

AWO Soziale Dienste Bezirk Hannover gGmbH -Trialog
Regionalverbund Hildesheim
Teichstraße 6
31141 Hildesheim

Kurzkonzeptionen

Gruppenangebote der Wohnstätte und der Heiminternen Tagesstruktur (HiT)

Lerchenkamp 50
31137 Hildesheim

Bahnhofsallee 13/14
31134 Hildesheim

Immengarten 16
31141 Hildesheim

Inhaltsverzeichnis

! Außenbewegungsgruppe.....	Seite 3
! Gymnastikangebot.....	Seite 4
! Einkaufstraining.....	Seite 5
! Kochen und gemeinsames Essen.....	Seite 6
! Hausinterne Wäscheversorgung.....	Seite 7
! Ergotherapeutisches Kleingruppenangebot.....	Seite 8

Außenbewegungsgruppe

Zielgruppe:

Das Angebot der Außenbewegungsgruppe richtet sich an Bewohnerinnen und Bewohner aller drei Wohnstättenstandorte. Insbesondere ist dieses Angebot für Personen konzipiert, die aufgrund ihrer chronisch-psychischen Erkrankung in ihrem Antrieb sowie körperlich und psychomotorisch eingeschränkt sind. Darüber hinaus wird mit diesem Angebot Rückzugstendenzen entgegengewirkt.

Zeit/Ort:

Das Angebot findet einmal wöchentlich im Umkreis der Stadt Hildesheim statt und wird mit dem Auto angefahren. Daher ist die Teilnehmerzahl auf maximal 4 Teilnehmer begrenzt. Treffpunkt ist im Lerchenkamp 50, Teilnehmende anderer Standorte werden ggf. abgeholt.

Ziele:

Folgende Ziele sollen durch das Angebot erreicht werden:

- ! Aktivierung bei gleichzeitigem Abbau von Rückzugstendenzen und sozialer Isolation,
- ! Aufnahme von sozialen Kontakten und Kommunikation im Rahmen positiver Gruppenerfahrungen,
- ! Ganzheitliche Aktivierung durch Anregung vieler Sinneswahrnehmungen,
- ! Verbesserung und Erhalt körperlicher Gesundheit, Stärkung der Muskulatur und des Bewegungsapparates sowie
- ! Ablenkung von akut wiederkehrenden Krisensituationen.

Durchführung:

In der Regel handelt es sich bei den Angeboten der Außenbewegungsgruppe um Spaziergänge. Zusätzliche Hilfsmittel sind Nordic-Walking-Stöcke, um den Teilnehmerinnen und Teilnehmern das Gefühl von Sicherheit und des Halts zu vermitteln.

Das Gruppenangebot dauert ca. eine Stunde. Zu Beginn der Einheit findet eine kurze Gesprächsrunde zur Erhebung des seelischen und körperlichen Befindens der Teilnehmenden statt. Die Wegstrecke wird gemeinsam besprochen und festgelegt. Dabei wird besonders auf ein abwechslungsreiches Programm und eine ansprechende Wegführung geachtet um den gesetzten Zielen, wie Sinnesanregung, körperliche Aktivierung unter Berücksichtigung der individuellen Ressourcen, aber auch Aspekte wie die Förderung sozialer Kontakte, entsprechen zu können.

Im Verlauf des Angebotes werden ausreichende Ruhephasen angeboten um die Teilnehmenden nicht zu überfordern. Die Angebote werden der jeweiligen Witterung entsprechend organisiert.

Eine kurze Reflexionsrunde, um die Erfahrungen und das Befinden auszutauschen sowie für Anregungen für die weiteren Planungen, bildet den Abschluss der Einheit.

Gymnastikangebot

Zielgruppe:

Das Gruppenangebot „Gymnastik“ richtet sich an Klientinnen und Klienten der Wohnstätte, die aufgrund ihrer chronisch psychischen Erkrankung auch auf körperlicher Ebene eingeschränkt sind.

Zeit/Ort:

Das Angebot findet einmal in der Woche im Wohnstättenstandort Lerchenkamp 50 statt und dauert 45 Minuten. Für dieses Bewegungsangebot steht ein ca. 30 qm großer Raum zur Verfügung.

Ziele:

Auswirkungen der psychischen Erkrankung und die Gabe von Psychopharmaka führen in der Regel zu Wahrnehmungsstörungen, Verspannungen und damit einhergehender mangelnder Bewegung. Das Angebot ist darauf gerichtet, den Muskel- und Bewegungsapparat wahrzunehmen und zu trainieren.

Gleichfalls fällt der gemeinschaftlichen Gruppenerfahrung eine große Bedeutung zu. In der Ausübung von Paar- und Gruppenübungen tritt die Teilhabe am Spiel in den Vordergrund, während der Aufbau von Muskelspannung und Kraftdosierung ganz beiläufig mit geübt werden.

Übungsziele sind:

- ! Steigerung der Körperwahrnehmung
- ! Förderung der Aufmerksamkeit
- ! Förderung, das Erlernte im Alltag anzuwenden
- ! Empfinden von Spaß und Freude in der Gruppe
- ! Steigerung des Wohlbefindens und möglicher Abbau von Verspannungen
- ! Regelmäßige Teilnahme – Einübung von Verbindlichkeit

Durchführung:

Für die Begrüßungs- und Aufwärmphase wird gemeinsam mit den Teilnehmern ein Stuhlkreis aufgebaut und es werden Medien bereitgestellt, die an dem Tag zum Einsatz kommen sollen.

Medien können sein: Tücher, Schaumstoffstangen, Plastikreifen, Schaumstoffbälle, Therabänder u. v. m. Ein Fahrdienst für Teilnehmerinnen und Teilnehmer anderer Standorte ist organisiert.

Zu Beginn jedes Bewegungsangebotes erfolgt eine Aufwärmphase. Dabei wird die Aufmerksamkeit der Teilnehmerinnen und Teilnehmer ganz bewusst auf alle Körperteile gerichtet, wie z. B. dem Kopf, Schultern/Schulterblätter, Arme, Hände, Rumpf, Hüfte, Beine, Füße usw. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden gebeten, Gelenke rotieren und Muskelgruppen spielen zu lassen. Diese Bewegungsabläufe erfolgen im Sitzen, manchmal auch im Stehen und werden jede Woche wiederholt, damit sie erlernt und auch im Alltag autark ausgeführt werden können.

Anschließend folgen Paar- bzw. Gruppenübungen mit unterschiedlichen Medien.

Den Ausklang bildet eine Entspannungsphase - wenn gewünscht auch mit Massagen im Kopf- und Schulterbereich. Diese Erfahrung von Wohlbefinden ist für manche Teilnehmerinnen und Teilnehmer sofort und deutlich spürbar. Auf eine kontrollierte Ausführung der Übungen, unter Berücksichtigung der individuellen Ressourcen, wird stets geachtet, um Verletzungen vorzubeugen und um eine maximale Effektivität zu erreichen.

Einkaufstraining

Zielgruppe:

Das Gruppenangebot „Einkaufstraining“ richtet sich an Bewohnerinnen und Bewohner, die sich den Anforderungen des Einkaufens nicht mehr gewachsen fühlen oder die Fähigkeit verloren haben bzw. diese zu verlieren drohen. Darüber hinaus richtet sich das Angebot an die Bewohnerinnen und Bewohner, die einen Hilfebedarf beim Umgang mit der Geldeinteilung haben.

Zeit/Ort:

Das Einkaufstraining erfolgt sowohl als Gruppenangebot oder im Rahmen eines individuellen Einzelangebotes. Im Lerchenkamp findet es in der Regel dreimal in der Woche statt. Neben den lokal erreichbaren Supermärkten werden bei Bedarf auch Geschäfte in der Stadt angefahren.

In der Bahnhofsallee und im Immengarten werden überwiegend die Geschäfte des Stadtteils für die Einkäufe genutzt, ggf. werden, im Rahmen gemeinsamer Planung, auch Großmärkte am Stadtrand mit einbezogen. An diesen beiden Standorten wird das Einkaufstraining in der Regel als Einzelangebot durchgeführt, einmal wöchentlich als Gruppenangebot.

Ziel:

Das Angebot des Einkaufstrainings unterstützt die Bewohnerinnen und Bewohner darin, selbständiger und aktiver diese grundlegende Aufgaben im Alltag zu bewältigen. Als wesentliches Merkmal der Teilhabe dient es dazu Hemmschwellen abzubauen, soziale Kontakte herzustellen, eigene Wünsche zu entwickeln und zu formulieren sowie diese, unter Berücksichtigung der zur Verfügung stehenden finanziellen Ressourcen, umzusetzen. Im Rahmen des Einkaufstrainings werden aktuelle Angebote kennen gelernt, die Orientierung und ein angemessenes Verhalten in der Öffentlichkeit sowie der sachgerechte Umgang mit Lebensmitteln geübt.

Das Einkaufstraining ist ein regelmäßiger, Struktur gebender Bestandteil der heiminternen Tagesstruktur.

Durchführung:

In Rahmen der Wochenrunden oder individueller Planung werden die Bewohnerinnen und Bewohner bei der Zusammenstellung der Einkaufsplanungen beraten und unterstützt. Hier wird ein besonderes Augenmerk auf die Mengenbestimmung unter Berücksichtigung der vorgesehenen Mahlzeiten und das dafür zur Verfügung stehende Budget gelegt.

Kleineinkäufe werden von schon selbständigen Bewohnerinnen und Bewohner in der Regel alleine durchgeführt. Größere Einkäufe werden üblicherweise begleitet, bei Bedarf werden dazu auch die Dienstwagen genutzt.

Das Einkaufstraining umfasst neben dem regelmäßigen Einkauf von Lebensmittel auch den Einkauf von Kleidung oder anderer Dinge.

Da einige Bewohnerinnen und Bewohner einen hohen Hilfebedarf im Umgang mit ihrem Geld haben, dienen die begleiteten Einkäufe bei ihnen als begleitend-kontrollierendes Element. Dieses erfolgt in enger Abstimmung mit den gesetzlichen Betreuern und im Rahmen der heiminternen Hilfeplanung. Dadurch wird sichergestellt, dass eine ausreichende Ernährung gewährleistet ist, eine gesunde Balance zwischen Lebensmitteln und Genussmitteln besteht und über den Zeitraum eines Monats ausreichend Geld zur Verfügung steht.

Kochen und gemeinsames Essen

Zielgruppe:

Das Angebot „Kochen und gemeinsames Essen“ richtet sich in erster Linie an Bewohnerinnen und Bewohner die einerseits Kenntnisse bei der Planung und Zubereitung von Speisen erwerben bzw. vorhandene Kenntnisse verbessern wollen. Im Lerchenkamp ist es ein fester Bestandteil des Konzeptes zur Gemeinschaftsverpflegung.

In den Standorten der Bahnhofsallee und des Immengarten ist es ein Wahl- oder Pflichtangebot für einzelne Bewohner.

Zeit/Ort:

Im Lerchenkamp findet das Angebot an allen 7 Tagen der Woche zu allen Mahlzeiten in der Gemeinschaftsküche statt.

In der Bahnhofsallee und dem Immengarten finden die Angebote jeweils regelmäßig nach Vereinbarung, in der Küche der Bahnhofsallee 14 oder im Bistro des Immengartens, statt.

Ziele:

Bei den Angeboten der unterschiedlichen Kochgruppen geht es vorrangig darum, die Bewohnerinnen und Bewohner dazu zu befähigen, ausgewogene Mahlzeiten zusammenzustellen, Abwechslung in ihrer Ernährung kennenzulernen, Einkäufe und die dafür zur Verfügung stehenden Budgets zu planen und durchzuführen. Unter Anleitung werden dazu die wesentlichen Grundlagen des Umgangs mit Lebensmitteln, ihre Lagerung und ihre Zubereitung erlernt bzw. vorhandene Kenntnisse wieder aufgefrischt. Weitere Ziele sind, neben einer ausgewogenen Ernährung, die Erfahrung von Genuss und Spaß am gesunden Essen, dem Erlernen sozialer Kompetenzen (z. B. Förderung angemessenen Essverhaltens, Vermitteln von Tischkultur), die Förderung von Konzentration und Belastbarkeit, die Aktivierung durch eine sinnvolle Tagesstrukturierung sowie die Erfahrung positiver Rückmeldungen durch die Gruppe.

Durchführung:

Das Kochtraining wird in Gruppen- und Einzelarbeit angeboten. Die Aufgabenverteilung erfolgt unter Berücksichtigung von Fähigkeiten und Beeinträchtigungen. Bei der Zubereitung des Essens stehen die Betreuerin/der Betreuer den Teilnehmern motivierend, beratend und unterstützend zur Seite. Das bedeutet, den Bewohnern im Rahmen ihrer Möglichkeiten Verantwortung zu übertragen, sie aber auch nicht durch Überforderung zu demotivieren. Dabei ist ein ausgewogenes Verhältnis von Motivation, Unterstützung und Anleitung wichtig. Zur Vorbereitung des gemeinsamen Essens gehören auch die Gestaltung des Tisches, d. h. die Bereitstellung von Tellern, Besteck, Servietten und ggf. auch Tischdekoration. Die Mahlzeiten werden gemeinsam begonnen. Das gemeinsame Essen dient auch der Einübung eines angemessenen Ess- und Sozialverhaltens untereinander.

Die Auswahl der Mahlzeiten wird gemeinsam mit den Bewohnerinnen und Bewohnern im Rahmen der Wochenrunde geplant. Wünsche von Vegetariern finden selbstverständlich Berücksichtigung. Im Vorfeld werden alle Lebensmittel im Rahmen eines Einkaufstrainings eingekauft. Die Rezepte und die einzelnen Arbeitsschritte werden klar und verständlich besprochen und im Einzelfall angeleitet.

Die Nacharbeiten, z. B. das Abräumen des Geschirrs, der Abwasch und der hygienische Umgang mit Essensresten sind ebenfalls Bestandteil der Gruppenangebote und werden im Rahmen der allgemeinen Aufgabenverteilungen von den Teilnehmenden übernommen.

Hausinterne Wäscheversorgung

Zielgruppe:

Das Gruppenangebot „Hausinterne Wäscheversorgung“ richtet sich an Bewohnerinnen und Bewohner des Wohnstättenstandortes Lerchenkamp, die durch den Einfluss ihrer Erkrankung antriebsgemindert und in ihrer Selbstwahrnehmung, ihrer Konzentration und ihrer Belastbarkeit beeinträchtigt sind. Die hausinterne Wäscheversorgung bietet im Rahmen eines Gruppenangebotes die Möglichkeit einer sinngebenden Beschäftigung/Tagesstrukturierung, an Erfahrungen im hauswirtschaftlichen Bereich anzuknüpfen bzw. diese neu zu erlernen.

Zeit/Ort:

Das Angebot findet einmal in der Woche im Wohnstättenstandort Lerchenkamp 50 statt und dauert je nach Arbeitsaufwand 1-2 Stunden. Für das Angebot steht im Wohngebäude ein ausgestatteter Wäscheraum mit den entsprechenden Geräten (Waschmaschinen, Trockner, Wäscheständer, Wäscheklammern, Bügeleisen, Bügelbrett, Wäschemangel, Wäschekörbe, Waschmittel) zur Verfügung.

Ziele:

Die Auswirkungen der langjährigen psychischen Erkrankung und die Gabe von Psychopharmaka führen oft zu einer ausgeprägten Antriebsminderung, Beeinträchtigungen in der Belastbarkeit, dem Durchhaltevermögen und des Selbstbewusstseins. Das Angebot soll die Teilnehmerinnen und Teilnehmer daher in folgenden Bereichen fördern:

- ! Stärkung des Selbstbewusstseins,
- ! Übernahme von Verantwortung für Arbeitsabläufe,
- ! Steigerung des Antriebs und der Belastbarkeit,
- ! Regelmäßige Teilnahme – Einübung von Verbindlichkeit,
- ! Vermittlung von Hygienestandards,
- ! Förderung des Bewusstseins für saubere und angemessene Kleidung,
- ! Vermittlung von Kenntnissen im Umgang mit Elektrogeräten sowie
- ! Förderung von Empathie und Sozialkompetenz im Gruppenprozess.

Vorbereitung und Durchführung:

Während der Durchführung des Angebotes steht eine Fachkraft beratend und unterstützend zur Seite. Damit die Teilnehmenden eine Arbeitsorientierung haben, wird mit ihnen eine Übersicht der einzelnen Arbeitsschritte ausgearbeitet. Diese dient der Arbeitserleichterung und gibt den Teilnehmenden Sicherheit bei der Ausführung.

Die hausinterne Flachwäsche (Handtücher, Badehandtücher, Geschirrhandtücher, Bettwäsche und Waschlappen) wird den Bewohnerinnen und Bewohnern im Allgemeinen von der Einrichtung zur Verfügung gestellt. Verschmutzte Flachwäsche wird separat in einem Wäschebehälter gesammelt und während des Gruppenangebotes unter Anleitung nach den Hygienestandards gewaschen, getrocknet und ggf. gemangelt. Die Flachwäsche wird in einen Wäscheschrank einsortiert und eingeschlossen.

Gardinen der Bewohner werden in regelmäßigen Abständen von den Teilnehmern der Wäschegruppe abgehängt und separat gewaschen. Dieses wird entsprechend dokumentiert, damit die Übersicht nicht verloren geht.

Da durch dieses Angebot ein wirtschaftlich verwertbarer Effekt für die Einrichtung erfolgt und um die Motivation zur Teilnahme an diesem Gruppenangebot positiv zu stärken, erhalten die Teilnehmer eine geringe Entlohnung für ihre Tätigkeit.

Ergotherapeutisches Kleingruppenangebot

Zielgruppe:

Das ergotherapeutische Kleingruppenangebot der HiT (heiminternen Tagesstruktur) richtet sich an Klientinnen und Klienten der Wohnstätte, die aufgrund ihres psychischen Handicaps mit bzw. innerhalb von größeren Gruppen überfordert sind.

Zeit/Ort:

Das Angebot findet montags in der Zeit von 13.30 Uhr bis 15.15 Uhr in der Tagesstätte der AWO Soziale Dienste Bezirk Hannover gGmbH -Trialog statt. Es werden zwei Einheiten à 45 Minuten, unterbrochen von einer 15minütigen Pause, angeboten.

Ziele:

Ergotherapie ist eine ganzheitlich orientierte Methode zur Förderung der emotionalen, sozio-emotionalen, kognitiven und psychomotorischen Kompetenzen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Sie beruht auf sinnbezogener Beschäftigung mit verschiedenen Medien, meist gegenständlicher Natur, und versucht auf diese Weise die Kreativität und das Selbstbewusstsein der Teilnehmenden zu steigern sowie Grundarbeitsfähigkeiten zu trainieren.

Übungsziele sind:

- ! Erarbeiten eines angemessenen Verhaltens im affektiven Bereich, z. B. Steigerung des Selbstvertrauens, Erhöhung der Frustrationstoleranz, Abbau von Aggressionen,
- ! Verbesserung der kognitiven Fähigkeiten, z. B. Verbesserung der Konzentrations- und Merkfähigkeit,
- ! Erarbeiten von sozialen Kompetenzen, z. B. Abbau von Kontakt- und Kommunikationsstörungen, Erarbeiten eines sozialen Gruppenverhaltens,
- ! Erarbeiten eines angemessenen Verhaltens im psychomotorischen Bereich, z. B. Steigerung des Antriebs,
- ! Hobbyfindung,
- ! Erarbeiten einer realistischen Selbsteinschätzung,
- ! Förderung zur Teilnahme an weiterführenden Maßnahmen,
- ! Förderung zur Teilnahme am Leben in der Gesellschaft sowie
- ! Förderung von Freizeitaktivitäten: z. B. Kegeln, Schwimmen, Wandern o. ä.

Durchführung:

Zur Umsetzung der ergotherapeutischen Arbeitsinhalte stehen mehrere Therapieräume zur Verfügung, die mit den notwendigen Arbeitsgeräten und Verbrauchsmaterialien ausgestattet sind. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Ergotherapie können eine Pause im „Café Trialog“ einlegen.

Die Teilnahme an diesem Angebot sollte regelmäßig erfolgen. Ausnahmen sind Erkrankungen oder urlaubsbedingte Abwesenheit der Teilnehmerinnen und Teilnehmern.

Die Teilnahme an der Ergotherapie ist nicht mit der Auszahlung eines Entgeltes verbunden.