundlegende Fachkenntnisse voraus.

Fast alle der mittlerweile rund 250 Absolventen dieses in Baden-Württemberg ersten Lehrgangs für Präsenzkkräfte mit IHK-Zertifizierung haben im Anschluss eine sozialversicherungspflichtige Beschäftigung in einer Pflegeeinrichtung aufgenommen. Einige haben sich auch als Präsenzkkräfte selbstständig gemacht oder sind in der Alltagsbetreuung im häuslichen Bereich tätig.

Entsprechend der Querschnittsaufgaben einer Präsenzkraft liegen die Schwerpunkte des Lehrgangs in den Bereichen „Umgang mit Demenzkranken“, „Ernährung im Alter“, „Hauswirtschaft und Hygiene“ sowie „Gesundheits- und Krankheitslehre“.

Neben der amtlichen Belehrung im Umgang mit Lebensmitteln beinhaltet der Kurs ebenfalls einen Grundlehrgang Notfallhilfe.

Ein besonderer Schwerpunkt der Qualifizierung liegt auf der Entwicklung und Förderung der sozialen Kompetenz der Teilnehmer. „Was sind meine besonderen Stärken, die ich in meine Tätigkeit als Präsenzkraft einbringen kann?“ „Was ist „Normalität“ in einem Pflegeheim?“ „Wie kann ich die Lebensgeschichte der demenzkranken Bewohner in der Alltagsgestaltung berücksichtigen?“. Diese und ähnliche Fragen unterstützen die Teilnehmer dabei, ihre berufliche Identität zu entwickeln und ihre Rolle in der Organisation „Pflegeheim“ zu definieren.

In den häufig durch pflegerische Abläufe bestimmten Strukturen der Heime sind es die Präsenzkkräfte, die für die Lebensqualität im Alltag entsprechend der Bedürfnisse der Bewohner zu sorgen haben. Dazu benötigen sie sowohl Ein-



◀ *Präsenzkkräfte
sorgen für Normalität
und Lebensqualität*

fühlungsvermögen in die Erlebnisswelt des demenzkranken Pflegebedürftigen sowie Durchsetzungsfähigkeit gegenüber einer auf Effizienz und Wirtschaftlichkeit ausgerichteten Pflege.

In diesem Prozess geht es um eine ständige Aushandlung der sich teilweise widersprechenden Interessen. Dies macht die Präsenzkräfte zu echten Pionieren in einer neuen Form der Altenpflege und zu „wahren Helden des Alltags“.

Für diese Form der Grundqualifizierung eignen sich vor allem ältere Frauen und Männer, die das Herz am rechten Fleck haben und genügend Verständnis sowie Einfühlungsvermögen für den Umgang mit Pflegebedürftigen und Demenzkranken. Ihre Herkunftsberufe sind vielfältig: Hauswirtschafterin, Arzthelferin, Bürokräft, Mitarbeiter aus Gastronomie und Einzelhandel, Produktion und Landwirtschaft. Aber auch Frauen nach der Familienphase oder ältere Quer- und Wiedereinsteiger erhalten mit diesem Lehrgang eine tragfähige Basis für eine langfristige berufliche Perspektive.

Die Präsenzkraft ist noch kein „Beruf“, jedenfalls nicht im Sinne der deutschen Ausbildungsordnung, die für eine derartige Anerkennung eine dreijährige Berufsausbildung voraussetzt. Entsprechend der Personalverordnung des Heimgesetzes gilt die Präsenzkraft als Hilfskraft, wenn sie nicht über eine andere anerkannte dreijährige Berufsausbildung verfügt. Für die Bewohner ist sie die „Hüterin der Hausgemeinschaft“.

In der täglichen Praxis verschwimmen die Hierarchien zwischen Pflege und Betreuung. Beide Berufsgruppen arbeiten auf Augenhöhe miteinander im Sinne der Zufriedenheit der Bewohner – denn auch Pflegebedürftige haben ein Recht auf Selbstbestimmung.



► Am **23. Mai 2010** (9.00 bis 12.30 Uhr) findet eine Vortragsveranstaltung und anschließende Diskussion mit Ina Kietz zum Thema „Präsenzkkräfte“ beim RBS – Center für Alterfrien in Itzig statt.

Fachtagung

Organisatoren und Referenten:

(v.l.n.r. hinten)
Norbert Höfer, Markus Mai,
Anke Hartmann, Helmut
Müller, Prof. Dr. Angelika Abt-
Zegelin.

Vorne im Bild:
Dr. Franz Lorenz und
Dr. Birgit Kugel
(Diözesan-Caritasdirektorin)



Von Vibeke Walter ►

Tag der Pflege 2010

Kommunikativer Spagat

Der mittlerweile schon traditionelle „Tag der Pflege“ in Trier stand dieses Jahr unter dem provokativen Titel „Sprache MACHT Pflege“. Den Organisatoren, dem Caritasverband für die Diözese Trier, der Caritasgemeinschaft für Pflege und Sozialberufe sowie dem RBS – Center für Altersfragen, ging es dabei vor allem darum, die Bedeutung von Sprache und Sprechen im Hinblick auf pflegerisches Handeln zu hinterfragen.

Als „Beziehungsberuf“ par excellence kann Pflege ohne Kommunikation nicht befriedigend stattfinden. Aber wie sollen bzw. können Pflegenden mit ihren diversen Gegenübern (Patienten, Bewohner, Angehörige, Kollegen, Vorgesetzte, Ärzte, Behörden, Geldgeber ...) sprachlich umgehen, um ihre Tätigkeit erfolgreich ausführen bzw. beschreiben zu können?

Auf diese Fragen versuchten die Redner der Tagung, die vom Bundesgeschäftsführer der Caritas Gemeinschaft für Pflege- und Sozialberufe Franz Lorenz und RBS-Direktor Simon Groß moderiert

wurde, aus jeweils unterschiedlichen professionellen Blickwinkeln eine Antwort zu geben.

„Sprache ist nie nur nüchterne Sachinformation, sie gestaltet Beziehungen und das menschliche Miteinander“, gab Père Théo Klein in seinem meditativen Grußwort gleich zu Anfang zu bedenken. Er warnte jedoch davor, dass durch die omnipräsente „Sprachberieselung“ unserer Zeit, Worte Gefahr laufen, ihre eigentliche Bedeutung zu verlieren und oberflächlich zu werden“. Einen Schritt weiter ging die Pflegewissenschaftlerin Prof. Dr.



Angelika Abt-Zegelin von der Universität Witten-Herdecke, die der Pflege eine professionelle Sprachlosigkeit zuschreibt. „Wir brauchen eine Institution der Berufsgruppen, die für eine einheitliche Fachsprache sorgt und Begrifflichkeiten klärt. Pflegende müssen lernen, anhand konkreter Beispiele ihre Arbeit besser zu vermitteln und ihre Kompetenz, untermauert von Daten und Kosten, nach außen darzustellen. Auch Gespräche sind Pflegehandlungen!“, betonte die deutsche Expertin.

Die Zeit, in der Pflege als „stummes Dienen und fleißiges Handwerk“ charakterisiert wurde, sollte angesichts der immer komplexer werdenden Anforderungen eigentlich vorbei sein. Zumal Pflegekräfte im Alltag ständig zwischen einer medizinisch-pflegerischen Fachsprache und einer verständlichen Alltagssprache hin und her wechseln müssen. Sprache gehört somit zu einem ihrer wichtigsten Handwerkzeuge, um gelingende Pflege gestalten zu können.

Diplom-Pflegepädagogin Anke Hartmann formulierte diesen kommunikativen Spagat in ihren Ausführungen ebenfalls sehr deutlich: „Die Kunst des sprachlichen Handelns in der Pflege besteht also nicht nur darin, isoliert den einen oder anderen Sachverhalt auszudrücken, die eine oder andere Haltung explizit zu machen. Die Kunst besteht darin, alles darzustellen, alles sagen und ausdrücken zu können und sich dabei in der Welt der Adressaten verständlich zu machen.“

Ihre Ausführungen veranschaulichte Franz-Josef Euteneuer als Überraschungsgast in seiner ihm eigenen humorvollen Weise und demonstrierte dem Publikum lautstark, was er darunter versteht, dass Pflege auf sich aufmerksam machen muss.

Neben dem sprachlichen Ausdruck spielt in der Pflege sowie im Führen von Mitarbeitern die persönliche Haltung und innere Einstellung eine große Rolle, um eine „positive Machtenergie“ ausstrahlen zu können. „Authentisch sein“ ist ein in diesem Zusammenhang oft genannter und notwendiger Begriff, wie auch Organisations- und Personalentwickler Frank Tillenburg aus seiner Berufspraxis heraus erläuterte. Er unterstrich dies nachdrücklich mit den Worten Martin Bubers „Man muss bei sich selbst gewesen sein, um zum Nächsten gehen zu können.“

Wie dramatisch eine mangelnde Kommunikation sich auf pflegebedürftige Menschen auswirken kann, beschrieb der Theologe und Altenpfleger Norbert Höfer in seiner Vorstellung des Prinzips „Humanitude“. Untersuchungen in Frankreich ergaben, dass ein bettlägeriger Mensch durchschnittlich 45 Minuten grundpflegerische Zuwendung pro Tag erhält. Menschen, die aufgrund ihres Krankheitsbildes nicht mehr antworten können, erhalten in dieser Zeit oft nur zwei Minuten persönliche Ansprache. „Ohne verbales Feedback versiegt oft die verbale Kommunikation, ohne Kommunikation jedoch fällt der Mensch aus dem Menschsein. Die Beziehung zu Menschen trotz Beeinträchtigungen aufrecht zu halten, ist die vornehmste Aufgabe der Pflege,“ betonte Höfer. Das „Humanitude“-Prinzip der französischen Pflegepraktiker Yves Gineste und Rosette Marescotti versucht hier, z.B. durch die Methode des „Auto-Feedbacks, Abhilfe zu schaffen und die Zeit der so essentiell wichtigen Ansprache zu verlängern.

Den Abschluss des Tages gestaltete der Pflegewissenschaftler Markus Mai mit einer kritischen Auseinandersetzung über Pflegekomplexmaßnahmen-Scores (PKMS) zur Beschreibung von Pflegetätigkeiten.



▲
Der Leiter des Haus Franziskus in Trier, Franz-Josef Euteneuer (2.v.l.), machte auf die wichtige Rolle der Pflegenden aufmerksam.

Feedback



Workshop-Reihe „Herausforderung Demenz“ „Begegnung auf Augenhöhe“



Erich Schützendorf,

Diplom-Pädagoge,
Geragoge und Buchautor
begeisterte seine Zuhörer

Praxisnah, humorvoll und doch nachdenklich gestaltete Erich Schützendorf sein halbtägiges Seminar, das den Teilnehmern neue Sichtweisen im Umgang mit Menschen mit Demenz vermittelte. Der Diplom-Pädagoge, Geragoge, Autor und seit 1976 Fachbereichsleiter für Fragen des Älterwerdens an der Volkshochschule (VHS) des Kreises Viersen und stellvertretender VHS-Direktor, macht sich seit vielen Jahren für ein anderes Denken in der Altenpflege stark.

„Wir haben verlernt, auch die Passivitäten des täglichen Lebens zu berücksichtigen. Zuschauen, abwarten und nicht immer sofort eingreifen, dies alles hilft uns, neue Dinge im Handeln des alten Menschen zu entdecken und auch abweichendes Verhalten zu akzeptieren“, lautete einer seiner Denkanstöße.

Als Buchveröffentlichungen liegen von Erich Schützendorf u.a. vor: „Das Recht der Alten auf Eigensinn“, „Wer pflegt, muss sich pflegen“ oder „In Ruhe verrückt werden dürfen“.



Wie sind Sie auf den Vortrag aufmerksam geworden und was hat Sie zur Wahl bewogen?

- ▶ Internet, tiefere Reflexion meines Umgangs mit Dementen, Sichtweisen anderer Profis kennenlernen
- ▶ am Arbeitsplatz, ich möchte intensiver wissen, wie man mit dementen Leuten umgeht
- ▶ interne E-Mail vom Arbeitgeber
- ▶ Interesse fürs Thema
- ▶ durch Arbeitskollegin
- ▶ durch RBS-Bulletin
- ▶ die Bücher von Herrn Schützendorf
- ▶ von meinem Direktor empfohlen

Was hat Sie persönlich am stärksten beeindruckt?

- ▶ die Art des Vortrags: lebendig, eloquent, professionell, reflektiert
- ▶ mich hat am stärksten beeindruckt, dass wir Pfleger so viele Fehler beim Umgang mit dementen Menschen machen. Das war mir eigentlich gar nicht so bewusst. Jetzt sehe ich das mit anderen Augen
- ▶ ich habe einen anderen Einblick bekommen über Menschen mit Demenz
- ▶ der spezielle Blick auf die Pflegenden, z.B. persönliche Validation als Anker
- ▶ neuer Weitwinkelblick, um Situation zu validieren; Stärkung des Personals
- ▶ wie man demenzkranken Menschen manchmal auf einfachste und unkomplizierte Weise helfen kann; keine Scheuklappen mehr aufsetzen
- ▶ neue Theorie; Dementenbeschäftigung wie im Kindergarten ist nicht immer sinnvoll
- ▶ der Weiterbildner: Er kann das Publikum sehr gut in seinen Bann ziehen
- ▶ dass oft nur wenige Minuten genügen, um etwas zu erreichen
- ▶ mehr auf meine „Rettungsboote“ achten
- ▶ dass man trotz des eigentlich traurigen Themas lachen konnte
- ▶ die Ehrlichkeit, mit der Herr Schützendorf über alles spricht

Was gefiel Ihnen an der Präsentation und den Inhalten des Vortrags?

- ▶ die Präsentation war sehr gut mit Beispielen und Videos beschrieben; Herr Schützendorf hat den Inhalt lebendig gemacht
- ▶ mir gefiel sehr gut, dass während der Präsentation Videos gezeigt und diese zusammen analysiert wurden; der Inhalt war für mich komplett und beantwortete alle meine Fragen, die ich mir an meinem Arbeitsplatz stelle
- ▶ humorvoll und professionell
- ▶ Sicht vom Personal berücksichtigt
- ▶ dass auf beide Seiten eingegangen wurde; anschauliche Beispiele
- ▶ kölsche Frohnatur, witzig; neue Denkanstöße
- ▶ praxisnahe Beispiele; sehr informativ, leicht verständliche Sprache
- ▶ die Leichtigkeit des Herrn Schützendorf
- ▶ wenn man pflegt, muss man sich selbst pflegen

Feedback

Was haben Sie in diesem Vortrag neu erfahren und welche Kenntnisse werden/können Sie an Ihrem Arbeitsplatz in die Praxis umsetzen?

- der Blick auf die Rettungsinseln des Personals ist zwar nicht neu für mich, das aber so ehrlich zu formulieren, wäre ein Ziel, wie ich Mitarbeiter evtl. unterstützen kann
- ich habe erfahren, dass wir Pfleger uns oft unbewusst falsch verhalten. Ich probiere in Zukunft auf meinem Arbeitsplatz das umzusetzen, was ich im Vortrag erfahren habe
- Achtung mit der Interpretation unsererseits im Hinblick auf die Zeichen der Demenzen, Wichtigkeit der Dokumentation, persönliche Schutzmaßnahmen
- mehr Ruhepausen für mich; mehr auf die Bedürfnisse der Demenzen achten als auf meine eigene; sich mehr Zeit nehmen – auch das allein wirkt schon Wunder; mehr auf Körpersprache achten
- geduldiger sein, mich auf Augenhöhe mit den Menschen unterhalten und verhalten
- Böhm'sche Theorie ist nicht die einzige auf der Welt, die richtig sein könnte
- dass man den Leuten nicht alles sofort wegnehmen soll, sondern Zeit lassen zum Beobachten
- neue Herangehensweise: man sollte nicht immer sofort handeln, sondern erstmal abwarten und vielleicht ergeben sich so neue Möglichkeiten
- beobachten ist besser als reagieren; es ist wichtig, sich Zeit für einzelne Personen zu nehmen
- passive ATL's
- dass man so vieles weiß, aber oft nicht richtig umsetzt; ich sollte mal mehr an mich denken
- Bestätigung, dass es wichtig ist, andere Wege zu probieren
- dass man sich die Zeit nehmen muss, auch mal inne zu halten und nicht immer im „Eifer des Gefechts“ alles zu tun, um den Bewohner glücklich zu machen
- dass es wichtig ist, dass sich die Bewohner zurückziehen können
- während meinem Dienst regelmäßig „Rettungsboote“ zu benutzen, um eine bessere Pflege zu leisten

Persönliche Anmerkungen:

- man hätte noch mehr darauf eingehen können, wie stereotypes Verhalten und Autostimulation bei Menschen mit Demenz zu interpretieren ist, ob und wie es zu „vermeiden“ oder einfach zu akzeptieren oder vielleicht sogar zu unterstützen ist
- Herr Schützendorf hat mir sehr geholfen, intensiver über manches Verhalten der Demenzkranken nachzudenken, um es zu verstehen und zu akzeptieren
- war sehr interessant, erweitert meinen persönlichen Horizont
- Weiter so! Dieses Seminar wäre gut für unseren gesamten Betrieb und die Angehörigen
- spitzenmäßiger Dozent!
- unbedingt weitere Seminare mit Herrn Schützendorf
- das Seminar hat mir sehr viel gebracht, auch um nach meiner Schicht wieder in den Alltag mit meiner Familie zurückkehren zu können





► Fort- und Weiterbildung

Veranstaltungskalender / Agenda des séminaires



PRE-INFORMATION

Les formateurs et praticiens certifiés en MH Kinaesthetics au Luxembourg organiseront en collaboration avec

RBS – Center fir Altersfroen asbl & MH Kinaesthetics Ländervertretung

Deutschland / Luxemburg / Belgien
un colloque d'échange et de développement
au Luxembourg le:

27.10.2011

Ce colloque devrait permettre de faire un état des lieux des compétences acquises en MH Kinaesthetics, de clarifier les stratégies d'implémentation, de s'informer, d'échanger ensemble avec collègues, organisateurs, formateurs et les fondateurs de MH Kinaesthetics.

VORANKÜNDIGUNG

Die Trainer und die zertifizierten Anwender MH Kinaesthetics organisieren in Zusammenarbeit mit dem

RBS – Center fir Altersfroen asbl & MH Kinaesthetics Ländervertretung

Deutschland / Luxemburg / Belgien
eine Fachtagung in
Luxemburg am:

27.10.2011

Die Absicht dieser Tagung ist es, eine Standortbestimmung im Hinblick auf die vorhandenen Kompetenzen in MH Kinaesthetics zu ermöglichen, Klarheit über Implementierungsmöglichkeiten zu schaffen und Kollegen – Veranstalter – Trainern sowie den Begründern von MH Kinaesthetics ein Diskussionsforum zu bieten.

Ref.: FCPIC11/11

WORKSHOP: „Freed am Sengen“ Singen mit älteren Menschen

Preis/Prix (MwSt./TTC): 75,00 EUR

Termine/Dates:

28. Januar, 4. März, 25. März 2011

Zielgruppe/Groupe cible:

Alle Mitarbeiter aus Pflege und Betreuung alter Menschen

Zeit/Horaire:

14.00 – 17.00 Uhr/heures

Referent(in)/Responsable de la formation:

Herr Camille Kerger

Gemeinsames Singen zählt zu den beliebtesten Aktivitäten in der Betreuung alter Menschen. Für viele Pflegenden 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.

Ziel/But:

Die eigene Stimme entdecken, - Vermittlung gesangstechnischen Basiswissens

Ort/Lieu:

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

Sprache/Langue:

Luxemburgisch / Deutsch



► Fort- und Weiterbildung

Veranstaltungskalender / Agenda des séminaires

Ref.: FCPIC51/11

Bienveillance et Prévention de la maltraitance envers les personnes âgées dépendantes

Preis/Prix (MwSt./TTC): 130,00 EUR

Termin/Date:

03 – 04 février 2011

Zielgruppe/Groupe cible:

Cadres, soignants

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00 Uhr/heures

Referent(in)/Responsable de la formation:

Laurence Licata

Acquérir des connaissances précises et une culture de la prévention de la maltraitance. S'approprier le concept de bienveillance pour une meilleure prise en charge au quotidien. Permettre aux participants d'adapter leur comportement face à cette problématique. Apporter des pistes de réflexion, des outils et des actions susceptibles d'être mise en œuvre au sein des établissements et services.

Ziel/But:

Elaborer une culture de bienveillance.

Ort/Lieu:

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

Sprache/Langue:

Français

Ref.: FCMIC01/11

Emotionale Intelligenz und soziale Kompetenz

Preis/Prix (MwSt./TTC): 195,00 EUR

Termine/Dates:

9. – 10. Februar und 16. März 2011

Zielgruppe/Groupe cible:

Führungskräfte und leitende Mitarbeiter

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00 Uhr/heures

Referent(in)/Responsable de la formation:

Claudine Schmitt

Führungskräfte geben an, dass mehr als 85% ihres Erfolges und ihrer Lebenszufriedenheit auf emotionale Intelligenz zurückzuführen ist. Es ist daher von Bedeutung, die Schulung der emotionalen und sozialen Intelligenz in den beruflichen Alltag zu integrieren. Im Seminar wird vermittelt, wie sich dank Intuition und Empathie aktuelle Zielorientierungen erstellen lassen und wie unser Wahrnehmen, das Verstehen von Zusammenhängen und Sensibilität gelernt und gelehrt werden kann.

Ziel/But:

Im Unterschied zur Förderung einer einzig kognitiv konzentrierten Intelligenz, werden explizit Perspektiven zur Entfaltung der Emotionalen Intelligenz erarbeitet.

Ort/Lieu:

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

Sprache/Langue:

Deutsch

Ref.: FCPIC59/11

WORKSHOP-REIHE: „Herausforderung Demenz“ Pflege kognitiv veränderter Menschen nach Gineste/Marescotti – Das Konzept „Humanitude“

Preis/Prix (MwSt./TTC): 45,00 EUR

Termin/Date:

16. Februar 2011

Zielgruppe/Groupe cible:

PflegerInnen und Betreuer von Menschen

Zeit/Horaire:

9.00 – 13.00 Uhr/heures

Referent(in)/Responsable de la formation:

Norbert Höfer

Altenpflege ist körperliche Hilfestellung auf der Basis von Beziehungs- und Gefühlsarbeit: Nur wer sich auf die zu pflegenden Menschen einlässt, wird sie für die Zusammenarbeit in der Körperpflege motivieren können.

Ziel/But:

Vorstellung und Diskussion des Konzepts „Humanitude“.

Ort/Lieu:

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

Sprache/Langue:

Deutsch



Ref.: FCPIC58/11

Wohlbefinden für alte Menschen durch körperorientierte Methoden

Preis/Prix (MwSt./TTC): 195,00 EUR

Termine/Dates:

3. – 4. März und 11. März 2011

Zielgruppe/Groupe cible:

Mitarbeiter aus den Bereichen Pflege und Animation

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00 Uhr/heures

Referent(in)/Responsable de la formation:

Liberto Delfino

Ältere Menschen sind oft sehr angespannt, ohne dass sie diesen Zustand zum Ausdruck bringen können. Ihr Wohlbefinden lässt sich entscheidend steigern, wenn sie dabei unterstützt werden, ihren Körper zu entspannen und sich „entkrampft“ erleben zu können.

Ziel/But:

Verschiedene körperorientierte Methoden kennenlernen, um alten Menschen ein besseres Körpergefühl und Wohlbefinden zu vermitteln.

Ort/Lieu:

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

Sprache/Langue:

Luxemburgisch

Ref.: FCPIC 24/11

Aromathérapie

Preis/Prix (MwSt./TTC): 65,00 EUR

Termin/Date:

10 mars 2011

Zielgruppe/Groupe cible:

Soignants, tous les intéressés

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00 Uhr/heures

Referent(in)/Responsable de la formation:

Maurice Goebel

Dans l'aromathérapie, on utilise des huiles essentielles. Elles ont un large champ d'action en ce qui concerne la bonne santé du corps physique, émotionnel et spirituel.

Ziel/But:

Beaucoup de conseils pratiques seront donnés pour permettre facilement l'intégration des huiles essentielles dans votre travail quotidien.

Ort/Lieu:

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

Sprache/Langue:

Française

Ref.: FCPIC55/11

DEMENZ – Herausforderungen des Alltags meistern

Preis/Prix (MwSt./TTC): 65,00 EUR

Termin/Date:

18. März 2011

Zielgruppe/Groupe cible:

Mitarbeiter aus der Pflege

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00 Uhr/heures

Referent(in)/Responsable de la formation:

Carmen Sinner (ALA)

Das Gefühl vor einer unüberwindbaren Mauer zu stehen und vor lauter Herausforderungen seinem Arbeitsalltag nicht ausreichend gewachsen zu sein, dürfte vielen Mitarbeitern bekannt sein. Gerade im Kontakt mit Menschen mit Demenz kommt es immer wieder zu Situationen, in denen guter Rat teuer ist. Schwieriges Verhalten, ungewöhnliche Reaktionen erfordern einen Koffer voll Ideen, aus dem man schöpfen können möchte. Der Austausch unter den Kursteilnehmern soll helfen, seinen eigenen „Koffer“ zu füllen.

Ziel/But:

Herausfordernden Situationen im Alltag begegnen und angemessen reagieren können.

Ort/Lieu:

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

Sprache/Langue:

Deutsch



► Fort- und Weiterbildung

Veranstaltungskalender / Agenda des séminaires

Ref.: FCPIC53/11

WORKSHOP-REIHE: „Herausforderung Demenz“: Professionelles Deeskalationstraining Preis/Prix (MwSt./TTC): 65,00 EUR

Termin/Date:

21. März 2011

Zielgruppe/Groupe cible:

Führungskräfte

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00 Uhr/heures

Referent(in)/Responsable de la formation:

Ingeborg Thurner-Dierolf (ProDeMa)

In der Informationsveranstaltung wird Mitarbeitern und Führungskräften das Präventionskonzept von ProDeMa (Institut für Professionelles Deeskalationsmanagement) sowie die Inhalte der verschiedenen Deeskalationsstufen durch einen lebendigen und praxisorientierten Vortrag dargestellt. Dabei wird anhand vieler Beispiele das nötige Grundwissen vermittelt sowie Möglichkeiten im Umgang mit herausfordernden Verhaltensweisen von betagten und/oder beeinträchtigten Menschen aufgezeigt.

Ziel/But:

Vorstellung und Diskussion des Präventionskonzepts ProDeMa.

Ort/Lieu:

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

Sprache/Langue:

Deutsch

Ref.: FCMIC09/11

Wenn man nicht mehr weiss, was man is(s)t

Preis/Prix (MwSt./TTC): 130,00 EUR

Termine/Dates:

24. und 25. März 2011

Zielgruppe/Groupe cible:

Küchenverantwortliche, Mitarbeiter/Innen aus der Pflege

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00 Uhr/heures

Referent(in)/Responsable de la formation:

Markus Biedermann

Die basale Stimulation in der Pflege versteht sich als ganzheitliches Konzept. Der Aspekt der Beziehung wird insbesondere durch eine qualifizierte Berührungskultur unterstützt. Eine Weiterentwicklung dieses Konzeptes ist die Ernährung von Hochbetagten und /oder Menschen mit Demenz, indem die Essenzubereitung in Pflege und Betreuung mit einbezogen und als Kommunikationsform verstanden wird.

Ziel/But:

In dem Seminar sollen die Teilnehmer ein übergreifendes Verständnis ihrer Aufgaben entwickeln und gemeinsam Lösungen für eine bewohnerorientierte, interdisziplinäre Zusammenarbeit finden. Außerdem sollen ethische Fragen diskutiert werden, wenn z.B. im fortschreitendem Stadium einer Demenz der Betroffene nicht mehr mit dem Besteck umgehen kann und statt „Füttern“ ein Versuch mit Fingerfood angebracht wäre.

Ort/Lieu:

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

Sprache/Langue:

Deutsch

Ref.: FCMIC28/11

„Professionelles Projektmanagement: Projekte erfolgreich planen und umsetzen“

Preis/Prix (MwSt./TTC): 130,00 EUR

Termine/Dates:

28. – 29. März 2011

Zielgruppe/Groupe cible:

Führungskräfte, Projektverantwortliche

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00 Uhr/heures

Referent(in)/Responsable de la formation:

Henrich Stöhr

Projektarbeit wird auch in Altenheimen immer wichtiger – ganz gleich, ob es um besondere Maßnahmen im Rahmen von Qualitätsmanagement, um die Einführung eines neuen Ernährungskonzepts oder auch um die Gartengestaltung geht. Nicht nur, weil Projekte in der Regel neben dem normalen Arbeitsalltag „herlaufen“, stellen sie hohe Anforderungen an alle Beteiligten.

Ziel/But:

Projekte richtig vorbereiten und sinnvoll planen.

Ort/Lieu:

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

Sprache/Langue:

Deutsch

**Einführung in die Aromatherapie**

Ref.: FCPIC27/11

Preis/Prix (MwSt./TTC): 65,00 EUR

Termin/Date:

7. April 2011

Zielgruppe/Groupe cible:

Mitarbeiter aus Pflege und Betreuung

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00 Uhr/heures

Referent(in)/Responsable de la formation:

Friedlinde Michalik

Die Aromatherapie ist ein Jahrtausende altes Heilverfahren und heute ein Teilbereich der Naturheilkunde. In der Aromatherapie wird die ganzheitliche Wirkung ätherischer Öle zur Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden sowie der Behandlung von Beschwerden in vielfältiger Weise eingesetzt.

Ziel/But:

Die Teilnehmer lernen, wie die Aromatherapie nicht nur körperliche Krankheitssymptome lindern hilft, sondern gleichzeitig stabilisierend und harmonisierend auf die Psyche des Menschen wirkt. In dem Tagesseminar erleben sie durch praktische Übungen, wie verschiedene Anwendungsmöglichkeiten am eigenen Körper zur positiven Wirkung kommen.

Ort/Lieu:

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

Sprache/Langue:

Deutsch

SNOEZELEN: Leben mit allen Sinnen

Ref.: FCPIC12/11

Preis/Prix (MwSt./TTC): 195,00 EUR

Termine/Dates:

26. – 27. April und 8. Juli 2011

Zielgruppe/Groupe cible:

PflegerInnen und Betreuer von älteren Menschen

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00 Uhr/heures

Referent(in)/Responsable de la formation:

Isabelle Maystadt

Der Begriff „Snoezelen“ setzt sich aus den niederländischen Wörtern „snuffelen“ und „doezelen“ zusammen: Schnuppern und dösen, wahrnehmen und sich wohlfühlen. Snoezelen versucht, Denkanstöße zu vermitteln, um die Beziehung zu dem alten Menschen anders zu gestalten. Diese Beziehung baut auf Wohlbefinden und einer besseren Lebensqualität in einer sicheren, entspannten Atmosphäre auf, wo Sinneserfahrungen individuell erfahrbar werden.

Ziel/But:

Die Seminarteilnehmer sollen für einfache, basale Sinneswahrnehmungen sowohl im alltäglichen Leben als auch im „Snoezelraum“ sensibilisiert werden. Gleichzeitig soll ihre Kreativität geweckt werden, um dem alten Menschen unterschiedliche Erfahrungen zugänglich zu machen.

Ort/Lieu:

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

Sprache/Langue:

Deutsch

Quand le dément dément

Ref.: FCPIC46/11

Preis/Prix (MwSt./TTC): 195,00 EUR

Termine/Dates:

28 – 29 avril et 30 juin 2011

Zielgruppe/Groupe cible:

Tout personnel travaillant avec des personnes démentes

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00 Uhr/heures

Referent(in)/Responsable de la formation:

Maurice Goebel

Cette formation va vous permettre de revisiter, de manière brève, la démence et ses comportements paradoxaux, dans le présent et dans la relation. Un bon nombre de soignants, d'équipes se trouvent «paralysés» face à la recherche de solution de ses comportements paradoxaux: fugues, agressivité, sexualité, insultes, refus... Mais qui a le «singe»?

Ziel/But:

Découvrir des approches nouvelles vis-à-vis la démence.

Ort/Lieu:

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

Sprache/Langue:

Français



► Fort- und Weiterbildung

Veranstaltungskalender / Agenda des séminaires

DEMENZ – Kommunikation mit Familien

Ref.: FCPIC56/11

Preis/Prix (MwSt./TTC): 65,00 EUR

Termin/Date:

29. April 2011

Zielgruppe/Groupe cible:

Alle interessierten Mitarbeiter in der Altenhilfe

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00 Uhr/heures

Referent(in)/Responsable de la formation:

Carmen Sinner (ALA)

Im Alltag haben wir Mitarbeiter nicht nur mit unseren Klienten oder Bewohnern zu tun, sondern oft bedürfen auch Angehörige und Freunde konkreter Begleitung und Information. Eine Reihe von Fragen drängen sich in diesem Kontext auf, so z.B. „wie verhalte ich mich bei schwierigen Familien?“

Ziel/But:

Angemessene Kommunikationsformen im Umgang mit Angehörigen kennenlernen.

Ort/Lieu:

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

Sprache/Langue:

Deutsch

Aromatherapie für Fortgeschrittene: „Ätherische Öle und natürliche Hautpflege“

Ref.: FCPIC19/11

Preis/Prix (MwSt./TTC): 65,00 EUR

Termin/Date:

5. Mai 2011

Zielgruppe/Groupe cible:

Aromatherapie für Fortgeschrittene

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00 Uhr/heures

Referent(in)/Responsable de la formation:

Friedlinde Michalik

- Zusammenfassung der allgemeinen Grundlagen und ganzheitlichen Wirkungsweisen von ätherischen Ölen
- Vorstellung ausgewählter ätherischer Öle – Pflanzenportraits
- Wissenswertes über Pflanzenöle – Basisöle in der Aromatherapie
- Sanfte Massagen mit ätherischen Ölen – eine Einführung
- Herstellung von aromatherapeutischen Körperölen
- Herstellung von Bade- und Waschzusätzen

Ziel/But:

Einsatzmöglichkeiten von ätherischen Ölen, insbesondere in der Aromamassage.

Ort/Lieu:

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

Sprache/Langue:

Deutsch

Communiquer par le toucher

Ref.: FCPIC04/11

Preis/Prix (MwSt./TTC): 195,00 EUR

Termine/Dates:

9 – 10 mai et 23 mai 2011

Zielgruppe/Groupe cible:

Tous les soignants et intéressés

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00 Uhr/heures

Referent(in)/Responsable de la formation:

Michèle Strepenne

Le toucher ne se dit pas, il se vit. Les trois journées de formation seront donc axées sur l'expérience que chacun acceptera de faire en respectant ses propres limites. Une partie théorique permettra d'appuyer ou de confirmer notre ressenti, de prendre conscience des bienfaits du toucher au niveau du corps et des émotions. Les exercices pratiques seront accompagnés de temps d'échanges et de partages.

Ziel/But:

Découvrir une nouvelle forme de communication.

Ort/Lieu:

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

Sprache/Langue:

Français



Ref.: FCPIC02/11

**Möglichkeiten der Aktivierung von Menschen mit Demenz
Gruppenaktivitäten und spezielle Betreuungsangebote für Bettlägerige**

Preis/Prix (MwSt./TTC): 130,00 EUR

Termine/Dates:

9. – 10. Mai 2011

Zielgruppe/Groupe cible:

Mitarbeiter aus den Bereichen Pflege und Animation

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00 Uhr/heures

Referent(in)/Responsable de la formation:

Andrea Frieze

Die Aktivierungsmöglichkeit von Menschen mit Demenz hängen 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.

Ziel/But:

Im Seminar werden u.a. Elemente aus dem Ganzheitlichen Gedächtnistraining vorgestellt, die auch bei Demenzerkrankten in das therapeutische Gesamtkonzept integriert werden können. Die Übungen reaktivieren des Langzeitgedächtnis und die Kommunikationsfähigkeit, erhalten bzw. steigern das Selbstwertgefühl („Das kann ich doch noch...“) und stärken die Lebensfreude der Teilnehmer.

Ort/Lieu:

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

Sprache/Langue:

Deutsch

Ref.: FCMIC03/11

Service-Training für Telefonzentrale und Empfang

Preis/Prix (MwSt./TTC): 195,00 EUR

Termine/Dates:

16. – 17. Mai und 17. Juni 2011

Zielgruppe/Groupe cible:

Mitarbeiter aus Empfang und Verwaltung

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00 Uhr/heures

Referent(in)/Responsable de la formation:

Caroline Mouty

Der erste Eindruck zählt! Das gilt ganz besonders für Einrichtungen der Alten- und Krankenpflege. Schließlich erfolgt auch hier der erste Kontakt meist über ein Gespräch am Telefon oder am Empfang. Ein Schwerpunkt des Seminars ist daher die Bedeutung von Rezeption und Telefonzentrale in ihrer repräsentativen Funktion.

Ziel/But:

Die TeilnehmerInnen lernen professionelles Gesprächsverhalten und üben diese Techniken praktisch ein.

Ort/Lieu:

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

Sprache/Langue:

Deutsch

Ref.: FCPIC57/11

Aktivitäten für Menschen mit Demenz – Der Weg ist das Ziel

Preis/Prix (MwSt./TTC): 65,00 EUR

Termin/Date:

20. Mai 2011

Zielgruppe/Groupe cible:

Mitarbeiter aus den Bereichen Pflege und Animation

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00 Uhr/heures

Referent(in)/Responsable de la formation:

Alain Tapp, Denis Mancini (ALA)

Jeder, der den Alltag mit Menschen erlebt, die von einer Demenz betroffen sind, hat sich sicher schon des öfteren die Frage gestellt, ob die Aktivitäten, die wir mit diesen Menschen durchführen, auch tatsächlich Sinn machen. Wichtig ist es, Aktivitäten ziel- und adressatengerecht zu gestalten, so dass sie nicht nur Spass machen, sondern auch helfen, eine Brücke zur Seele der Beteiligten zu schaffen.

Ziel/But:

Sinnvolle Aktivitäten für Menschen mit Demenz gestalten.

Ort/Lieu:

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

Sprache/Langue:

Deutsch



► Fort- und Weiterbildung

Veranstaltungskalender / Agenda des séminaires

MH Kinaesthetics – Grundkurs

Ref.: FCPIC07/11

Preis/Prix (MwSt./TTC): 260,00 EUR

Termine/Dates:

6. – 7. Juni und 20. – 21. Juni 2011

Zielgruppe/Groupe cible:

MitarbeiterInnen der Pflege

Zeit/Horaire:

8.30 – 16.30 Uhr/heures

Referent(in)/Responsable de la formation:

Doris Schneider

Im MH Kinaesthetics Grundkurs werden Instrumente und Konzepte vorgestellt, die Kinaesthetics für professionelle Kompetenzentwicklung anbietet. Sie dienen dazu, menschliche Aktivitäten aus verschiedenen Bewegungsperspektiven zu verstehen. In der Praxis eingesetzt, helfen sie, pflegebedürftige Menschen in ihren Alltagsaktivitäten effektiver zu begleiten.

Ziel/But:

Die Grundlagen der Kinästhetik vermitteln.

Ort/Lieu:

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

Sprache/Langue:

Deutsch

Aromathérapie II Les points réflexes

Ref.: FCPIC22/11

Preis/Prix (MwSt./TTC): 65,00 EUR

Termin/Date:

9 juin 2011

Zielgruppe/Groupe cible:

Aromathérapie pour avancés

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00 Uhr/heures

Referent(in)/Responsable de la formation:

Maurice Goebel

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

Ziel/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

Ort/Lieu:

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

Sprache/Langue:

Français

Gestion des équipes

Ref.: FCMIC3411

Preis/Prix (MwSt./TTC): 260,00 EUR

Termine/Dates:

9 – 10 juin et 16 – 17 juin 2011

Zielgruppe/Groupe cible:

Cadres débutants ou confirmés

Zeit/Horaire:

9.00 – 17.00 Uhr/heures

Referent(in)/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.

Ziel/But:

Partager et revisiter les principes de gérer une équipe.

Ort/Lieu:

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

Sprache/Langue:

Français



Anmeldeformular / Formulaire d'inscription

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

Gérontologie & Psychogériatrie

☎ 36 04 78-31/34

☐ **Ref.: FCPIC11/11**

WORKSHOP: „Freed am Sagen“ Singen mit älteren Menschen

Preis/Prix (MwSt./TTC): 75,00 EUR

☐ **Ref.: FCPIC51/11**

Bientraitance et Prévention de la maltraitance envers les personnes âgées dépendantes

Preis/Prix (MwSt./TTC): 130,00 EUR

☐ **Ref.: FCMIC01/11**

Emotionale Intelligenz und soziale Kompetenz

Preis/Prix (MwSt./TTC): 195,00 EUR

☐ **Ref.: FCPIC59/11**

WORKSHOP-REIHE: „Herausforderung Demenz“ Pflege kognitiv veränderter Menschen nach Gineste/Marescotti – Das Konzept „Humanitude“

Preis/Prix (MwSt./TTC): 45,00 EUR

☐ **Ref.: FCPIC58/11**

Wohlbefinden für alte Menschen durch körperorientierte Methoden

Preis/Prix (MwSt./TTC): 195,00 EUR

☐ **Ref.: FCPIC 24/11**

Aromathérapie

Preis/Prix (MwSt./TTC): 65,00 EUR

☐ **Ref.: FCPIC55/11**

DEMENZ – Herausforderungen des Alltags meistern

Preis/Prix (MwSt./TTC): 65,00 EUR

☐ **Ref.: FCPIC53/11**

WORKSHOP-REIHE: „Herausforderung Demenz“: Professionelles Deeskalationstraining

Preis/Prix (MwSt./TTC): 65,00 EUR

☐ **Ref.: FCMIC09/11**

Wenn man nicht mehr weiss, was man is(s)t

Preis/Prix (MwSt./TTC): 130,00 EUR

☐ **Ref.: FCMIC28/11**

„Professionelles Projektmanagement: Projekte erfolgreich planen und umsetzen“

Preis/Prix (MwSt./TTC): 130,00 EUR

☐ **Ref.: FCPIC27/11**

Einführung in die Aromatherapie

Preis/Prix (MwSt./TTC): 65,00 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:

RBS – Center fir Altersfroen asbl

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.

<input type="checkbox"/> Ref.: FCPIC12/11 SNOEZELEN: Leben mit allen Sinnen	Preis/Prix (MwSt./TTC): 195,00 EUR
<input type="checkbox"/> Ref.: FCPIC46/11 Quand le dément dément	Preis/Prix (MwSt./TTC): 195,00 EUR
<input type="checkbox"/> Ref.: FCPIC56/11 DEMENZ – Kommunikation mit Familien	Preis/Prix (MwSt./TTC): 65,00 EUR
<input type="checkbox"/> Ref.: FCPIC19/11 Aromatherapie für Fortgeschrittene: „Ätherische Öle und natürliche Hautpflege“	Preis/Prix (MwSt./TTC): 65,00 EUR
<input type="checkbox"/> Ref.: FCPIC04/11 Communiquer par le toucher	Preis/Prix (MwSt./TTC): 195,00 EUR
<input type="checkbox"/> Ref.: FCPIC02/11 Möglichkeiten der Aktivierung von Menschen mit Demen Gruppenaktivitäten und spezielle Betreuungsangebote für Bettlägerige	Preis/Prix (MwSt./TTC): 130,00 EUR
<input type="checkbox"/> Ref.: FCMIC03/11 Service-Training für Telefonzentrale und Empfang	Preis/Prix (MwSt./TTC): 195,00 EUR
<input type="checkbox"/> Ref.: FCPIC57/11 Aktivitäten für Menschen mit Demenz – Der Weg ist das Ziel	Preis/Prix (MwSt./TTC): 65,00 EUR
<input type="checkbox"/> Ref.: FCPIC07/11 MH Kinaesthetics – Grundkurs	Preis/Prix (MwSt./TTC): 260,00 EUR
<input type="checkbox"/> Ref.: FCPIC22/11 Aromathérapie II Les points réflexes	Preis/Prix (MwSt./TTC): 65,00 EUR
<input type="checkbox"/> Ref.: FCMIC3411 Gestion des équipes	Preis/Prix (MwSt./TTC): 260,00 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:

RBS – Center fir Altersfroen asbl

Fortbildungsinstitut / Formation continue

BP 32

L-5901 Hesperange

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





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 Gérontologie & 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 RBS – Center fir Altersfroen asbl
DEXIA IBAN LU08 0028 1385 2640 0000, BIC: BILLULL

Name
Straße
PLZ und Ortschaft

RBS – Center fir Altersfroen asbl
Fortbildungsinstitut

BP 32
L-5801 Hesperange

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



CENTER FIR
ALTERSFROEN



„Gesondheetslaf ALGG“ Über 100 Mitarbeiter am Start fürs Wohlbefinden

Auf Initiative der ALGG (Association Luxembourgeoise de Gérontologie-Gériatrie) wird alljährlich im Oktober der „Gesondheetslaf ALGG“ organisiert, zu dem sich Mitarbeiter aus dem Luxemburger Pflegesektor im „Bambesch“ zum Joggen oder Walken versammeln. Der Wander-Pokal für die Einrichtung mit den meisten Läufern ging 2010 an das Bettemburger Pflegeheim „An de Wisen“, nachdem dieser das Jahr zuvor an das Pflegeheim „Les Parcs du Troisième âge“ Bartringen verliehen worden war.



Für musikalische Unterhaltung während des „Gesondheetslaf ALGG“ sorgte die „Hëllef Doheem-Band“; nach dem Lauf kümmerte sich Sodexo mit Getränken, Kuchen und Obst um eine großzügige und wohlverdiente Stärkung der Läufer.

Der „Gesondheetslaf ALGG“ wird in Zusammenarbeit mit dem Itziger RBS – Center fir Altersfroen asbl (Fortbildungsinstitut & Seniorenakademie), Sodexo, Stéftung Hëllef Doheem und ALAS (Association Luxembourgeoise des Aides-Soignants) veranstaltet.



25^e Journée de Gérontologie Freiheit um welchen Preis?

Ein heikles Thema stand im Mittelpunkt der diesjährigen ALGG „Journée de Gérontologie“, die Anfang Oktober in der Universität Luxemburg stattfand und mit rund 150 Teilnehmern auf großes Interesse stieß. Die Problematik „Freiheitsentziehende Maßnahmen in der Altenpflege in Luxemburg – Ergebnisse, Herausforderungen, Perspektiven“ wurde aus unterschiedlichen Perspektiven dargestellt und diskutiert.*

„Die ALGG spielt eine Vorreiterrolle im Hinblick auf die Auseinandersetzung mit schwierigen Themen,“ lobte Familienministerin Marie-Josée Jacobs die Initiative. „Ein ethisches Konzept ist nötig. Einfache Antworten sind angesichts dieser großen Herausforderung jedoch nicht möglich. Auch eventuelle gesetzliche Vorgaben entbinden niemanden von seiner Verantwortung. Ziel muss es immer sein, die Lebensqualität der alten Menschen zu wahren und zu respektieren, was die Betroffenen selbst wünschen.“ Eine Überreglementierung lehnte die Politikerin dagegen ab.

**Die Referate sowie weitere Artikel sind in einem RBS-Themenheft publiziert worden, dass gratis in Itzig abgeholt oder unter Tel. 36 04 78 33 bestellt werden kann (gegen Versandkostenpauschale).*



Gesundheitstag Diekirch Voller Erfolg

Zahlreiche Senioren waren der Einladung des CIPA „Résidence du Parc“ und dem Pflegeheim Sacré Coeur in Diekirch im Oktober gefolgt, um am traditionellen „Gesondheetsdag“ in der „Al Seerei“ teilzunehmen. Die Besucher aus verschiedenen, landesweiten Altenhilfeeinrichtungen konnten morgens eine kleine Rallye rund ums Thema Gesundheit und Fitness absolvieren. Am Stand des RBS Center fir Alterfroen galt es z.B. Fragen aus dem „Sprëchfax“ richtig zu beantworten.



20 Jahre Contact humain Im Dienst der Anderen

Der Besuchsdienst „Contact humain“ betreut mit seinen 65 ehrenamtlichen Mitarbeitern ältere, kranke Menschen in Krankenhäusern und Altenheimen. Am 12. Oktober feierten 70 Gäste im „Blannenheem“ in Berschbach das 20-jährige Bestehen in Anwesenheit von Fernando Ribeiro (Familienministerium). Der Festvortrag zu diesem besonderen Anlass wurde von Prof. Dr. Dieter Ferring gehalten.



Neuerscheinung „Et war een deemools net méisseg Band II“

Nach dem großen Erfolg des ersten Bandes, der sich wochenlang auf den vorderen Plätzen der nationalen Bestsellerliste gehalten hat, ist jetzt der zweite Band des Buches „Et war een deemools net méisseg – Al Beruffer a Broutverdëngschter“ erschienen. 60 weitere Berufe, die im Laufe der Zeit verschwunden sind oder sich stark verändert haben, werden in Wort und Bild dargestellt.

Hierbei sind die persönlichen Erinnerungen von Zeitzeugen und unveröffentlichte Photos aus Familienalben besonders wertvoll.

Das Buch wurde von der Biographiegruppe des RBS zusammengestellt, sechs geschichts- und literaturinteressierten Senioren, die Nachforschungen über das Alltagsleben von früher anstellen und regelmäßig veröffentlichen.

Der neue Band ist im Buchhandel erhältlich oder kann unter Tel.: 36 04 78 27 für 28 € (zzgl. Versandkosten) bestellt werden.



Prof. Dr. Dietrich Grönemeyer: Arzt und Patient auf Augenhöhe

Reduzierte man Dietrich Grönemeyer lediglich auf seinen wohl bekanntesten Satz „Turne bis zur Urne“, so täte man ihm sicherlich Unrecht. Als Vordenker und Vorkämpfer einer ganzheitlichen Medizin, die sowohl Hightech-Technologie als auch naturkundliche Therapieformen sowie Traditionelle Chinesische Medizin und Ayurveda vereint, hat er sich vielmehr über Deutschland hinaus einen Namen gemacht.

Auch in Luxemburg scheinen seine Thesen viel Anklang zu finden, wie das fast bis auf den letzten Platz besetzte Konservatorium anlässlich seines Vortrags „Vorbeugen ist besser als heilen“ auf Einladung des ZithaGesondheetsZentrum im Oktober bewies.

Dabei sind seine Forderungen nach mehr Eigenverantwortung jedes Einzelnen im Hinblick auf Gesundheit und sein Appell nach gesunder Ernährung, körperlicher Bewegung und Lebensfreude nicht wirklich neu. Grönemeyer versteht es allerdings, sie derart überzeugt und überzeugend darzustellen und im Zweifelsfall auch mal „vorzuturnen“, dass man nicht anders kann, als ihm interessiert zuzuhören.

Besonders sein Appell für eine neue Ausrichtung des Ärzteberufs als „Gesundheitsberater und Coach“ dürfte für Nachdenklichkeit sorgen: „Arzt und Patient sollten sich auf Augenhöhe begegnen und als Partner miteinander arbeiten. Deshalb ist es auch wichtig, dass Menschen wieder lernen auf sich selbst bzw. auf ihren Körper zu hören. Wir brauchen mehr Wissen über Gesundheitsthemen. Schon in der Schule sollte es Gesundheitsunterricht geben“, so sein Plädoyer, dass er in Vorträgen und auch für Laien verständlichen Büchern und Beiträgen immer wieder aufs Neue mit viel Engagement vertritt.

Besonders Rückenschmerzen, auch hierzulande einer der Volkskrankheiten par excellence, und deren Bewältigung liegen ihm am Herzen. Eine Problematik, die Grönemeyer selbst übrigens mit regelmäßigen Yoga-Übungen in den Griff bekommen hat: „Rund 15 Prozent der Kindergartenkinder und bis zu 60 Prozent der Schulkinder in Deutschland haben Haltungsschäden. Und jedes dritte Kind klagt schon manchmal über Rückenschmerzen.“

Aber natürlich sind gerade auch ältere Menschen von Rückenleiden geplagt, denn der Körper verändert sich im Alter und ist nicht mehr so belastbar. Deshalb ist es mir ja gerade auch ein Anliegen, mit meinem Trainingsprogramm sowohl jüngere als auch ältere Menschen zu ermutigen, aktiv etwas für ihren Rücken zu tun.“

Weitere Infos:

www.dietrich-groenemeyer.com



Ein Bett im Kornfeld...?



Angesichts der zahlreichen Feierlichkeiten nach Abschluss bzw. zum Beginn von Um- oder Neubauten könnte man zur Zeit fast von einem „Bauboom“ im hiesigen Altenhilfe-Sektor sprechen.

So wurde in Berburg das bestehende CIPA „Hauptmann's Schloss (Claire asbl) um einen Neubau mit 72 Betten erweitert. Der Schwerpunkt liegt auf der Betreuung von Menschen mit Demenz. Besonderer Wert wurde darauf gelegt, dass möglichst aus allen Zimmern und Räumlichkeiten der Blick in die Natur gewährleistet ist und das natürliche Tageslicht optimal genutzt werden kann. (1)



Offiziell seiner Bestimmung übergeben wurde das „Haus Omega“ Ende September 2010 in Luxemburg-Hamm. Das erste Luxemburger Hospiz nimmt schwerkranke Patienten an ihrem Lebensende auf. Dabei wurde in jeder Hinsicht darauf geachtet, dass die Lebensqualität jedes Einzelnen so hoch wie möglich bleiben kann. (2)

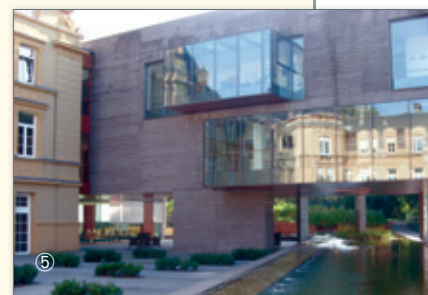


Nach vier Jahren Bauzeit wurde in Grevenmacher das neue Gebäude für das CIPA „St. François“ (HPPA) in Betrieb genommen, das nunmehr 107 Bewohner aufnehmen kann. Trotz oder gerade wegen einer langen Vorbereitungsphase von mehr als 15 Jahre wurden in der Innengestaltung sehr viele Details berücksichtigt, die den Bewohnern ein „Daheim-Gefühl“ vermitteln. (3)

Noch ganz am Anfang steht die geplante „Seniorie Sainte Zithe“, die am Januar 2012 in Contern eröffnet werden soll und in der 144 Menschen betreut werden können. Die Integration dieser neuen Struktur in die Gemeinde Contern soll architektonisch durch das Anlegen eines Fußwegs durch den Gebäudekomplex unterstützt werden. (4)



Neu renoviert, um zwölf Zimmer erweitert und mit einer hochmodernen, neuen Zentralküche ausgestattet, präsentiert sich die „Maison Marie Consolatrice“ des Trägers Maredoc in Heisdorf, der dort außerdem noch das Schloss sowie die „Maison Regina Pacis“ als Altenhilfeeinrichtungen betreibt. Die neue Küche wird nicht nur hochwertiges Essen für alle Strukturen des Trägers herstellen, sondern soll je nach Anfrage auch die umliegenden Gemeinden beliefern können. (5)



Im Beisein zahlreicher Ehrengäste wurde der Spatenstich für ein neues Pflegeheim in Vianden vollzogen. Servior schafft mit dieser neuen Struktur 72 Betten, die in knapp zwei Jahren zur Verfügung gestellt werden sollen.



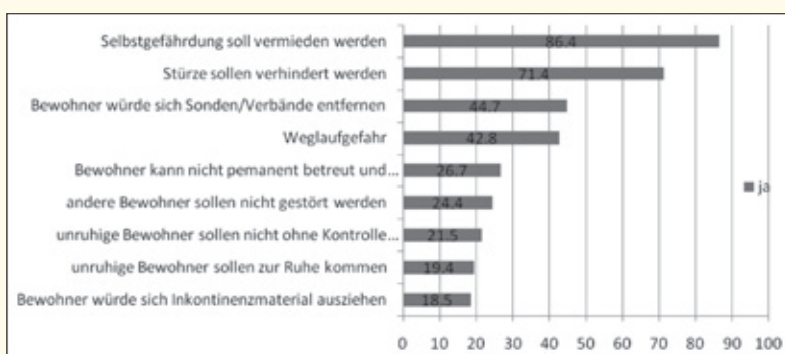
Dieses Pflegeheim ist eine wertvolle Ergänzung der bestehenden Infrastrukturen in Vianden. Die Einzelzimmer werden in einen Alten- bzw. Pflegetrakt aufgeteilt und sind so geplant, dass sich Bewohner nicht wie im Krankenhaus fühlen sollen. Das Bauprojekt war nur möglich, da die Gemeinde Vianden das benötigte Grundstück mittels eines Erbpachtvertrags zur Verfügung stellt. (6)

FEM Studie in Zahlen

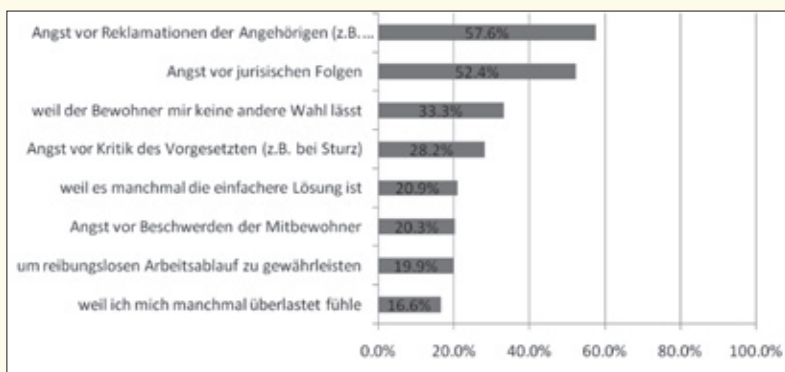
Freiheitsentziehende Maßnahmen Auswege gesucht

Im Rahmen seines Masterstudiums in Gerontologie an der Universität Luxemburg führte Wolfgang Billen, Pflegedirektor im Pflegeheim „Op Lamp“ in Wasserbillig, eine Untersuchung zum Einsatz von FEM in hiesigen Einrichtungen durch. Im folgenden werden einige der aussagekräftigsten Statistiken daraus präsentiert.

Direkte Ursachen zur Anwendung von FEM nach Aussagen der Mitarbeiter



Indirekte Gründe zur Anwendung von FEM



Die Ergebnisse der Arbeit stellte Wolfgang Billen u.a. während der diesjährigen ALGG „Journée de Gérontologie“ einem breiten Fachpublikum vor. Sein Hauptanliegen ist es, die Thematik stärker in die öffentliche Diskussion zu bringen und die gesellschaftliche Problematik dahinter zu verdeutlichen.

„Es geht nicht nur Pflegekräfte und Fachleute etwas an. Wir müssen uns grundsätzlich fragen, was uns Freiheit eigentlich wert ist, auch im Alter und besonders bei Menschen mit Demenz und welches Recht auf Risiko wir ihnen zugestehen wollen. Sicher sind die Familien zu verstehen, die Angst haben, ihren Angehörigen könne etwas zustoßen. Sicher ist aber auch, dass Fixierung immer eine Form von Gewalt ist, sowohl physisch wie psychisch,“ so Wolfgang Billens Überlegung.

Wichtig sei unter allen Umständen immer eine verantwortungsvolle, multidisziplinäre Prüfung falls es zu einer Anwendung von FEM kommt, wobei die Würde des Menschen im Mittelpunkt stehen muss.

Einen ausführlichen Bericht zur Studie finden Sie im Bulletin – Themenheft Nr. 1, das Sie in Itzig gratis erhalten oder gegen Entrichtung einer Versandkostenpauschale unter Tel. 36 04 78 33 bestellen können.

Auch in anderen Ländern wird die Diskussion im Hinblick auf FEM seit einigen Jahren schon geführt, allerdings mit unterschiedlichen Konsequenzen.

So sind in Schottland oder Dänemark freiheitseinschränkende Maßnahmen grundsätzlich verboten; in Deutschland bedarf es einer richterlichen Genehmigung bzw. der gesetzliche Vormund oder Betreuer muss einer Fixierung zustimmen. Allerdings geben die Gerichte diesen Anträgen überwiegend statt, so dass es dadurch nicht unbedingt zu einer Verringerung von Fixierungen oder einer besseren Evaluation dieser Maßnahmen kommt.

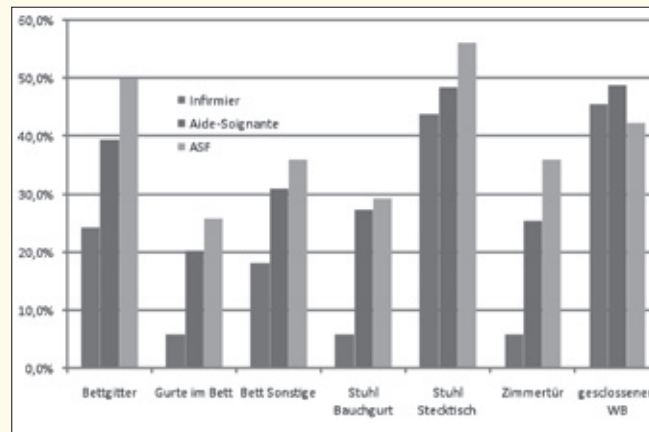
Nach Angaben des deutschen Bundesjustizamts gab es im Zeitraum von 1998 bis 2008 diesbezüglich sogar eine Steigerung um 145%: Allein 2008 wurden bundesweit 91 800 Fälle neu genehmigter Fixierungen registriert.

In Frankreich sieht das Gesetz vor, dass nur ein Arzt die freiheitsentziehende Maßnahme, dazu gehören u.a. auch Bettgitter, anordnen darf. Meistens geschieht dies aber auf Initiative der Mitarbeiter von Pflegeeinrichtungen, und auch hier ist die Anzahl von fixierten Bewohnern mit einer durchschnittlichen Rate von 72% hoch.

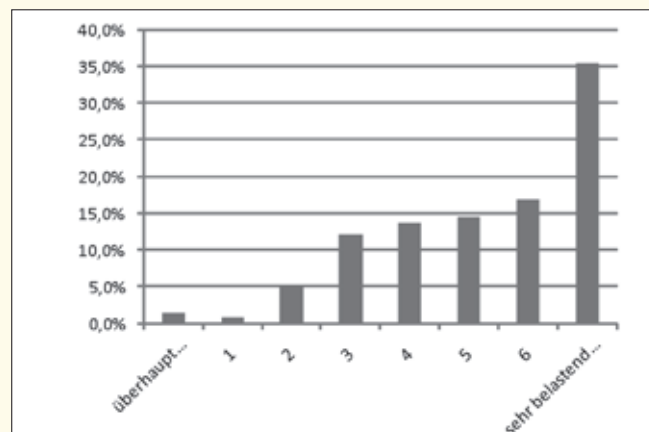
Laut einem neuen Gesetz ist Sturzvermeidung als Grund für FEM in den Niederlanden verboten.

Für Luxemburg gibt es momentan seitens des Gesetzgebers keine verbindlichen Richtlinien, die die Anwendung von FEM regeln.

Prozentteil der Mitarbeiter nach Qualifikation, die eine Maßnahme nicht als FEM werten



Belastungsempfinden der Mitarbeiter beim Einsatz von FEM



► Am **23. März 2010** organisiert die ALGG (Association Luxembourgeoise de Gérontologie/Gériatrie) ein Rundtischgespräch im Audimax der Uni Luxemburg (Campus Walferdange) von 16 bis 18 Uhr. Es ist als thematische Fortsetzung der „Journée gérontologique 2010“ gedacht und behandelt **nicht-medikamentöse Alternativen** zu freiheitsentziehenden Maßnahmen (FEM).

EU-Projekte



Von Vibeke Walter
und Simon Groß ►

Qualitätsmanagement und Kennzahlen Ein europäisches Anliegen

Gleich drei Veranstaltungen widmeten sich im Herbst der Auseinandersetzung mit dem Thema Qualität und beleuchteten es aus ganz verschiedenen Blickwinkeln.

Das branchenspezifische QM-System E-Qalin® wurde von 2007 bis 2009 im Rahmen des Folgeprojekts „E-Qalin® Transfer“ weiterentwickelt.

So wurde es zum einen in einer Pilotphase in England und Frankreich eingeführt, zum anderen wurden die Voraussetzungen geschaffen, um eine anerkannte Zertifizierung von E-Qalin® – Einrichtungen europaweit zu ermöglichen.

Zum Abschluss von E-Qalin® Transfer kamen Anfang September bei einem Meeting in Hannover neben den Partnerorganisationen aus Slowenien, Österreich,

Deutschland, Italien und Luxemburg noch Interessenten aus der Schweiz, Tschechien, Ungarn, Schweden und der Slowakei zusammen, um das Modell kennenzulernen.

Mit Qualitätsmanagement befasste sich ebenfalls das EU-Projekt „Best Quality“, dessen Resultate am 22. September 2010 an der Technischen Universität Dortmund präsentiert wurden.

Hierbei wurden eine Reihe von QM-Systemen (darunter auch E-Qalin®) miteinander verglichen, die in sozialen Einrichtungen innerhalb Europas zum Einsatz kommen. Parallel dazu wurde ein Leitfa-

den entwickelt, der die wichtigsten Aspekte der einzelnen Systeme erfasst und vergleichbar macht. Mehr Infos unter: www.best-quality.eu

120 Experten aus 25 Ländern diskutierten schließlich Anfang November 2010 bei einem Kongress in Brüssel die hochaktuelle Thematik von Kennzahlen.

Das EU-Projekt **„Qualitätsmanagement durch ergebnisorientierte Kennzahlen – Zur Entwicklung von Benchmarking in Alten- und Pflegeheimen“** wurde vom Europäischen Zentrum für Wohlfahrtspolitik und Sozialforschung (Wien) koordiniert und von der Generaldirektion Beschäftigung (Programm PROGRESS) kofinanziert.

Das Projekt wurde durch das Land Nordrhein-Westfalen aktiv unterstützt und hat eine besondere Aufmerksamkeit durch die intensive Beteiligung von Mitarbeitern der staatlichen Heimaufsicht und den medizinischen Kontrolldiensten aus ganz Europa erfahren.

Insgesamt sechs Partnerorganisationen aus Deutschland, Österreich, den Niederlanden und England arbeiteten an dem Projekt zur Entwicklung ergebnisorientierter Kennzahlen mit.

Praxiswissen floss u.a. durch AnwenderrInnen des E-Qalin® Modells in Österreich, Deutschland und Luxemburg mit ein, die



▲ Projektleiter Dr. Kai Leichsenring (rechts) begrüßt „alte“ und „neue“ E-Qaliner in Hannover

zu zwei Workshops in ihrem jeweiligen Heimatland eingeladen worden waren, bei denen die Weiterentwicklung von „ergebnisorientierten Kennzahlen“ im Vordergrund stand.

Die validierte Liste mit 94 ergebnisorientierten Qualitätsindikatoren kann als Handbuch auf deutsch oder englisch unter folgendem Link heruntergeladen werden: <http://www.euro.centre.org>



▲ Flip Maas (Mitte) vom Europäischen Zentrum für Wohlfahrtspolitik und Sozialforschung im Gespräch mit den Luxemburger Kongress-Teilnehmern Claude Gerin (Servior) und Tove Thyges (Servior) in Brüssel



Die nächste E-Qalin® Prozessmanager-Ausbildung findet vom 4. bis 6. April und 27. bis 28. Juni 2011 beim RBS – Center für Altersfragen in Itzig statt.

Weitere Infos bei Vibeke Walter unter Tel. 36 04 78 26 oder walter@rbs.lu



Welt ohne Kinder?

Die Zahl der Kinder bei Frauen im gebärfähigen Alter ist innerhalb von 35 Jahren weltweit fast auf die Hälfte geschrumpft. Im Zeitraum 1970 bis 1975 hatten Frauen im globalen Durchschnitt noch 4,7 Kinder. Heute bringen Frauen nur noch 2,6 Babys zur Welt.

Die „Trends der Fruchtbarkeit weltweit 2009“ (World Fertility Patterns 2009) der UN-Bevölkerungsagentur UNFPA stellt die jüngsten Daten aus dem Zeitraum 2005 bis 2010 vor.

Besonders stark ist der Rückgang von 5,6 Kindern auf 2,5 in den weniger entwickelten Ländern, in den Industrieländern ist er mit einem Rückgang von 2,3 auf 1,6 nicht ganz so einschneidend. Armut geht nach wie vor mit der größten Kinderschar einher: In den am wenigsten entwickelten Ländern der Welt sank die Geburtenzahl von 6,3 auf 4,4.

In Deutschland sank die Kinderzahl von 2,0 im Jahr 1970 auf nur noch 1,3 im Jahr 2006. Das Alter bei der ersten Mutterschaft stieg im gleichen Zeitraum von 26,8 auf inzwischen knapp 30 (29,6) Jahre. Im westeuropäischen Vergleich liegt Frankreich mit derzeit 2,0 Kindern an der Spitze, gefolgt von Belgien (1,8) sowie den Niederlanden und Luxemburg mit jeweils 1,7 Kindern pro Frau.

Dicke Tiere

Nicht nur der Mensch, auch viele Tiere werden immer dicker. Ob Hunde, Katzen, Mäuse, Affen oder sogar freilebende Ratten – das durchschnittliche Körpergewicht und das Risiko, fettleibig zu werden, ist bei zahlreichen Säugetieren in den vergangenen Jahrzehnten gestiegen.

Dies berichten Wissenschaftler in den „Proceedings B“ der britischen Royal Society. Eine Erklärung dafür haben die Forscher um Yann Klimentidis von der University of Alabama in Birmingham (US-Staat Alabama) allerdings nicht.

Die klassische Begründung für die Fettleucht-Epidemie beim Menschen, zu viel Essen und zu wenig Bewegung, könne das tierische Übergewicht jedenfalls kaum erklären. Möglicherweise gäbe es sowohl für Tiere als auch für den Menschen bisher unbekannte Faktoren, die für die Gewichtszunahme verantwortlich seien, zum Beispiel eine Virusinfektion.

Insgesamt umfasste die Studienpopulation mehr als 20 000 Tiere aus acht verschiedenen Säugetiergruppen. Bei allen 24 Populationen war das Körpergewicht im Erwachsenenalter in den vergangenen Jahrzehnten gestiegen.

Vermutlich seien mehrere verschiedene Ursachen für die Beobachtung verantwortlich, schreiben die Forscher.

Das könnten z.B. Schadstoffe aus der Umwelt sein, wie die sogenannten Umwelthormone, die den natürlichen Hormonhaushalt von Menschen und Tieren stören können. Infektionen mit dem Adenovirus 36 seien in Studien bereits mit der Entstehung von Übergewicht in Verbindung gebracht worden. Andere mögliche Faktoren seien die Lichtverschmutzung, zunehmender Stress oder der Klimawandel.

Top 15 der Ehekiller-Jobs

Gründe für eine Scheidung gibt es viele. Alltag und Beziehungsroutine ersetzen die anfängliche Euphorie und gefährden die Harmonie. Oder der Traummann entpuppt sich mit der Zeit leider doch als eheuntauglich. Manchmal ist aber auch der Job verantwortlich für die Trennung – weil er so viel Zeit beansprucht oder so viele Verlockungen für ihn oder sie bereithält, dass er ihn oder sie vom Pfad der Ehetugend abweichen lässt.

Forscher der Radford University in Virginia haben in einer Studie den Zusammenhang von Berufsgruppe und Scheidungsrisiko untersucht und eine Liste der ehegefährdensten Berufe zusammengestellt. Auf einige Jobs wäre man wohl selbst gekommen, andere hätte man in der Liste eher nicht vermutet. So rangieren zum Beispiel Callcenter-Mitarbeiter auf Platz acht, also im Mittelfeld des Rankings. Irgendwie ist es schwer vorstellbar, dass beim Telefongespräch über Versicherungsleistungen der ehegefährdende Liebesfunke überspringt. Oder liegt es einfach nur am Stress und der daraus resultierenden schlechten Laune, dass zuhause die Stimmung mies ist?

Überraschend auch, dass Sportler und Showbizler im unteren Drittel des Rankings auftauchen. Man denke nur an die Tennisspieler oder Golfer, von denen sich einige bekanntere Vertreter gerne mal abseits der Ehepfade beweg(t)en...

Könnte also nicht schaden, als Single vorsichtshalber einen Blick auf die Liste der Ehekiller-Jobs zu werfen. Und beim nächsten Date fragen Sie Ihr Gegenüber gleich mal, wo er/sie arbeitet. Dann haben Sie einen Anhaltspunkt mehr beim Check von Traummann oder Traumfrau in Sachen Ehetauglichkeit. Sind Sie bereits

verheiratet, dann sehen Sie hier, wie die Chancen aufs langfristige Beziehungsglück stehen. Wir drücken die Daumen, dass Ihr Ehepartner weder Drinks mixt, noch Tänzer ist! Und wenn doch, seien Sie versichert: Es gibt bestimmt eine Menge Barkeeper (und Tänzer), die gegen alle Wahrscheinlichkeitsberechnungen glücklich verheiratet sind.

Hier die Top 15:

1. Tänzer und Choreographen
2. Barkeeper
3. Masseur
4. Croupier
5. Maschinenführer
6. Spielcasino-Mitarbeiter
7. Fabrikarbeiter in der Lebensmittel- und Tabakindustrie
8. Callcenter-Agenten
- 9. Krankenpfleger, Psychiater, Pflegeberufe**
10. Entertainer, Schauspieler, Sportler und verwandte Berufe
11. Concierge und Gepäckträger
12. Telefonverkäufer
13. Kellner
14. Dachdecker
15. Reinigungspersonal

Licht an!

Hinter chronischer Antriebsschwäche kann in den trüben Herbst- und Wintermonaten auch mangelndes Sonnenlicht stecken. Ist es dunkel, wird das Hormon Melatonin, das schläfrig und träge macht, vermehrt gebildet. Parallel sinkt die Menge des „Glückshormons“ Serotonin, dessen Produktion durch Sonnenlicht angeregt wird.

Bringen Sie also Licht in Ihr Leben, indem Sie zum Beispiel Lampen mit möglichst hoher Wattzahl nutzen. Nichts ist allerdings so wirkungsvoll wie Aktivitäten im Freien. Selbst ein bedeckter Himmel ist besser als jede Lampe!





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



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