



Leni Wyss, bald 103-jährig, ist stark seh- und hörbehindert. Mit der neuen induktiven Höranlage kann sie Gesprächen wieder folgen.

Wenn Hören und Sehen vergehen

Kommt zur Blindheit oder starken Sehbehinderung eine Hörschädigung, ist diese doppelte Behinderung für die Betroffenen schwierig zu meistern. Im Wohnheim werden sie dabei aktiv unterstützt.

Der allmähliche Hörverlust ist ein häufiger Begleiter beim Älterwerden. Und es ist nicht so, dass er Menschen mit Sehbehinderung verschonen würde. Für Blinde und stark Sehbehinderte, wie sie im Wohnheim Mühlehalde leben, ist das Erlöschen des Hörsinns sogar besonders einschneidend. Denn über das Hören konnten sie

die fehlende visuelle Orientierung zumindest ein Stück weit ausgleichen. Entfällt auch diese Hilfe, führt die doppelte Sinnesbehinderung zum Verlust an räumlicher Orientierung. Ferner leidet das Gesprächsverständnis, und Emotionen können nicht abgelesen werden.

Susanne Rutishauser, die Fachverantwortliche Umfeld & Orientierung – sie ist dipl. Pflegefachfrau HF und Augenoptikerin – achtet deshalb bereits beim Eintrittsgespräch mit neuen Bewohnerinnen und Bewohnern auf die Hörfähigkeit, und sie überprüft ihre Beobachtungen regelmässig. «Ich registriere, wie laut, wie deutlich oder wie langsam ich sprechen muss. Beobachte ich, dass jemand immer weniger an Gesprächen oder gemeinsamen Aktivitäten teilnimmt, kann zunehmende Hörschwäche ein Grund dafür sein.» Das Gleiche gilt, wenn sich jemand zunehmend abkapselt. Und dann hilft am besten, wer schnell hilft. Denn je länger die Hörschwäche unbehandelt bleibt, desto geringer werden die Chancen, den Verlauf zumindest zu verlangsamen. >

In dieser Ausgabe: **Regina Müller** bleibt lebensmutig – trotz Doppelbehinderung • Begleitet wohnen im «Mobile»: Der Stundenplan • Das Sozialhunde-Team zu Besuch im Wohnheim

Liebe Leserin, lieber Leser

Die ganze Zeit nur Nacht: Wer blind ist, muss das aushalten. Die ganze Zeit nur Stille: Wer taub ist, muss das aushalten. Und jetzt stellen Sie sich vor, jemand ist von Blindheit und Taubheit zugleich betroffen. Da braucht es schon viel Lebensmut, um sich den Herausforderungen zu stellen, die jeder Tag bereithält. Im Wohnheim Mühlehalde sind etliche Bewohnerinnen und Bewohner von einer Hörsehbehinderung, also einer doppelten Behinderung, betroffen. In unterschiedlichen Schweregraden, aber immer verbunden mit massiven Einschränkungen. Da wollen wir alles tun, was den Betroffenen das Leben angenehmer macht. Natürlich mit Anteilnahme und fürsorglicher Pflege. Aber auch damit, dass wir die technischen Hilfsmittel ausfindig und verfügbar machen, die den

praktischen Alltag erleichtern. Manche dieser Hilfsmittel werden von der IV oder AHV bezahlt oder auch von den Bewohnern selbst. Andere sind für Einzelne (und für uns) einfach zu teuer. Wie zum Beispiel die induktive Höranlage. Die konnten wir nur über eine grosszügige Stiftungsspende finanzieren. Ein herzliches Dankeschön an dieser Stelle – auch an Sie, die unser Wirken so freundlich unterstützen!



Herzlich
Prisca Egli
Präsidentin des
Stiftungsrats

Fortsetzung von Seite 1

Der Weg zum Hörgerät

«Der Akustiker kommt regelmässig ins Haus», erzählt Susanne Rutishauser. «Er führt alle Messungen durch. Er prüft Geräte und berät entsprechend den individuellen Wünschen, wenn jemand ein neues Hörgeräte braucht.» Einmal in Betrieb genommen, brauchen die diffizilen Geräte Pflege, und ihr Gebrauch muss gelernt sein. Die Mitarbeitenden in der Pflege beherrschen den «kleinen Unterhalt» der miniaturisierten High-Tech-Geräte. Zum Beispiel die Reinigung des Ohrstücks oder den Batteriewechsel. Zudem unterstützen sie die Bewohner in der täglichen Handhabung der Hörgeräte. So bleiben diese betriebssicher und erfüllen ihre Aufgabe im Alltag. Und weil das Hörvermögen meist weiter nachlässt, muss das Gehör periodisch geprüft und die Hörhilfe angepasst werden. Diese Aufgabe übernimmt wiederum der Akustiker bei

seinen Hausbesuchen, und nach Bedarf wird auch der Besuch beim Ohrenarzt organisiert.

Ergänzende Hilfsmittel

Moderne Hörgeräte leisten viel. Aber nicht alles. Schon gar nicht, wenn zur Hörbehinderung die Sehbehinderung kommt. «Die Taubblindheit, also die fortgeschrittene Doppelbehinderung, ist eine eigenständige Behinderungsform und mehr als die Summe zweier Schwächen», sagt Susanne Rutishauser. «Selten können deshalb die gleichen Massnahmen und technischen Hilfsmittel erfolgreich eingesetzt werden, wie wenn nur eine der beiden Behinderungen bestünde.» So eignet sich bei starker Hörsehbehinderung etwa ein «Zeitgeber», der über Vibration die Zeit angibt, oder ein Ultraschall-Gerät, das im Raum zusätzlich Hindernisse registriert und diese der hörbehinderten und blinden Person über einen Vibrationscode mitteilt.



Leni Wyss und Dorit Haug freuen sich auf die Vorlesestunde. Die schicke Box um den Hals macht den Vortrag für sie verständlich. Josef Cenek kam mit einer unbehandelten Hörschwäche ins Wohnheim. Jetzt trägt er ein Hörgerät.



Vorleser Jörg Dietschi mit umgehängtem Mikrofon. Die Induktionsanlage (rechts) überträgt seinen Vortrag in hoher Qualität.

Eine patente Höranlage

Bereits viel Freude bereitet hat eine Neuanschaffung, die das Wohnheim dank einer Stiftungsspende finanzieren konnte und die nun seit letztem Herbst im Einsatz ist. Die Induktions-Höranlage besteht aus der «Zentrale» im silberfarbigen Koffer, einem Mikrofon und beliebig vielen Empfängern. Sprache und Musik werden über ein magnetisches Feld auf das Hörgerät oder Hörimplantat übertra-

gen, und das erst noch frei von Nebengeräuschen, also mit hoher Qualität. Sogar Personen, bei welchen Hörgeräte nichts mehr bewirken, sind wieder ins Geschehen eingeschlossen. Sie bekommen die Signale über einen Kopfhörer übermittelt – klar und deutlich. Das ist zum Beispiel für Bewohnerin Leni Wyss ein Segen. Seither besucht sie gern die Vorlesestunde. «Scho schön, öppis z verstaa», lacht sie, «statt eifach nur e chli zraate!»

«Mach alles so gut wie möglich!»

ist schwerhörig von Geburt auf und seit einiger Zeit praktisch blind. Aber er lässt sich nicht unterkriegen.

«Was mich nicht umbringt, macht mich stärker.» Der Spruch des Philosophen Friedrich Nietzsche könnte von sein. Denn die Hör- und Sehbehinderung schränkt ihn massiv ein und belastet auch seine Gesundheit immer wieder: «Zwischendurch spielen die Nerven einfach nicht mehr mit.» Aber trotz Hörbehinderung hatte der 64-Jährige lange Jahre eine verantwortungsvolle Position als Konzernbuchhalter inne. Erst, als auch noch ein Röhrenblick diagnostiziert wurde, musste er kürzer treten und sich schliesslich aus dem Berufsleben verabschieden.

Doch auch nach seinem Eintritt ins Wohnheim Mühlehalde ist unternehmungslustig geblieben. Um zu hören, trägt er ein Cochlea-Implantat, den Röhrenblick kompensiert er mit Spezialgeräten und Sehtraining. So kann er an Wohnheim-Angeboten in den Ateliers teilnehmen



Positiv bleiben: am Spezial-Computer in seinem Zimmer.

(«Ich mag Weben und Bandweben»), ist mit Blindenstock in der Stadt und in der Natur unterwegs («Der Wald gibt mir viel – ich atme befreit!») und pflegt, auch über seine Verbindungen zum Zentralverein für das Blindenwesen SZB, einen festen Bekanntenkreis. Zwischendurch hört man ihn im Mühlehalde-Saal Klavier spielen. «Auch eine Art Therapie», sagt er dazu.

WOCHENPLAN

Montag			Donnerstag		
10.00	Einkauf	Laura	Morgens	Fitness	selbständig
Anschl.	LPF Mittagessen	Laura	14.00	LPF Kleidung falten	Laura
14.30	Wohnungsinsereate besprechen	Eva	16.00	Besprechung Berufsberatung	Barbara
	Abendessen	selbständig	18.00	Torball Training	selbständig
18.00	Wohnungsbesichtigung	Eva			
Dienstag			Freitag		
Morgens	Fitness	selbständig	10.30	LPF Reinigungstechniken Bad	Laura
12.00	Hilfe beim Mittagessen	Barbara	Anschl.	Hilfe beim Mittagessen	Laura
14.00	O+M Zürich HB	Chantal	14.00	O+M Navigations-Apps	Chantal
	Abendessen	Selbständig	16.00	Wohnungsinsereate und	
				Wochenplan besprechen	Eva
				Abendessen	selbständig
Mittwoch			Samstag		
Morgens	Waschen	selbständig	begleitet		
12.00	Hilfe beim Mittagessen	Chantal	12.00	Essen im Mobile, Kinobesuch	Eva
14.00	Begleitung IV Berufsberatung	Barbara			
17.00	Hilfe bei Administration/Budget	Eva			
	Abendessen	selbständig			
			Sonntag unbegleitet		
			Diverses		
			Fitness	Immer Dienstag- und Donnerstagmorgen	
			Torball	Immer Donnerstagabend	

Muster für den Wochenplan einer Mobile-Klientin, die schon einige Monate im Mobile wohnt und jetzt die Wohnungssuche begonnen hat.

Der Wochenplan zur Lebensschule

«Mobile – begleitetes Wohnen» bereitet Menschen mit Sehbehinderung und sehende Personen mit einer Hirnverletzung auf ein möglichst selbständiges Leben vor. Der Wochenplan hilft, Etappenziele auf diesem Weg zu erreichen.

«Unsere Klientinnen und Klienten haben ein grosses Ziel», sagt Barbara Portmann, Leiterin des «Mobile». «Sie wollen trotz Behinderung ein selbständiges und selbstbestimmtes Leben führen – mit eigener Wohnung, geregeltm Alltag und eigenem sozialen Umfeld.» Darauf bereiten sie sich im «Mobile» während einigen Monaten vor.

Ein grosses Ziel in kleinen Schritten

Da gibts eine Menge zu lernen und zu tun. Besonders wichtig für Menschen mit starker Sehbehinderung sind die Lebenspraktischen Fähigkeiten (LPF), also das Einmaleins des Haushaltens, und Orientierung und Mobilität (O+M). Daneben sind Kenntnisse in Finanzen und Administration unentbehrlich, aber auch die Fähigkeit, sich im eigenen Körper wohl zu fühlen und sich in der Gesellschaft sozial verankern zu können. Hinzu kommt die grosse Frage nach der Zukunft im Beruf oder in einer Beschäftigung. «Jede Klientin, jeder Klient bringt beim Einzug ins «Mobile» andere Voraussetzungen mit», erläutert Barbara Port-

mann. «Gemeinsam definieren wir beim Eintritt die individuellen Ziele und einigen uns auf die Massnahmen.»

In der Umsetzung spielt der Wochenplan eine Hauptrolle. Grosse Ziele werden leichter erreichbar, wenn die Aufgaben mit Zwischenschritten in überschaubare Etappen gegliedert sind! Gleichzeitig wird mit dem Wochenplan der Aufbau von Tagesstrukturen vermittelt. Das ganze «Mobile»-Team (neben Barbara Portmann sind das Chantal Moor, Laura John und Eva Teicher) wirkt unterstützend mit, den Wochenplan umzusetzen, der jeden Freitag für die nächste Woche neu aufgesetzt wird. «Das mag ein bisschen gar nach Schulbetrieb tönen», lacht Barbara Portmann, «aber, keine Angst, es bleibt immer auch Platz für Spontanes!»



Barbara Portmann, Leiterin «Mobile»

Impressum:

Verlag: Stiftung Mühlehalde, Witikonstrasse 100, Postfach, 8032 Zürich.
Erscheint vierteljährlich. Abonnement für Gönnerinnen und Gönner im Spendenbetrag ab CHF 5.– enthalten.
Redaktion/Texte: Martin Jakob
Fotos: Moritz Hager/Mühlehalde
Druck: Prowema GmbH, Pfäffikon
Papier: FSC- und PEFC-zertifiziert, CO₂-neutral



Jeden zweiten Montag zu Besuch im Wohnheim Mühlehalde: Sozialhunde-Team Cordula Sturzenegger und Nikos.

«Mir geht's gut – ich gebe gerne etwas zurück»

Seit Anfang Jahr ist Cordula Sturzenegger regelmässig mit Sozialhund Nikos im Wohnheim Mühlehalde zu Gast – für die Tierliebhaberin die ideale Form der Freiwilligenarbeit.

Zielstrebig geht die Wohnheimbewohnerin auf Nikos zu, den schwarzen Labrador, und begrüsst ihn mit einer Streicheleinheit: «Das isch min Fründ, wüssed Sie!» Die nun folgende Stunde wird sie mit Nikos und Cordula Sturzenegger verbringen – die drei spazieren, trinken es Käfeli zusammen oder albern ein bisschen herum. «Nikos kann auch kleine Kunststücklein», erzählt Cordula Sturzenegger. «Zum Beispiel hat er gelernt, Papiernastüechli zu bringen, wenn ich ein Niessen andeute.»

Trickli sind aber nicht die Hauptsache: Vor allem vermittelt der Besuch des Sozialhunde-Teams Freude, bringt Berührung und Abwechslung, steigert die Kommunikationsfreude und aktiviert Fähigkeiten. In vielen Institutionen vom Kinderspital bis zum Alters- und Pflegeheim sorgen Sozialhunde-Teams für Lichtpunkte.

Gut ausgebildet

Die 44-jährige Cordula Sturzenegger liebt Tiere – und wünschte sich schon immer einen Hund. So liess sie sich bei der Blindenhundeschule in Allschwil auf die Warteliste für einen Sozialhund setzen. Im November 2016 kam die Nachricht: «Wir haben einen Hund für Sie.» Nikos, der in-

Ihr Einsatz in der Freiwilligenarbeit

Das wär doch etwas für Sie: Mit Besuchen im Wohnheim bauen Sie Beziehungen auf, die für beide Seiten eine Bereicherung bedeuten. Ob Sie einfach Gespräche führen, in den Ausgang begleiten oder ein spezielles Talent einbringen – unter unseren Freiwilligen finden sich Sängerinnen, Schauspieler, Masseur, Yogalehrerinnen, Specksteinkünstler, – auf jeden Fall stiften Sie Abwechslung und Freude. **Severin Liechti**, unser Fachverantwortlicher für Freiwilligenarbeit, freut sich auf Ihre Kontaktaufnahme: Telefon 044 421 11 64, E-Mail s.liechti@muehlehalde.ch

zwischen 4-jährige Labrador, hatte sich in der Schulung zum Blindenführhund als zu sensibel erwiesen. Cordula Sturzenegger absolvierte nun mit ihm die Ausbildung zum Sozialhund, ebenfalls in Allschwil. «Der Kurs schliesst mit einem Test ab», erzählt sie, «und danach werden wir alle zwei Jahre von einem Coach zu einem Besuch begleitet.» Ein Verfahren, das der Qualitätssicherung dient.

Cordula Sturzenegger arbeitet 80 Prozent. Den freien Tag setzt sie gern für Freiwilligenarbeit ein – aus Dankbarkeit dafür, dass es ihr so gut geht, sagt sie schlicht. Dass sie gerade in die Mühlehalde kommt, ist kein Zufall. «Meine Grossmutter lebte 15 Jahre im Wohnheim, und es ist mir gut in Erinnerung, wie sehr sie sich über die Freiwilligenbesuche gefreut hat.»



Die neue Website freut sich auf Ihren Besuch!

Frisch gestaltet und vor allem optimal zugänglich auch für Menschen mit Sehbehinderung (Screenreader-tauglich). Besuchen Sie uns auf www.muehlehalde.ch

Events & Kultur im Wohnheim Mühlehalde

«Georg Friedrich Händels Auferstehung», Lesung mit Burkhard Heiland, Dienstag, 2. April 2019, 18 Uhr

Stefan Zweigs bewegende Erzählung über die Entstehung des Werks «Messias» von Händel.

Peter Finc in Concert, Donnerstag, 11. April 2019, 15 Uhr

Akustische Gitarre, Gesang – bluesig, jazzig, rockig, groovig und immer hundert Prozent Leidenschaft für die Musik!

Pianokonzert Nicolas Reynold, Do, 16. Mai 2019, 15 Uhr

Ein bunter Strauss von Melodien aus Klassik und Volksmusik.

Frank Powers solo, Donnerstag, 13. Juni 2019, 19:00



Vom Strassenmusiker zum Bühnenstar: Frank Powers war die Entdeckung des Festivaljahrs 2018. Nun kommt er samt seinem neuen Album «Juheminee» in die Mühlehalde zum Solo-Konzert! Türöffnung 18.30 h.

Aktuelles Event-Programm immer auf muehlehalde.ch!

mühlehalde

Stiftung Mühlehalde . Witikonstrasse 100 . Postfach . CH-8032 Zürich . Spendenkonto: 80-21096-3 .
Telefon +41 44 421 11 11 . Fax +41 44 421 11 12 . administration@muehlehalde.ch . www.muehlehalde.ch .

Das Wohnheim Mühlehalde: Zum Leben gut, zum Wohnen schön



Haben Sie Angehörige oder Freunde mit Sehbehinderung, die einen Wohnplatz suchen? Oder suchen Sie selbst einen Platz in einem schön gelegenen Wohnheim in der Stadt Zürich? Die Mühle-

halde ist als Behindertenheim sowie als Alters- und Pflegeheim anerkannt. Sie bietet auch Übergangspflege und Gästezimmer für temporäre Aufenthalte.

Michael Nisius, Bereichsleiter Pflege und Betreuung, freut sich auf Ihre Kontaktaufnahme! Telefon 044 421 11 11, E-Mail m.nisius@muehlehalde.ch

Begleitetes Wohnen – ein guter Start ins selbständige Leben



«Mobile – Begleitetes Wohnen» in Zürich-Oerlikon bietet sehbehinderten und blinden Menschen sowie Menschen mit einer Hirnverletzung für eine bestimmte Zeit Unterstützung und ge-

zielte Förderung. Die Begleitung bereitet auf ein Leben in grösstmöglicher Selbständigkeit vor.

Barbara Portmann, Leiterin «Mobile», freut sich auf Ihre Kontaktaufnahme. Telefon 044 310 30 10, E-Mail b.portmann@muehlehalde.ch

Dienstjubiläen

25 Jahre: **Manda Pesut**, Speisesaal/Service

25 Jahre: **Velniruparajah Rasiah**, Küche

10 Jahre: **Susanne Rutishauser**, Fachverantwortung Umfeld & Orientierung, dipl. Pflegefachfrau HF

5 Jahre: **Severin Liechti**, Freiwilligenarbeit & Soziokultur

Herzlichen Dank für die treue Mitarbeit!

Bei Blindheit und Sehbehinderung

