

**Zeitschrift:** Curaviva : Fachzeitschrift  
**Herausgeber:** Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz  
**Band:** 84 (2013)  
**Heft:** 1: Die Seele im Alter : Umgang mit Verlust und Trauer

**Artikel:** Grosse Veränderungen in Walliser Alters- und Pflegeheim : ohne bewegungseinschränkende Massnahmen geht es auch  
**Autor:** Schmid, Christoph  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-804252>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 12.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Grosse Veränderungen in Walliser Alters- und Pflegeheim

# Ohne bewegungseinschränkende Massnahmen geht es auch

Das Alters- und Pflegeheim St. Anna in Steg VS hat es geschafft, fast vollständig auf Bewegungseinschränkungen zu verzichten. Für diese grosse Leistung bekam es vom Institut für angewandte Sozialforschung in Freiburg im Breisgau die Auszeichnung «Best Practice Beispiel».

Von Christoph Schmid

Das ehrgeizige Ziel erreichten die Verantwortlichen der Institution im Walliser Dorf Steg nach einem Prozess des intensiven Umdenkens mit einem Bündel verschiedener Massnahmen (siehe Kasten Seite 36). Die Voraussetzungen waren allerdings alles andere als einfach. Mit Bettgittern bei 19 von 54 betreuten Personen und dem Einsatz von Pflegedecken wendete das Pflegepersonal Bewegungseinschränkungen vor allem nachts in grosser Selbstverständlichkeit an. Die Dauer war mit durchschnittlich 14,2 Stunden äusserst lang. Zu den täglich eingesetzten Methoden gehörten ausserdem Bauchgurten beim Sitzen im Rollstuhl und Stecktische. Das Personal protokollierte alle Massnahmen, und die Angehörigen unterschrieben sie. «Es gab damals keinen Widerstand, keine Diskussion und keine Auflehnung», stellt die Heimleiterin Annette Weidmann rückblickend fest. «Offensichtlich sahen alle Beteiligten, auch die Angehörigen die Bewegungseinschränkungen als bedenkenlos an.

### Eine neue Philosophie: Möglichst viel Bewegungsspielraum

2011 trat Edith Schwery die Stelle als Pflegedienstleiterin an und begann, eine neue Philosophie zu erarbeiten. Sie ging daran, das bisherige Pflegeverständnis unter die Lupe zu nehmen

und Anpassungen vorzunehmen. Dazu gehörte auch, die Medikation durch die Heimärzte und, bei Bedarf, durch einen konsiliarisch zugezogenen Alterspsychiater zu überprüfen.

Zu Hilfe kamen der couragierten Pflegedienstleiterin aber auch glückliche Umstände in baulicher Hinsicht. Der ambitionöse Neu- und Umbau schuf gleichzeitig auch räumlich bessere Voraussetzungen; er ermöglichte es zum Beispiel, die meisten Zweibettzimmer zu Einzelzimmern umzubauen. Heute richten sich die Bewohnerinnen und Bewohner in geräumigen Zimmern ein, die sie nach ihrem eigenen Geschmack gestalten können. Da auch der Ersatz vieler Pflegebetten bevorstand, nahmen die Verantwortlichen die Gelegenheit wahr, auf Niederflurbetten umzusteigen. Und sie liessen bei der Renovation alle Zimmer mit einem Lichtalarmsystem ausrüsten, das verschiedene Meldungskategorien anzeigt. Eine neu geschaffene geschützte Wohngruppe für Menschen mit Demenz nimmt jene Bewohnenden auf, die aufgrund ihrer psychischen Krankheitssymptome und Verhaltensauffälligkeiten nur schwer auf den Pflegegruppen integriert werden können.

**Mit grosser Selbstverständlichkeit wendete das Pflegepersonal Bewegungseinschränkungen an.**

### Neues Prinzip: Optimale Bewegungsfreiheit

Als Curaviva Schweiz Ende 2010 mit dem Projekt «ReduFix» Schulungen in den Heimen anbot, um Anzahl und Länge von Fixierungen zu reduzieren, nahm das Alters- und Pflegeheim St. Anna dieses Thema in sein Weiterbildungspaket 2011 auf. So wirkten verschiedene Faktoren zusammen, die zu einem tiefgreifenden

Paradigmenwechsel führten.

«Allerdings mussten die Pflegenden und Angehörigen einen riesengrossen Umdenkungsprozess durchlaufen», berichtet Heimleiterin Annette Weidmann. «Denn sie waren sich seit 20 Jahren gewohnt, dem Prinzip Schutz und Sicherheit den höchsten Stellenwert einzuräumen.» Eine wichtige Vorausset-

>>



## Einsatz von Bewegungseinschränkungen reduzieren

Der Fachbereich Alter von Curaviva Schweiz entwickelte das Projekt «ReduFix Schweiz» in Zusammenarbeit mit dem Institut für angewandte Sozialforschung der Evangelischen Hochschule in Freiburg im Breisgau. Es hatte zum Ziel, durch Schulungen und weitere Sensibilisierungsmassnahmen in Altersinstitutionen den Einsatz und die Dauer von bewegungseinschränkenden Massnahmen zu reduzieren. An 56 Kurstagen in 33 verschiedenen Alters- und Pflegeinstitutionen sensibilisierten und schulten zehn Lehrbeauftragte insgesamt 1120 Pflegepersonen über Bewegungseinschränkungen. Das Projekt dauerte von April 2010 bis Juni 2012.

Das Bundesamt für Sozialversicherungen unterstützte im Rahmen des AHV-Gesetzes zur Förderung der Altershilfe die wissenschaftliche Begleitung des Projekts. Dabei wurden die fixierenden Massnahmen zweimal erhoben und miteinander verglichen: vor der Schulung und drei Monate danach. Das Alters- und Pflegeheim Steg im Kanton Wallis erbrachte den Nachweis, dass es fast vollständig auf Bewegungseinschränkungen verzichtete. Dafür zeichnete es das Institut für angewandte Sozialforschung in Freiburg im Breisgau mit dem Prädikat «Best Practice Beispiel» aus.

### Weitere unterstützende Angebote von Curaviva Schweiz

- Der Schlussbericht kann im Online-Themendossier «Bewegungseinschränkende Massnahmen» eingesehen werden: [www.curaviva.ch](http://www.curaviva.ch) > Fachinformationen > Themendossiers > Bewegungseinschränkende Massnahmen.
- Fachbroschüre «Neues Erwachsenenschutzrecht für Alters- und Pflegeinstitutionen»: [www.curaviva.ch](http://www.curaviva.ch) > Fachinformationen > Themendossier > Erwachsenenschutzrecht.
- Inhouse-Schulungen durch Curaviva Weiterbildung ([www.weiterbildung.curaviva.ch](http://www.weiterbildung.curaviva.ch) und Verband Berner Pflege- & Betreuungszentren ([www.vbb-abms.ch](http://www.vbb-abms.ch))).

zung für den Erfolg war, dass die Heimverantwortlichen und der Vorstand eine gemeinsame Linie verfolgten und am gleichen Strick zogen. Das neue Prinzip lautet «Optimale Bewegungsfreiheit». Es stützt sich auf das gemeinsam mit allen Beteiligten erarbeitete Konzept zum Einsatz von freiheits-

beschränkenden Massnahmen. Entsteht eine Situation, in der eine Bewohnerin, ein Bewohner in schwerwiegender Weise sich selbst oder Mitbewohnende gefährdet, werden die Gründe für dieses Verhalten gesucht, Pflegediagnosen erarbeitet, geeignete Massnahmen festgelegt und regelmässig überprüft. Tritt eine Person neu ins Alters- und Pflegeheim St. Anna ein, besprechen die Verantwortlichen mit ihr und ihren Angehörigen die Philosophie des Hauses und erklären ihnen die Unterstützungsangebote. Dieses Vorgehen trägt dazu bei, dass die Angehörigen das Prinzip der Bewegungsfreiheit in der Regel ohne Weiteres mittragen.

### Funkfinger löst Lichtalarm aus

Eine grosse Rolle spielen in der Institution in Steg die Hilfsmittel. Die Bettgitter an den Niederflurbetten werden auch nachts nicht hochgezogen. Bei sturzgefährdeten Bewohnerinnen und Bewohnern liegt eine Abrollmatte vor dem Bett. Zudem löst eine darunter liegende Klingelmatte einen Alarm aus, sobald die Person aus dem Bett steigt oder «rollt»; rund die Hälfte der Bewohnenden tragen tagsüber Hüftprotektoren; mit einem am Arm getragenen oder am Rollator befestigten «Funkfinger» können die kognitiv Rüstigen den Lichtalarm nicht nur im Bett, sondern auch unterwegs auslösen. Ein differenziertes Alarmsystem, das im ganzen Haus installiert ist, erlaubt es den Pflegenden, «gefährliche Situationen» sofort zu orten und Unterstützung zu geben. Dies ist besonders auch für die beiden Pflegemitarbeiterinnen, die jeweils die Nachtwache übernehmen, eine grosse Hilfe.

### Flexibler Einsatz von Pflege und Betreuungsfunktionen

Diese verschiedenen Hilfsmittel unterstützen den prinzipiellen Verzicht auf körpernahe Fixierungen und Bettgitter. Doch sie allein genügen nicht. Auch die betrieblichen Strukturen und Abläufe stellten die Heimverantwortlichen um. Als Ausgangspunkt aller Betreuungsmassnahmen gelten seither ganz grundsätzlich die individuellen Bedürfnisse und Gewohnheiten der Bewohnerinnen, aber auch ihre Ressourcen. Die fixen Tagespläne sind flexiblen Abläufen gewichen. Die Bewohnerinnen und Bewohner müssen nicht mehr bis zur Vormittagspause die Körperpflege hinter sich gebracht haben. Der Frühstückstisch steht bis um elf Uhr bereit. «All das führt zu einer flexiblen Arbeitsgestaltung zwischen Pflege- und Betreuungsaufgaben

**Bei sturzgefährdeten Bewohnerinnen und Bewohnern liegt eine Abrollmatte vor dem Bett.**

## Im Alters- und Pflegeheim St. Anna haben diese Massnahmen zum Verzicht auf Bewegungseinschränkungen geführt:

- Hausinterne Weiterbildung der Pflegefachpersonen im Rahmen von «ReduFix Schweiz».
- Informationsveranstaltung für alle Mitarbeitenden der Pflege.
- Abklärungen der rechtlichen Seite mit Juristen.
- Erstellung eines hausinternen Konzepts für freiheitsbeschränkende Massnahmen.
- Information an die Angehörigen am Angehörigenanlass.
- Viele direkte Gespräche mit betroffenen Bewohnerinnen und Angehörigen.
- Anpassung des Hilfsmaterials: Niederflurbetten, Abrollmatten, Aufstehhilfen, Alarmmatten, Funkfinger, Antirutschsocken, Hüftprotektoren, Antirutschmatten.





Im Alters- und Pflegeheim St. Anna im Walliser Dorf Steg hat ein «riesengrosser Umdenkungsprozess» stattgefunden.

und zu weniger Stress beim Pflegepersonal», stellt Pflegedienstleiterin Edith Schwery fest.

Gleichzeitig können die (sturzgefährdeten) Bewohner lückenloser beaufsichtigt werden. Und wenn eine Bewohnerin oder eine Bewohner besonders unruhig wird, kann sich eine Pflegeperson phasenweise in einer Eins-zu-Eins-Betreuung darum kümmern, bis sie wieder in der Lage ist, in die Wohngemeinschaft zurückzukehren. Dieses Vorgehen bedingt, dass die Pflegepersonen befähigt werden, Aufgaben der Tagesgestaltung zu übernehmen. «Warum soll eine Pflegeperson bei der Körperpflege nicht gleichzeitig ein bisschen Gedächtnistraining einbauen?», fragt Edith Schwery rhetorisch.

#### Verzicht als dauernde Herausforderung

Das Alters- und Pflegeheim St. Anna ermöglicht seinen Bewohnenden ein möglichst grosses Mass an Bewegungsfreiheit. Ganz ohne Einschränkungen kommt es allerdings auch nicht aus. Zum Schutz für Menschen, die in Gefahr sind, wegzulau-

fen, für Menschen mit Demenz ist die grosszügige Gartenanlage eingezäunt und mit einem Sicherheitstor ausgerüstet. «Der Verzicht auf Bewegungseinschränkungen bleibt eine dauernde Herausforderung», sagt Edith Schwery.

Das Heim im Wallis hat sich noch mehr vorgenommen. Die nächste Neuerung steht bereits vor der Tür: Eine Kindertagesstätte wird im Frühling den Betrieb in den Räumlichkeiten der Institution aufnehmen. Heimleiterin Annette Weidmann ist sicher: «Dies wird sich nicht nur für die Bewohnenden positiv auswirken, sondern auch für jene Pflegenden und Mütter, die ihre Kinder quasi zur Arbeit mitnehmen können.» Der neue Name für das Alters- und Pflegeheim St. Anna ist schon gefunden: Die Institution nennt sich in

**Das Heim im Wallis hat sich noch mehr vorgenommen. Bald wird es zum Haus der Generationen.**

Zukunft «Haus der Generationen». ●

**Zum Autor:** Christoph Schmid ist Leiter des Ressorts Gerontologie bei Curaviva Schweiz.