



# Ankommen und durchatmen...

...das soll für die Bewohnenden des Wohn- und Pflegeheims Sonnenmatt möglich sein. Treffender als der Ausdruck «Heim» wäre eigentlich «Heimat»: In der Sonnenmattwelt wird nämlich bei weitem nicht nur gewohnt und gepflegt.

Sondern hier wird das Leben gelebt, in all seinen Facetten. Dem Wohn- und Pflegeheim Sonnenmatt geht es darum, Menschen am Rande der Gesellschaft ein Zuhause zu bieten und mit ihnen zusammen ein reichhaltiges soziales Leben gestalten zu können. Die Bewohnenden, das sind Menschen mit chronischen psychischen Beeinträchtigungen, die meist aus besonderen Lebensumständen kommen. Die Sonnenmatt pflegt und schafft mit ihnen zum Teil langjährigen Mitarbeitenden rund hundert Wohnplätze und eine Tagesstruktur.

## Ein Zuhause finden...

Die Wohngemeinschaften wurden bewusst als soziale Einheiten geschaffen, um den Bewohnenden eine gemeinschaftliche Atmosphäre zu ermöglichen. «Davon profitiert auch das Personal», meint Manuel Zanrei, angehende Leitung Pflegedienst, «es gibt Ruhe und Übersicht in den teilweise komplexen Arbeitsalltag der psychiatrischen Langzeitpflege.» Die Ausbildungshintergründe der Teammitglieder sind divers. Fachangestellte Gesundheit und Assistent:innen Gesundheit und Soziales, Pflegefachpersonen, aber auch Fachangestellte des Sozialbereichs bringen hier ihr Wissen ein – der Mix macht's. Neben den grundlegenden medizinischen Kompetenzen sind auch viele weitere gefragt. Denn in der Sonnenmatt als Langzeitinstitution gibt es den nötigen Raum,

um wirkliche Veränderungen herbeizuführen; ein Raum, der mit einer Fülle an Angeboten und den Alltag strukturierenden Fixpunkten wahrgenommen wird. Dadurch lassen sich auf der Kehrseite auch Situationen, die den Zeitplan durcheinanderbringen, nicht immer vermeiden. «Wichtig ist dabei sicher eine hohe Sozialkompetenz und Kommunikationsfähigkeit, dass Interesse gezeigt und flexibel auf die Bedürfnisse der Bewohnenden eingegangen wird», führt Zanrei aus. Darin hilft der enge und langjährige Kontakt zu den Bewohnenden. «Beziehungen werden über Monate und Jahre aufgebaut und wirken insbesondere in herausfordernden Momenten als tragende Stütze zwischen Bewohnenden und Personal.»

Verteilt auf eine geschützte und eine offene Abteilung leben in der Sonnenmatt Bewohnende jeder Generation, viele im erwerbstätigen Alter (der aktuell jüngste ist 25-jährig), viele auch Senior:innen. Nicht wenige unter ihnen haben eine wahre Klinik-Odyssee hinter sich. «Das können wir gut abfangen. Wir bieten den Bewohnenden einen Ort, an dem sie auf Lebenszeit bleiben können. Dadurch vermitteln wir Sicherheit und schaffen neue Perspektiven, die sie wieder durchatmen lassen», so Zanrei weiter. Und dank der dritten, einer klassischen Pflegeabteilung, können auch diejenigen Bewohnenden dieses Zuhause wirklich behalten, deren Zustand sich so weit verschlechtert, dass sie intensive Pflege benötigen. Zudem verbringen die Bewohnenden oftmals den Lebensabend auf dieser Station.

Belohnende Momente für die nicht immer einfache Arbeit mögen zeitweise eher rar gesät sein, haben dafür aber eine

umso grössere Wirkungskraft. «Eine über längere Zeit ablehnende oder sogar feindliche Haltung seitens einiger Bewohnenden ist aufgrund derer Biografien manchmal halt normal. Man ist als Mitarbeitende:r natürlich bemüht, das nicht persönlich zu nehmen, aber das ist einfacher gesagt als getan. Und gerade dann helfen diese plötzlichen Lichtmomente enorm, wenn zum Beispiel bei einer einfachen Hilfestellung ein schlichtes Danke zurückkommt – das ist Balsam für die Seele.»

## ... und den Lebensalltag gestalten

Für ein buntes Angebot aus Arbeit, Aktivierungstherapie und Beschäftigung sorgt die Tagesstruktur – wobei alle Bereiche eng ineinander verzahnt sind. «Die Arbeit an sich hat schon eine aktivierende Wirkung und hilft, den Lebensalltag zu gestalten», erklärt Sandro Frischknecht, Leitung Tagesstruktur. Aktivierungstherapeutische Angebote wie Ausflüge, Gedächtnistraining oder Spiele stehen darum Seite an Seite mit Aktivitäten in einer geschützten Arbeitsstätte, die inhouse betrieben wird.

Dabei stehen natürlich nie betriebswirtschaftliche Gesichtspunkte im Vordergrund. Vielmehr soll die breite Palette von Angeboten, die von Abpack- bis zu Gartenarbeiten reicht, den vielfältigen Bedürfnissen der Bewohnenden dienen. Die eben erst eröffnete Gärtnerei verdient sicherlich eine besondere Erwähnung: «Eine Bewohnerin, die beim Besamen eines Presstopfes war, habe ich neulich angesprochen und ihre Arbeit wertgeschätzt. Sie hat sich daraufhin für diese belohnende, sinnstiftende Arbeit bedankt und mir erklärt, dass das



selbst aufgezogene Gemüse später in die Küche geliefert und in die hauseigenen Menus integriert wird», erzählt Frischknecht – Arbeit ist ein Grundpfeiler des Lebens und hat somit einen zentralen Stellenwert, der gefördert wird. Auch auf der Pflegestation sind Fixpunkte im Alltag wichtig, da die Tagesstruktur nicht von allen wahrgenommen werden kann. Darum sorgen beispielsweise Spaziergänge und Kochgruppen für die nötige Abwechslung.

Mit der Ergänzung der agogischen Arbeit werden in der Sonnenmatt das Gesundheits- und das Sozialwesen vermehrt zusammengeführt. Die Mitarbeitenden können so viel stärker von ihrem gegenseitigen Wissen profitieren. «Ganz allgemein wird in der Sonnenmatt einfach sehr vieles richtig gemacht», erwähnt das Heimleitungsehepaar Stefanie und Pascal Ritzmann – das beweist nicht zuletzt der Umstand, dass man 2020, im Pandemiejahr wohlgermerkt, mit dem Prädikat «Great Place to Work» ausgezeichnet wurde.



**Adresse:**  
Wohn- und Pflegeheim Sonnenmatt AG  
Haslacherstrasse 7, 8217 Wilchingen  
**Telefon:** +41 52 687 07 70  
**E-Mail:** info@sonnematt.sh  
**Web:** www.sonnematt.sh

**In Kürze:** Falls Sie neugierig sind und wissen möchten, wie es in der Sonnenmatt aussieht, erwartet Sie auf der Webseite die Möglichkeit eines 360°-Rundgangs.