

## **Empfehlungen für Aktivierungsfachfrauen und -männer in Zeiten des Coronavirus**

Gemäss Empfehlungen des Bundesamtes für Gesundheit (BAG) sollen Besuche von Familie, Freunden und Bekannten in Alters- und Pflegeheimen möglichst untersagt werden (Bundesamt für Gesundheit 2020). Auf Grund dieser Empfehlungen und des Bewusstseins, dass die Bewohnerinnen und der Bewohner zu der Risikogruppe gehören, haben viele Institutionen der Langzeitpflege (Alters- und Pflegeheime, etc.) ihre Türen für Angehörige und Besucherinnen und Besucher geschlossen. Zusätzlich sollen die Bewohnerinnen und Bewohner soweit möglich bei den Mahlzeiten oder Gruppenaktivitäten gegenseitig Distanz halten (Bundesamt für Gesundheit 2020).

Diese wichtigen Massnahmen führen dazu, dass ältere Menschen in ihren sozialen Kontakten sowie in der Alltagsgestaltung stark eingeschränkt sind. Dabei zeigt sich, dass soziale Isolation einen grossen Einfluss auf die physiologische Widerstandsfähigkeit hat und sozial isolierte Menschen zusätzlich ein stärkeres Gefühl der Bedrohung und Hilflosigkeit entwickeln (vgl. Kruse. A., 2017. S. 222-223). Es ist deshalb von grösster Bedeutung, ältere Menschen in Zeiten der Coronakrise und der damit verbundenen Isolation zu unterstützen. Sie sollen trotz der Einschränkungen soziale Kontakte pflegen und die alltagsstrukturierenden Verluste kompensieren können.

### **Herausforderungen**

Gespräche mit verschiedenen Aktivierungs- und Pflegefachpersonen sowie den Bildungsanbietern im Bereich Aktivierung ergeben folgendes Bild: Während die Bewohnerinnen und Bewohner in der Langzeitpflege (Alters- und Pflegeheimen etc.) die Lage im Zusammenhang mit dem Coronavirus anfänglich noch einigermaßen entspannt betrachtet haben, zeigen sich nun zunehmend Anspannung, Verunsicherung, Frustration und teils auch Wut.

Einerseits sind sie in ihrem Alltag zunehmend eingeschränkt und andererseits dürfen auch keine Besuche mehr empfangen. Als Mitglieder einer besonders vulnerablen Gruppe müssen sie sich auch mit Fragen auseinandersetzen, wie: „Möchte ich im Falle einer Infektion mit dem Coronavirus hospitalisiert werden?“ Sie erleben eingeschränkte soziale Kontakte und müssen sich mit existenziellen Fragen auseinandersetzen. Dies kann eine herausfordernde Kombination darstellen. Gemäss Gerontologe Andreas Kruse ist es von grösster Bedeutung, dass ältere Menschen in der Coronakrise Zuwendung erfahren und ihnen genau erklärt wird, weshalb sie keinen Besuch empfangen und allenfalls das Alters- und Pflegeheim nicht verlassen dürfen. Sie müssen erfahren, dass sie nicht vergessen werden, sondern man intensiv an sie denkt. Emotional tragfähige und anregende Kontakte helfen, mit gesundheitlichen Verlusten, Verlusten von nahestehenden Personen und schliesslich mit der eigenen Endlichkeit besser umzugehen. Gerade jetzt sei es von grosser Wichtigkeit, dass vertraute Personen nach tragfähiger Kompensation für soziale Kontakte suchen (vgl. Kruse. A. 2020).

Viele Aktivierungsfachfrauen und -männer haben ihren Berufsalltag bereits flexibel umgestellt und arbeiten nun auf den Abteilungen. Aus ihren Rückmeldungen zeigt sich ein Bedarf an Ideen und Hinweisen für eine gelingende Alltagsgestaltung in Zusammenhang mit der herausfordernden Situation auf Grund des Coronavirus.

Aus diesem Grund formuliert der Schweizerische Berufsverband der Aktivierungsfachfrauen und -männer im Folgenden Empfehlungen. Zusätzlich werden in Kürze auf der Webseite des „SVAT“ Ideen bezüglich Alltagsgestaltung unter Berücksichtigung der Herausforderungen des Coronavirus veröffentlicht,

Sie alle leisten einen wichtigen Beitrag um ältere Menschen in Zeiten des notwendigen *Physical Distancing* (eben nicht Social Distancing) nicht der sozialen Isolation und somit Einsamkeit zu überlassen. Zusätzlich können sie für Angehörige ein wichtiges Bindeglied zu den ihnen nahestehenden älteren Menschen sein.

Wir danke Ihnen für Ihren unermüdlichen Einsatz zum Wohle der älteren Menschen in dieser Krisensituation und wünschen Ihnen viel Kraft und Gesundheit!

## Empfehlungen, welche aus den Erfahrungsberichten abgeleitet wurden:

- Unterstützen Sie ältere Menschen darin, ihre sozialen Kontakte zu Familie, Freunden und Bekannten aufrecht zu erhalten (z.B. via Telefon, Skype, WhatsApp Videocall etc.) oder initiieren Sie, dass Bewohnerinnen und Bewohner einen Brief, eine Karte, ein Foto an die Angehörigen senden können, vor allem für diejenigen, welche dies selbständig nicht mehr tun können.
- Bieten Sie telefonische Gespräche für Angehörige an, um sie über die aktuelle Situation, das Wohlbefinden und den „Alltag“ ihrer nahestehenden Person zu informieren, wenn diese es selbst nicht können. So können Sie die besorgten Angehörigen abholen und unterstützen. Wichtig dabei ist die Koordination mit den Verantwortlichen der Abteilung sowie die Einhaltung der Schweigepflicht.
- Bieten Sie die Möglichkeit, dass sich die Bewohnenden untereinander im Kontakt bleiben, indem Sie zum Beispiel ein Telefongespräch oder Skype-Anruf ermöglichen. Bringen Sie die Bewohnenden mit dem nötigen Abstand zusammen und/oder lassen Sie die Bewohnenden Boten von mündlichen oder schriftlichen Nachrichten sein. Durch den Wegfall der abteilungsübergreifenden Gruppen fallen auch Freundschaften und Kontakte in der Institution weg.
- Bieten Sie Bewohnerinnen und Bewohner Raum für Gespräche über aktuelle Sorgen und Ängste aber auch die Möglichkeit, sich auszutauschen, wie man in der Vergangenheit mit Krisen umgegangen ist. Ganz im Sinne der Selbstwirksamkeit.
- Im Arbeitsalltag der Aktivierungsfachfrauen und -männer zeigt sich, dass die Kompetenz von Fachpersonen, individuell und bedürfnisorientiert zu arbeiten, gerade auch in Krisenzeiten von zentraler Bedeutung ist. Bedürfnisse und Stimmungen aufzunehmen und das Angebot entsprechend ad hoc anzupassen und zu gestalten sind in der Aktuellen Situation von grösster Bedeutung.
- Ermöglichen Sie älteren Menschen soziale Kontakte unter Einhaltung der Richtlinien des BAG. Viele Aktivitäten wie Singen, Bewegen, gemeinsames Musikhören, Vorlesen und sogar Tanzen (mit Abstand) sind unter Einhaltung der Vorgaben möglich oder können teilweise auch im Einzelsetting angeboten werden.
- *Ermöglichen Sie im Rahmen des Möglichen verbindende Angebote, auch wenn die Bewohner nicht mehr gemeinsam Zeit verbringen können. Publizieren Sie bspw. eine Wochenrätselfrage, z.B. in Form eines Bildausschnitts oder einer Schätzfrage, welche die Aktivierungsfachpersonen zu den Bewohnenden bringen kann. Bei mobilen Bewohnenden kann die Rätselfrage an der Lifttür oder am gut zugänglichen Anschlagbrett stehen. Bingo/Lotto im Gang (Bewohnende sitzen vor ihrer Zimmertür und haben genügend Abstand, mit Material, welches sich desinfizieren lässt), Geschichten-Anfang, welcher von Bewohner zu Bewohner wandert und Satz für Satz weitergeschrieben wird. Veröffentlichung der Geschichte in der Hauszeitung oder auf der Homepage...*
- Ermöglichen Sie älteren Menschen wenn möglich einen Spaziergang an der frischen Luft, einen Gang auf den Balkon oder öffnen Sie die Fenster. Bringen Sie den Frühling bzw. die Natur in die Institution. Von verschiedenen Seiten wurde dies als wichtiges Bedürfnis ältere Menschen in Institutionen in dieser Situation genannt.

- Stellen Sie Rätsel, Kurzgeschichten, Gedächtnistrainings-Material, Bewegungsanleitungen, Gestaltungsmaterial etc. so zur Verfügung, dass es auf die Zimmer oder allenfalls direkt an Bewohnerinnen und Bewohner abgegeben werden kann.
- Unterstützen Sie ältere Menschen mit Ideen, um ihren Alltag trotz der Ausnahmesituation zu strukturieren bzw. bringen Sie Ideen ein, wie Alltagsaktivitäten kompensiert werden könnten (bspw. mittels Tagesplan, to-do-Listen, „Krisen-Tagebuch“).

#### Quellen:

Bundesamt für Gesundheit (2020). *COVID-19: Informationen und Empfehlungen für die Alters- und Pflegeheime*. Stand: 14.03.2020

Abgerufen Von:

[https://www.curaviva.ch/files/H1L5U0F/coronavirus\\_informationen\\_und\\_empfehlungen\\_fuer\\_die\\_alters\\_und\\_pflegeheime\\_bag\\_14320\\_20.pdf](https://www.curaviva.ch/files/H1L5U0F/coronavirus_informationen_und_empfehlungen_fuer_die_alters_und_pflegeheime_bag_14320_20.pdf)

Kruse. A. (2017) *Lebensphase hohes Alter*. Berlin: Springer-Verlag GmbH

Kruse. A. (2020) Experte: Gefühl des Alleinseins ist Gefahr für alte Menschen. Abgerufen von:

[http://www.altenpflege-online.net/Infopool/Nachrichten/Betreuung/Experte-Gefuehl-des-Alleinseins-ist-Gefahr-fuer-alte-Menschen?utm\\_source=newsletter&utm\\_medium=email&utm\\_campaign=Ihr\\_Newsletter\\_Aktivieren\\_NL\\_KW13&utm\\_content=Experte-Gefuehl-des-Alleinseins-ist-Gefahr-fuer-alte-Menschen](http://www.altenpflege-online.net/Infopool/Nachrichten/Betreuung/Experte-Gefuehl-des-Alleinseins-ist-Gefahr-fuer-alte-Menschen?utm_source=newsletter&utm_medium=email&utm_campaign=Ihr_Newsletter_Aktivieren_NL_KW13&utm_content=Experte-Gefuehl-des-Alleinseins-ist-Gefahr-fuer-alte-Menschen)