Informationsblatt
Alters- und
Pflegeheim Seon

mosaik

Ausgabe | Februar 2010

Themen

Wegweiser durch das Jahr

Neujahrsvorsätze

Rückblick 2009 – Ausblick 2010

Hauswirtschaft

Jahresrückblick 2009 – Verpflegung

Das Tier Katze

Aus der Station

ALTERS- & PFLEGEHEIM UNTERES SEETAL

Talstrasse 3 · 5703 Seon · Telefon 062 769 67 00
www.altersheim-seon.ch · info@altersheim-seon.ch

Wegweiser durch das Jahr

Wieder ist ein Jahr zu Ende und bereits schreiben wir das Jahr 2010. Dies ist für mich ein guter Moment, kurz inne zu halten und die letzten Monate im Alters- und Pflegeheim Unteres Seetal Revue passieren zu lassen.
Bevor wir auf eine Wanderung gehen, setzen wir uns ein Ziel und legen die Route fest. Für ein gutes Gelingen ist neben der Wegbestimmung eine geeignete Ausrüstung und Proviant unabdingbar. Wenn alles bereit ist und auch der Wetterbericht stimmt, machen wir uns neugierig auf die Tour. Manchmal stellen wir unterwegs fest, dass die ausgewählte Route, aus welchen Gründen auch immer, nicht unbedingt den Vorstellungen entspricht und daher abgeändert werden muss. Wenn das Ziel erreicht ist, kann ein herrlicher Ausblick die Strapazen vergessen lassen. Dabei können wir uns erholen und wieder Energie tanken. Und manchmal ist da schon wieder die Frage: «Wohin soll uns die nächste Wanderung führen»?

«Der Mensch ist ein zielstrebiges Wesen, aber meistens strebt es zu viel und zielt zu wenig».
Günter Radtke

Wie wissen wir, ob der eingeschlagene Weg im Arbeitsalltag der Richtige ist? Ein wichtiger Wegweiser für uns ist das Leitbild, welches die vom Vereinsvorstand festgelegte Unternehmensphilosophie schriftlich festhält. Durch das Leitbild werden die langfristigen Unternehmensziele transparent gemacht und dienen als gemeinsamer Orientierungsrahmen für das Handeln aller Mitarbeiter. Davon leite ich, zusammen mit den Bereichsverantwortlichen, die Jahresziele ab und halte diese schriftlich fest. Anhand dieser Grundlage erarbeiten alle Teams im APHS die Ziele, die während des Jahres verfolgt, überprüft und manchmal auch etwas verändert werden müssen.
Das 2009 stand ganz unter dem Motto «Förderung des Wohlbefindens der Bewohnerinnen und Bewohner sowie Zufriedenheit der Mitarbeitenden».

Das Bereichsleitungsteam einigte sich darauf, die verschiedenen Teams bei der Zielerreichung zu unterstützen sowie eine Verbesserung des gegenseitigen Informationsaustausches einzuleiten.
Die Auswertung zeigt, dass es dem Bereichsleitungsteam gelungen ist, diese Ziele zu verfolgen und schlussendlich auch zu erreichen.

Bereich Pflege

Den Bewohnerinnen und Bewohnern eine bestmögliche Lebensqualität zu bieten, ist allen Mitarbeitenden im Bereich Pflege und Betreuung ein grosses Anliegen. Um dies zu erreichen, sind viele Informationen über die betreffenden Bewohnenden notwendig.
Für die Planung und Durchführung der pflegerischen und betreuerischen Tätigkeiten ist natürlich die ärztliche Diagnose wichtig. Vor allem ist auch die Lebensgeschichte des einzelnen Menschen bedeutungsvoll. Zudem müssen die Pflegenden wissen, welche gesundheitlichen Einschränkungen für die Bewohnenden belastend sind. Für viele Menschen sind Schmerzen sehr belastend und erschweren ihren Alltag enorm. Das ursprünglich formulierte Ziel wurde nach wenigen Monaten überarbeitet und wie folgt angepasst:
Alle Mitarbeitenden des Pflegebereiches kennen verschiedene Möglichkeiten Schmerzen zu erfassen, um dann die zur Linderung nötigen Massnahmen einleiten und umsetzen zu können.
Unsere Überprüfung ergab, dass es richtig war, die Korrektur vorzunehmen. Diese Wegänderung diente den Bewohnenden wie auch den Mitarbeitenden.

Ausblick

Für das Jahr 2010 haben wir beschlossen, das Recht auf Selbstbestimmung der Bewohnenden zu thematisieren. Der Begriff Selbstbestimmung ist wie folgt zu verstehen:
Das eigene Leben kontrollieren um positive wie auch negative Entscheidungen, welche die eigene Person betreffen, beeinflussen zu können. Die Lebensqualität

der Bewohnerinnen und Bewohner kann gesteigert werden, wenn sie eigene Entscheidungen treffen können. Natürlich sind Menschen unterschiedlich und wir dürfen nicht ignorieren, wenn einige alte Menschen Entscheidungen oder die Durchführung der Alltagsgestaltung an andere Personen delegieren wollen und damit auf Autonomie verzichten.
Allen Leserinnen und Lesern wünsche ich Mut, neue Wege zu gehen, damit sie sich am Ziel an der Aussicht erfreuen dürfen.

Beatrice Trüssel
Leitung APHS / AZCH

Neujahrsvorsätze

Erinnern Sie sich noch an Ihre Neujahrsvorsätze? Oder haben Sie sich am letzten Silvestertag schon gar nichts mehr vorgenommen, weil Sie genau wissen, dass den Absichten sowieso keine Taten folgen? Verständlich wäre das, schliesslich muss man sich das Leben ja nicht unnötig erschweren - und schon gar nicht durch ein permanent schlechtes Gewissen.
Doch wieso tun Menschen eigentlich nicht das, was sie angeblich unbedingt wollen? Immer wieder nehmen wir uns etwas vor, handeln dann aber anders - und das, ohne von einer äusseren Macht dazu gezwungen zu werden.

Ein Motivationspsychologe studierte dieses Problem näher und entwickelte das so genannte «Rubikon-Modell», das die verschiedenen Reifestadien beschreibt, die ein Wunsch auf seinem Werdegang bis zur erfolgreichen Umsetzung durchläuft. Der Name bezieht sich auf jenen oberitalienischen Fluss, den Julius Cäsar überschritt, womit er einen Bürgerkrieg auslöste.
Neujahrsvorsätze sind typischerweise Motive. Als solche entstanden sie aus unbewussten Bedürfnissen, was aber nur den ersten Schritt auf dem Weg zur Realisierung darstellt. Wir müssen jedes Mal zuerst unseren eigenen psychologischen Rubikon (Entscheidungsprozess) durchlaufen, damit sich daraus eine ernst gemeinte Absicht entwickelt - eine Intention. Erst diese lässt uns die Durststrecken durchstehen, die unweigerlich vor jedem langfristigen Ziel lauern. Ein Vorsatz, der nur als Motiv existiert, wird hingegen selten umgesetzt.
Wie erkennt man, dass der entscheidende Schritt zur Intention getan ist? Denken Sie einmal an etwas zurück, das Sie von ganzem Herzen wollten. Vermutlich spürten Sie damals ein starkes positives Gefühl - etwa eine elektrisierende Energie oder auch einfach Freude. Bei solchen Körperempfindungen und Emotionen handelt es sich um somatische Marker - Signale des emotionalen Erfahrungsgedächtnisses, in dem alle Erfahrungen des Individuums gespeichert und bewertet werden. Diese Empfindungen helfen uns auch herauszufinden, wie weit ein Wunsch auf dem Weg zur Handlung gediehen ist, und können damit versandeten Neujahrsvorsätzen frischen Schwung verleihen.
Wie sieht es mit Ihren Neujahrsvorsätzen aus? Sind Sie damit schon über den Rubikon oder laufen Sie noch am Ufer auf und ab? Um das herauszufinden, fahnden Sie am besten zunächst einmal nach positiven somatischen Markern. Verspüren Sie im Zusammenhang mit Ihrem Vorsatz ein energetisierendes, gutes Gefühl? Falls ja: Gratulation, der entscheidende Schritt liegt bereits hinter Ihnen!

Yvonne Rohr
Leitung Administration

Rückblick 2009 – Ausblick 2010

Zu Beginn eines neuen Jahres schaue ich gerne zurück, was das vergangene Jahr alles bewegt hat. Wenn ich an unser Team des geschützten Wohnens denke, haben sich doch einige bewegende Ereignisse gezeigt.
Ende Frühjahr konnten wir unseren Dachterrassenflohmarkt bei gutem Wetter durchführen, die Besucherzahl war sehr erfreulich. Anfang Sommer beendete ich meine modulare Weiterbildung an der Höheren Fachschule Aarau zur dipl. Pflegefachfrau HF.
Im August wurde unser Team mit einer Pflegeassistentin-Lernenden bereichert, Rebeka Gautschi. Es macht mir Freude, junge Menschen in den Pflegeberuf zu begleiten. Ebenfalls in Ausbildung begab sich unser Mitarbeiter Pflege, Gerhard Fina. Er wagt sich an die verkürzte Ausbildung zum Fachmann Gesundheit. Während eines halben Jahres durften wir Nathalie Strebel, FAGE-Lernende vom KSA, die Betreuung und Pflege von Dementen näher bringen. Bis im Oktober 2009 erweiterte Frau Yvonne Schlatter ihre Kompetenzen, sodass sie unser Tagesverantwortlichen-Team tatkräftig unterstützen kann. Das Highlight im 2009 war unser Bewohnerferienprojekt in Huttwil. Darüber berichtete ich in der Mosaikausgabe vom Oktober 2009. Heute leben rund 100 000 Menschen mit Alzheimer oder einer anderen Form von Demenz in der Schweiz. Die Zahl der Erkrankten nimmt stetig zu. Unsere Aufgabe in diesem Jahr ist es zu evaluieren, was für Möglichkeiten sich im Altersheim Seon bieten, um mehr dementen Menschen einen entsprechenden Platz anbieten zu können. Last but not least; Frau Gabi Sager beginnt in diesem Jahr ebenfalls die Weiterbildung zur Erlangung des Titels «dipl. Pflegefachfrau HF».

Und so bleiben wir immerzu in Bewegung.

Gaby Sutter
Leiterin «Geschütztes Wohnen»

Hauswirtschaft

In der Reinigung führten wir das Reinigen mit Mikrofasern ein. Das Ziel, welches wir damit anstrebten war nicht nur die Einsparung von Reinigungsmitteln, sondern auch Zeitersparnis. Die Einführung erforderte ein Umdenken. Die Mitarbeiterinnen waren gespannt auf die neue Aufgabe. Sie gingen mit grossem Interesse ans Werk und waren erstaunt, wie gut das Resultat war, sauber und schnell. Um die Sicherheit in der neuen Arbeitsweise zu erhöhen, führten wir fast gleichzeitig eine Praxisbegleitung ein, die schriftlich dokumentiert wird. Als erstes nützten wir dieses Instrument für die neue Arbeitsweise in der Reinigung. Es kann aber in Zukunft für alle Arbeitsschritte verwendet werden.
An einer Teamsitzung behandelten wir das Thema «wie nehme ich eine Beschwerde entgegen und leite sie weiter». Auch wir von der Hauswirtschaft wollen als Ansprechpersonen ein angenehmes Gegenüber sein für unsere Kunden.
Im Sommer startete Frau Lorena Colella aus Suhr als neue Lernende Fachfrau Hauswirtschaft. Sie arbeitete bis jetzt in der Reinigung und Küche. Ab Februar wird sie in der Wäscherei ihre ersten Erfahrungen sammeln.

Frau Judith Kaufmann hat ihre Abschlussprüfungen mit Bravour bestanden. Es freut uns, dass sie im Alterszentrum Chestenberg angestellt werden konnte. Sie hat im Juni an einem Foto-Wettbewerb von Curaviva, dem Heimverband, teilgenommen. Das Thema war «Arbeitsplatz Heim» und sie belegte den hervorragenden 2. Platz. Wir freuen uns über ihren Erfolg und gratulieren Frau Kaufmann ganz herzlich.

Ursula Meier
Leitung Hauswirtschaft

Jahresrückblick 2009 Verpflegung

Unser Jahr begann mit einem Wechsel, Hans Diepolder wurde im Frühling pensioniert. Daraufhin übernahm Corsin Denoth die Stellvertretung des Küchenchefs. Die beiden Köche bemühen sich täglich, die kulinarischen Wünsche der Heimbewohnerinnen und Heimbewohner möglichst gut umzusetzen. Dabei kamen die Monatsaktionen, insbesondere im Sommer die verschiedenen Coups, speziell gut an. Auch unsere Kuchen und Torten im Kafi Sunneblueme sind immer wieder beliebt.
Am 1. August gab es ein Bräteln im Garten, was die Bewohner sehr schätzten. Ebenfalls im August kam Manuel Spina zu uns, er war Kochlehrling aus dem Alterszentrum Chestenberg in Wildegg. Bei uns wiederholt er das 3. Lehrjahr. Auf den Lehrbeginn im August 2010 haben wir bereits einen neuen Koch-Lehrling gefunden.
Am 22. August 2009 führten wir einen Angehörigen-Anlass durch. Bewohnerinnen und Bewohner waren mit ihren Angehörigen eingeladen, zusammen Mittag zu essen und bei Musik und Darbietungen gemütliche Stunden zu verbringen.
Im Herbst führten wir erstmals einen Brunch auf den einzelnen Stationen durch, welcher bei den Bewohnerinnen und Bewohner sehr gut angekommen ist. Das Highlight des Jahres bildete der Weihnachtsanlass mit fast 250 Essen.

Heute sind sehr viele neue Gesichter im Speisesaal zu sehen, da vor allem in der ersten Jahreshälfte 2009 viele Bewohnerinnen und Bewohner verstorben sind. Der Mahlzeitendienst der Spitex erfreut sich immer grösserer Beliebtheit mit momentan 50 – 60 Essen täglich.
Für das Jahr 2010 hoffen wir, die Wünsche unserer Bewohnerinnen und Bewohner, weiterhin erfüllen zu können.

Das Verpflegungsteam

Das Tier Katze

Spielen, jagen, laufen, toben.
Am liebsten auf Bäumen sitzen, ganz oben,
Mäuse fangen, an Ästen hangen,
Vögel jagen, ohne nach Moral zu fragen.
Mit Bewohnern und Mitarbeitern schmusen,
hin und wieder schliessen dabei die Augenlider
genüsslich sich an Beinen schmiegen
oder auch in Armen wiegen.
Schlafen auf Betten bei Bewohnern, die das wollen
oder sich draussen im Rasen sonnen.
Sich waschen mit den Tatzen,
manchmal auch an den Wänden kratzen

Diese Tiere heissen: «Felix und Jimmy», unsere Katzen

Ob's im Jimmy wohl esch?

Felix het's gärn bequem!

Sit em Johr 2009 tuet eus au de Jimmy beglöcke und s eint oder s ander ganz entzöcke.
Ond au em neue Johr entdecket mer bestemmt roti ond schwarzi Hoor of de Bett vo de Bewohner.

Sarah Fehlmann
Station A

Aus der Station

Am 6. und 27. November 2009 haben drei Mitarbeiterinnen mit einigen Bewohnern kleine Aktivitäten gemacht. Die Bewohner bastelten mit uns am 6. November Samichläuse aus Tannenzapfen. Das gemeinsame Basteln, Kleben und Malen machte uns allen sehr viel Freude. Zum Abschluss gab es ein feines Kafi mit Chrömli.

Am 27. November machten wir mit den Bewohnern einen Adventskranz. Sie gaben uns gute Tipps und arbeiteten motiviert mit.

Wir hatten an den beiden Tagen viel Spass und freuten uns zu sehen, wie die Bewohner mit Begeisterung bastelten und mitmachten.

Sharon Tripodi
Berufslernende FaGe, Station B/C

Bit vorsichtig
wurden vom Bew.
gemacht.
Danke!

in eigener Sache

Mosaik bequem per Post

Unser Informationsblatt **Mosaik** können Sie sich auch regelmässig per Post zustellen lassen. Füllen Sie bitte den Bestelltalon aus und senden Sie ihn an:

Alters- und Pflegeheim Unteres Seetal, Talstrasse 3, 5703 Seon

Für diese Dienstleistung freuen wir uns über eine Spende von Ihnen, welche vollumfänglich zu Gunsten der Bewohnerinnen und Bewohnern bestimmt ist. Den Einzahlungsschein erhalten Sie mit der ersten Postsendung. Herzlichen Dank!

Hinweis: Nächste Ausgabe Mosaik im Juni 2010

✂

Bitte senden Sie mir regelmässig das Informationsblatt Mosaik zu:

Vorname / Name: _____

Adresse: _____

PLZ / Ort: _____

KAFI Sunneblueme

Öffnungszeiten
Montag von 14.00 bis 17.00 Uhr
Dienstag bis Freitag von 9.00 bis 11.00
und 14.00 bis 17.00 Uhr

Samstag und Sonntag
von 11.00 bis 17.00 Uhr

www.sunneblueme.ch