

SIEGER DES 1. SALUS INNOVATIONSPREIS 2022

# IG HASE – WIRD PROJEKTWOCHE HASE MIT CLOU



N. Bouraoui-Gretter



F. Wulf

*Mia und Max haben Streit. Der Haushalt steht quer und keiner kümmert sich. Das Geschirr stapelt sich, die Spülmaschine ist nicht ausgeräumt, die Toilette ist verdreckt, im Duschabfluss stecken Haare, Wäsche liegt überall herum, die Post stapelt sich ungeöffnet auf dem Esszimmertisch zwischen leeren Snacktüten, Krümeln und Tabakresten.*

*Mia stellt fest, dass sie sich so nicht wohl fühlt und möchte etwas ändern. Sie fragt Max: „Sind wir es uns nicht wert, in einer sauberen und ordentlichen Wohnung zu leben?“*

Die IG Hauswirtschaftliche Selbstfürsorge bietet seit 2019 hierzu mit praxisnahen Anleitungen Unterstützung bei der Bewältigung der alltäglichen Hürden rund um den Haushalt.

Sie gibt Antwort auf die Frage: **Was verbindet Hauswirtschaftliche Selbstfürsorge mit der inneren Zufriedenheit, der Steigerung des alltäglichen Wohlbefindens sowie der Abstinenzstabilisierung?** Unsere Protagonisten Mia und Max lassen uns dabei an ihren alltäglichen Herausforderungen teilhaben. Neben der theoretischen Wissensvermittlung liegt ein besonderer Fokus in der praktischen Umsetzung. Durch Arbeitsblätter, spielerische Impulse und Bewegungsübungen werden die Rehabilitand\*en an die Thematik herangeführt und motiviert, entsprechend der eigenen Bedürfnisse, für sich einen individuellen Weg zur eignen Selbstfürsorge zu finden und umzusetzen.

## DIE INNOVATION DES PROJEKTS

Die IG HaSe wurde inzwischen mehrfach in der salus Adaption Hürth durchgeführt und wurde in verkürzter Form in das Behandlungskonzept der Generation Z (18 – 25 Jahre) integriert. Bei jeder Durchführung konnten wir dazu lernen, an der Methodik feilen und kleine Verbesserungen einführen, aber wir stießen auch an Grenzen, da es immer wieder einen hohen organisatorisch und zeitlichen Aufwand bedeutete. Eine IG mit 8 Einheiten dauert 8 Wochen. Das ist eine lange Zeit. Auf Grund der

unterschiedlichen Entlassdaten ist es grundsätzlich schwierig eine Gruppe von Rehabilitanden konstant zusammenzuhalten. Auch für die durchzuführenden Mitarbeitenden war es ein besonderer Kraftakt, da die IG immer an einem Tag in der Woche mit 2 x 3 Stunden durchgeführt wurde.

Wir sehen in der strukturellen Veränderung von der IG in eine **Projektwoche HaSe** eine große Weiterentwicklung und neue Impulse.

Eine Projektwoche bietet einen klaren abgeschlossenen Rahmen. Rehabilitand\*en und Mitarbeitende können sich gut darauf einstellen und vorbereiten. Wir können mehr Themenbereiche einbeziehen und interdisziplinär zusammenarbeiten. Innerhalb der Projektwoche verfügen wir über mehr Flexibilität und haben einen gewissen Spielraum in dem wir auf unvorhergesehene Ereignisse reagieren können. Durch die Durchführung einer Projektwoche haben wir die Möglichkeit auch allen anderen Rehabilitand\*en (neben Adaption und Gen Z) dieses Angebot zu machen.

Zum Abschluss der Projektwoche wird im Rotationsprinzip (3 Gruppen) das Erlernte Wissen abgefragt und umgesetzt.

## DER CLOU – ESCAPEROOM ZUR ABFRAGE DES ERLERNTEN:

**Ein Showroom (Appartement)** wird „chaotisch“ hergerichtet z.B. Querstehende Klappstühle, herumliegendes Geschirr und Besteck, Pizzakartons. Kaffeeflecken auf dem Tisch. Wäscheberge, leerer Wäschekorb, offenstehender Schrank. Schlecht sortierter Kühlschrank, herumliegende Bücher, ungeöffnete Post und Unterlagen,



Pinnwand mit verschiedenen Terminerinnerungen und Listen.

Da der Escape-Room als ein Baustein der Projektwoche gedacht ist und in einem Rotationsprinzip stattfinden muss, werden die Aufgaben in den 3 Durchläufen jeweils variieren, damit nichts verraten werden kann. Es gibt pro Durchlauf 6 Umschläge mit Rätselaufgaben. Hat man eine Aufgabe gelöst, darf man den nächsten Umschlag öffnen.

Die Spielbegleitung erfolgt durch eine/n MitarbeiterIn, welche/r als Joker max. zweimal um Tipps gebeten werden. Eingeleitet werden die Aufgaben über ein Storytelling der Protagonisten Mia und Max, bekannt aus dem IG-Heft.

Die Rätselaufgaben sind so gestaltet, dass praktische Übungen, wie Gegenstände weg-/einräumen (z.B. Kühlschrank, Bücherregal, Wäsche fürs Waschen sortieren) und kleinere spielerische Elemente wie Puzzle, Sortieraufgaben, Denkspiele, Zahlenkurzgeschich-

te etc. die nächsten Hinweise ergeben. Wichtig sind schnelle Teilerfolge um das Interesse zu steigern.

Wir sind überzeugt, dass zwischen Selbstfürsorge, individueller Hauswirtschaft und abstinenterem Leben ein elementarer Zusammenhang besteht. Die Durchführung einer Projektwoche HaSe bietet unseren Rehabilitanden\*in ein optimales vielfältiges Behandlungsangebot, welches Motivation, Interesse und Selbstwirksamkeitserleben bringt.

Wir sind dankbar, dass wir seitens unserer Klinikleitung immer freie Hand in der Gestaltung und Umsetzung unserer Ideen erhalten haben und sind absolut glücklich über den 1. Platz beim ersten salus Innovationspreis, der uns schon auch überrascht hat. Es ist für unsere Arbeit eine großartige Wertschätzung und es freut uns sehr, dass die Jury unsere Vision von Hauswirtschaft als therapeutisches Instrument in diesem Projekt erkannt hat und wir gegenüber den anderen tollen innovativen Projektvorschlägen überzeugen konnten.

