

### Neue Leitung Stiftung WFJB



*Esther Hilbrands*

Wie wir Sie an dieser Stelle bereits im April 2019 informierten, steht der Stiftung WFJB ein Wechsel an der Spitze der Geschäftsleitung bevor.

Thomas Albrecht, langjähriger und wirkungsvoller Geschäftsführer der Stiftung WFJB, wird im Frühjahr 2020 pensioniert. Der Stiftungsrat hat Esther Hilbrands, Hausleiterin des Wohnhuus Bärenmoos bis März 2019, frühzeitig zu seiner Nachfolgerin bestimmt.

Esther Hilbrands wird per 1. Oktober 2019 die Geschäftsleitung von Thomas Albrecht übernehmen. Ihre Nachfolge im Wohnhuus Bärenmoos hat Tomislav Simic bereits per 1. April 2019 übernommen.

Esther Hilbrands ist gelernte Pflegefachfrau Psychiatrie und hat in dieser Funktion, auch als Führungsverantwortliche, wertvolle Erfahrungen gesammelt. Im Dezember 1996 kam sie als Ressortleiterin ins Wohnhuus Bärenmoos nach Oberrieden. 2004 wurde sie aufgrund ihrer Leistungen zur Hausleiterin, zum Mitglied der Geschäftsleitung und zur Stellvertreterin des Geschäftsführers der Stiftung WFJB Thomas Albrecht befördert.

Die designierte Geschäftsführerin konnte in ihren über 20 Jahren Tätigkeit bei der Stiftung WFJB und bei der erfolgreichen Führung des Wohnhuus Bärenmoos umfassende Erfahrungen in verschiedensten Bereichen sammeln. Sie ist bei den Bewohnerinnen und Bewohnern sowie und bei den Mitarbeitenden sehr beliebt. Dank ihrem Verdienst konnten verschiedene Projekte für das Wohnhuus Bärenmoos und auch für die Stiftung WFJB, vor allem auch in der Qualitätssicherung, realisiert werden.

Esther Hilbrands bildete sich in den letzten Jahren kontinuierlich weiter und steht kurz vor dem Abschluss einer Managementausbildung in Betriebswirtschaft an der Hochschule St. Gallen. Sie ist somit bestens für die Übernahme der Geschäftsleitung gerüstet.

Der Stiftungsrat und die Geschäftsleitung wünschen Esther Hilbrands für die neuen Aufgaben und Herausforderungen schon heute alles Gute und viel Erfolg. Eine Würdigung von Thomas Albrecht und seinen grossen Leistungen für unsere Stiftung erfolgt an dieser Stelle später.

Im Namen des Stiftungsrates und der Geschäftsleitung grüsse ich herzlich,

Peter Höltschi  
Präsident Stiftung WFJB

**HuusNews Nr. 35**  
**Oktober 2019**

**Öffentliche Anlässe**

**7. Dezember 2019**  
Adventsmarkt Baden  
09.00 – 17.00 Uhr

**SECHTBACH**  **Shop**  
Stiftung Wohnraum für jüngere Behinderte



*Besuchen Sie den Sechtbach-Shop:  
Unser Angebot reicht von farbenfrohen Karten über Dekoartikel aus Holz, Stoff oder Beton bis zu allerlei Delikatessen zum Verschenken.*



## Wenn die Flucht vor negativen Gefühlen zur Sucht wird

Menschen mit einer chronischen Erkrankung oder einer Hirnverletzung, die keine Aussicht auf Besserung haben, fragen sich zuweilen, was sie noch zu verlieren haben. Oft sehen sie sich mit einer Realität konfrontiert, die sie nicht nur physisch, sondern auch psychisch überfordert.

### Flucht vor negativen Gefühlen

Wie viele andere Menschen in einer schwierigen Lebenssituation flüchten sie vor negativen Gefühlen, sind hoffnungslos und fallen in eine Depression. Während die einen ihren Kummer mit Süßigkeiten zudecken, greifen andere zu Alkohol oder Medikamenten. Kaum einer ist sich der Flucht in die Sucht bewusst.

### Sucht trifft auch das Umfeld

Früher oder später trifft die Sucht auch das Umfeld. Im Falle der Bewohner einer Institution sind das neben Familienangehörigen und Freunden auch Mitarbeitende und Mitbewohner.

### Selbstbestimmung und Eigenverantwortung

Das Betreuungskonzept des Sechtbach-Huus basiert auf Selbstbestimmung und Eigenver-

antwortung. Die Bewohner müssen in der Lage sein, ihren Alltag aktiv zu gestalten, ihre Fähigkeiten zu nutzen und die Regeln des Zusammenlebens einzuhalten. Viele befinden sich auch ohne zusätzliche Suchtproblematik auf einer schwierigen Gratwanderung zwischen Selbst- und Fremdbestimmung.

### Keine Rechte ohne Pflichten

Die Betreuung von Menschen mit einer Behinderung vor dem Hintergrund der Gleichstellung und der Behindertenkonvention zeigt, dass es keine Rechte ohne Pflichten gibt. Selbstbestimmung und Inklusion bedeuten immer auch Eigenverantwortung. Wer diese nicht wahrnehmen kann oder will, kann auch die Grundlagen der Stiftung WFJB nicht leben. Das Sechtbach-Huus nimmt daher nur Menschen auf, bei denen das Suchtverhalten nicht im Vordergrund steht.

### Aufgaben der Mitarbeitenden

Die Mitarbeitenden des Sechtbach-Huus sind auf die Betreuung von Menschen mit einer chronischen Erkrankung oder einer Behinderung und nicht auf psychisch kranke Menschen spezialisiert. Sie unterstützen die Bewohner in

den Bereichen «Wohnen» und «Tagesstruktur» bei den Aktivitäten des täglichen Lebens. Ihr Fokus liegt dabei auf der Erhaltung und Förderung der dafür notwendigen Fertigkeiten.

### Bewohner mit Suchtverhalten

Entwickelt ein Bewohner im Laufe seines Aufenthaltes im Sechtbach-Huus ein Suchtverhalten, kann oder will er die notwendige Eigenverantwortung in seinem Alltag nicht mehr wahrnehmen. Während ein Bewohner in der Selbstbestimmung oft eine Legitimation für sein Suchtverhalten sieht, büsst er in Wirklichkeit an Selbstbestimmung ein. Wenn der Bewohner seine Sucht aber nicht er- oder anerkennt, ist er weder für interne noch für externe Hilfsangebote erreichbar.

Sucht hat viele Gesichter, einige davon sind besonders unangenehm im Zusammenleben in einem Wohnhaus: Bewohner, die den Alltag der Betreuung oder der Tagesstruktur stören, Mitarbeitende oder Mitbewohner beschimpfen und sich nicht an die Hausordnung halten. Was das für Mitarbeitende und Mitbewohner bedeutet, erfahren Sie im folgenden Interview.

## Guido Eberhard im Gespräch: «Es gibt immer mehr Menschen mit einer Mehrfachproblematik»

### Stimmt es, dass immer mehr Menschen mit einer Behinderung oder einer chronischen Erkrankung suchtgefährdet sind?

Nein, sie sind nicht anders als wir. Wir beobachten, dass es immer wieder Menschen mit einer Mehrfachproblematik gibt. Bei unseren Bewohnern ist das neben

einer Körperbehinderung oder einer Hirnverletzung meist eine psychische Erkrankung, z. B. ein Suchtverhalten, das oft im Zusammenhang mit dem Verlust ihres früheren Lebens oder Tätigkeiten darin steht. Verlust kann oft mit einem Suchtverhalten kompensiert werden.

### Wie gehen Sie im Sechtbach-Huus mit dem Thema Sucht um?

Wir thematisieren das bereits beim Aufnahmegespräch. Wir erklären dem Bewohner, dass unser Betreuungskonzept auf Selbstbestimmung und Eigenverantwortung basiert. Das bedeutet, dass der Bewohner sein Verhalten unter

Kontrolle haben muss. Bei einer Suchtproblematik besteht aber ein starker Drang oder Zwang, etwas zu konsumieren. Das bedeutet, dass der Betroffene die Kontrolle über sein Verhalten verliert. Mangelnde Kontrollfähigkeit und die Vernachlässigung anderer Interessen sind Merkmale einer Sucht, die im Leben jedes Menschen zu Konflikten führen.

### **Sprechen Sie die Bewohner im Betreuungsalltag darauf an?**

Wenn die Mitarbeitenden der Betreuung feststellen, dass ein Bewohner kein Interesse an den Aktivitäten zeigt, den Tag-Nacht-Rhythmus verliert oder sich sein Verhalten gegenüber Mitbewohnern oder Mitarbeitenden ändert, suchen sie das Gespräch. Wenn sie konkrete Hinweise haben, sprechen sie das Thema an.

### **Was passiert, wenn der Bewohner infolge einer Sucht seinen Alltag im Wohnhaus vernachlässigt?**

Das ist meist eine schleichende Entwicklung. Wir beobachten den Verlauf, suchen das Gespräch und weisen auf mögliche Lösungsansätze hin. Da wir im Sechtbach-Huus keine psychologische Behandlung anbieten, muss diese ausserhalb stattfinden.

### **Wie reagieren die Bewohner darauf, wenn ein Mitbewohner sein Verhalten nicht unter Kontrolle hat?**

Die Bewohner reagieren wie die meisten Menschen, wenn sie mit so einer Situation konfrontiert werden. Sie beobachten den Mitbewohner, beklagen sich aber erst, wenn sie persönlich darunter leiden.

### **Und die Mitarbeitenden?**

Die Mitarbeitenden versuchen, ihre Betreuungsaufgaben wahrzunehmen und das Gespräch mit dem Bewohner zu suchen. Das



*Guido Eberhard, Hausleiter des Sechtbach-Huus*

Problem ist, dass der Bewohner dieses Angebot meist verweigert, weil er seine Behinderung nicht akzeptieren kann.

### **Gibt es Situationen, in denen die Hausleitung eingreifen muss?**

Die Hausleitung muss aktiv werden, wenn der Bewohner seine Pflichten als Bewohner nicht wahrnimmt, die Rechte seiner Mitbewohner verletzt oder die Mitarbeitenden nicht respektiert. Meist sind dies verbale, vereinzelt auch handgreifliche Übergriffe, welche das Zusammenleben massiv belasten.

### **Was passiert, wenn der Bewohner seine Sucht nicht in den Griff bekommt?**

Das Gleiche wie im Leben jedes anderen. Irgendwann reagiert das persönliche Umfeld oder der Arbeitgeber. Sucht gilt als psychische Krankheit. Wenn eine Ab-

hängigkeit von einem Suchtmittel besteht, kann der Konsum nicht mehr ohne weiteres aufgegeben werden.

Es kann also sein, dass der Bewohner eine professionelle Behandlung braucht, die wir nicht bieten können. Es kommt aber auch vor, dass der Bewohner eine Behandlung verweigert und uns auf das selbstbestimmte Leben hinweist. Dann bleibt früher oder später nur die Kündigung, wie das bei anderen Menschen am Arbeitsplatz oder im Privatleben auch vorkommt. Das Schwierige daran ist, dass es für Menschen mit einer Körperbehinderung und einer psychischen Erkrankung gar nicht einfach ist, eine Anschlusslösung zu finden.

Die Suchtproblematik im institutionellen Wohnen erweist sich als genauso herausfordernd wie jene in der Gesellschaft allgemein.

## Blick in den Kochtopf: ein Klassiker von Küchenchef Hanspeter Zimiker

Eine abwechslungsreiche Küche ist für die Lebensqualität der Bewohner ebenso wichtig wie eine ihren Interessen gerechte Tagesstruktur. Die Bewohner essen nicht nur gerne, sondern haben auch ihre Lieblingsgerichte. Sie können Essenswünsche anmelden und diese werden auch berücksichtigt.

Unser Küchenchef Hanspeter Zimiker verrät uns das Rezept eines beliebten Klassikers: Viel Freude beim Nachkochen zu Hause!

*Hanspeter Zimiker beim Abschmecken eines Gerichts in der Küche des Sechtbach-Huus*



### Rezept Rindsfiletwürfel Stroganoff

(für vier Personen)

#### Zutaten

600g	Rindsfiletspitzen, dressiert
1x	Erdnussöl
1x	Würzmischung für Fleisch
2.5 dl	Brauner Kalbsfond
22g	Paprikapulver (Wiberg)
25g	Ketchup
1x	Cognac
0.5dl	Vollrahm
6g	Senf
1x	Tabasco
1x	Mehlbuter
40g	Essiggurken
20g	Peperoni gelb
20g	Peperoni rot
40g	Champignons

#### Vorbereitung

- Rindsfilet in Würfel von ca. 20g schneiden
- Peperoni waschen und in Juliennes schneiden
- Champignons waschen, trockentupfen und in Scheiben schneiden

#### Zubereitung

- Brauner Kalbsfond aufkochen, Paprikapulver, Ketchup, Senf, Rahm, Cognac zugeben und kurze Zeit durchkochen lassen
- Mit Tabasco pikant abschmecken
- Mit Mehlbuter zur gewünschten Konsistenz binden und nochmals köcheln lassen
- Die Sauce mixen, passieren und abschmecken
- Fleisch im Erdnussöl kurz und heiss ansautieren, würzen und herausnehmen
- Peperoni und Champignons dünsten, Essiggurken dazugeben und zum Fleisch geben
- Fleisch in der Sauce erhitzen, ohne jedoch aufzukochen



#### Tipp für die Praxis:

Das Gericht kann mit kleinen Kleksen von Zitronen-Sauerrahm garniert werden. Passende Beilagen sind Spätzli, Nudeln oder Reis.

## Alltagsaktivitäten in der Tagesstruktur: gemeinsames Kochen



Zwei Bewohnerinnen beim Herstellen von hausgemachter Pasta, links, und ein Bewohner beim fachkundigen Anbraten, rechts

Alltagsaktivitäten wie Kochen, Backen oder Hausarbeiten sind beliebte Angebote im Bereich der Tagesstruktur. Sie knüpfen an einer vertrauten Routine an und geben den Bewohnern ein Gefühl von Normalität. Ferner erlauben sie es den Bewohnern, ihren Alltag im Wohnhaus aktiv mitzugestalten.

### Kochgruppe

Am Mittwochmorgen treffen sich drei Bewohner zum gemeinsamen Kochen. Der Ablauf und die einzelnen Schritte beim Zubereiten einer Mahlzeit sind allgemein bekannt: Wahl des Rezeptes, Bereitstellen der Zutaten, Rüsten und Zubereiten nach Plan.

### Ein Rezept, verschiedene Herausforderungen

Der Handlungsrahmen gibt den Teilnehmenden Sicherheit. Die Umsetzung eines Rezeptes fordert aber ihre volle Aufmerksamkeit, Planungs- und Handlungsfähigkeit, was insbesondere für Menschen mit kognitiven Einschränkun-

gen schwierig ist. Welche Zutaten müssen wir besorgen, welche Küchenutensilien brauchen wir, wie lange benötigen wir für die Zubereitungsschritte usw.

Gleichzeitig üben die Bewohner grundlegende feinmotorische Fertigkeiten wie das Greifen oder Festhalten von Gegenständen. Durch Bewegungseinschränkungen erschwerte oder verloren gegangene Fähigkeiten können so, je nach Krankheitsbild, erhalten oder wiederhergestellt werden. Wenn das nicht möglich ist, lernen die Bewohner mit Hilfsmitteln umzugehen oder alternative Handlungsweisen zu erproben.

### Begleitung durch zwei Köche

Zwei Köche begleiten die Aktivität und achten darauf, dass jeder Bewohner etwas zum Gelingen des Gerichtes beitragen kann. Wer nicht schneiden oder rühren kann, holt etwas aus dem Kühlschrank oder wägt Lebensmittel ab. Komplexe Aufgaben werden

in Teilschritte unterteilt. Das hilft jenen, die gewisse Aufgaben nicht ausführen können oder Mühe haben, den Überblick zu bewahren. Wer glaubt, dass sich die Kochgruppe nur an einfache Gerichte wagt, hat sich getäuscht. Die Teilnehmenden halten nichts von Fertigprodukten und scheuen keine Mühe, auch einmal ihre Pasta selbst herzustellen. Und natürlich schauen sie den Profis dabei den einen oder anderen Trick ab. Für einmal trifft das Sprichwort, dass zu viele Köche den Brei verderben, also nicht zu.

### Gemeinsames Essen

Ein wichtiger Teil der Aktivität ist das gemeinsame Essen. Es ist nicht nur die Belohnung für den Aufwand, sondern auch eine willkommene Gelegenheit für den sozialen Austausch. Beim Nachhinein bespricht die Gruppe jeweils das Menü der folgenden Woche. Und wie immer bei der Küchenarbeit gehören auch das Aufräumen und Abwaschen mit dazu.



*Den strahlenden Gesichtern nach zu urteilen, ist das Menü gelungen!*

**Peter Häberli: «Mit Cognac flambiert schmeckt es immer gut!  
Und mit dem Rest kann man noch auf das feine Essen anstossen.»**

## Auflösung des Vereins Café Sechtbach

Die Verkaufsprodukte der Stiftung WFJB sind aufgrund des Volumens neu mehrwertsteuerpflichtig. Aus diesem Grund haben wir den Verein Café Sechtbach aufgelöst und dessen Betrieb ins Sechtbach-Huus integriert.

Wir danken an dieser Stelle Beat Moor von der Moor Treuhand GmbH in Embrach, der als Kassier im Vorstand tätig war und bisher die Abrechnung gemacht hat.

### **Café Sechtbach: klein, aber fein**

Das Café Sechtbach ist ein Begegnungsort für Bewohner, Besucher und Anwohner. Seit dem Frühling präsentiert es sich in leicht reduzierter Fläche. Der Grund dafür ist die Einrichtung des Sechtbach-Shops im Erdgeschoss.

Im hinteren Bereich des Ladens, in dem zwei Bewohner einen geschützten Arbeitsplatz haben, wurde ein offenes Atelier eingerichtet, in dem auch Produkte hergestellt werden. Die Realisierung dieses Projektes erforderte einige Quadratmeter der bisherigen Café-Fläche.

### **Neue Speisekarte, bewährte Crêpes**

Neu wird das Mittagessen in Selbstbedienung angeboten. Die Speisekarte wurde erneuert, die beliebten Crêpes bleiben aber im Angebot.

### **Öffnungszeiten des Café Sechtbach**

Mo–Do: 08.30–16.30 Uhr  
Fr: 08.30–14.00 Uhr

## Tagesstruktur im Sechtbach-Huus

Menschen mit einer chronischen Erkrankung oder einer Hirnverletzung müssen sich im Leben neu orientieren, ihre Beeinträchtigungen emotional verarbeiten und sich an eine neue Situation mit veränderten Möglichkeiten anpassen. Und das geht nur, wenn sie in ihrem Alltag Gelegenheit haben, ihre Fähigkeiten zu nutzen. Genau das ermöglichen die unterschiedlichen Angebote der Tagesstruktur.

Ganz allgemein fördert die Teilnahme an Alltagsaktivitäten auch die Teilhabe am sozialen, gesellschaftlichen und kulturellen Leben der Gesellschaft – das zentrale Ziel der UNO-Behindertenkonvention.



## Impressum

### **Konzept und Inhalt:**

Stiftung WFJB,  
Sechtbach-Huus, Bülach

### **Redaktion:**

Sprache & Kommunikation,  
Iris Vettiger, Zürich

### **Druck:**

bm druck ag, Winkel

### **Verpackung**

durch die Bewohnerinnen  
und Bewohner