

advita Journal

FEBRUAR 2022

RESILIENZ

Immunsystem
der Seele

Mehr Erfolg durch
E-Learning — 4

Facharbeit
Pflegeexperte — 8

Mund Gesund?
— 14

INHALT

- 3 **Editorial** *Dean Colmsee*
- 4 **Mehr Erfolg durch E-Learning** *Katrin Stollberg*
- 8 **Pflegeexperte für außerklinische Beatmung und Intensivpflege** *Jürgen Marx*
- 13 **Leitlinien, Standards oder Expertenmeinung** *Marie-Luise Mangelsdorf*
- 14 **Mund Gesund?** *Marie-Luise Mangelsdorf*
- 16 **Resilienz: Immunsystem der Seele** *Anna Christophersen*
- 22 **Gesundheit** *Svenja Teitge*
- 23 **Wir wollen Sie kennenlernen** *Team Marketing*
- 24 **Unsere Weihnachtsfeier** *Kathleen Brandt*
- 25 **Weihnachten und Jahreswechsel** *Juliane Walther*
- 26 **»Lichterfahrt« durch das Erzgebirge** *Sven Schlolaut*
- 27 **Glücksbringer 2022** *Nicole Göckeritz*
- 28 **Adventszeit in Wernigerode** *Yvonne Borchmann*
- 29 **Weihnachten ist keine Jahreszeit, es ist ein Gefühl** *Daniela Janthur*
- 30 **Ausflug in die Gruson Gewächshäuser** *Janine Enkelmann*
- 31 **Post mit Herz** *Schumann*
- 32 **Rätsel** *Svenja Teitge*
- 34 **Presse**
- 38 **Stellenanzeigen**

IMPRESSUM

Herausgeber
advita Pflegedienst GmbH
Kantstraße 151
10623 Berlin
Tel 030 437273126
pr@advita.de

Redaktion
Peter Fischer
Uli Schuppach

Fotos
advita Pflegedienst GmbH
Adobe Stock

Gestaltung
Catharina Schewe
Svenja Teitge

V. i. S. d. P.
Peter Fischer



Liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter,

die Corona-Pandemie hat uns weiterhin fest im Griff und die durch Omikron hervorgerufene fünfte Welle bringt jeden Tag neue Rekordzahlen im Bereich der Neuinfektionen und Inzidenzen hervor. Diese Entwicklung wirkt sich nicht nur auf das Privatleben, sondern auch auf die Arbeitswelt aus, besonders auf die advita akademie. Durch die Reduzierung der Kontakte und das Vermeiden von Dienstreisen werden immer mehr Veranstaltungen digital abgehalten. Onlineschulungen und E-Learning machen mittlerweile einen Großteil der akademie Veranstaltungen aus, da weitestgehend auf die Durchführung von Präsenzveranstaltungen verzichtet werden muss.

Umso mehr freuen wir uns, im Februar den ersten Einsteiger-Basiskurs Pflege im digitalen Format anbieten zu können. Damit ist gewährleistet, dass unsere neuen Kolleginnen und Kollegen eine bestmögliche Einarbeitung erfahren und der Einstieg in den Pflegeall-

tag erleichtert wird. Wie der Kurs genau aufgebaut ist und wie durch das Einbinden von unterschiedlichen Sinnen der Lernerfolg am nachhaltigsten ist, erklärt Ihnen Frau Stollberg ab Seite 4 des Journals.

Damit ein jeder von uns möglichst gesund durch die trübe und dunkle Jahreszeit kommt, ist eine ausgeprägte Resilienz und ein starkes Immunsystem von besonderer Bedeutung. Um die eigene Resilienz, welche oft als psychische Widerstandskraft beschrieben wird, zu stärken, gibt es unterschiedliche Methoden und Ansatzpunkte. Unsere Vertrauensfrau, Anna Christophersen, beschreibt ab Seite 16, welche kleinen Übungen Ihnen dabei behilflich sein können. Ich bin überzeugt, dass auch für Sie etwas dabei sein wird – probieren Sie es doch einfach einmal aus.

Viel Freude beim Lesen dieser Ausgabe wünscht

Dean Colmsee
Geschäftsführer

Mehr Lernerfolg durch E-Learning

NEUES KONZEPT AM BEISPIEL UNSERES NEUEN ONLINE-KURSES »EINSTEIGER-BASISKURS PFLEGE«

*Katrin Stollberg
Leitung advita akademie*

Rückblick

Auch das Jahr 2021 war dominiert vom Thema Corona und so war es uns vor allem zu Beginn und am Ende des Jahres nicht möglich, Präsenzveranstaltungen in der advita akademie anzubieten. Die Digitalisierung ist unaufhaltsam in allen Lebensbereichen und bietet uns als Pflegeakademie somit auch viele neue Möglichkeiten, das Wissen trotz Versammlungsbeschränkungen zu vermitteln. Auch der weiterhin vorherrschende Pflegefachkräftemangel sowie der Ausfall von Personal durch Quarantänezeiten stellte die Akademie vor Herausforderungen: Durch einen schlichtweg zu geringen Teilnehmeranzahl mussten einige Veranstaltungen abgesagt oder verschoben werden.

Diese Themen sind nicht neu und die Akademie rüstete im Jahr 2020 im Bereich »Onlineschulungen« auf. E-Learnings zu den Pflichtfortbildungen und weiteren Themen wurden erstellt und Webinare abgehalten. Nach anfänglicher Skepsis sind die Schulungen sehr gut angenommen worden. Die Vorteile der Online-Schulungswelt sind uns allen bestens bekannt. Doch wo gelobt wird, gibt es auch Kritik und die haben wir uns genauer angeschaut.

Folgende Äußerungen sind an uns herangetragen worden: »Wichtig ist doch nur noch, dass man ein Zertifikat erhält, um es den Prüfinsstanzen vorweisen zu können, aber hängen geblieben, ist nichts!«, »Mit praxisnahem Lernen hat das wenig zu tun!«

Wir haben festgestellt, dass sich daraus Wünsche ableiten lassen, die mit unseren Werten der advita akademie einhergehen: »Aus der Praxis! Für die Praxis!« Unser Ziel ist es, mit nachhaltigem Lernerfolg praxisnah zu schulen!

Wie schaffe ich nachhaltige Lernerfolge auch im Online-Bereich?

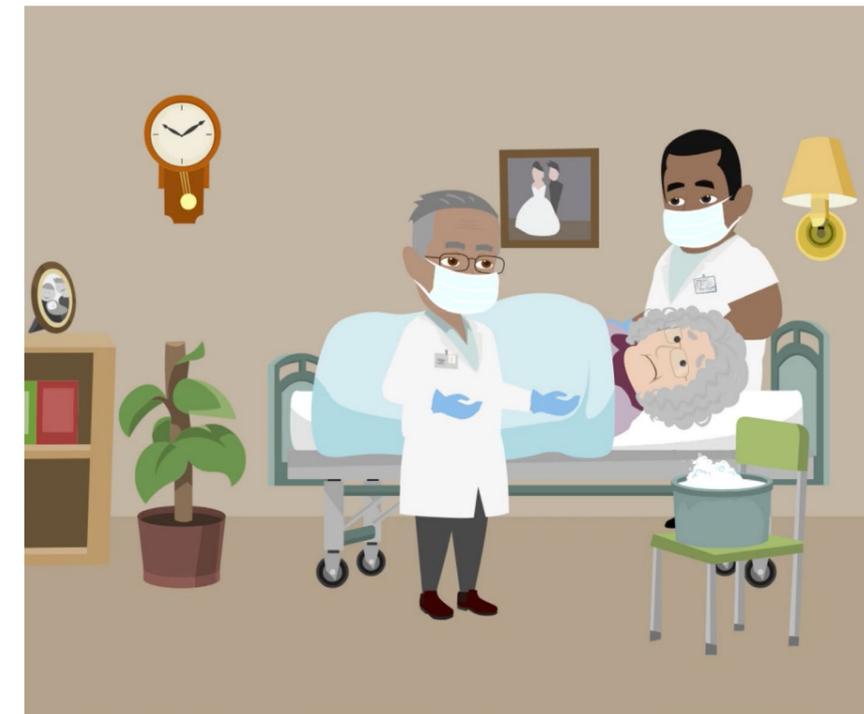
Bereits im 19. Jh. erkannte Herr Ebbinghaus, dass das Behalten des Lernstoffes am effektivsten ist, je mehr Sinne angesprochen werden. Durch reines Lesen (Sehen) behalten wir etwa 30 %, wobei wir schon durch zusätzliches Hören und Wiederholen bei knapp 70 % landen. Schaffen wir es nun noch unsere Teilnehmerinnen und Teilnehmer in die Umsetzung zu bringen, dann behalten wir statistisch gesehen 92 % des Lernstoffes.

Dieses Wissen haben wir uns zunutze gemacht und unsere neue E-Learning-Schulung »Einsteiger-Basiskurs Pflege« begonnen, lernnachhaltiger zu gestalten, z. B.

- indem wir mithilfe von praxisnahen Fallbeispielen den Bezug zum Lernstoff herstellen, die Lernenden in die Situation hinein versetzen und das Interesse wecken eine »Lösung« des Problems zu erfahren – durch die Fallbeispiele erkennen sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer wieder
- indem wir den Lernstoff in kleinere Lerneinheiten aufgliedern und anschließend das Wissen durch Wiederholungen ins Langzeitgedächtnis schieben
- indem wir das Wissen unterhaltsam transportieren – Interaktivität, Spiel, Spaß und Rätsel
- in dem wir direkte Erfolgskontrollen durch Lernabfragen eingebaut haben
- indem wir, mithilfe eines zur Verfügung stehenden Praxisbegleitbogens, die Möglichkeit geben, das neu erlernte Wissen, direkt in der Praxis zu üben und zu festigen – bestenfalls in Begleitung eines Mentors aus der Niederlassung
- indem wir versuchen, den Lernstoff durch das Hinzufügen von Bildern, Videos und Voiceovers abwechslungsreich zu transportieren

Dieser Part ist im Übrigen auch der, der die meiste Zeit in Anspruch nimmt. Bekanntlich ist es nicht gestattet, sich grenzenlos an Bildern und Videos aus dem Internet zu bedienen. Das bedeutet, eine genaue Recherche nach frei verfügbaren Medien oder das Erstellen von eigenem Material.

Es ist eine informative, abwechslungsreiche und von Lernerfolg geprägte Schulung entstanden. Und dennoch aktualisieren wir stetig, um noch mehr Varianz und positive Lernergebnisse zu generieren. ▶



Einsteiger- Basiskurs Pflege



Zielgruppe und Inhalte

Es ist keine Seltenheit mehr, dass Menschen aus ursprünglich anderen Berufsgruppen, sich als Pflegekraft bewerben. Es ist eine erfüllende Tätigkeit, die eine Vielzahl von Weiterbildungsmöglichkeiten bietet und für jeden, der das möchte, eine Zukunft bereithält.

Um den Einstieg in den Pflegealltag zu erleichtern, erste Grundlagen zu vermitteln und damit auch Pflegefachkräfte in der Einarbeitungsphase zu entlasten, ist der Basiskurs für Einsteiger entstanden.

Er dient also den Pflege-Neulingen und denen, die bisher noch recht wenig Erfahrung im Bereich der Pflege sammeln konnten, als Grundlagenkurs. Auf folgende Inhalte wird mithilfe von praxisnahen Fallbeispielen eingegangen:

- Grundpflege und Inkontenzversorgung
- Kommunikation
- Recht (Datenschutz, Schweigepflicht, Delegationsrecht)
- Prophylaxen
- Anatomie, Physiologie und Krankheitsbilder des Herz-Kreislauf-Systems sowie des Atmungssystems
- Krankenbeobachtung
- Umgang mit Sterbenden, Umgang mit Würde und Ekel
- Hygiene
- Grundlagen Demenz
- Verdauungstrakt und Ernährung von betagten Menschen
- Verhalten in Notfällen

Ablauf

Für diesen Kurs sind 20 UE (à 45 min) angesetzt. Wir empfehlen pro Tag 2 UE zu absolvieren und dann in der praktischen Übung (mit einem Mentor) das Erlernte zu festigen und umzusetzen. Sobald Sie sich das nächste Mal wieder einloggen, setzen Sie an dieser Stelle einfach fort.

Zur Hilfestellung und Orientierung haben wir einen Praxisbegleitbogen erstellt, wo die Fortschritte und Lernerfolge dokumentiert werden können. Den Bogen erhält man mit der Bestätigung der Buchung zu diesem Kurs.

Nachdem der gesamte Kurs absolviert wurde, erhalten die Teilnehmenden ein Zertifikat.

Rahmenbedingungen

Bitte stellen Sie eine gute Internetverbindung sicher sowie die Möglichkeit, Videos und Sprachinformationen hören zu können. (Lautsprecher an!)

Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt identisch zu all unseren anderen Schulungsangeboten unter www.advita-akademie.de.

Viel Spaß beim Lernen und Umsetzen! —

Weitere Veranstaltungen 2022



- Basisqualifikation aIP
- Erste Hilfe Webinar
- Führungskräfte Trainings
- Grundlagenschulung für die Behandlungspflege (Sachsen LG1) und Auffrischung*
- Pflichtfortbildung §43b*
- Demenzveranstaltungen und Fallbesprechungen*
- Minibasiskurs aIP
- PDL Refresh

* Umwandelbar in Online-Angebot, je nach aktueller Lage

Haben Sie Fragen oder Anregungen?
Dann wenden Sie sich unter
weiterbildung@advita.de an uns!

Pflegeexperte für außerklinische Beatmung und Intensivpflege

FACHARBEIT

Jürgen Marx
Pflegefachkraft, Intensivpflegezentrum Freital

Beschreibung und Verlauf des Krankheitsbildes allgemein

Die Amyotrophe Lateralsklerose (ALS) ist eine chronisch degenerative Erkrankung des motorischen Nervensystems mit Beteiligung des 1. und/oder des 2. Motoneurons. Motoneuronen sind efferente Nervenzellen, die die Muskulatur des Körpers aktivieren und somit für die Kontraktionen der Muskeln verantwortlich sind. Das erste Motoneuron sitzt im Gehirn und seine Axone reichen bis ins Rückenmark, wo sie mit den Nervenzellen des zweiten Motoneurons Kontakt haben, die durch Nervenfortsätze mit der Muskulatur verbunden sind.

Durch Schädigung der Motoneuronen werden Impulse nicht mehr weitergeleitet und die Ansteuerung der Muskulatur ist gestört. Ist das erste Motoneuron betroffen, kommt es zu einem erhöhten Muskeltonus, welcher sich durch Spastiken und einer verminderten Geschicklichkeit

und Feinmotorik bemerkbar macht. Sollte das zweite Motoneuron betroffen sein, können die Nerven der Muskulatur nur noch wenig aktiviert werden, was wiederum Muskelschwäche und Muskelschwund zur Folge hat.

60-70 % der betroffenen Patienten bemerken erste Symptome in den Extremitäten. So spüren Sie eine Schwäche der Beine bis hin zur Gangunsicherheit. Auffällig kann auch eine Ungeschicklichkeit der Hände sein.

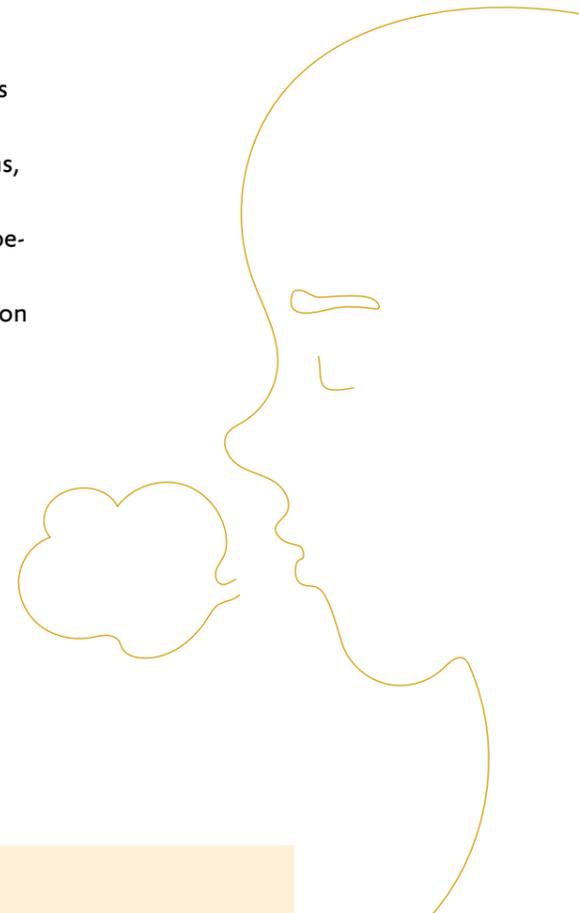
Bei den verbleibenden 30-40 % der betroffenen Patienten treten zunächst Probleme beim Sprechen und Schlucken auf. Hier spricht man vom bulbären Krankheitsbeginn und die Zungen-, Schlund- und Gaumenmuskulatur ist beeinträchtigt.

Weiterhin kann die Atmung beeinträchtigt werden. Aufgrund der Schwäche der Atemmuskulatur an Zwerchfell und Brustkorb kommt es zu einer Behinderung der Atemfunktion. Je nach Schwere der Erkrankung und Willen des Patienten können verschiedene Atemhilfen zur Anwendung kommen.

»Nicht betroffen von der ALS sind die Körperwahrnehmung und Sinneswahrnehmungen (Sehen, Hören, Schmecken, Riechen, Gleichgewichtssinn, Tastsinn). Auch die Herzmuskulatur und die Kontrolle von Urin und Stuhl bleiben meist unberührt.«

Krankheitsbild und pflegerische Notwendigkeiten

Durch die Krankheit ALS gibt es viele Einschränkungen in den Aktivitäten des täglichen Lebens, welche eine besondere Pflege notwendig werden lassen. Ich beziehe mich in meinen Ausführungen auf das Pflegekonzept von Liliane Juchli. ▶



Vorstellung einer Facharbeit aus dem Kurs zum Pflegeexperten für außerklinische Beatmung und Intensivpflege

Vorstellung der Patientin

Ich möchte eine 75-jährige nicht tracheotomierte ALS-Patientin vorstellen. Frau U. G. ist eine gelernte Damenschneiderin, hat immer gern gesungen, alle Anlässe gefeiert und war sportlich aktiv. Im August 2014 wurde bei oben genannter Patientin ALS diagnostiziert. Als Nebendiagnosen sind ein nicht medikamentös behandelungspflichtiger Diabetes mellitus, ein arterieller Hypertonus und ein Vitamin B12-Mangel bekannt.

Atmen

Problem/Ressource	Zielsetzung	Maßnahme
Die Schwäche der Atemmuskulatur am Brustkorb und des Zwerchfells ist bereits so weit fortgeschritten, dass die Patientin in liegenden Positionen auf eine Beatmung angewiesen ist. Durch weiteres Fortschreiten der Krankheit hat Frau U. G. unterdessen auch gelegentlich Schwierigkeiten bei der Atmung, in sitzender Position. Gelegentliche Aspiration.	Ausreichende Ventilation der Lunge, Patientin leidet keine Luftnot.	Bereits beim Transfer ins Bett wird die Maskenbeatmung angelegt und gestartet. Die Beatmung wird erst beendet, wenn sich die Patientin wieder in sitzender Position im Rollstuhl befindet. Gibt Frau U. G. Luftnot an, ist ihr sofort die Maskenbeatmung anzulegen. Bei Aspiration ist die Patientin mittels Cough Assist beim Abhusten zu unterstützen.

Für Sicherheit sorgen

Problem/Ressource	Zielsetzung	Maßnahme
Die Patientin ist oft unsicher und ängstlich, da sie befürchtet, sich nicht bemerkbar machen zu können, falls sie Hilfe braucht.	Wohlbefinden, Patientin hat das Gefühl von Sicherheit.	Wenn sie im Bett liegt, das Sensorkissen für Schwesternrufanlage bereitlegen und vor Verlassen des Zimmers auf Funktionalität prüfen.

Sinn finden

Problem/Ressource	Zielsetzung	Maßnahme
Die Patientin hat ihren Frieden mit der Erkrankung ALS gemacht, indem sie für sich beschlossen hat, ihren Körper nach ihrem Ableben der Wissenschaft zur Verfügung zu stellen, um so einen Beitrag zu leisten, dass diese Erkrankung vielleicht einmal heilbar sein wird.	Den Wunsch von Frau U. G. respektieren.	Patientenverfügung regelmäßig auf Gültigkeit überprüfen.



Aktuelle Atmungssituation/ Beatmungssituation

Die aktuelle Situation zeigt, dass in sitzender Position die spontane Atmung eine meist ausreichende Atemtiefe mit Atemfrequenzen von ca. 16–20 Atemzügen pro Minute, bei konstantem Atemrhythmus aufweist. Die SPO₂ Werte liegen zwischen 92 und 96 %. Die Patientin äußert Wohlbefinden.

Sobald aber Frau U.G. in eine liegende Position gebracht wird, reicht die eigene Kraft für eine ausreichende Belüftung der Lunge nicht mehr aus, sodass sie auf eine maschinelle Beatmung angewiesen ist.

Da eine invasive Behandlung, wie bereits erwähnt, von der Patientin abgelehnt wird, kommt eine nicht

invasive Beatmung (NIV-noninvasive ventilation) über eine Mund-Nasen-Maske, kombiniert mit dem Beatmungsgerät Vivo 50 zur Anwendung.

Die Beatmung arbeitet im Modus: PCV (A+TgV)

PCV(A) - Assisted Pressure Controlled Ventilation. Dabei handelt es sich um eine assistierte druckkontrollierte Beatmung. »Im PCV(A)-Modus wird die Beatmung durch das Vivo 50 gesteuert, jedoch kann der Patient einen Atemzug mithilfe des Inspirationstriggers starten. Dieser vom Patienten getriggerte Atemzug wird mit den eingestellten Werten für Inspirationszeit, Anstieg und Druck geliefert.«

Der PCV (A+TgV)-Modus - Assisted Pressure Controlled Ventilation mit Ziel-Volumen - »arbeitet wie der PCV(A)-Modus, jedoch mit einer zusätzlichen Druckregulierung. Das Ziel-Volumen ist eine Funktion, die den Druck automatisch anpasst und so sicherstellt, dass das Vivo 50 das eingestellte Ziel-Volumen an den Patienten liefert. Das gelieferte Volumen wird mit dem eingestellten Ziel-Volumen auf der Basis von Atemzug zu Atemzug verglichen. Der gelieferte Druck für den nächsten Atemzug wird je nach Unterschied zwischen dem gelieferten Volumen und dem eingestellten Ziel-Volumen erhöht oder gesenkt. Zwischen zwei einstellbaren Grenzen (Min. Druck und Max. Druck) werden automatische Druckeinstellungen vorgenommen, damit der Patient die optimale Unterstützung erhält.«

Folgende Beatmungsparameter sind hinterlegt:

- Inspirationsdruck 15 mbar
- PEEP 4 mbar
- Atemfrequenz 16/min
- Inspirationszeit 1,3 s
- Anstieg 3
- Inspirationstrigger 3
- Zielvolumen (TgV) 400 ml
- Maximaldruck 15 mbar
- Minimaldruck 10 mbar

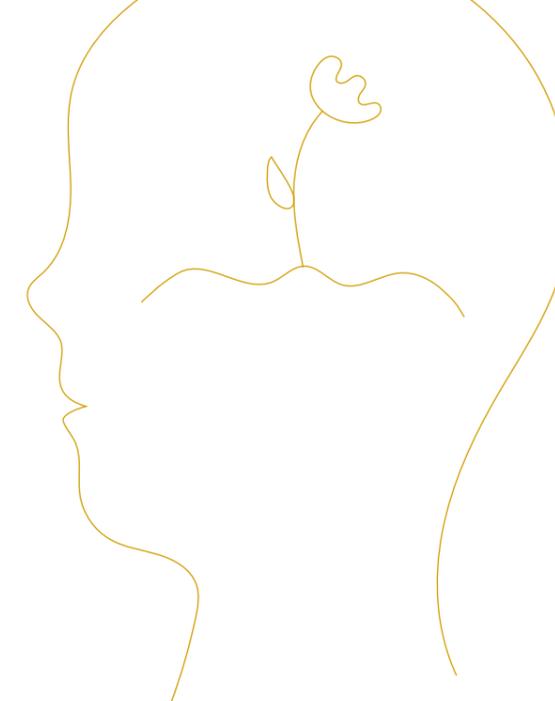
Mit diesen Einstellungen wird die Beatmung von der Patientin gut toleriert. Eine Gabe von Sauerstoff ist nicht erforderlich. Bezüglich der Sekretion gibt es keine Auffälligkeiten.

Aktuell gibt es Probleme durch die fehlende Kraft bei vorhandenem Hustenreiz, Sekret und aspirierte Nahrung abzu husten. Dieses führt zu einer Unterversorgung mit Sauerstoff, aber auch eine Pneumonie kann sich entwickeln, da Sekret ein guter Nährboden für Bakterien ist.

Um diesen Komplikationen entgegenzuwirken, wurde Frau U.G. mit dem Cough Assist Philips Respironics E70 versorgt. Meist nutzt sie diesen nach den Mahlzeiten, um erfolgreich Speisereste und Sekret abzu husten.

Die für sie festgelegten Parameter zur Nutzung des Cough Assist sind wie folgt:
P inhale - 25 mbar für 1 s und
P exhale - 35 mbar für 2 s mit Triggerfunktion.

Tendenziell wird aber auch die spontane Atmung im Sitzen nicht mehr ausreichend sein. Deutlich äußert sich dies durch mangelnde Kraft beim Sprechen, da die Stimmbänder nicht mehr ausreichend in Schwingung versetzt werden können. Aber auch subjektive Luftnot wird von der Patientin gelegentlich geäußert. Daher wurde schon jetzt über die Möglichkeit der Mundstückbeatmung nachgedacht. Damit hätte Frau U.G. die Möglichkeit während der Spontanatemphasen bei Bedarf zusätzlich tiefe Atemzüge zu holen. ▶



Fazit

Frau U.G. wurde über alle Therapieoptionen informiert und hat lange mit sich gehadert, wie sie in Zukunft mit der Situation umgehen möchte. Sie weiß, dass die Anlage einer PEG und eines Tracheostomas ihr Leben deutlich verlängern würde, lehnt dies aber konsequent ab. Sie wünscht keine lebensverlängernden Maßnahmen, da sie schon jetzt ihre Lebensqualität als stark eingeschränkt wahrnimmt. Ihr ist auch bewusst, dass sie ihre Entscheidung, invasive Therapien abzulehnen, jederzeit widerrufen kann. Trotzdem wünscht sie selbst zu bestimmen, wie sie gehen möchte und wird auf diesem Weg palliativ und medikamentös (z. B. durch Morphin) begleitet werden. Ihr ist bewusst, dass sie im Krankheitsverlauf an den Punkt kommen wird, oral keine Nahrung mehr aufnehmen zu können und dass die Wahrscheinlichkeit groß ist, infolge der Mangelernährung zu versterben.

Von pflegerischer Seite ist es wichtig, dass man die Entscheidung der Patientin akzeptiert, sie auf ihrem Weg begleitet und ihr den Lebensabend nach ihren Wünschen und Vorstellungen so angenehm und würdevoll wie möglich gestaltet.

Anmerkung der Redaktion:

Mundstückbeatmung

Die nichtinvasive Beatmung (NIV) ist seit Ende der 90er Jahre als Therapie der chronischen hyperkapnischen Ateminsuffizienz etabliert und wird seit dieser Zeit auch bei neuromuskulären Erkrankungen wie z. B. ALS eingesetzt. Wird die NIV vom Betroffenen toleriert und es besteht keine ausgeprägte Bulbärsymptomatik mit ausgeprägten Aspirationen kann die Beatmung über eine Maske durchgeführt werden. Um eine optimale respiratorische Situation zu schaffen, besteht nicht nur bei der Vivo 50 die Möglichkeit verschiedene Profile einzustellen.

Profil 1: für den Schlaf am Tag und in der Nacht, mit dem Ziel einer guten Ventilation und Normalisierung der Atemgase.

Profil 2: für Aktivitäten am Tag ohne störende Hyperventilation

Um das Sprechen zu erleichtern wird ein zweiter Beatmungszugang etabliert, ein Mundstück mit biegsamen Schlauchhalter (Schwanenhals), welcher ohne Probleme am Rollstuhl oder Tisch zu befestigen ist.

Die Möglichkeit mit einem Respiратор unterschiedliche Beatmungsprofile einzustellen, hat es ermöglicht zusätzlich zu einer differenzierten und situationsgerechten Maskenbeatmung eine Mundstückbeatmung im druckunterstützten PSV Modus zu etablieren. Dies führt zu einer erheblichen subjektiven Verbesserung der Beatmungssituation, einem Gewinn an Lebensqualität und Sicherheit.

Dyspnoe und Angst vor Situationen, die Dyspnoe verursachen, werden gemindert und eine hohe Akzeptanz der Beatmungstherapie erreicht. —

Wissen KOMPAKT

LEITLINIEN, STANDARDS ODER EXPERTENMEINUNG?

Marie-Luise Mangelsdorf
Leitung zentrales Qualitätsmanagement



In Ihrem beruflichen Alltag stehen Sie immer wieder vor der Herausforderung, mit besonderem Problemlagen und Risiken unserer Kunden spontan, fachgerecht und unter Berücksichtigung des Willens des Kunden umzugehen. Und auch wenn Sie regelmäßig Fortbildungen besuchen, sich im Team austauschen und auf pflegerische Experten wie einen Wundexperten zurückgreifen können, so können Sie nicht alles wissen.

Stellen Sie sich vor, Sie versorgen einen Kunden nach einer Covid-19 Infektion, welcher nach einer langen Behandlungsdauer aus dem Krankenhaus entlassen wird. Welche Besonderheiten gilt es zu beachten? Was können Sie tun um zum Bsp. bei der Genesung der Lungenfunktion aktiv zu unterstützen?

Diese Fragen müssen Sie nicht alle selbst mühsam recherchieren. Hier helfen Leitlinien. Denn pflegerische Leitlinien dienen dazu, das beste verfügbare Wissen für die professi-

onelle Pflege zusammenzufassen, geltende Qualitätsmaßgaben für die Pflegepraxis zu beschreiben und letztlich Qualitätsverbesserungen in der Pflegepraxis zu bewirken.

Dabei gilt für die Erstellung von Leitlinien ein strukturiertes und transparentes Vorgehen. Dazu gehört, dass Expertinnen und Experten aller relevanten Berufsgruppen und bestenfalls sogar Kunden, also die Pflegeempfänger, beteiligt sind. Leitlinien beinhalten Empfehlungen, welche auf dem bestverfügbaren Wissensstand basieren (state of the art) und anhand einer systematischen wissenschaftlichen Literaturrecherche ermittelt wurden. Dabei werden Leitlinien in drei Stufen (S) klassifiziert. Jede Klasse steht so für ein bestimmtes methodisches Konzept, also zum Bsp. die Herangehensweise bei der Erstellung.

Neben Leitlinien dienen uns in der Pflege vor allem die Expertenstandards wie Sturz oder Dekubitus bei der Findung geeigneter Pflegemaßnahmen. Dabei sind Leitlinien anders als Expertenstandards nicht darauf ausgerichtet, als Ganzes in eine Einrichtung implementiert zu werden. Sie sollen vielmehr die jeweiligen Wissensbestände für die individuelle Behandlung nutzbar machen. Eine Implementierung im Sinne der Expertenstandards wäre auch bei der Fülle an Leitlinien schier unmöglich.

Apropos! Suchen Sie zu einem Thema eine Leitlinie? Dann kann ich Ihnen die Homepage des Zentrums für Qualität in der Pflege (ZQP) sehr empfehlen. Das ZQP ist eine gemeinnützige, operative Stiftung und hat eine Suchplattform geschaffen, mithilfe derer Sie in einer großen Datenbank Leitlinien, Standards und Expertenmeinungen ggf. auch eine Antwort auf die Frage zur Pflege einer Covid-19 Patienten finden können. —

<https://lls.zqp.de/recherche.php>

Mund gesund?

DIE MODELLEHAFTE IMPLEMENTIERUNG DES NEUEN EXPERTENSTANDARDS IN DER INTENSIVPFLEGEWOHNGEMEINSCHAFT DER ALLEN DER KOSMONAUTEN

Marie-Luise Mangelsdorf
Leitung zentrales Qualitätsmanagement

Am 28.5.2021 hat das Deutsche Netzwerk für Qualitätsentwicklung in der Pflege (DNQP) den neuen Expertenstandard „Erhaltung und Förderung der Mundgesundheit in der Pflege“ bekannt gegeben. Seit Herbst 2021 begannen Krankenhäuser, Pflegeheime und ambulante Pflegedienste die modellhafte Implementierung des Standards in Deutschland. So auch bei advita. Denn erneut wurde eine Einrichtung der advita Pflegedienst GmbH ausgewählt, die Inhalte des neuen Standards auf Herz und Nieren zu testen oder in dem Fall auf den Zahn zu fühlen.

Seit Januar 2022 erproben nun die Mitarbeiter der ambulant betreuten Wohngemeinschaft für Intensivpatienten der Niederlassung Berlin Friedrichshain den Standard zusammen mit dem Zentralen Qualitätsmanagement.



Der neue Expertenstandard zur Förderung der Mundgesundheit ist dabei der zehnte pflegerische Standard des DNQP. Er definiert Anforderungen an die allgemeine Pflege und Reinigung von Mund, Schleimhaut, Zunge sowie Zähnen bzw. Zahnersatz. Er gibt aber auch Empfehlungen für die Nährstoffzufuhr und die Beratung der Kunden. Als wichtigste Funktion des Expertenstandards Mundgesundheit gilt es, die Mundhygiene der Kunden zu verbessern bzw. aufrechtzuerhalten. Dazu gehört es bereits auch Probleme im Mundbereich zu behandeln. So müssen Pflegende wissen,

welche Symptome zu einer Verschlechterung der Mundgesundheit führen können. Der Expertenstandard Mundgesundheit unterscheidet sich in einigen Punkten von anderen Expertenstandards. Hierzu zählt z. B. die große Anzahl an Verfassern, die an der Formulierung des Standards mitgewirkt haben, wie die Deutsche Gesellschaft für Alterszahnmedizin. Damit ist der Expertenstandard Mundgesundheit der erste multiprofessionell erarbeitete Expertenstandard.

Nicht immer sind Probleme mit der Mundhygiene und der Mundgesundheit bei unseren Kunden offensichtlich. Oder sie entwickeln sich erst im Verlauf einer Krankheit oder des



Pflegeprozesses. Diese Symptome deuten auf Schwierigkeiten im Mundbereich hin:

- die Kunden haben Schwierigkeiten beim Kauen
- sie vernachlässigen möglicherweise ihr äußeres Erscheinungsbild
- eventuell klagten die Kunden über Mundtrockenheit (Xerostomie)
- möglicherweise fällt im Gespräch Mundgeruch auf
- die Kunden knirschen mit den Zähnen (Bruxismus)

Die wirkungsvollste Art und Weise Zähne, Zunge und Mundhöhle gesund zu halten, ist laut Expertenstandard das Zähneputzen. Mindestens zweimal täglich sollte eine Mundpflege stattfinden. Ist die Verwendung von Zahnbürsten aus gesundheitlichen Gründen nicht möglich, raten die Experten zu Schaumstoff- oder Baumwolltupfern.

Mundhygiene ist wichtig für Gesundheit und Lebensqualität unserer Kunden. Die Erfahrungen mit dem Projekt zur Umsetzung des Expertenstandards wollen wir vor allem

in der Pflege von Menschen mit einem Intensivpflegebedarf wertvolle Erfahrungen für das gesamte Unternehmen sammeln. Wir halten Sie auf dem Laufenden, damit Sie auch morgen noch gut zubeißen können.



Resilienz: Immunsystem der Seele

**WAS KÖNNEN WIR, AUCH ALS STRATEGIEN
FÜR DEN UMGANG MIT DER PANDEMIE
DAVON FÜR UNS NUTZEN?**

*Anna Christophersen
Vertrauensperson*



Kontakt:
Anna Christophersen
anna.christophersen@advita.de
Tel 030 437273188
Mobil 0170 1107385

Wir alle verfügen über Resilienz, wenn auch unterschiedlich stark ausgeprägt. Resilienz ist so etwas wie das Immunsystem unserer Seele. Und um gut durch die Erkältungs- und Grippezeit sowie vor allem durch den zweiten Corona-Winter zu kommen, ist sie genauso wichtig, wie ein starkes körperliches Immunsystem. Resilienz hilft uns dabei, Krisen zu bewältigen und psychisch gesund zu bleiben.

Die gute Nachricht ist, ebenso wie wir unser körperliches Immunsystem durch eine gesunde Lebensweise unterstützen können, können wir unsere Resilienz trainieren. Hier erfahren Sie, was Resilienz ist, warum sie uns gerade jetzt auch in der Pandemie hilft und wie Sie sie mit recht einfachen Mitteln trainieren können. ►

Was ist Resilienz?

Resilienz wird oft allgemein als psychische Widerstandskraft bezeichnet. Dabei geht es um Eigenschaften, Fähigkeiten und Kompetenzen, die es uns ermöglichen, mit den Herausforderungen des Lebens umzugehen. Der Begriff ist eng mit der positiven Psychologie verbunden: In diesem Sinne geht es in der Resilienzforschung darum, herauszufinden, welche Aspekte zu einem glücklichen und erfüllten Leben beitragen. Im Gegensatz zur Beschäftigung damit, was psychisches Leiden verursacht und wie wir es behandeln können, ist der Fokus der Resilienzforschung auf unsere Ressourcen gerichtet und darauf, welche Faktoren es uns ermöglichen, Krisen gut zu meistern.

Resilienz ist dynamisch, sie ist kontext- und situationsabhängig. Das heißt: Zum einen verfügen nicht alle Menschen über eine gleich stark ausgebildete Resilienz. Zum anderen wiederum fällt es jedem einzelnen von uns mal leichter und mal schwerer, zu unterschiedlichen Zeiten des Lebens und in verschiedenen Situationen mit Schwierigkeiten umzugehen. Das ist abhängig von den Ressourcen, die uns gerade zur Bewältigung der Herausforderung zur Verfügung stehen und den individuellen Risiko- und Schutzfaktoren, die sich positiv und negativ auf unsere psychische Widerstandskraft auswirken. Von großer Bedeutung ist dabei auch, wie man die jeweilige Situation bewertet.

Wer beispielsweise gerade gestresst ist, eher eine pessimistische Grundhaltung hat, an der Grenze seiner Kräfte agiert und zudem sehr wenig Unterstützung in seinem Umfeld erfährt, dem wird es schwerer fallen, mit einer herausfordernden Situation umzugehen als jemandem, der ausgeruht und gesund ist, optimistisch den Dingen entgegenschaut und jede Menge Unterstützung erfährt.

Wie hilft uns Resilienz in der Pandemie?

Resilient zu sein heißt nicht, ausschließlich glücklich und fröhlich durchs Leben zu gehen. Natürlich kennen resiliente Menschen auch Stress und erleben schwierige Situationen als belastend. Sie sind jedoch in der Lage, sich von negativen Emotionen nicht komplett vereinnahmen zu lassen. Es gelingt ihnen, ihre Perspektive zu erweitern und auch im Negativen Positives zu erkennen. Beispielsweise können sie auch in der jetzigen pandemischen Krisensituation Chancen entdecken.

Wie wir eine Situation bewerten, prägt die Bedeutung, die wir ihr beimessen und so auch die Auswirkungen, die sie auf uns hat: Gelingt es uns, mit einer optimistischen Grundhaltung an die Dinge heranzugehen, lassen wir uns nicht so leicht unterkriegen und betrachten die Situation mit dem Bewusstsein, dass sie auch

wieder vorbeigehen wird. Optimisten betrachten das Leben positiv: Ihr Glas ist immer halb voll, niemals halb leer. Sie sind sich ihrer Stärken, Fähigkeiten und Talente bewusst und schauen weniger auf die Defizite oder Fehler, sondern erkennen, was gut gelungen ist und wertschätzen Sie Ihre Leistung. Das Wissen um die eigenen Fähigkeiten, mit denen wir auch schon in der Vergangenheit schwierige Situationen gemeistert haben, hilft uns auch jetzt, darauf zu vertrauen, dass wir auch mit der gegenwärtigen Situation zurechtkommen werden.

Die aktuelle, jetzt schon zwei Jahre andauernde Ausnahmesituation, ist ohne Frage ein Stresstest für uns alle. Angesichts der Flut an negativen Nachrichten über Auswirkungen der Pandemie und neue Mutatio-

nen ist es ganz normal, sich verunsichert, überfordert, ängstlich oder auch traurig und wütend zu fühlen.

Die Pandemie erfordert immer wieder einen enormen Anpassungsprozess an immer neue Umstände und Regelungen. Das ist bei den meisten Menschen zunächst einmal mit unangenehmen Gefühlen verbunden, weil gewohnte Muster aufgebrochen und neue Bewältigungsstrategien entwickelt werden müssen. Beispielsweise zählen hierzu auch das kurzfristige Organisieren von Kinderbetreuung oder auch veränderte Arbeitsabläufe und Besuchsregelungen für Angehörige.

Resilienz hilft uns dabei, die Situation so anzunehmen, wie sie ist und uns so auch schnell an Veränderungen anzupassen. Auf diese Weise können wir uns darauf fokussieren,

was wir tun können, um mit der Situation gut umzugehen, anstatt in einer Abwehrhaltung zu verharren und damit zu hadern, was alles gerade nicht möglich ist. Denn Letzteres verstärkt negative Emotionen und engt unsere Wahrnehmung immer mehr ein, sodass wir immer mehr Problematisches wahrnehmen und das Positive aus dem Blick verlieren. Damit tun wir uns selbst und den Menschen in unserem Umfeld keinen Gefallen, sondern schwächen gegenseitig unsere Resilienz.

Natürlich ist es wichtig, auch mal

den Blick auf das zu richten, was nicht gut läuft, um beispielsweise nicht die gleichen Fehler erneut zu machen und Lösungen für Probleme zu finden. Es ist aber wichtig, gerade jetzt in der Pandemie immer wieder bewusst den Blick auch auf das zu richten, was gut läuft, was uns Freude macht und was schön ist. So stärken wir unsere Resilienz und werden aufmerksam dafür, dass es sehr viel mehr Positives gibt, als wir vielleicht zunächst meinen. Wir fördern dadurch positive Emotionen und haben mehr Energie, konstruktiv die Situation zu meistern und mit auftauchenden Schwierigkeiten umzugehen. Das Bewusstmachen unserer Stärken macht uns stark – und nicht die Fokussierung auf unsere Schwächen und darauf, was alles gerade nicht gut klappt. ▶



Tipps zum Trainieren von Resilienz in der Pandemie

Akzeptanz: Die Situation so annehmen wie sie ist

Die Situation ist komplex und vieles liegt außerhalb unseres Einflussbereiches. Wir haben uns gewünscht, dass dieser Winter evtl. nicht wieder mit so vielen Einschränkungen einhergeht und dass das Infektionsgeschehen abebbt. Doch damit hadern hilft nicht. Besser ist es, die Situation so hinzunehmen, wie sie ist – weil wir sie sowieso nicht ändern können. Das ermöglicht, Energien freizusetzen, um uns auf das zu fokussieren, was wir beeinflussen können und den Blick dahin zu richten, das Beste aus der Situation zu machen.

Es ist hilfreich, sich klar darüber zu werden, was wir kontrollieren können und was nicht, und wofür wir folglich unsere Energie einsetzen. Malen Sie sich dazu zwei ineinanderliegende Kreise auf. In den Inneren schreiben Sie, was sie kontrollieren können und in den Äußeren, was außerhalb ihres Einflussbereiches liegt.



Zum Beispiel: Ich kann die Berichterstattung über die Pandemie nicht beeinflussen. Aber ich kann kontrollieren, wie viel Zeit ich mit negativen Nachrichten und Gesprächen über das Thema verbringe und aus welchen Quellen ich meine Informationen beziehe.

Perspektivwechsel: »Vielleicht ist es ja für etwas gut«

Hier geht es nicht darum, sich Dinge schönzureden. Aber wenn es Ihnen gelingt in dieser misslichen Situation zu erkennen, dass sie vielleicht auch für Sie für etwas gut sein könnte, dann ist es Balsam für die Seele. Schmieden Sie schöne Pläne für den Pandemie-Winter: Spiele- und Filmabende mit der Familie, eine gemütliche Zeit zu Hause, etwas Neues lernen oder auch endlich mal kräftig zu Hause ausmisten.

Aus Krisen lernen

Was hat Ihnen im letzten Corona-Winter geholfen? Wie haben Sie sich die Zeit trotz Lockdown schön gemacht? Hatten Sie eine Struktur im Alltag, Rituale und Routinen, wie ein regelmäßiger Austausch mit Freunden, Familie und Kollegen, oder ausgedehnte Spaziergänge?

Behalten Sie diese positiven Dinge bei! Denn es ist sehr hilfreich, auf gute Bewältigungsstrategien aus der Vergangenheit zurückzugreifen und sich deutlich zu machen, was wir bei der Bewältigung von vergangenen Schwierigkeiten gelernt haben und welche Fähigkeiten wir entdeckt und neu entwickelt haben.

Es ist tatsächlich so, dass es meistens die Herausforderungen sind, die es uns ermöglichen, an ihnen und mit ihnen zu wachsen.

Positives bewusst wahrnehmen

Positives bewusst wahrzunehmen ist sicherlich ein großer Schutzfaktor in der gegenwärtigen Situation, die oft durch negative Nachrichten

dominiert wird. Es sind wie so oft die kleinen Dinge im Leben, auf die es ankommt. Ein Lächeln, eine nette Begegnung, etwas, das Sie gelesen oder gehört haben, was Sie gefreut oder inspiriert hat, ein schöner Film, etwas Leckeres zu essen etc.

Als Anregung können Sie sich folgende Fragen stellen:

- Was hat mich heute gefreut?
- Was hat mich glücklich gemacht?
- Was ist mir gut gelungen?
- Was hat mich inspiriert?

Am wirkungsvollsten ist es, wenn Sie sich diese Fragen zur Routine machen und sich zum Beispiel jeden Abend Ihre persönlichen kleinen und großen Glücksmomente des Tages und wofür Sie dankbar sind, vergegenwärtigen oder auch schriftlich festhalten.

Da wir Teil unseres Umfeldes sind, beeinflussen wir es, genauso wie es auch uns positiv oder negativ beeinflussen kann. Um unsere Resilienz im Team, wie guten Zusammenhalt zu fördern, ist es ebenso wichtig, dass wir das Bewusstsein für Positives im Miteinander fördern und wertschätzen. Bei diesem Tipp geht es um die scheinbar kleinen Dinge. Aber Sie alle wissen, wie wichtig diese sind: In einem stressigen Arbeitsalltag werden kleine Gesten oft als selbstverständlich hingenommen. Aber es macht eben einen großen

Unterschied, gerade auch diese aufmerksam wahrzunehmen. Machen Sie beispielsweise einer Kollegin ein Kompliment, bedanken Sie sich für Unterstützung, machen Sie sich gemeinsam bewusst, was sie als Team geschafft haben und schaffen und warum gerade in der jetzigen Zeit die Arbeit in der Pflege eine ganz besondere Bedeutung hat.

Soziale Kontakte sind wichtig

Austausch darüber, wie es einem geht und sich dessen gewahr werden, dass es anderen vielleicht ähnlich geht, kann helfen, eigene Sorgen zu relativieren und pessimistische Gedanken zu vertreiben. Auch wenn es nicht möglich sein sollte, sich zu treffen, verabreden Sie sich beispielsweise zum gemeinsamen Essen oder Kaffeetrinken per Telefon oder Videocall.

Selbstfürsorge

Neben den ganzen anderen genannten Tipps ist Selbstfürsorge ein ganz wichtiger. Ich beobachte immer wieder, dass Menschen, die in der Pflege arbeiten, sehr gut darin sind, sich um die Bedürfnisse anderer zu kümmern, dabei aber oft die eigenen Bedürfnisse aus dem Blick verlieren. Deshalb hier die Erinnerung: Nehmen Sie sich bewusst Zeit für sich selbst und tun Sie sich selbst etwas Gutes. Was das ist, wissen Sie selbst am besten.

Beispielsweise: auf ausreichend Schlaf achten und an einem freien Tag mal ganz lange im Bett liegen bleiben; ein gutes Buch lesen; sich bewusst Zeit für leckere und gesunde Ernährung nehmen und zum Beispiel neue Rezepte ausprobieren; einen Ausflug machen; ein Entspannungsbad nehmen; Musik hören, ein Wellness-Programm für sich gestalten, usw. Die Möglichkeiten sind genauso vielfältig wie Ihre Bedürfnisse und Ideen.



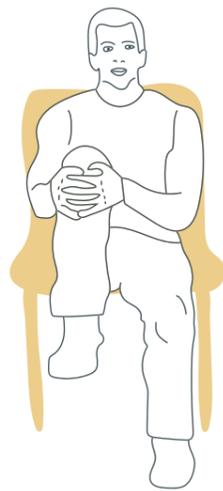
Alles in allem: Es sind kleine Übungen – aber ihre Wirkung ist gewaltig. Probieren Sie es einmal aus! —

Unterer Rücken

Svenja Teitge
Marketing

In dieser Ausgabe widmen wir uns dem unteren Rücken - ein Körperbereich, der gerade im Pflegeberuf großer Belastung ausgesetzt ist. Sei es durch schweres Heben oder falsches Sitzen, treten hier oftmals Beschwerden auf. Wir zeigen Ihnen Übungen, die die entsprechende Muskulatur dieser Region ein wenig entlasten. Als Hilfsmittel wird diesmal ein Stuhl benötigt.

Wir wünschen gute Entspannung! —



Setzen Sie sich aufrecht hin und ziehen beide Knie nacheinander Richtung Oberkörper. Zur Unterstützung können Sie Ihr Knie mit beiden Händen in diese Position führen.

Legen Sie Ihren Fuß auf dem Knie des anderen Beines ab. Nun beugen Sie sich nach vorne, bis Sie eine Dehnung des unteren Rückens spüren. Begeben Sie sich danach langsam wieder in eine normale Sitzposition zurück und wiederholen die Übung mit dem anderen Fuß.



Strecken Sie Ihren Arm über den Kopf in Richtung der anderen Körperseite, bis Sie ein Dehnungsgefühl spüren. Den anderen Arm können Sie hinter den Körper legen oder auch an der Seite hängen lassen. Achten Sie hierbei darauf, nicht ins Hohlkreuz zu fallen.

Wir wollen Sie kennenlernen!

IHRE GESCHICHTE IM PORTRAIT

Team Marketing



Erzählen Sie von sich:
journal@advita.de
Tel 030 437273 162

Seit einiger Zeit präsentieren wir nun schon regelmäßig im Journal Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus den unterschiedlichsten Bereichen. Immer wieder lernen wir so eine Menge über die Arbeit bei advita, den Alltag in den Niederlassungen und die Menschen in unserem Unternehmen. Doch Sie - ja, genau Sie! - haben wir noch nicht kennengelernt. Das wollen

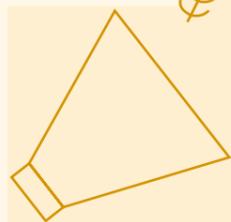
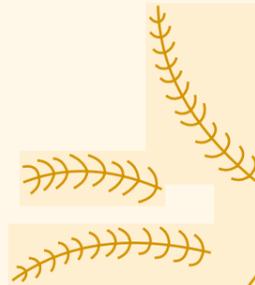
wir ändern: Vielleicht haben Sie ja Lust, sich und Ihre Arbeit vorzustellen? Oder Sie verbindet eine ganz besondere Geschichte mit advita, die Sie uns gerne erzählen möchten? Dann schreiben Sie uns an!

Wir würden uns freuen, zukünftig noch viele weitere Mitarbeiter kennenlernen und im Journal portraituren zu dürfen. —

Unsere Weihnachtsfeier

IN LEIPZIG

Kathleen Brandt
stellv. Niederlassungsleitung Leipzig



Wir stehen gemeinsam in dieser stillen Zeit, denn alles ruht, wartet und ist bereit.

Wir stehen zusammen, weil wir ein Haus mit 3 Wohnbereichen sind, wir leben miteinander, weil wir das Konzept von advita sind! —

Weihnachten und Jahreswechsel

IN DER TAGESPFLEGE ZSCHOPAU

Juliane Walther
Pflegedienstleitung Tagespflege Zschopau



Salzteig-Schneemänner

500 g Mehl, 5 TL Öl,
400 ml Wasser, 250 g Salz

Alles verkneten, bis der Teig nicht mehr klebt, Ofen auf 150 Grad (O/U) vorheizen, Kugeln unterschiedlicher Größe formen und Schneemänner daraus gestalten, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und 45 min backen, auskühlen lassen und dekorieren!

Nachdem das Jahr 2021 doch in vielerlei Hinsicht anders war als sonst, mussten wir doch versuchen wieder ein Lächeln wieder in die Gesichter unserer Tagespflegegäste zu zaubern. Die Weihnachtszeit im Erzgebirge ist etwas ganz Besonderes und dem kann auch so ein dahergelaufener Virus nichts anhaben! Alle Fenster waren liebevoll geschmückt und auch unser advita Haus war seit dem ersten Advent wunderbar hell erleuchtet und erfreute alle Gäste, Bewohner und Mitarbeiter.

In unserer Tagespflege haben wir viele schöne Momente erlebt und die Vorweihnachtszeit, sowie den Beginn des neuen Jahres besonders zelebriert. Es wurde gebacken, gestaltet, gesungen und sich kreativ ausgelebt.

Wir freuen uns auf 2022 und hoffen auf ein gesundes und glückliches Jahr in unserer Tagespflege.

Anbei noch ein Vorschlag für das kreative Gestalten.



»Lichterfahrt« durch das Erzgebirge

Sven Schlolaut
Betreuungskraft in der Tagespflege Chemnitz



Der größte
Schwibbbogen der Welt



Heinzebank-Wolkenstein

Weihnachtszeit, schönste Zeit ...
Zeit für eine »Lichterfahrt« mit den
Gästen der Tagespflege und des Be-
treuten Wohnens. Wir starteten
am 14.12.2021 mit der ersten Gruppe
Richtung Heinzebank-Wolkenstein,
Schönbrunn, Ehrenfriedersdorf,
Thum, Gelenau, Chemnitz.

Am 22.12.2021 führen wir mit der
zweiten Gruppe ebenfalls wieder
durch das Erzgebirge, u. a. zum
größten Schwibbbogen der Welt,
in Gelenau.

Bei beiden Ausflügen freuten sich
die Gäste der Tagespflege und des
betreuten Wohnens sehr. Für
sie war es ein gelungener Ausflug
in der Vorweihnachtszeit und
das »Lichtermeer« des Erzgebirges
wurde bestaunt.

Der nächste geplante Ausflug soll
am 30.12.2021, voraussichtlich nach
Seiffen, stattfinden. —

Glückbringer 2022

KREATIVES GESTALTEN IN LICHTENSTEIN

Nicole Göckeritz
Pflegedienstleitung Tagespflege Lichtenstein



Unsere Gäste haben mit Hilfe von
Modelliermasse Glücksbringer
für das neue Jahr gestaltet. Dabei
gehen diese Symbole über das
einfache Verständnis von Glück
hinaus und bedeuten ebenso
Gesundheit und Zufriedenheit.
Unsere Gäste hatten viel Spaß
an dieser Herstellung und freuten
sich auf das Endergebnis. —

Adventszeit in Wernigerode

**PLÄTZCHENDUFT, ADVENTSKALENDER UND
WEIHNACHTSLIEDER IM LICHTERSCHEIN!**

*Yvonne Borchmann
Pflegefachkraft Tagespflege Wernigerode*



Für Weihnachtsmarktstimmung sorgte unser Adventsbasar. Im Lichterglanz sangen wir heiter in geselliger Runde altbekannte Weihnachtslieder und tranken Früchtepunsch und Glühwein. Nebenbei konnten kleine Basteleien und eigens angefertigte Adventsgestecke erworben werden. Es war eine schöne, besinnliche Zeit mit tollen Gesprächen und emotionalen Momenten. —

Nicht nur Kinder, auch Erwachsene lieben die Adventszeit. Wir, die Tagespflege am Standort Wernigerode, erlebten diese Zeit mit unseren Klienten besinnlich, achtsam und heiter.

Durch gemeinsames Plätzchenbacken wurde so manche Erinnerung aus der Kindheit wach. Bei Weihnachtsmusik kneteten wir zusammen den Teig, stachen die Plätzchen aus und verzierten sie mit Zuckerguss und bunten Perlen. Dabei wurde, wie früher, auch schon mal vom Teig genascht. Die Plätzchen kamen dann anschließend mit einem Tee und einem Adventsspruch in die Türchen des Adventskalenders.

Jeder Klient zog im November in Form eines Loses seine Zahl des Türchens und es schien, als ob jeder heimlich sein Türchen im Vorfeld suchte. Noch größer wurden die leuchtenden Augen bei der morgendlichen Übergabe des Adventspäckchens.

Anschließend ergaben sich oft interessante Gespräche über familiäre Traditionen und Bräuche wie zum Beispiel das Weihnachtsbaumschlagen im Wald und das Entzünden der echten Kerzen am Weihnachtsbaum.



Weihnachten ist keine Jahreszeit, es ist ein Gefühl.

*Daniela Janthur
Betreuungskraft Tagespflege Magdeburg*



Unter diesem Motto hat die Tagespflege in Magdeburg das Projekt »Geschenke für Weihnachten selbst gemacht« über mehrere Tage fertiggestellt.

Zu diesem Projekt wurde Salzteig angerührt und von den Tagesgästen mit Begeisterung selbst ausgerollt, zu Sternen ausgestanzt oder per Hand zu kleinen Formen geknetet. Der Kreativität waren keine Grenzen gesetzt. Für einige Tagesgäste war dies eine ganz neue Erfahrung und so wurde vom salzigen Teig auch schon mal probiert.

Nachdem die Formen fertig gebacken waren, wurden sie noch schön mit Acrylfarben und Glitzer verziert und mithilfe der Mitarbeiter als Geschenk für die Angehörigen zu Weihnachten verpackt. —



Ausflug in die Gruson Gewächshäuser

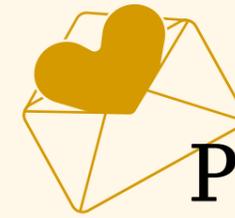
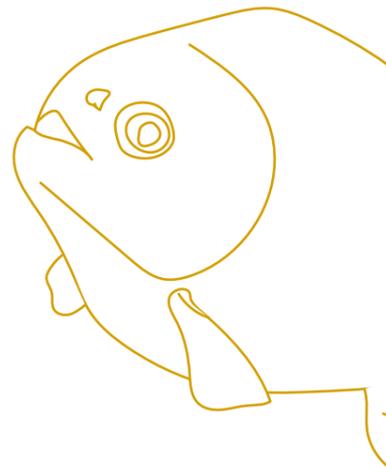
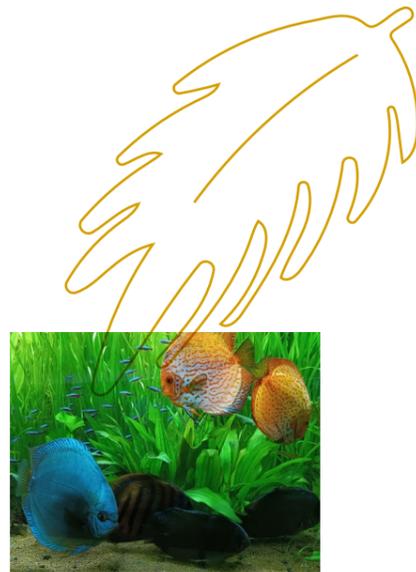
IN MAGDEBURG

Janine Enkelmann
Betreuerkraft Tagespflege Magdeburg



Heute war für die Gäste der Tagespflege Magdeburg ein besonderer Tag, denn es ging auf eine Erkundungstour in die Gruson Gewächshäuser. Viele der Gäste waren vor ganz vielen Jahren oder noch nie in den Häusern zu Besuch. Es gab viel zu entdecken und zu erkunden, wie z. B. das neue Kakteenhaus, Tropenhaus oder auch das Aquarium, welches zum Verweilen einlud. Das Staunen war groß über diese riesige Vielfalt von Flora und Fauna.

Besondere Aufmerksamkeit bekam eine kleine Gruppe von Vögelchen, niedlich und bunt, die in den Tropenhäusern frei herumläuft. Da waren alle Tagesgäste auf der Suche und schauten, was diese Tierchen wohl als Nächstes machen. Für viele war das ein aufregender aber auch anstrengender Ausflug und alle haben die Gewächshäuser mit einem großen Lächeln verlassen. —



Post mit Herz

Dirk Schumann
Hausleitung in Großenhain

»Lieber Mensch...«

So könnte ein Brief an eine ältere Dame oder einen älteren Herrn in einer Pflegeeinrichtung beginnen. Durch die derzeitige Corona-Lage sind viele ältere Menschen im eigenen Haus oder in einer Pflegeeinrichtung einsam und freuen sich sehr über ein paar aufmunternde Worte und kleine Geschichten aus dem Alltag.

Unsere Mitarbeiterin Frau Susann Bräuer hatte hierzu die NL Großenhain bei der Aktion »Post mit Herz« angemeldet. Daraufhin erhielten wir über 100 Zusendungen mit Texten und Bildern aus ganz Deutschland und Österreich. Die

Resonanz war überwältigend und es war schön zu sehen, dass es doch noch ein WIR-Gefühl unter den Menschen gibt.

Ob im Betreuten Wohnen, in der Tagespflege oder in den Wohngemeinschaften, jeder bekam einen liebevoll geschriebenen Brief. Mit wenigen Worten einfach einen Menschen glücklich machen. Wir bringen unsere Patienten ungerne zum Weinen, aber in diesem Fall waren es pure Freudentränen und das Gefühl einfach nicht in Vergessenheit zu geraten.

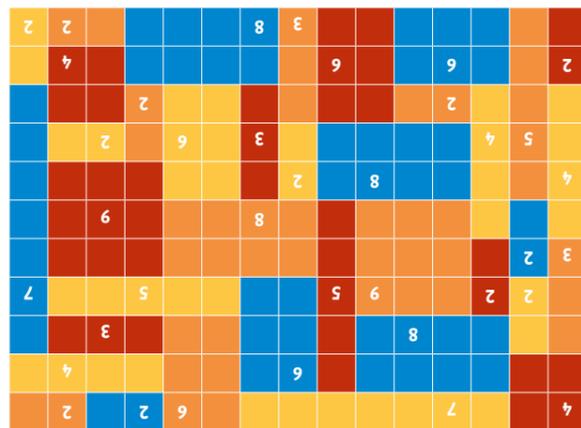
Viele Grüße aus Großenhain —



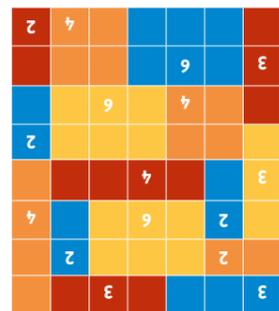
Zahlenschlange

Svenja Teitge
Marketing

Im Rätsel dieser Ausgabe sind wieder Ihre Rechenkünste gefragt. Setzen Sie die Zahlen 1 bis 5 so in die leeren Felder ein, dass die Rechnung aufgeht. Es gilt Punkt- vor Strichrechnung und jede Zahl darf nur einmal verwendet werden. Verzweifeln Sie nicht. Da vier verschiedene Lösungen möglich sind, können Sie sich auf den vier Feldern austoben. Wir wünschen viel Spaß! —



schwer:



leicht:

Auflösung/Januar-Ausgabe:

?	?	x	?
+	-		-
6	7		8
x	+		=
?	:	?	13

?	?	x	?
+	-		-
6	7		8
x	+		=
?	:	?	13

?	?	x	?
+	-		-
6	7		8
x	+		=
?	:	?	13

?	?	x	?
+	-		-
6	7		8
x	+		=
?	:	?	13

[Freital](#)

12.01.2022 11:00 Uhr

Wilsdruff: Endspurt am Kesselsdorfer Advita-Haus

Die Baublöcke am Kesselsdorfer Marktplatz ist geschlossen. Die ersten Mitarbeiter haben das Gebäude bereits bezogen, demnächst öffnet hier eine Tagespflege.



Bald werden hier Senioren einziehen können. Niederlassungsleiterin Susann Flade zeigt im neuen Advita-Haus eine der Wohnungen, in der bald Betreutes Wohnen möglich sein wird.

© Daniel Schäfer

Von [Maik Brückner](#) 5 Min. Lesedauer

Das letzte freie Baufeld auf dem Kesselsdorfer Marktplatz ist bebaut. In den letzten Monaten entstand hier ein neues mehrstöckiges Advita-Haus. Eigentlich wollte der von Berlin aus geführte Pflegedienst hier im Oktober einziehen. Doch Lieferengpässe von Baustoffen und Corona-Ausfälle in den Baufirmen führten zu einem Bauverzug, sagt Susann Flade bei einem Rundgang durch das Haus. Die 38-Jährige, die das Haus nach der Fertigstellung leiten wird, weiß um die Schwierigkeiten.

Von außen gesehen sieht das Haus schon ziemlich fertig aus. Und auch drin sind die Bauleute gut vorangekommen. Mehrere Wohnungen, in denen der Pflegedienst Betreutes Wohnen anbieten möchte, sind fast fertig. Es gibt auch schon eine Musterwohnung, die sich Interessierte bald anschauen können.

Susann Flade ist sich sicher, dass sich das Haus bald füllt. Jedes Zimmer hat große Fenster und einen Balkon. Dazu gehört ein barrierefreies Bad. Die Zimmer sind so zugeschnitten, dass die Bewohner auf kleinstem Platz Rückzugsorte haben. Selbst in Ein-Zimmer-

Wohnungen gibt es einen Bereich, der beim Betreten nicht gleich eingesehen werden kann und wo das Bett stehen könnte.

Gut vorangekommen sind die Bauleute auch im Dachgeschoss, wo eine Pflege-Wohngemeinschaft einziehen soll. Susann Flade zeigt auf dem großen Raum in der Mitte, in dem es einen Gemeinschaftsbereich mit Küchenzeile geben wird.

Erste Räume bereits bezogen

Obwohl noch gebaut wird, hat der Pflegedienst erste Räume bereits bezogen - es sind die Zimmer der Mitarbeiter. Auch diese sind hell und groß. Hier sollen auch ein Treffpunkt für die Pfleger entstehen, die in der ambulanten Pflege arbeiten und die für Advita bereits seit mehreren Jahren im Wilsdruffer Stadtgebiet tätig sind. Denn diese Mitarbeiter wechseln demnächst von Wilsdruff nach Kesselsdorf ins Advita-Haus.

Susann Flade, die die Teams der ambulanten Pflege bisher geführt hat, wird diese Tätigkeit nach dem Wechsel an die Spitze des gesamten Hauses an [Richard Kurtze](#) abgeben. Zur neuen Dreierspitze gehört noch Sandra Damme. Sie arbeitet seit Oktober bei Advita und wird hier die neu zu schaffende Tagespflege leiten.

Im Zuge dieser Neustrukturierung wird Advita die Büroräume in Wilsdruff aufgeben. Ein Teil der Möbel ist bereits umgezogen - so auch die Einrichtung von Susann Flade, deren Büro sich bereits in Kesselsdorf befindet.



1 / 10

Um dort dorthin zu gelangen, müssen Susann Flade und ihre Mitarbeiter immer noch durch eine Baustelle laufen. Denn an mehrere Stellen - so wie zum Beispiel in den Treppenhäusern - wird noch fleißig gewerkelt. Wie lange noch genau, ist unklar. Die zurzeit avisierte Übergabe im Februar wird offenbar nicht zu halten sein. Susann Flade hofft, dass das Haus im März oder April bezugsfertig ist. Zunächst soll die Demenz-Wohngemeinschaft mit ihren zwölf Plätzen fertiggestellt werden. Dann sollen die Tagespflege und abschnittsweise die Wohnungen für das Betreute Wohnen folgen.

Heimleitung hat eine Warteliste angelegt

Danach bleibt noch einiges zu tun, sagt sie und zeigt auf das Gelände rund um das neue Advita-Haus. "Das muss auch noch gestaltet werden."

Der Bauverzug erschwert indes auch die Planungen der Hausleitung. "Wir haben ganz viele Anfragen." Inzwischen hat sie Warteliste aufgestellt, die abgearbeitet werden soll. Und dann gibt es auch noch die ganz dringenden Fälle. Manch einer will wissen, wann er seine alte Wohnung kündigen kann, damit er umziehen kann. Bei anderen hat sich der Gesundheitszustand verschlechtert. Susann Flade versucht, Lösungen anzubieten. "Bei ganz prekären Fällen bieten wir als Pflegedienst an, ambulante Hilfe zu leisten."

Das neue Advita-Haus

- Betreutes Wohnen mit 46 Wohnungen, davon 7 Zwei-Raum-Wohnungen;
- Pflegewohngemeinschaften, unter anderem für an Demenz Erkrankte;
- Tagespflege mit 30 Plätzen;
- Geplante Baukosten: 10 Millionen Euro
- [Die Grundsteinlegung war am 19. Dezember 2019.](#)

Die Zeit bis zur Fertigstellung möchte Susann Flade auch nutzen, um ihr gegenwärtig 23-köpfiges Team zu erweitern. Mit dem neuen Haus entstehen zunächst 30 neue Arbeitsplätze, weitere können bei Bedarf dazukommen. Fünf neue Mitarbeiter hat Susann Flade bereits eingestellt, jeden Monat kommen neue dazu. Diese werden in der Ambulanz eingesetzt, um sich mit dem Team und dem Konzept "Mehr Zeit in der Pflege" vertraut machen.

"Die Mitarbeiter arbeiten in einem schweren Beruf, sie brauchen wirklich Zeit für ihre Klienten und um ihre Arbeit zu erfüllen. Wir wollen keinen massiven Zeitdruck. Und das vermitteln wir den neuen Mitarbeitern", sagt sie.

- [Mehr Nachrichten aus Freital, Wilsdruff und Kesselsdorf lesen Sie hier.](#)

Schließlich solle die Arbeit Spaß machen. Ein gutes Klima im Team sei wichtig. Dass sie das erreicht hat, hat Susann Flade nun auch schwarz auf weiß. Die Wilsdruffer Advita-Niederlassung hat beim renommierten Branchenprüfsystem "Attraktiver Arbeitgeber Pflege" mit "Bravour" bestanden. Das gelingt nur 20 Prozent der Einrichtungen, heißt es von der Pressestelle des Advita Pflegedienstes in Berlin. Grundlage für die Bewertung war eine Mitarbeiterbefragung zu verschiedenen Aspekten.



Noch arbeitet die Wilsdruffer Niederlassung des Advita-Pflegedienstes in diesem Gebäude.



[Freital](#)

11.01.2022 05:00 Uhr

Wilsdruff: Einfache Gerichte zum Nachkochen

Beim Advita-Pflegedienst gibt es ein ganz besonderes Kochbuch für Klienten und Angehörige. Die Rezepte stammen unter anderem von Tagespflegegästen.



Pflegekraft Sandra Höher zeigt ein Kochbuch, das der Advita Pflegedienst an Klienten verschenkt. © Daniel Schäfer

Von [Maik Brückner](#)

Bei Oma schmeckt es am besten! Dieser Spruch hat die Verantwortliche beim Advita Pflegedienst zum Anlass genommen, ein ganz besonderes Kochbuch zu erarbeiten. Die Anregungen stammen von den Bewohnern der Advita-Häuser und den Tagespflegegästen. Es sind deren Lieblingsgerichte, sagt Susann Flade, die die Niederlassung des Pflegedienstes in Wilsdruff und Kesselsdorf leitet.

In dem kleinen Büchlein, das etwas mehr als 70 Seiten hat und unter dem Titel "Was soll ich dir heute kochen, Mariechen" erschienen ist, erfährt der Leser, wie Buchteln, Thüringer Klöße, eine Arme-Leute-Brotsuppe und ein Osterlamnbraten zubereitet werden können. Vorgestellt werden auch die Protagonisten, die kurz erklären, warum sie dieses Gericht vorgeschlagen haben.

Essen und Trinken sind ganz wichtig

"Das Essen und Trinken sind ganz wichtig", erklärt Susann Flade. Gerade bei massiver Demenz könne man mit diesem Thema viel erreichen. "Die Menschen erinnern sich". Aus

dieser Idee heraus sei das Buch auch entstanden. "Wir haben uns die Geschichten unserer Klienten angehört." Daraus hat die Marketing-Abteilung dieses Buch entwickelt. "Es ist was Schönes, es ist niemand Anonymes, es sind unsere Bewohner." Das Buch wird im Übrigen als Dankeschön an Klienten und Angehörige abgegeben.

Wenngleich mehrere Rezepte aus Sachsen stammten, stammt keiner der Autoren aus dem Bereich Wilsdruff und Kesselsdorf. Das könnte sich bei einer Fortsetzung ändern. Denn im Laufe des Jahres wird Advita sein neues Haus in Betrieb nehmen.

[Advita](#) ist im Landkreis in der stationären und mobilen Pflege tätig, unter anderem in Altenberg, Freital, Wilsdruff und Dresden. Bundesweit beschäftigt das Unternehmen 2.500 Mitarbeiter in 40 Niederlassungen.

PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D) ODER FACHKRAFT MIT LEITUNGSERFAHRUNG

für unseren ambulanten Dienst

*in Altenberg***STELLV. PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unser advita Haus »Glück Auf«

*in Altenberg***STELLV. PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unseren ambulanten Dienst im advita Haus Altes Weingut

*in Bad Kreuznach***STELLV. PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unsere Tagespflege im advita Haus Altes Weingut

*in Bad Kreuznach***HEIMLEITUNG (M/W/D)**

für unser Intensivpflegezentrum im neuen advita Haus Altes Weingut

*in Bad Kreuznach***PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unseren ambulanten Dienst im neuen advita Haus Am Königsberger Platz

*in Bad Windsheim***STELLV. PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unsere ambulante Tourenpflege im neuen Haus Am Königsberger Platz

*in Bad Windsheim***PFLEGEFACHKRAFT (M/W/D)**

für unser neues advita Haus Am Königsberger Platz

*in Bad Windsheim***PFLEGEDIENSTLEITUNG/HEIMLEITUNG (M/W/D)**

für unser Intensivpflegezentrum

*in Chemnitz***EINRICHTUNGSLEITUNG (M/W/D)**

für unser Intensivpflegezentrum

*in Dresden***STELLV. PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unsere ambulante Tourenpflege

*in Dresden***PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unser Intensivpflegezentrum im neuen advita Haus Mainzer Straße

*in Erfurt***PFLEGEMANAGER (M/W/D)**

für unser advita Haus

*in Jena***STELLV. PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unsere Tagespflege im neuen advita Haus Kesselsdorf

*in Kesselsdorf/Wilsdruff***PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unsere ambulante Tourenpflege

*in Kreischa***STELLV. PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unsere ambulante Tourenpflege

*in Kreischa***PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unsere Tagespflege

*in Lohr am Main***PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unser Intensivpflegezentrum

*in Mühlhausen***PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unser advita Haus

*in Riesa***REGIONALVERANTWORTLICHER (M/W/D)**

für die außerklinische Intensivpflege - Region West

*überregional***PFLEGEFACHKRAFT (M/W/D)**

für den advita Springerpool

*überregional***PFLEGEKRAFT (M/W/D)**

für den advita Springerpool

*überregional***PFLEGEDIENSTLEITUNG (M/W/D)**

für unseren ambulanten Dienst

in Weimar

Unsere Terminübersicht ist umgezogen!

Das Kursangebot der Akademie finden Sie
jetzt unter www.advita-akademie.de

Bleiben Sie, wie Sie sind.

advita
PFLEGE