

# Aktivierung im GerAtrium



## **Aktiv am Leben beteiligt sein**

Neues anpacken und erleben, sich bewegen, eine sinnvolle Tätigkeit ausführen, interessiert sein – das fördert die Gesundheit und erhält die Lebensqualität. Das GerAtrium bietet ein umfassendes aktivierungstherapeutisches Angebot unter Berücksichtigung der vorhandenen Ressourcen an. Unser vielseitiges Kulturprogramm ist den Bedürfnissen der Bewohnerinnen und Bewohner angepasst. Diese Aktivitäten bringen Abwechslung in den Alltag, ermöglichen Begegnungen und soziale Kontakte, steigern das geistige und körperliche Wohlbefinden und sorgen dafür, dass individuelle Fähigkeiten erhalten bleiben.

## **Ressourcen erhalten und fördern**

Jeder Mensch ist einzigartig und hat seine eigenen Bedürfnisse, Interessen und Fähigkeiten. Das vorhandene Wissen der BewohnerInnen wird genutzt und verloren gegangene Ressourcen können neu erlangt oder kompensiert werden. Individuelle Interessen und Wünsche werden zusammen mit den Bewohnerinnen und Bewohner besprochen und laufend den Bedürfnissen angepasst.

## **Aktivierungstherapie**

Lebensqualität heisst, Interessen und Gemeinschaft leben und erleben. Vielfältige Angebote unter der Leitung von Fachleuten stehen zur Wahl: Musik und Gesang, kreatives Gestalten, Bewegen, Gedächtnistraining, Literatur- und Themengruppen. Aber auch Aktivitäten des täglichen Lebens wie Gärtnern, Kochen, Backen oder ein Spaziergang in den Garten, Wald oder an den Weiher bereichern den Alltag.

## Angebote der Aktivierung

In dieser Broschüre sind alle wöchentlichen Gruppenangebote auf den verschiedenen Abteilungen beschrieben.

Zu den wöchentlichen Angeboten bieten wir das ganze Jahr über verschiedene Veranstaltungen an. Das Kulturprogramm finden Sie in den Aufzügen, auf unserer Homepage sowie auf dem Bildschirm beim Haupteingang. Zum Kulturprogramm gehören:

- Konzerte
- Jahreszeitliche Feste und Feiern
- Kinoveranstaltungen
- Ausflüge
- Hundetherapie
- Weitere Veranstaltungen wie Boccia, Curling und Lotto-Nachmittage

Auch bieten wir nach Bedarf und Möglichkeit Einzeltherapie an. Alle interessierten Bewohnerinnen und Bewohner sind willkommen.





## **Aktivitäten auf der Abteilung**

In der Abteilungsgruppe finden unterschiedliche Aktivitäten statt. Dies kann von Backen, Singen über Themengruppen bis zu Gedächtnistraining variieren. Dabei stehen die Interessen, Ressourcen und Wünsche der BewohnerInnen stets im Fokus.

## **Gedächtnistraining**

Im Gedächtnistraining werden durch Einsatz von angepassten Mitteln und Methoden die verschiedenen Hirnfunktionen angeregt. Dadurch werden die kognitiven Fähigkeiten solange wie möglich erhalten und gefördert. Durch spielerisches kognitives Training werden verschiedene Ressourcen wie Konzentrationsfähigkeit, Merkfähigkeit, Kommunikationsfähigkeit, Entscheidungsfähigkeit und weitere erhalten und gefördert.

## **Vorlesen**

In der Literaturgruppe sind alle willkommen, die sich für Bücher, Geschichten, Biografien, Gedichte oder Märchen interessieren. In der Gruppe werden verschiedene Texte und Themen von der Fachperson oder auf Wunsch von den TeilnehmerInnen vorgelesen. Durch die angepasste Auswahl der Themen werden oftmals Erinnerungen geweckt, welche in der Gruppe ausgetauscht werden.

## Wellness

Im Wellness werden verschiedene Sinne durch den gezielten Einsatz von kosmetischen Artikeln angeregt. Den BewohnerInnen wird mit beispielsweise ätherischen Ölen, Gesichtsmasken, einem Handbad sowie Handmassage eine Auszeit angeboten.



## Musik und Gesang

In den offenen Musikgruppen werden einerseits altbekannte Lieder gesungen, andererseits auch weniger bekannte Lieder über das wiederholte Hören und Singen vertraut gemacht. Für die Begleitung werden die Gitarre, das Klavier oder die Tischharfe verwendet. Musik spricht die Menschen unmittelbar an und kann so Gefühle zum Ausdruck bringen. Auch beflügelt sie den Atem und die Selbstwahrnehmung. Das bewusste Lauschen von Musik führt mit Leichtigkeit in tänzerische Bewegungen, die dem Selbstaussdruck dienen und Bewegungsabläufe ordnen kann.

## Atelier

Im Atelier sind alle Willkommen die gerne mit diversen Materialien wie Karton, Papier, Ton, Holz sowie Acryl- oder Wasserfarben und weiteren Produkten Gestalten. Es ist möglich, an Einzelprojekten zu Arbeiten oder sich an einem Gruppenprojekt zu beteiligen. Die erstellten Produkte werden Intern verwendet, wie beispielweise jahreszeiten-bezogene Dekorationen, Geburtstags- und Willkommenskarten oder auch ein Bild für das eigene Zimmer oder auf der Abteilung.



## Bewegen

In der Bewegungsgruppe werden durch den gezielten Einsatz von Musik und diversen Mitteln wie beispielsweise dem Softball, der Schwimmnudel oder dem Igelball die motorischen Fähigkeiten erhalten und gefördert. Dabei steht die Freude am Bewegen im Vordergrund.

## Jahreszeitengruppe

In der Jahreszeitengruppe steht das Thema Natur sowie die Gartenarbeit im Vordergrund. Angepasst an die Jahreszeit wird im hauseigenen Garten eingepflanzt, umgetopft und mit der Ernte beispielsweise hauseigener Tee oder Sirup hergestellt.



Fühlen Sie sich von einem Angebot oder einer Gruppe angesprochen? Bitte melden Sie sich beim Pflegepersonal oder direkt beim Team Aktivierung. Gerne besprechen wir mit Ihnen das weitere Vorgehen und klären die Verfügbarkeiten der gewünschten Angebote oder Gruppen ab. Schnuppertermine sind je nach Platzressourcen möglich.





Wir freuen uns,  
Sie bei uns willkommen  
zu heissen!



**Ronja Heim**

*Leiterin Aktivierung und Tagestreff*

Hauptnummer: 044 953 43 43

Team Aktivierung: 044 953 43 15