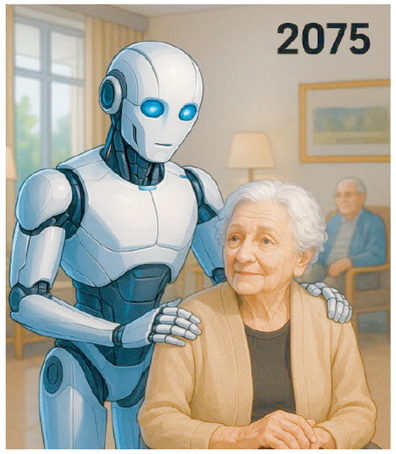
EIN GANZ GEWÖHNLICHER TAG IM JAHR 2075



Die Sonne war noch nicht ganz aufgegangen, aber das Pflegezentrum „Lebensraum Aurora" war bereits wach. Im Zimmer 314 sass Frau Marta Klein, 87 Jahre alt, mit geschlossenen Augen in ihrem gemütlichen Sessel. Leise Klänge eines Ländlers schwebten durch den Raum. Sie lächelte – es war genau das Lied, zu dem sie 50 Jahre zuvor mit ihrem Mann getanzt hatte.

„Guten Morgen, Marta", sagte ELI, ihr persönlicher Betreuungsassistent, ein schlanker, humanoider Roboter mit weicher Stimme und freundlichen Augen. „Dein Schlafrhythmus war optimal. Heute ist ein schöner Tag für einen Spaziergang durch Zuchwil 2025 – möchtest du?"

„Nur wenn wir bei der Poststrasse vorbeikommen", murmelte sie, während sich langsam eine holographische Projektion vor ihr aufbaute. In Sekunden war sie virtuell auf den Strassen Zuchwils, wie sie vor Jahrzehnten aussahen – alles basierend auf echten Fotos, Erinnerungsfragmenten und KI-generierten Details.

Gleichzeitig bereitete ELI ein Frühstück vor, angepasst an ihre aktuellen Gesundheitsdaten. Ihre Smart-Weste hatte über Nacht Puls, Schlafqualität, Hauttemperatur und sogar emotionale Ausschläge analysiert. Ergebnis: ein sanfter Start mit Hafermilch-Cappuccino, Omega-3-Müsli und einem Fruchtmix – ihr Lieblingsfrühstück, immer leicht variiert.

Später am Vormittag versammelte sich eine kleine Gruppe Bewohnende im „Denkgarten", einem Aktivierungsraum mit schwebenden Screens und interaktiven Erlebnisinseln. Heute stand ein intergenerationelles Projekt auf dem Plan: Ein VR-Projekt mit Schüler*innen aus der Region. Marta setzte ihre VR-Brille auf, kaum dicker als eine Lesebrille, und fand sich in einem virtuellen Atelier wieder.

„Hallo Grosi Marta!", rief ihre Enkelin Lilia aus der virtuellen Ecke. Gemeinsam gestalteten sie ein Kunstwerk, das bald in einer digitalen Galerie ausgestellt würde. KI half beim Umsetzen ihrer Ideen, aber es war Martas Vorstellungskraft, die den Ton angab.

Am Nachmittag entschied sie sich spontan für eine Runde Gedächtnistraining – diesmal in Form eines Detektivspiels. ELI passte das Spiel an ihre kognitive Verfassung an. Keine starren Programme mehr – jeder Tag war eine individuelle Komposition aus Freude, Sinn und Förderung.

Bevor der Abend dämmerte, betrat sie den „Hologarten", einen Raum mit lebendigen Pflanzen, Lichtprojektionen und Düften, die sich an ihre Stimmung anpassten. Eine sanfte Brise simulierte den Frühling. Dort traf sie einige Mitbewohnende zu einem Chorprojekt – sie sangen alte Schlager, unterstützt durch eine KI, die automatisch mehrstimmige Harmonien beisteuerte.

Als sie später im Bett lag, erschienen über ihr sanft leuchtende Bilder ihres Tages. Ihr Tagescoach fasste leise zusammen:

„Heute hast du dich kreativ entfaltet, drei emotionale Höhepunkte erlebt und neue Erinnerungen geschaffen. Schlaf gut, Marta."

Ein letztes Lächeln glitt über ihr Gesicht. In der Zukunft war das Alter nicht nur ein Warten, sondern ein Gestalten. Ein Leben voller kleiner Wunder, Tag für Tag.

Erstellt mit Stichworten von Jürg Geissbühler, Bereichsleiter Hotellerie &Facility Management mit Unterstützung von KI

Stiftung Blumenfeld
Gartenstrasse 24
4528 Zuchwil

T. 032 686 62 11
F. 032 686 62 20

info@blumenfeld-zuchwil.ch
www.blumenfeld-zuchwil.ch

BLUMENFELD
Wohnen | Pflege | Betreuung

Ausgabe 21 / Sommer 2025

MAGAZIN

Den Bewohnenden freiwillig Zeit schenken

Möchten Sie Ihre Freizeit mit anderen Menschen teilen und dabei einer sinnvollen, erfüllenden Tätigkeit nachgehen?

Wir suchen engagierte, offene und hilfsbereite Freiwillige, die Freude daran haben, gemeinsam mit unseren Bewohnenden abwechslungsreiche und bereichernde Momente im Alltag zu gestalten.

Ihr Engagement kann ganz vielfältig aussehen: Ob bei Einzelbegleitungen Spaziergängen, kreativen Projekten, Spielnachmittagen, Ausflügen oder internen Veranstaltungen – jede Unterstützung ist wertvoll und wird geschätzt. Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann freuen wir uns über Ihre Kontaktaufnahme.

Stiftung Blumenfeld
Gartenstrasse 24
4528 Zuchwil | T. 032 686 62 11

info@blumenfeld-zuchwil.ch
www.blumenfeld-zuchwil.ch

Max Oser
Geschäftsführer Blumenfeld

AKTIVE FREIZEITBESCHÄFTIGUNG

Geschätzte Leserin,
Geschätzter Leser,

Wer seine Freizeit frei und selbstbestimmt gestalten kann, denkt selten darüber nach, wie essenziell diese Möglichkeit für das eigene Wohlbefinden ist. Doch wie sieht die Freizeitgestaltung bei Bewohnerinnen und Bewohnern in einem Alters- und Pflegeheim aus? Ohne abwechslungsreiche und sinnvolle Beschäftigung kann auch hier schnell Langeweile aufkommen. Aus diesem Grund bieten wir ein vielfältiges Angebot an Aktivierungen an, das gezielt auf die Bedürfnisse unserer Bewohnenden abgestimmt ist.

Für uns Menschen sind Aktivität und Beschäftigung grundlegende Voraussetzungen für Gesundheit und Lebensfreude. Die Bewohnerinnen und Bewohner sollen weiterhin ihren gewohnten Lebensstil pflegen können. Deshalb legen wir grossen Wert auf eine sinnstiftende und individuell abgestimmte Tagesstruktur. Wenn persönliche Bedürfnisse nicht beachtet werden, besteht die Gefahr eines Rückgangs der Lebensqualität sowie negativer Auswirkungen auf das körperliche und seelische Wohlbefinden.

Auf den folgenden Seiten erfahren Sie mehr über unsere Konzepte und Angebote zur Alltagsgestaltung. Ich wünsche Ihnen eine anregende und informative Lektüre.

Herzliche Grüsse
Max Oser, Geschäftsführer

ALTAGSBETREUUNG IM BLUMENFELD

Der Alltag ist etwas Schönes und Stabilisierendes. Oft wird er mit einer traurigen und leeren Bedeutung in Verbindung gebracht – dafür steht häufig die Farbe Grau. Doch der Alltag ist etwas besonders Wichtiges, Bedeutsames und Buntes. In Krisenzeiten sehnen sich Menschen jeden Alters, jeder Kultur und jeder sozialen Herkunft nach dem „Alltag" zurück. Er gibt dem Leben Sinn, Struktur, Sicherheit und erfüllt grundlegende Bedürfnisse.

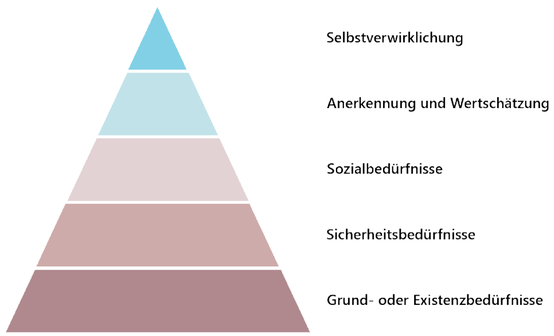
Alltagsgestaltung gehört – ebenso wie Pflege und Betreuung – zu den zentralen Aufgaben einer sozial-medizinischen Einrichtung, in der Menschen dauerhaft leben. Um Alltagsgestaltung angemessen zu verstehen, muss der Begriff „Alltag" zunächst klar definiert werden.

Der Alltag – Definition

Der Alltag ist durch ein sich wiederholendes Muster von Arbeit, Arbeitswegen, Konsum (Einkauf, Essen, Trinken), Freizeitaktivitäten, Körperpflege, Schlaf u. v. m. geprägt (Wikipedia, 25.04.25, Suchbegriff: „Definition Alltag").
Die Autorin versteht darunter regelmäßig wiederkehrende Handlungen, die mit der Erfüllung von Grundbedürfnissen zusammenhängen.

Einige konkrete Beispiele von Bedürfnissen aus der Pyramide von Maslow

Atmen, sich waschen, essen und trinken, Mobilität, schlafen, kommunizieren / Informationsaustausch / Geselligkeit, Arztbesuche, sich sinnstiftend betätigen, wohnen und Wohnraum gestalten.
Wenn diese Bedürfnisse regelmäßig gestillt werden, sprechen wir von Alltag – oder sogar von Alltagsritualen. Im Gegensatz zu den Aussagen „grauer Alltag", „langweiliger Alltag" oder „öder Alltag" geben diese Handlungen unserem Leben Struktur, Sicherheit und Sinn.



Alltag und Struktur für die Bewohnenden

Die Autorin trifft Frau Zürcher (Name frei erfunden) in ihrem gemütlichen Zimmer zu einem Gespräch über ihren früheren und jetzigen Alltag sowie über ihre aktuelle Tagesstruktur.

Schon beim ersten Blick ins Zimmer fällt auf, dass ihr Bedürfnis nach „Wohnraum gestalten" unterstützt wird. Das Zimmer ist so eingerichtet, wie Frau Zürcher früher gelebt hat. Sie erzählt von ihrer hübschen Wohnung, die sie bis zum Tod ihrer Mutter gemeinsam mit dieser bewohnte.

Eine bedeutende Struktur erfährt ihr jetziger Alltag durch die morgendliche Körperpflege. Das saubere, gepflegte und sorgfältig gestaltete Erscheinungsbild ist für sie bedeutsam und selbstverständlich – ein alltägliches Ritual.
Die drei täglichen Hauptmahlzeiten nimmt sie in Gesellschaft von 15 weiteren Personen ein. Daran hat sie sich inzwischen gewöhnt. In früheren Zeiten aß sie oft im Tea-Room, da sie eine berufstätige, nicht verheiratete Frau war.

Zum alltäglichen Ablauf gehört auch der Schlaf. Dieser sowie die dazugehörigen Rituale haben sich verändert und unterliegen nun den Strukturen der Institution. Bis Mitternacht aufzubleiben und bis 11:00 Uhr auszuschlafen, ist schwierig geworden. Dies ist ein Beispiel dafür, wie auch in einer Institution Alltagsstrukturen vorgegeben sind. Wir sprechen über die Gründe dafür: Wie früher die äusseren Strukturen durch den Beruf, so bestimmen nun die Abläufe im „Blumenfeld" den Alltag. Die Erfüllung alltäglicher Bedürfnisse erfordert vielseitige Unterstützung. Diese ist wiederum geregelt durch die Präsenz- bzw. Arbeitszeiten der Mitarbeitenden in Pflege, Verwaltung, Küche, Lingerie und Reinigung.

Die meisten, auch hochbetagten Menschen, sind an Strukturen gewöhnt, schätzen diese und lassen sich darauf ein. Das ist jedoch nicht selbstverständlich. Sich in einen neuen Alltag einzufügen, erfordert Kraft und Flexibilität – gerade im hohen Alter ist dies nicht einfach.

BLUMENFELD
Wohnen | Pflege | Betreuung

ABWECHSLUNGSREICHER ALLTAG

Gedicht zum Alltag

Und ich gehe meinen alten Gang
Meine liebe Wiese lang
Tauche mich in die Sonne früh
Bad im Mond des Tages Müh
Leb in Liebes Klarheit und Kraft
Tut mir wohl des Herren Nachbarschaft
Der in Liebes Dumpfheit und Kraft hinlebt
Und sich durch seltnes Wesen webt

Johann Wolfgang von Goethe – Stichwort: Alltagsgedichte, 20.04.25

Alltagsgestaltung als pflegerische und betreuende Kernaufgabe

Bewohnende erleben und gestalten in unserer Institution ihren Alltag. Im Gegensatz zum Aufenthalt in einer akutmedizinischen Einrichtung wie dem Spital wohnen sie hier. Sie essen, schlafen und kommunizieren.

Neben den medizinischen Dienstleistungen greift Pflege und Betreuung per Definition dort ein, wo alltägliche Grundbedürfnisse nicht mehr selbstständig erfüllt werden können. Die Aktivierungstherapie unterstützt dabei zusätzlich, um kognitive und taktile Ressourcen zu fördern und zu erhalten sowie um Abwechslung, Erfolgserlebnisse und Sinnfindung zu ermöglichen.

Alltag im Blumenfeld bedeutet also eine kontinuierliche Befriedigung wiederkehrender Grundbedürfnisse. Das vermittelt Stabilität und Sicherheit, kann aber gelegentlich auch als langweilig, „grau" oder mühselig empfunden werden.
Wo finden wir die Glanzlichter?

Zum Beispiel bei der Erfüllung des Grundbedürfnisses „Essen und Trinken". Hier arbeitet der Bereich Gastronomie/Küche eng mit Pflege und Betreuung zusammen. Dies unterstreicht die Bedeutung dieses Bereichs im Alltag.

Darüber hinaus ist die Gastronomie massgeblich an den Glanzlichtern des Alltags beteiligt: Im Jahresverlauf werden Feste organisiert, durchgeführt und begleitet. Diese Feste sind stets umrahmt von besonderen Speisen, festlich gedeckten Tischen, Reden und Musik. Das Team der Aktivierungstherapie gestaltet diese Anlässe kreativ und umsichtig.

Kleine, nicht repräsentative Umfragen zeigen regelmässig eine hohe Zustimmung. Die Veranstaltungen sind beliebt und bringen Freude.

Ein tiefgreifender Wandel im Leben eines Menschen beim Eintritt in eine Institution ist die – zumindest teilweise – Trennung von den Angehörigen. Diese haben nun eine neue Rolle und gehören meist nicht mehr zum Alltag. Daran müssen sich alle Beteiligten gewöhnen.

Bei wiederkehrenden festlichen Aktivitäten im Blumenfeld, wie Weihnachten oder dem 1. August, gehören die Angehörigen wieder dazu. Die Institution richtet diese Feste aus, lädt die Angehörigen ein, und häufig entsteht so eine neue, wenn auch verkleinerte Form des früheren Familienfestes.

Diese internen Feiern gehören definitiv zu den besonderen, nicht alltäglichen Glanzlichtern im Leben älterer Menschen in der Institution. Auch die Besuche von Angehörigen bringen Farbe, Wärme und Licht in den Alltag. Sie sind nicht alltäglich – sie bereichern den Alltag und verleihen ihm neue Bedeutung.

Die Beschreibung des Begriffs „Alltag" macht deutlich: Die Institution Blumenfeld ist im Rahmen ihres Pflege- und Betreuungsauftrags klar gefordert, die Grundbedürfnisse von 86 betagten Menschen zu erfüllen – und gleichzeitig für Höhepunkte, Glanzlichter und Farbe zu sorgen.

Das bedeutet konkret, dass die Bewohnenden bei uns nicht nur „verwaltet" werden. Die Gestaltung ihres Lebens beinhaltet auch ein hohes Mass an Abwechslung – abgestimmt auf die biografischen Bedürfnisse der vierten Generation.

Alle Bereiche der Institution wirken entsprechend ihres jeweiligen Auftrags mit und richten ihren „Berufsalltag" dementsprechend aus.

Auch für die Mitarbeitenden der Stiftung Blumenfeld bedeutet ihre Aufgabe Struktur, Sinn und einen erfüllenden Lebensrhythmus. Die Feste bringen Schwung, Musik – und gelegentlich eine extra Grillwurst – in ihren Alltag.

Bettina Wyssenbach
Berufsbildungsverantwortliche
Stv. Bereichsleitung Pflege und Betreuung