Lebensperspektiven

Hauszeitung der Wohngruppen für Menschen mit seelischer Beeinträchtigung



Eingliederungshilfe bei ALPENLAND
Aktuelles aus den Einrichtungen
Therapeutische Angebote der Eingliederungshilfen

Seite 24:Erfahrungsbericht einer Betroffenen







Kontaktdaten unserer Einrichtungen

Haus der Betreuung und Pflege Bad Rappenau

Einrichtungsleitung & Verwaltung

Frau Karadeniz, Einrichtungsleitung

Tel.: 07264 / 893 510

Verwaltung

Tel.: 07264 / 893 0

Eingliederungshilfe SGB XII

Wohnbereiche 1 & 2
Bereichsleitung, Frau Thiele
Tel.: 07264 / 893 501
Bereichsleitung, Frau Hoffmann

Tel.: 07264 / 893 512 Öffentlichkeitsarbeit

Frau Veit **Tel.: 07264 / 893 514**

CRT Reinigungs-Team

Reinigung Tel.: 07264 / 893 516 Wäscheservice Tel.: 07264 / 893 516 Haustechnik Tel.: 07264 / 893 515

CST Küche & Service-Team

Die hauseigene Küche bereitet täglich mit frischen Zutaten drei Hauptmahlzeiten zu.

Frau Schöpf-Bah, Küchenleitung

Tel.: 07264 / 893 315



Haus der Betreuung und Pflege Am Mehlsack

Einrichtungsleitung & Verwaltung

Frau Weber, Einrichtungsleitung

Tel.: 0751 / 8807 250

Frau Vieweger, Pflegedienstleitung

Tel.: 0751 / 8807 251

Verwaltung / Frau Zinke, Frau Ewald

Tel.: 0751 / 8807-0 Eingliederungshilfe

Villa **Tel.: 0751 / 8807 246**

Öffentlichkeitsarbeit

Frau Huchler Tel.: 0751 / 8807 146

Clinic-Reinigungs-Team

Frau Singh

Tel.: 0751 / 8807 254 Waschküche – Frau Henger Tel.: 0751 / 8807 261 Clinic-Service-Team

Küche Herr Feick

Tel.: 0751 / 8807 256

Café Sterkel

Unser Café ist täglich von 14.30 Uhr bis

17.00 Uhr geöffnet.

Frau Büchele

Tel.: 0751 / 8807 255

Haustechnik

Herr Heilig / Herr Eßer / Herr Vieweger

Tel.: 0751 / 8807 259

Friseur

Tel.: 0751 / 8807 257



Haus der Betreuung und Pflege Am Stockenberg

Einrichtungsleitung & Verwaltung

Frau Herrmann **Tel.: 07454 / 792 233**

Pflegedienstleitung

Frau Reisacker **Tel.: 07454 / 792 223**

Verwaltung

Tel.: 07454 / 792 212

Eingliederungshilfe

Wohnbereich Tel.: 07454 / 792 400

Sozialdienst

Frau Hagmann **Tel.: 07454 / 792 149**

Öffentlichkeitsarbeit

Frau Weinmann **Tel.: 07454 / 792 114**

CST Küche & Service-Team

Die hauseigene Küche bereitet täglich mit frischen Zutaten drei Hauptmahlzeiten zu.

Herr Schon, Küchenleitung

Tel.: 07454 / 792 180 Tel.: 07454 / 792 180

Café Ambiente Tel.: 07454 / 792 18 Wäscheversorgung/Reinigungsdienst

Frau Kröning **Tel.: 07454 / 792 165**

Inhaltsverzeichnis

Kontaktdaten unserer Einrichtungen	2
Grußwort	4
Eingliederungshife bei ALPENLAND	5
Aktuelles aus Sulz	9
Aktuelles aus Bad Rappenau	10
Aktuelles aus Ravensburg	11
Aktuelles aus Ravensburg - Umzug	13
Therapeutische Angebote in Ravensburg	15
Therapeutische Angebote in Sulz	19
Therapeutische Angebote in Bad Rappenau	21
Erfahrungsbericht aus Sulz	24
Impressionen	26
Impressum	27



Ausflug zu Rittersport **Seite 9**



Halloween in Bad Rappenau
Seite 10



Gemeinsames Grillen **Seite 11**



Umzug in Ravensburg **Seite 13**





Erfahrungsbericht aus Sulz **Seite 26**

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

vielen Dank für Ihr Interesse an unserer Jahreszeitung der drei Eingliederungshilfen im Haus Alpenland,

Mein Name ist Melanie Hofmann und ich arbeite seit 2014 in der Eingliederungshilfe in Bad Rappenau.

Zunächst agierte ich als Fachkraft auf den Wohnbereichen und unterstützte die Ergotherapie. Im Laufe der Jahre änderte sich mein Tätigkeitsfeld zur Wohnbereichsleitung, bis ich 2020 die Bereichsleitung der Eingliederungshilfe in Bad Rappenau übernommen habe.

Egal von welcher Position betrachtet, wurde und wird mir immer wieder klar, wie wichtig es ist, den einzelnen Mensch mit seiner Einzigartigkeit in den Fokus zu stellen. Individualität ist eines der höchsten Güter, die ein Mensch besitzt. Wir alle sind einzigartig und besonders. Manche von uns haben schwerere Rucksäcke zu tragen als andere. Einigen Menschen gelingt es gut damit umzugehen. Andere jedoch benötigen auf einem bestimmten Wegabschnitt Unterstützung. Wir haben es uns zur Aufgabe gemacht, diese Menschen ein Stück zu begleiten und Ihnen die passende Unterstützung anzubieten.

"Lebensperspektive", das ist das Stichwort.

Ohne Perspektive verlieren wir Menschen den Fokus und die Motivation. In unseren Eingliederungsgruppen wird durch eine angepasste Tagesstruktur, eine medizinische Versorgung und sozialpädagogische Unterstützung gemeinsam nach neuen Perspektiven gesucht und der Weg dorthin von unserem qualifizierten Personal ein Stück begleitet. Wir sehen uns als Unterstützer, Mutmacher, Motivatoren und Ansprechpartner in jeder Situation. In unserem vielfältigen Angebot findet sich für jeden Menschen mit seinen persönlichen Stärken und Schwächen die richtige Tür. Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen unserer Jahresausgabe der Eingliederungsgruppen im Haus Alpenland.

Mit freundlichen Grüßen

Melanie Hofmann

Bereichsleitung Eingliederungshilfe Bad Rappenau



Melanie Hofmann Bereichsleitung Eingliederungshilfe

Eingliederungshilfe in der Wohngruppe"Aufwind"

Im Haus der Betreuung und Pflege Am Stockenberg

Die Wohngruppe "Aufwind" ist eine stationäre Wohngruppe der Eingliederungshilfe für Menschen mit seelischen Beeinträchtigungen. Sie trägt dazu bei, diesen Menschen eine möglichst volle und wirksame Teilhabe in allen Bereichen des Lebens zu ermöglichen und eine selbstbestimmte Lebensführung zu fördern.

In der Wohngruppe "Aufwind" wohnen 25 Klientinnen und Klienten im Alter zwischen 18 und 65 Jahren. Sie bietet einen geschützten Raum für Menschen mit Suchtdiagnosen und psychischen Erkrankungen. Im Rahmen einer individuellen Tagesstruktur werden sie dahingehend begleitet, sich im Alltag zurechtzufinden. Es werden lebenspraktische Bereiche geübt und mit beratenden Gesprächen begleiten.

Individuelle Angebote auf der Wohngruppe Aufwind

Neben den therapeutischen Angeboten der Ergo- und Arbeitstherapie gibt es viele verschiedene individuelle und freiwillige Angebote, die von den Bewohnern gerne angenommen werden. Hier kann jeder seinen eigenen Interessen nachgehen und neue entdecken. Die verschiedenen Aktivitäten bieten einen Ausgleich, wobei nicht immer die Förderung des Antriebs im Mittelpunkt steht, sondern oftmals der Prozess wichtiger ist. Auf den nächsten Seiten werden die Angebote vom Haus der Betreuung und Pflege Sulz dargestellt.







Gartengruppe

Die Gartengruppe war bei den Klientinnen und Klienten im vergangenen Jahr besonders beliebt. Sie legten den Garten von Grund auf neu an und pflegten ihn. Sie pflanzten viele verschiedene Gemüsesorten wie Salat, Kohlrabi und Tomaten an, die sie in der Kochgruppe weiterverarbeiteten. Die eigenen Kräuter sorgten für den besonderen Geschmack der selbstgekochten Gerichte.



Kochgruppe

Die Kochgruppe findet zwei Mal wöchentlich statt. Das Ziel ist es selbstständig zu kochen, damit sie sich nach ihrer Zeit im Haus der Betreuung und Pflege Am Stockenberg selbst leckere Mahlzeiten zubereiten können. In Kleingruppen werden sie dabei von qualifizierten Mitarbeitern begleitet. Die Bewohner dürfen sich das Rezept selbst aussuchen, dann wird eine gemeinsame Einkaufsliste geschrieben und anschließend mit einem festgelegten Budget eingekauft. Das Essen soll dabei einfach zum Zubereiten sein, aber dennoch gesund und lecker.

Sucht- und Gesprächsgruppe

Die Gesprächsgruppe findet zwei bis dreimal wöchentlich in Einzelgesprächen und Gruppengesprächen statt. Sie wird von einer Sozialpädagogin betreut und fördert das seelische Wohlbefinden und die Stabilität der Klienten.



Angebote zur weiteren Freizeitgestaltung

Neben den Angeboten zum Thema Ernährung und Bewegung gibt es viele weitere Angebote zur Freizeitgestaltung. Viele kreative Angebote wie Leinwände bemalen, Bildcollagen gestalten, mit Salzteig modellieren und Steine bemalen stehen zur Verfügung. Am Wochenende, besonders im Sommer, machen die Klienten gerne gemeinsame Ausflüge wie an einen Stausee fahren, ins Schwimmbad gehen oder Eis essen.



Fitness- und Bewegungsangebote

Laufgruppe hält die Klienten fit

Die Mitarbeiter bieten den Klienten zwei Laufgruppen mit unterschiedlichen Belastungsstufen an. Für die versierten Läufer gibt es eine Gruppe die zügig unterwegs ist, bis hin zu Nordic Walking.

Für die Spaziergänger, die einfach etwas in Schwung bleiben wollen, gibt es eine Gruppe mit gemütlichem Tempo.

Ob am Neckar entlang oder eine Wanderung zur Ruine Albeck, ein abwechslungsreiches Programm gibt es wöchentlich. Den Bewohnern macht es Spaß die Landschaft rund um den "Stockenberg" und um Sulz zu erkunden.







Fitnessraum wird weiter ausgebaut

Heutzutage rückt durch die zunehmende Stressbelastung der körperliche Ausgleich immer mehr in den Focus, deshalb werden auch bei uns die sportlichen Angebote immer weiter ausgebaut.

In unserem Fitnessraum werden nach und nach professionelle Trainingsgeräte ergänzt.

Weitere Fitnessangebote stehen zu Verfügung

Ob Tischtennis, Basketball oder Tischkicker spielen, für abwechslungsreiche Möglichkeiten ist gesorgt. Die individuelle und gemeinsame Freizeitgestaltung sorgt für ein soziales Miteinander und körperliche Fitness.

Neues aus der Villa Am Stockenberg - Ausflug zu Ritter Sport nach Waldenbuch

Seit März 2018 hat unsere offene stationäre Wohngruppe der Eingliederungshilfe die "Villa" geöffnet. Diese gibt den Klienten die Möglichkeit sich weitgehend selbstständig zu versorgen und dabei dennoch in Gemeinschaft und mit Unterstützung von fachlich qualifizierten Mitarbeitern zu Leben. In diesem Jahr haben die Klienten einen Ausflug zu Ritter Sport nach Waldenbuch gemacht, über diesen wir nachfolgend berichten.

Am 05.09.2021 machten sich die Bewohner der "Villa" zu einem ganz besonderen Ort auf, der vor allem für Schokoladenliebhaber gut geeignet ist. Um 13:30 Uhr kamen die vier Bewohner und eine Mitarbeiterin bei Waldenbuch im Kreis Böblingen an. In der Schoko-Ausstellung hatten sie die Chance etwas über die 100-jährige Firmengeschichte zu erfahren und sich weiterzubilden. Sie fanden dabei raus, dass Rittersport ein Familienunternehmen ist, das in zweiter Generation geführt wird. Darüber hinaus konnten sie einen Blick hinter die Kulissen werfen und erfahren, was beim Anbau, Beschaffung sowie der Produktion geschieht. Dem Unternehmen ist die Fair Trade Produktion ein großes Anliegen sowie die innovative Gestaltung ihrer Prozesse. Zum Schluss ging es in den Schoko-Shop, bei welchem man zahlreiche Sorten, Variationen und Geschenkartikel kaufen konnte. Die Bewohner deckten sich genüge waren begeistern und zu mit den vielseitigen Schokoladensorten ein. Nach dem erfolgreichen Ausflug, ging es glücklich nach Sulz zurück.





Aktuelles aus Bad Rappenau

Halloween in Bad Rappenau

Im Rahmen der Therapie wurden einige Tage vor Halloween die Interessen der Bewohner diskutiert. Die Mehrzahl der Bewohner sprach sich für ein gemütliches Beisammensein und spontanes Agieren aus.

In einem kleinen Team wurde nach Klärung der Interessen eine Einkaufsliste erstellt, um die wichtigsten Accessoires zu organisieren.

So wanderten dann z.B. Kürbisse zum Schnitzen und Bemalen und hautverträgliche Wasserfarben für eine gruselige Gesichtsbemalung in den Einkaufskorb.

Am Halloweenabend wurde im Aufenthaltsraum per Beamer ein Film ausgestrahlt, dazu gab es Snacks und Getränke.

Der Film "Venom" zog die Bewohner in den Bann und versetzte sie in die richtige Stimmung für das Halloween-Fest.

Einige Bewohner hatten viel Freude daran, sich gruselig zu schminken und verwandelten den Wohnbereich damit in eine kleine Zombie-Welt.

Alle waren sich einig, dass das eine sehr gelungene Aktion war und eine willkommene Abwechslung zum Alltag.





Aktuelles aus Ravensburg

Aktuelles aus der Villa in Ravensburg Am Mehlsack

Grillen und Corona

Ein gemeinsames Event im Corona Jahr 2021

Auch das Jahr 2021 haben wir gesund überstanden und ohne Ansteckung geschafft.

Leicht ist es und allen nicht gefallen, da die Bewohner*innen und die Mitarbeiter*innen streng nach Regeln den Arbeitsalltag bewältigen mussten. Dazu gehörten, dass der Kontakt auch im 2. Jahr mit vielen Einschränkungen und Ideen verbunden war. Wir mussten die Bewohner Am Anfang des Jahres noch täglich darauf aufmerksam machen, sich strikt an Abstand und Maske, auch im Umgang mit Freunden und der eigenen Familie zu halten. Hierzu war zur Eindämmung des Infektionsgeschehens einiges nötig, wie unter anderem Ausgehverbote und Besuchseinschränkungen bis hin zu hausinternen Kontaktbeschränkungen der den täglichen Rhythmus in der Villa beeinflussten.

Durch all diese Einschränkungen und dem Bewusstsein, wieder ein normaleres Leben führen zu wollen war der Impfwille der Bewohner*innen sehr stark. Mit einer Impfquote von 98% konnten wir uns bereits im Februar sehr glücklich schätzen und verbrachten so einen weitgehend "normalen" Sommer.

Mit einigen Aktivitäten im freien, worunter auch unser geselliger Grillnachmittag fiel konnten wir unseren Klienten ein Lächeln ins Gesicht zaubern.

Im letzten Sommer in der Villa war ein Grillmittag mit Angehörigen im schönen Villa-Garten geplant. Die Einladungen waren verschickt, 8 Familien hatten sich angemeldet und das Essen war auch schon organisiert. Das Grillfest fand am Freitag 13. August unter Einhaltung der Abstandsregeln statt. Und dieser 13. war kein Unglückstag, sondern einer der wenigen tollen, warmen und sonnigen Sommertagen in dem doch eher verregneten Sommer 2021.



Aktuelles aus Ravensburg

Am Vormittag wurden alle Tische, Bänke und Stühle weitläufig über das Areal verteilt und weitere Vorbereitungen getroffen. Ein Bewohner machte Nudelsalat aus 1,5 kg Nudeln und aus 5 kg Kartoffeln Kartoffelsalat. Die Mitarbeitenden bereiteten einen Tomatensalat mit Basilikum aus dem Villagarten zu.

Währenddessen holten andere Bewohner gemeinsam mit dem Arbeitstherapeuten den großen Grill aus dem Haupthaus, bauten Pavillons auf und verteilten Sonnenschirme. Der Gedanke an den bevorstehenden Grillmittag motivierte fast alle, sich bei den Vorbereitungen einzubringen.

Als die Gäste eintrafen, gab es als leckeres Mittagessens vielfältige Grillspezialitäten im Villa-Garten. Der Arbeitstherapeut fungierte als ein geübter Grillmeister, der Fleisch, Würste und Grillkäse wohlschmeckend zubereitete. Dazu gab es 2 frische Baguette und 5 Kräuter-/Knoblauchbaguette. So mancher kam noch ein zweites und drittes Mal, um sich den Teller mit den schmackhaften Grillsachen zu füllen. Auch die Salate fanden großen Anklang.

Zum Nachtisch hatten die Angehörigen und Mitarbeitenden selbstgemachte Kuchen mitgebracht, so dass ein großes Buffet entstand. Nachdem der Kaffee fertig war, wurde der leckere Kuchen gegessen. Bei dem strahlenden Sommerwetter blieben viele Gäste bis etwa 17 Uhr und lobten das Ambiente des Gartens und das Engagement der Mitarbeitenden.

Das Wetter zeigte sich den ganzen Nachmittag von seiner warmen und gemütlichen Seite und die Bäume spendeten uns ihren angenehmen kühlen Schatten, so konnten wir den Nachmittag in unserem Garten zu etwas ganz Besonderem machen. Das dazu passende Ambiente in unserem Villagarten musste doch ein letztes Mal genossen werden, bevor der Umzug in den Neubau anstand, welcher mit viel Freude aber auch mit etwas Abschiedsschmerz verbunden war.







Aktuelles aus Ravensburg

Umzug in ein neues Leben — "Lichtblicke" auf Vergangenes und Neues!

Mitte November war es soweit: die momentan im beschützenden Wohnumfeld "Villa" lebenden 14 Personen zwischen 38 und 68 Jahren zogen in den Neubau um.

Wie alles begann:

In der denkmalgeschützten Jugendstilvilla in der Nähe der Ravensburger Innenstadt eröffnete ALPENLAND 2015 eine bislang einzigartige speziell konzeptionierte Wohngruppe der Eingliederungshilfe für Menschen mit Doppeldiagnose. Dies bedeutet, dass bei allen Klienten der Villa eine Suchterkrankung und einer psychischen Erkrankung vorliegt.

Bisher waren die Räumlichkeiten über vier Etagen verteilt und boten in sieben Zweibettzimmern und drei Einbettzimmern bis zu 17 Personen Platz. Die Villa vereinte ein geselliges Wohnumfeld (Tischkicker, Billardtisch) mit den notwendigen Therapieräumen wie z.b. Ergotherapie. Gemeinschaftsräume, wie Speiseraum mit Küche, Wintergarten, Spülküche, sowie das Wohnzimmer waren im Erdgeschoss vorhanden und schafften ein familiäres Umfeld. Der große Garten mit schattenspendenden Bäumen war zu jeder Jahreszeit für die Klienten zugänglich und lud mit seinen Sitzgruppen zum entspannten Verweilen ein. Hier fanden in den letzten Jahren etliche gelungene Sommer- und Grillfeste mit Bewohnerinnen und Bewohnern sowie Angehörigen statt.

Durch die Landesheimbauverordnung in Baden-Württemberg, die mit Wirkung vom 1. September 2009 in Kraft gesetzt wurde, gab es neue Vorgaben für Einrichtungen. Hierzu gehörte auch die Vorgabe, dass allen Bewohnerinnen und Bewohnern künftig Einzelzimmer zur Verfügung gestellt werden sollen. Für neu gebaute Heime galten die Vorgaben unmittelbar. Für Einrichtungen, die bereits bei Inkrafttreten der Verordnung in Betrieb waren, sah die Verordnung eine zehnjährige Übergangsfrist vor.

Teil 2 auf der nächsten Seite.

Umzug in ein neues Leben — "Lichtblicke" auf Vergangenes und Neues!

Durch den Neubau in der Römerstraße, wird die Wohngruppe Villa nun in den Neubau verlegt. Die Wohngruppen finden hier im Untergeschoss, Erdgeschoss und 1. Obergeschoss Platz.

Im Neubau gibt es für jede Person ein Einzelzimmer und für je 2 Bewohnerinnen und Bewohner ein gemeinsames Bad. Hier werden je 8 Menschen einen eigenen Speiseraum erhalten und im Untergeschoss sind Therapieräume und eine Werkstatt vorhanden. Auch hier wurde an einen Garten gedacht, der modern und fröhlich mit verschiedenen Möglichkeiten der Geselligkeit wartet. Die Möglichkeit zu verweilen oder einfach die frische Luft zu genießen, wird hier in einer vollständig modernen Umgebung möglich.

In großer freudiger Erwartung, standen Mitte November 2021 die Umzüge an. Schon Wochen vorher konnten die Klienten, den Tag des Umzugs kaum abwarten und freuten sich geschlossen darauf, ein neues, helles und modernes Zuhause zu erhalten. Alles wurde gepackt und aussortiert. Die Motivation war riesig. Das Einleben stellte dennoch für den ein- oder anderen eine kleine Herausforderung dar, hatte man sich doch an den Charme der alten Villa gewöhnt, dauerte es ein wenig, bis auch die Klienten sich eingelebt hatten.

Nach dem Umzug stand die Namensgebung noch aus. Unter Berücksichtigung der Ideen unserer Mitarbeiter*innen wurde sich sehr schnell auf den Wohngruppennamen "Lichtblick" geeinigt, welcher den Klienten noch zusätzlich "wohlfühlen" und "neue Wege" aufzeigen soll.

Die Wohngruppen sollen sich in unserem Haus wieder in ein geordnetes Leben einfühlen. Auf diesem Grundsatz lebt und arbeitet das Konzept hinaus und soll den Klienten viele Lichtblicke vermitteln.





Arbeitstherapie / Ergotherapie in der Villa, Haus Am Mehlsack, Ravensburg

Heute stellen wir einige unserer zahlreichen Projekte vor, die im Rahmen der Arbeitstherapie / Ergotherapie im vergangenen Jahr 2021 entstanden sind.

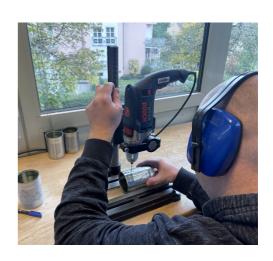
Windlichter für die gemütliche Jahreszeit

Anfang Herbst haben wir vom Haupthaus, zu dem unsere Villa Wohngruppe gehört, einen Auftrag zur Herstellung einer Weihnachtsdekoration für die Bewohner und die Stationen bekommen. Es sollen viele werden, so etwa 100 - da haben wir die nächsten Wochen noch einiges zu tun!

Dafür stellen wir in unserer kleinen Werkstatt Windlichter aus Blechdosen her, die von drei unserer Teilnehmer der Arbeitstherapie, in zum Teil selbständiger Arbeit in mehreren Arbeitsschritten gemeinschaftlich hergestellt werden.

Auf die gereinigten und von Kleberresten befreiten Dosen werden mittels selbst angefertigter Schablonen verschiedene Sternen-Motive aufgezeichnet. Die einzelnen Punkte müssen zum anschließenden Bohren angekörnt werden, damit der Bohrer die richtige Stelle findet und ein gleichmäßiges Muster entsteht.

Zuletzt werden die fertigen Windlichter mit Farbspray bunt gestaltet - dieses Jahr in gold und rot - und abschließend mit einem LED-Teelicht versehen. Durch das Sternen-Lochmuster fällt dann schon im Advent ein gemütlicher und weihnachtlicher Lichterschein.







Stricksaison

Schon im Sommer hat eine unserer Bewohnerinnen in der Arbeitstherapie an den Herbst und Winter gedacht. Zuerst hat sie einen langen kuschligen Schal als Geschenk gestrickt, dann eine wunderbare Patchwork — Decke aus vielen einzelnen, bunten Quadraten, die später zusammen genäht wurden. Dabei dachte sie zuerst, sie könne gar nicht mehr stricken, "weil das alles schon so lange her ist". Aber nach etwas Übung kam die Erinnerung zurück. Jetzt hat sie wieder Spaß daran und gleich noch zwei Paar Socken, sowie als Auftrag für Mitarbeiter*innen mehrere Spültücher und Topflappen hergestellt. Jetzt kann die kalte Jahreszeit kommen!

Weitere Projekte in unserer Arbeitstherapie waren die Renovierung von Möbeln — zwei Kommoden und Gartentische, einen Couchtisch sowie der beiden Hochbeetkästen, die schon jetzt im Garten des Neubaus stehen.

Ebenso entstanden verschiedene Insektenhäuser, welche im Villagarten aufgestellt wurden.

Einer der Arbeitstherapie / Ergo - Teilnehmer backt jeden Freitag frisches Sauerteig Brot für's kommende Wochenende und probiert verschiedenste Rezepte aus — es waren schon sehr leckere Vollkorn-, Dinkel-, Roggen-, Emmer- und Mischbrote dabei — die anderen Bewohner freuen sich jeden Samstag schon darauf.

Mit den Projekten der Arbeitstherapie / Ergotherapie Erhaltung wollen wir Arbeitsfähigkeiten entwickeln, verbessern, bzw. steigern, oder erhalten, die für die Wiedereingliederung z. B. in einer WfbM, auf dem ersten Arbeitsmarkt oder im privaten Lebensbereich nützlich und erforderlich sind.

Dazu gehören u. a. Konzentrationsvermögen, Durchhaltevermögen, Grob- und Feinmotorische Fähigkeiten, Sorgfalt, Handwerkliches Wissen über fachgerechten Umgang, sowie Sicherheitsbewusstsein im Umgang mit Maschinen, Werkzeugen und Materialien.







Bewegungs-, Atem-, Erdungsübungen

Ein neues zusätzliches Angebot in unserem Alltag mit den Bewohnern in der Wohngruppe sollen Bewegungs-, Atem-, Erdungsübungen sein.

Diese werden sowohl für Einzelpersonen, als auch in Kleingruppen angeboten, mindestens einmal, möglichst an zwei Tagen in der Woche.

Über Sinnesreize, wie wechselnde Raumdüfte und Handöl, mit ätherischen Ölen, welche das tiefe Einatmen bereits fördern, möchten wir ein Bewusstsein für den Atem schaffen. In Verbindung mit langsamen Bewegungen, im Rhythmus des eigenen Ein- und Aus- Atmens, kann die Aufmerksamkeit für das momentane Wohlbefinden gefördert werden.

Das Anschlagen einer Klangschale bestimmt den Beginn und das Ende der Übungsstunde. Über den Klang und die Vibration kann die Aufmerksamkeit auf den Körper und das momentane Befinden gelenkt werden. Es ist ein in die Ruhe kommen, das Signal, dass jetzt etwas außerhalb des gewohnten Alltags beginnt, es kann etwas Besonderes sein.

Körperlichen Empfindungen wahrzunehmen und auch detailliert zu beschreiben, gehört mit zu den Erdungsübungen. Erdung ist jedoch nicht das Gleiche wie eine Entspannungsübung. Erdung ist viel aktiver, fokussiert auf Ablenkungsstrategien und soll die Teilnehmer unterstützen, sich bei extremen negativen Gefühlen selbst helfen zu können.

Gleichgewichtsübungen im Stehen und leichte Dehnungsübungen, können mit in eine Übungssequenz, welche ca. 30 Minuten dauert, eingebaut werden.

Die Übungen sind individuell auf die Möglichkeiten und Bedürfnisse der Teilnehmenden abgestimmt und können jederzeit abgekürzt, oder ausgedehnt werden. Es soll ein Angebot für alle Bewohner der Wohngruppe sein. Die Übungen können sowohl sitzend auf einem Stuhl oder im Rollstuhl, im Stehen, als auch sitzend oder liegend, auf einer Matte am Boden ausgeführt werden.

Der Grundgedanke für diese Konzeptidee ist, aufgebauten Druck und Stress zu reduzieren und die Selbstwahrnehmung der Teilnehmer zu fördern.

In den Übungsstunden eingeübte Rituale können sehr wertvoll sein, um sie in den Alltag zu übernehmen und mehr in die Selbstfürsorge zu kommen.

Weitere Projekte aus Ravensburg













Neben den Projekten für den Winter sind im vergangenen Jahr auch weitere tolle Arbeiten entstanden. Für den Sommer im Garten wurde ein tolles Hochbeet gebaut, in dem zahlreiche Pflanzen und Kräuter leben können. Auch für unsere kleinen Freunde - die Insekten - wurden schöne Häuschen erstellt.

Für das neue Konzept der Bewegungs-, Atem- und Erdungsübungen kamen Klangschalen zum Einsatz.

Aus einer alten, langweiligen Kommode wurde eine moderne, stylische lila Kommode, die sich wirklich sehen lassen kann.

Für den kleinen Hunger zwischendurch wurde auch eine Lösung gefunden und so backten die Bewohner ein leckeres Sauerteigbrot.

Therapeutische Angebote in Sulz

Arbeitstherapie / Ergotherapie im Haus der Betreuung und Pflege Am Stockenberg

Der therapeutische Bereich im Haus der Betreuung und Pflege Am Stockenberg ergänzt den Rahmen der individuellen Tagesstruktur der Wohngruppe "Aufwind".

Die Bewältigung des Alltags für Menschen mit seelischen Beeinträchtigungen stellt eine manchmal schwer überwindbare Hürde dar.

Die Ergotherapie unterstützt Menschen, die in ihrer Handlungsfähigkeit eingeschränkt sind und trainiert klientenzentriert verlorengegangene Ressourcen. In der Arbeitstherapie werden die Bewohner stufenweise an die Grundanforderungen des erwerbsbezogenen Arbeitslebens herangeführt. Im Wesentlichen wird die Arbeit hierbei als therapeutisches Mittel eingesetzt. In der Arbeitstherapie sind die Menschen auf dem Weg vom Bewohner zum Arbeitnehmer.

In der Therapie sollen durch Arbeitsleistung Eigenschaften wie z. B. Selbstvertrauen, Übernahme von Verantwortung, Belastbarkeit und Konzentration, Anpassungs- und Ausdauerfähigkeiten, Gewöhnung an Zeitstrukturen, Teamarbeit und das Erfassen von Arbeitsvorschriften gefördert und gefestigt werden.



Therapeutische Angebote in Sulz

Aktuelles therapeutisches Projekt: Gestaltung der Einrichtung Haus der Betreuung und Pflege Am Stockenberg im Rahmen des Umbaus

Im Zuge der Umbauarbeiten im Haus der Betreuung und Pflege Am Stockenberg in Sulz wurde beschlossen, die Einrichtung im Rahmen der Ergo- und Arbeitstherapie zu gestalten. Als erstes gingen die



Klienten das Teilprojekts die Verschönerung der Wände des Friseursalons an. Die Ergotherapie hat sich dabei überlegt, eine der Wände mit überdimensional großen Friseurutensilien zu gestalten. Diese sollen den Blickfang des Friseursalons darstellen. Geplant ist, die Friseurutensilien in knalligen Farben auf der eher schlichten Wand zu platzieren. Des Weiteren soll die Wand mit einem ausgefallenen Spruch passend zum Friseur zu versehen werden, der ebenfalls von den Klienten angebracht werden soll, sobald der Umbau fertig ist.

Da aufgrund der Umbauarbeiten die Verwaltung Ende 2021 in das Untergeschoss umziehen wird, ist auch hier eine Gestaltung geplant. Eine Graffiti-Wand, die das

Leitbild und die Werte von ALPENLAND widerspiegeln soll, ist bisher angedacht.





Therapeutische Angebote in Bad Rappenau

Musiktherapie als neues Angebot in der Eingliederungshilfe

Ein ganz wichtiger Aspekt unserer Arbeit mit den Bewohnern der Eingliederungshilfe ist die Tagesstruktur. Die regelmäßige Teilnahme an den verschiedenen Therapien ist ein tragender Pfeiler, Menschen mit psychischer Erkrankung wieder an ein geregeltes und strukturiertes Leben heranzuführen.



Um nicht stehen zu bleiben und stets auch die Bedürfnisse unserer Bewohner zu berücksichtigen, wird es in naher Zukunft ein neues Angebot geben. Nach einer Umfrage und persönlichen Befragung der Klienten kam immer wieder ein ganz bestimmtes Thema zur Sprache: die Musik.

Musik spielt für viele eine wichtige Rolle und hilft ihnen in schwierigen Lebenssituationen als Tröster und Motivator.

Somit war die Idee geboren, Musiktherapie als festen Bestandteil der Tagesstruktur zu integrieren.

Inhaltlich stehen viele Ideen im Raum, die wir gemeinsam mit den Bewohnern umsetzen möchten. Vom passiven Zuhören verschiedener Stilrichtungen über aktives Musikmachen bis hin zur Herstellung kleinerer Instrumente (z.B. Trommeln, Rasseln etc.) wird es viel Raum für Kreativität und Mitgestaltung geben.

Möglich ist auch, dass sich eine Musikgruppe bildet, die in Form einer Band Ideen entwickelt und im Rahmen von internen Feierlichkeiten auftritt.

Das Ziel dieser neuen Therapie sollte sein, dass die Bewohner über die Musik einen Zugang zu sich und ihren Gefühlen / Bedürfnissen finden und eine andere Kommunikationsform als das Sprechen entdecken.

Wir freuen uns sehr auf dieses gemeinsam erarbeitete Projekt und sind uns sicher, dass es eine Bereicherung für die Tagesstruktur darstellt.

Therapeutische Angebote in Bad Rappenau

Gesprächstherapie

Im Rahmen unserer Arbeit mit den Klienten spielt die Gesprächstherapie eine wichtige Rolle. Neben Einzelgesprächen kommen die Klienten als Gruppe zusammen, wobei eine hilfreiche Dynamik entsteht und der angeleitete gegenseitige Austausch erheblich zum Verstehen und Verarbeiten beiträgt. Die Therapie soll dabei helfen, durch das Gruppengespräch sich selbst, die ganz individuelle Problematik, aber auch Fähigkeiten und Ressourcen besser zu erkennen und zu verstehen. Der Therapeut fungiert hier nicht als Lehrer, der den Schülern durch eine feste Anleitung etwas beibringt, sondern vielmehr als Moderator, der das Gespräch begleitet, Impulse setzt und im Falle der Krisenintervention professionell zur Seite steht. Grundsätzlich erfährt der Klient durch unsere Therapeuten und Betreuer hohe Wertschätzung, Achtung sowie Fürsorge. Dadurch bekommen sie das Gefühl, ernst genommen zu werden und sich ohne Angst oder Scham öffnen zu können. Es wird darauf geachtet, dass die Klienten keine beleidigenden oder verbal aggressiven Ausdrücke benutzen und zuhören sowie nicht dazwischenreden, sodass jeder Beteiligte Raum für seine Anliegen bekommt. Bei Therapiebeginn erfolgt eine freundliche Begrüßung sowie meistens eine kurze Befindlichkeitsrunde. So entwickelt sich dann ein angenehmes Gesprächsklima und jeder wird für das Empfinden der anderen sensibilisiert. Während der Therapie sprechen die Therapeuten dann mit den Klienten über bestimmte Themen, die gemeinsam entwickelt werden und woraus dann von den Klienten selbst Erkenntnisse abgeleitet werden können. Die Klienten werden durch Fragen des Therapeuten immer wieder zum Nachdenken und Mitmachen animiert. Charakteristika der Gesprächs-therapie ist ein tagesund situationsabhängiger Verlauf, der un-mittelbar von den Klienten, deren Bedürfnisse und Gesprächswünschen abhängt. Die Therapie dauert im Allgemeinen 1,5 bis 2 Stunden. Viele Gedanken, Begriffe und Aussagen werden zum Ende hin nochmals wiederholt oder durchgesprochen, um daraus zu

Schlussfolgerungen und Erkenntnissen zu gelangen, die für die Klienten zur Erreichung des Eingliederungszieles hilfreich sind und diese so noch einmal ins Gedächtnis zu rufen. Zum Ende der Therapie gibt es dann vom Therapeuten Zuspruch für eine gute weitere Entwicklung, sowie das Angebot zur Hilfe und Unterstützung bei Krisensituationen oder bei psychischer Belastung.



Therapeutische Angebote in Bad Rappenau





Ergotherapie

Einige kennen möglicherweise den Begriff des "Limbischen Systems", das sogenannte Belohnungssystem im Gehirn. Warum erwähnen wir das? Weil genau dieses System durch die Entwicklung einer Sucht- oder Abhängigkeitserkrankung aufs Äußerste erregt und überreizt erscheint. Hier liegen für den Betroffenen die Defizite, indem sie darunter leiden, Gefühle nicht benennen zu können, sie als bedrohlich zu erleben oder gar nicht mehr zu empfinden. In der Folge führt dies unweigerlich zu Überreiztheit, Überforderung oder mangelndem Antrieb. Oft treten solche Formen nicht isoliert, sondern gemischt oder in abwechselnder Abfolge auf. An dieser Stelle bietet die Ergotherapie verschiedene Möglichkeiten zur Hilfe, indem der Suchtkranke durch Handlung zu einem zeitnahen, sichtbaren Ergebnis kommen kann. Dies bedeutet also eine gute Möglichkeit der schnellen Wirksamkeitserwartung durch das Suchtmittel eine "echte" Zufriedenheit durch die Wirkung eigener Handlungen entgegen zu setzen.

Unsere Ergotherapie unterteilt sich in verschiedene Ansätze, die sich auf erlernte oder archaische Ursprünge beziehen. Wir alle haben im Verlauf unserer Entwicklung vielseitige soziale Kompetenzen erworben, drücken uns durch kreative Handlungen aus und benutzen unseren Verstand, um alltägliche Dinge zu bewältigen. All diese Dinge sind in uns, auch wenn sie durch Krankheit oder Krisen vergessen oder bildlich "überschattet" werden. Manche Möglichkeiten haben wir einfach länger nicht benutzt. In der Ergotherapie kommt es natürlich auch auf Ergebnisse an. Jeder hat den Wunsch etwas "gut" zu machen und andere davon zu überzeugen, dass wir "es draufhaben". Dies ist ein Antrieb, der uns als lebensnotwendig erscheint. Dennoch ist manchmal der Weg dorthin wichtiger als das Erreichen selbst. Wozu aufs Ergebnis warten, wenn man doch von Anfang an Spaß haben kann?! Hierzu möchten wir mit der Ergotherapie einen möglichen Ausgleich schaffen. Manchmal ist der Prozess wichtiger als das Ergebnis, manchmal steht die Förderung des Antriebs im Mittelpunkt, manchmal das Herunterfahren von Ansprüchen.

23

Erfahrungsbericht aus Sulz

Eine Klientin berichtet von ihrem Alltag in der Eingliederungshilfe und ihren Zielen

Frau M. ist Klientin der Eingliederungshilfe. Nach ihrer erfolgreichen Teilnahme an der Ergotherapie ging sie einen Schritt weiter und bemühte sich um eine Praktikumstelle in unserer Einrichtung als Betreuungskraft. Wir haben sie nach ihrem Alltag, ihrer Arbeit und zukünftigen Aussichten gefragt.

Frau M., wie lange wohnen sie schon im Haus der Betreuung und Pflege Am Stockenberg?

Ich wohne seit November 2020 in der Eingliederungshilfe, also schon fast 11 Monate.

Was waren die Gründe, warum Sie in die Wiedereingliederung gekommen sind?

Ich wollte einen Neuanfang und eine Struktur in mein Leben bekommen, gemeinsam mit anderen Bewohnern.

Wie sieht ihr Alltag zurzeit aus?

Ich bin ein Frühaufsteher und stelle mir jeden Morgen den Wecker, damit ich meinen Tag beginnen kann. Wenn ich einen Dienst wie Tischdienst habe, mache ich diesen mit den anderen Bewohnern zusammen. Nach den Diensten und dem Frühstück gehe ich zur Ergotherapie oder ins Praktikum, aber überwiegend ins Praktikum. Dort arbeite ich dreimal in der Woche, entweder von 8 bis 12 Uhr oder von 13 bis 17 Uhr. Nach der Arbeit gibt es Abendessen und ich genieße meine freie Zeit.

Was machen sie besonders gerne auf dem Wohnbereich?

Besonders gerne gehe ich im Lidl oder Edeka einkaufen. Außerdem liebe ich es für die Mitarbeiter und Bewohner zu kochen und gehe gerne spazieren.

Was haben sie im Laufe der Zeit gelernt?

Ich habe gelernt, dass ich mich nicht so schnell provozieren lassen sollte. Bei vielen Sorgen fällt es mir manchmal schwer durchzuatmen. Aber ich gebe mit jeden Tag große Mühe, damit die Atmosphäre auf dem Wohnbereich gut bleibt.

Erfahrungsbericht aus Sulz

Was gefällt Ihnen an ihrer Arbeit besonders gut?

Ich arbeite sehr gerne mit Senioren zusammen. Die Leute sind zufrieden und mögen meine freundliche Art. Ich bin immer mit Herz dabei.

Welche Ziele verfolgen Sie?

Mein Ziel ist es, bald in die Villa zu ziehen und eine Ausbildung als Pflegerin oder im Betreuungsdienst anzufangen. Außerdem möchte ich in Zukunft mit meinem Kind in einer eigenen Wohnung oder WG leben.

Frau M., gibt es sonst noch etwas was Sie erwähnen wollen?

Hier bei ALPENLAND haben die Menschen die Chance neu anzufangen und ihren Alltag zu strukturieren, für die Schritte in ein neues Leben. Die Mitbewohner bekommen Unterstützung von Frau Hagmann, der Sozialpädagogin und psychologische Unterstützung durch die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Wohnbereiches Aufwind, sodass die Sorgen und Belastungen verringert werden können. Ich bedanke mich für diese Chance und für die Unterstützung von den Mitarbeitern, der Sozialarbeiterin und dem Betreuungsteam wie auch der Heimleitung Frau Herrmann. Herzlichen Dank, mit Herz dabei Frau M.!



Impressionen

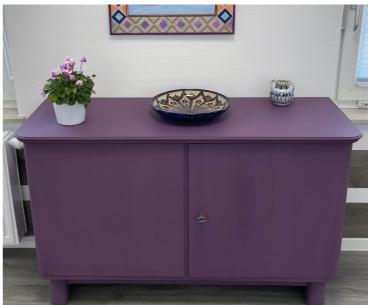












Impressum

Herausgeber

Alpenland Pflege- und Altenheim Betriebsgesellschaft mbH

Oberstdorfer Str. 20 87527 Sonthofen

Haus der Betreuung und Pflege Am Stockenberg

Freudenstädter Straße 13 72172 Sulz am Neckar Tel. 07454/792212

Haus der Betreuung und Pflege Am Mehlsack

Seestraße 26-28 88214 Ravensburg Tel. 0751/88070

Haus der Betreuung und Pflege Bad Rappenau

Fronackerstraße 43 74906 Bad Rappenau Tel. 07264/8930

Redaktion

Frau Huchler, Frau Ruf, Frau Weinmann und weitere Mitarbeiter/innen von ALPENLAND

Druck

Braun & Sohn Druckerei GmbH & Co. KG Stückzahl: 900

Vertrieb

Kostenlos an Betreuer, Interessierte und Freunde der Einrichtungen. Anregungen und Beiträge können Sie gerne in der Redaktion abgeben.

Unsere Kooperationspartner

























KARRIERE BEI ALPENLAND



Persönliche Wertschätzung und der liebevolle Umgang mit Senioren sind das Herzstück unserer Philosophie. Haben auch Sie ein großes Herz und vielleicht ein besonderes Talent? Wünschen Sie sich ein berufliches Umfeld, in dem Teamgeist, Empathie, Kompetenz und Einsatzfreude wertgeschätzt und gefördert werden? Arbeiten Sie gerne flexibel, professionell und bewohner-orientiert? Dann bewerben Sie sich noch heute!

Ob in der Betreuung oder Pflege, in der Verwaltung oder im Bereich unserer Wirtschaftsdienste: Bei uns finden Sie eine Vielzahl unterschiedlicher beruflicher Möglichkeiten. Über Ihre **Initiativbewerbung** freuen wir uns. Bitte senden Sie diese jederzeit gerne an: **karriere@betreuung-und-pflege.de**

Lassen Sie sich überraschen. Sie werden **ALPENLAND** als einen innovativen, erfrischend anderen und sozial engagierten Arbeitgeber kennenlernen, bei dem Arbeiten (mehr) Spaß macht.

ALPENLAND Pflege- und Altenheim mbH Oberstdorfer Str. 20 | 87527 Sonthofen Tel.: +49 8321 660862 karriere@betreuung-und-pflege.de



WWW.KARRIERE-BEI-ALPENLAND.DE

PRODUKTKATALOG



Produkte der Eingliederungshilfe nach SGB XII

Wir freuen uns, dass Sie sich für die Produkte aus unseren arbeitstherapeutischen Abteilungen interessieren und hoffen, dass diese Ihnen gefallen. Die verschiedenen Produkte und Erzeugnisse sind Ausdruck der Kreativität und Spontanität unserer Bewohnerinnen und Bewohner. Ihre Erarbeitung steht jeweils im Zusammenhang mit den verschiedenen individuellen arbeitstherapeutischen Maßnahmen und Zielen eines stationären Aufenthalts. Für die Bewohnerinnen und Bewohner besteht das Angebot, ihre Produkte zum Materialkostenpreis selbst du behalten, oder sie zum Verkauf zur Verfügung zu stellen. Der Erlös aus dem Verkauf der Produkte fließt in den Etat der Arbeitstherapie zurück.

Bei Interesse können Sie sich jederzeit gerne vertrauensvoll an die zuständigen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter wenden!

ALPENLAND Pflege- und Altenheim mbH Oberstdorfer Str. 20 | Sonthofen Tel.: +49 8321 660862 alpenland@betreuung-und-pflege.de



WWW.BETREUUNG-UND-PFLEGE.DE