

Projektwettbewerb 2017: Anmeldeformular

Projektname: Sing-Café		
Das Projekt wird eingereicht von:		
Organisation 1	Spitex Zürich Limmat AG	
Kontaktperson:	Kaya Cornelia	Funktion: SocialCare Beratung
Telefonnummer:	058 404 36 05	E-Mail: cornelia.kaya@spitex-zuerich.ch
Adresse:	Nordstrasse 20, Postfach 434, 8042 Zürich	
Organisation 2		
Kontaktperson:		Funktion:
Telefonnummer:		E-Mail:
Adresse:		
Organisation 3		
Kontaktperson:		Funktion:
Telefonnummer:		E-Mail:
Adresse:		
Weitere Beteiligte:		
Christine Fueter, ehemalige Präsidentin der „Paulie und Fridolin Düblin Stiftung“ einer der ALZ-Zürich nahestehenden Institution.		
Monika Hänggi-Hofer, Sozialdiakonin, ev.-reformierte Kirche Oberstrass Zürich		
Kurze Projektskizze (max. 1200 Zeichen, inkl. Leerzeichen)		
<p>Demenzbetroffene Menschen, ihre An- und Zugehörigen, Mitarbeiter der Sozialdiakonie, Freiwillige, und Fachleute verbringen gemeinsam Zeit. Erleben, dass Singen Lebensfreude schafft.</p> <p>Gesellschaftliche Teilhabe bewirkt eine Verbesserung der Lebensqualität und eine Stabilisierung der Lebensumstände, damit sie gelingt, braucht es ein angepasstes Vorgehen.</p> <p>Unser Projekt Sing-Café zeigt, wie wir gesellschaftliche Teilhabe von demenzbetroffenen Menschen ermöglichen.</p>		
Als Beilage bitte mitschicken: Übersichtliche Projektbeschreibung (5 bis 7 A4-Seiten). Bitte Beurteilungskriterien berücksichtigen.		
Einsendeschluss: 31. März 2017		
Einsenden an: sekretariat@gn2025.ch (PDF-/ Word-Datei)		

Sing-Café

Zeit gemeinsam gestalten

Ein Projekt zur gesellschaftlichen Teilhabe für Menschen mit Gedächtnisveränderungen von der Spitex Zürich Limmat AG und der ev.-ref. Kirche Zürich-Oberstrass.

Eingereicht von Cornelia Kaya
SocialCare-Beratung Spitex Zürich Limmat AG

Einleitung

Das Sing Café

Im Spitex-Zentrum Rigiplatz wurde vor vier Jahren das erste Fachteam Demenz, genannt SocialCare, gegründet. Ein Team von zusätzlich qualifizierten Mitarbeitenden der Hauswirtschaft und Pflege kümmert sich um das Wohlergehen ihrer von einer demenziellen Entwicklung betroffenen Kundinnen und Kunden.

Ich durfte in der Pionierphase das Team führen und unterstützen bei der Entwicklung und Umsetzung einer der Demenz angepassten häuslichen Pflege und Betreuung.

Wichtige Grundpfeiler der Arbeit im SocialCare Team sind die Bezugspflege, die längere Einsatzdauer, die Häufigkeit der Einsätze und die individuell angepasste Vorgehensweise. So gelingt es Situationen zu stabilisieren und den Menschen Sicherheit und Orientierung zu bieten.

Anregung und Ansprache in den Bereichen der bestehenden Fähigkeiten der Betroffenen sind ein weiterer Schwerpunkt für die Stärkung und Erhaltung von Lebensqualität. Im Vergleich zu stationären Angeboten besteht im ambulanten Bereich noch Handlungsbedarf. Obwohl in der Stadt Zürich ein vielfältiges Angebot besteht für Demenzbetroffene und ihre Angehörigen, wird es noch zu wenig genutzt. Durch das Zusammenwirken verschiedener Partner, erreichen wir die breite Abstützung, die es braucht, damit ein Angebot genutzt wird und Bestand hat.

Das Spitex-Zentrum Rigiplatz ist im im Kirchgemeindehaus Oberstrass eingemietet. Seit Monika Hänggi im Kirchgemeindehaus ihre Aufgabe als Sozialdiakonin übernommen hat, setzt sie sich unermüdlich dafür ein, dass es ein offener Ort der Begegnung für alle ist.

Bei der Freiwilligenarbeit hat Monika Hänggi einen neuen Einstieg ermöglicht mit der Durchführung des Kurses „Va Bene – besser leben zu Hause“. Christine Fuerter mit ihrer reichen Erfahrung und dem Engagement für eine Gesellschaft, die Demenzbetroffenen Menschen in die Gesellschaft integriert, hat uns ermutigt und begleitet.

Im Austausch mit Monika Hänggi, ist die Idee entstanden, die Nähe unserer gemeinnützigen Institutionen zu nutzen und daraus etwas Gemeinsames zu entwickeln. Durch den Umstand, dass wir Spitex- Kundinnen und -Kunden mit einer demenziellen Entwicklung kennen und ansprechen können und das Kirchgemeindehaus über hervorragende räumliche Strukturen verfügt, ist die Ausgangslage ideal. Die Altersgruppe die wir im SocialCare-Team betreuen, hat oft einen vertrauten Bezug zur Kirche und ein Gefühl der Zugehörigkeit. Ein Einstieg kann so leichter gelingen, da wir an vertraute Lebensgewohnheiten anknüpfen. Der Einbezug von Freiwilligen, das Abholen der Teilnehmenden, das Anwesend bleiben und nach Hause begleiten, sind weitere wichtige Grundvoraussetzungen, damit die Teilnahme für alle möglich ist.

Wie können wir Menschen erreichen, die wenig oder gar nicht nach draussen gehen,

wenig Kontakte pflegen, verunsichert sind durch eine Umgebung, die ihnen fehlerhaftes Verhalten spiegelt, sich geografisch und zeitlich nicht orientieren können, sich auf einem langen Weg des inneren Rückzugs befinden, die oft sogar alleine leben?

Angehörige, die den Umgang mit einer sich grundlegend verändernden Partnerschaft neu finden müssen und Phasen mit Gefühlen von Unsicherheit und Scham durchleben.

Leitgedanken bei der Entwicklung:

Was ist gesellschaftliche Teilhabe?

Kein Hüten von Schutzbedürftigen, kein Beschäftigen zur Ablenkung, keine Verkindlichung, kein Angebot, welches passiv konsumiert wird. Teilhabe ist Einbezug der Teilnehmenden und Orientierung an ihren Bedürfnissen.

Wenige klare Rahmenbedingungen sollen den Teilnehmenden ermöglichen sich einzubringen und inhaltlich mit zu gestalten.

Alle sind willkommen

Schon auf der Einladung steht, die Veranstaltung ist für alle Menschen offen, die gerne singen.

Häufigkeit und Dauer

Immer am letzten Freitag im Monat von 14.00 bis 17.00 Uhr

Kosten

Dank der ALZ Zürich, die uns unterstützt, dem Engagement von Freiwilligen, der Spitex Zürich Limmat und der reformierten Kirche fallen für die Teilnehmenden keine Kosten an.

Strukturierter Rahmen, inhaltliche Vorgaben so gering wie möglich.

Der Anfang, das Ende und der Zvieri sind die Fixpunkte, als gleichbleibender Rahmen. Wir bestimmen eine Gastgeberin, die jeden Gast persönlich begrüsst und willkommen heisst. Wir bieten mit einem Chorleiter, einem Klavier und zwei ausgebildeten Sängerinnen den Raum fürs Singen. Menschen, die umherlaufen oder sich mit anderen Anregungen beschäftigen, von denen es im Kirchengemeindehaus viele gibt, können dies tun, wir greifen nicht ein.

Fähigkeiten stärken, Defizite vermeiden

Singen und das Erinnern von Liedertexten bleiben erhalten. Soziale Kompetenzen der Kontaktherstellung und der Beziehungsgestaltung bleiben erhalten und werden angeregt.

Zvieri

Im selben Raum, in dem das Singen stattfindet, stehen auch Tische mit einer Schüssel voll Äpfeln, Rüstmessern und Schneidebrettern sowie sechs vorbereitete Kuchenteige zum Belegen. Das, für alle sichtbare Angebot, soll die Möglichkeit bieten mitzuwirken und tätig zu sein. Das was zubereitet wird, wird dann später gemeinsam gegessen. Der Duft von Frischgebackenem verbreitet sich und die Apfelwähe ist noch warm, wenn sie gegessen wird.

An Vertrautes anknüpfen

Das Kirchengemeindehaus ist im Quartier und den meisten Menschen aus früheren Besuchen bekannt. Der Ort ist mit öffentlichen Verkehrsmittel, oder zu Fuss gut erreichbar. Das Kirchengemeindehaus ist ein öffentlicher Ort, der von den unterschiedlichsten Menschen genutzt wird. Im Foyer treffen sich Mütter mit ihren Kindern zum Spielen, der Billardtisch wird von Jugendlichen gerne benützt und in der Sofa Ecke treffen sich Mädchen zum angeregten Gespräch.

Pünktlichkeit schafft Druck

Pünktlich bei einer Veranstaltung erscheinen zu wollen, kann Stress bei Betroffenen und Angehörigen Stress auslösen. Daher ist es ausdrücklich erlaubt zu spät zu kommen.

Begleitung gehört mit zum Angebot

Allein lebende Menschen werden abgeholt und am Ende der Veranstaltung nach Hause gebracht. Betreuende Angehörige haben die Wahlmöglichkeit, ob sie mit ihrem Partner teilnehmen möchten oder die Zeit für sich alleine nutzen wollen und froh sind, wenn ihre Angehörigen begleitet werden. Menschen die den Weg alleine finden, bekommen eine telefonische Erinnerung an den Termin.

Verbleibdauer selber bestimmen

Die Aufmerksamkeitsdauer ist unterschiedlich. Teilnehmende können jederzeit nach Hause gehen, auch dann muss eine Begleitung möglich sein

Steuerung

Wir haben kein fertiges Produkt, wir entwickeln und optimieren laufend. Anhand von Rückmeldungen von Beobachtenden, können wir uns verbessern.

Das Sing Café in der Durchführung

Die ersten Treffen bis zur Auswertung am 25. November 2016

Schon beim ersten Treffen durften wir 15 Teilnehmerinnen begrüßen. Da wir damals noch keine Teilnehmenden-Listen führten, kann ich nur ungefähre Zahlen angeben. Die Gruppe setzt sich zusammen aus Spitex-Kundschaft, ca. fünf Personen. Teilnehmende aus der Vermittlung von Monika Hänggi, ca. vier Personen. Die Teilnehmenden kommen in Begleitung von Spitex-Mitarbeiterinnen, selbständig und mit einer telefonischen Erinnerung oder in Begleitung ihrer Angehörigen. Freiwillige sind anwesend, singen mit und helfen wo Bedarf ist. Das Singen gelang von Anbeginn ganz zuverlässig. Alle nehmen auf den Stühlen Platz und sind ganz aufmerksam und singen mit erstaunlicher Ausdauer. Viele Lieder sind bekannt und werden aufgenommen.

Das Zusammenwirken aller Beteiligten ist noch ungeübt und braucht noch Absprachen. Die Stimmung ist freudvoll, noch etwas unsicher und suchend.

Beobachterinnen

Um möglichst gehaltvolle Rückmeldungen zu erhalten, entscheiden wir uns für folgendes Vorgehen.

Sonja von Allmen, Pflegefachfrau, SocialCare Team, Spitex Zentrum Rigiplatz, Zehra Celik, Mitarbeiterin der Hauswirtschaft, SocialCare Team, Spitex Zentrum Rigiplatz, nehmen am Sing-Café als Beobachterinnen teil. Sie setzen sich etwas ausserhalb hin, nehmen jedoch am Geschehen nicht teil. Sie erhalten von uns einen Beobachtungsauftrag. Ergebnisse werden dann im ganzen Team ausgewertet und Anpassungen umgesetzt.

Auswertung und Optimierung

Strukturelle Überlegungen:

Nicht alle Teilnehmer sind pünktlich um 14.00 Uhr im Sing-Café. Der Anfang wird einfach mit den Anwesenden gestaltet. Die Gruppe vergrössert sich dann laufend durch die eintreffenden Mitglieder. Damit die Störung durch die Ankömmlinge möglichst klein bleibt, haben wir entschieden, die Stühle so zu platzieren, dass die Teilnehmerinnen mit dem Rücken zur Tür sitzen und so weniger abgelenkt werden.

Die Pause mit dem gemeinsamen Kaffee trinken und Zvieri essen ist ein wichtiger Teil, hier bietet sich die Möglichkeit miteinander ins Gespräch zu kommen und sich etwas besser kennenzulernen, Kontakte zu knüpfen. Wir möchten die Pause daher etwas verlängern. Die Frage, ob mehr als eine Pause sinnvoll wären, lassen wir offen. Durch die Verlängerung der Pause wird der zweite Teil etwas kürzer, was wir als angemessen einschätzen. Gerne würden wir den Ablauf mit gleichbleibenden Ritualen

gestalten, damit die Teilnehmenden Sicherheit und Orientierung erleben. Der Abschied wird daher stärker gewichtet und klarer erlebbar gemacht. Einzelne beliebte Lieder eignen sich ebenfalls für ein Wiedererkennungsmerkmal und können so ein Ritual initiieren.

Inhaltliche Überlegungen:

Wir wissen noch zu wenig darüber, wie stark sich unsere Sängerinnen am Text orientieren. Ob der Text gross genug ist. Aufgefallen ist aber, dass viel im Liederbuch geblättert wird und dass es nicht immer gelingt den Text zu finden, der gesungen werden soll. Bekannte Texte werden auch auswendig gesungen. Die Anwesenheit der Freiwilligen ist hilfreich und ist in möglichst hoher Zahl anzustreben, so haben wir die Gewissheit, dass die Teilnehmenden nicht eine Unsicherheit erleben, die nicht aufgefangen werden kann.

Ein Wechsel von Sitzen und Bewegung könnte sinnvoll sein, damit unsere Teilnehmerinnen nicht ganz „gstabig“ werden vom Sitzen. Art, Häufigkeit und Form der Unterbrechung durch Bewegung müssen noch variiert und ausprobiert werden. Es gibt Teilnehmerinnen die auf entsprechende Angebote gerne eingehen, andere weniger. Bewegung kann sitzend geschehen oder mit aufstehen und umhergehen, tanzen gestaltet werden. Wichtig war uns auch, dass es sehr willkommen ist, Verschiedenes auszuprobieren und Erfahrungen zu sammeln. Ebenso wichtig aber ist, dass weder Freiwillige noch Teilnehmende sich gedrängt fühlen, Dinge zu tun, die für sie mit Unsicherheit verbunden sind. Wir wünschen uns einen Rahmen in dem sich alle ihren Möglichkeiten und Vorlieben entsprechend einbringen können. Die Verschiedenheit soll zu einem sich gegenseitig ergänzenden Ganzen zusammenwachsen.

Der Einsatz von Rhythmus Instrumenten ist ebenfalls willkommen. Wir achten jedoch darauf, dass sie nicht zu sehr dominieren.

Durch die Auswahl der Lieder wird ein wesentlicher Teil des Geschehens gesteuert. Es ist aufgefallen, dass es einzelne Lieder gibt, die besonders gern gesungen werden. Hier bietet sich an, diese häufig und regelmässig zu singen. Andererseits soll es auch möglich sein, Versuche zu machen neue Lieder einzuführen und zu beobachten ob die Teilnehmer sie aufnehmen können. Wunderbar und sinnvoll wäre es, von einzelnen Teilnehmern die Lieblingslieder zu kennen und anzustimmen. Wir erreichen wir eine aktiveres Mitgestalten der Teilnehmerinnen? Wir sind uns einig, dass wir das noch mehr fördern möchten, aber noch etwas unsicher sind, was es braucht, damit es gelingt.

Zvieri

Die Dame, selber eine Demenzbetroffene, die bei der Zvieri Zubereitung hilft, ist mit viel Kompetenz und Engagement bei der Sache. Die Arbeitsabläufe sind ihr geläufig, mit einem Ohr hört sie den Singenden zu und äussert zwischendurch einen Liederwunsch oder singt leise mit. Gemeinsam Kaffee trinken und Wähen essen, wird als Unterbrechung und Bereicherung geschätzt.

Tempo

Langsamer, langsamer, langsamer

Oder

Mut finden zur Langsamkeit!!

Prozess der Beobachtung beibehalten, Anpassungen laufend, ausprobieren

Achtsamkeit beibehalten, neugierige Grundhaltung und die Bereitschaft uns an unseren Teilnehmenden zu orientieren, damit sie sich sicher und wertgeschätzt fühlen. Alles was förderlich ist verstärken, mehr davon anbieten, dann gelingt es uns das wunderbare Sing Café weiter zu optimieren und uns als Gruppe aufeinander abzustimmen.

Erkenntnisgewinn

Ein Angebot zur gesellschaftlichen Teilhabe schafft Lebensfreude und ist sinnstiftend. Die Umsetzung gelingt durch das Zusammenwirken und den Einbezug der Teilnehmenden.