

tierbegleitet bewegen

Das Freiwilligenprojekt „tierbegleitet bewegen“ der Volkshilfe Wien will durch die optimale Einbindung von Haustieren in Präventivmaßnahmen die Notwendigkeit kostenintensiver nachgelagerter Ressourcen häuslicher oder institutioneller Pflege und Betreuung signifikant senken.

„tierbegleitet bewegen“ arbeitet zum Wohle von Menschen in besonderen Lebenslagen.

Potentielle Benachteiligungen durch Tierhaltung sollen beseitigt werden und Haustiere mithelfen, die Gesundheit der ProjektteilnehmerInnen und deren Wohlbefinden zu fördern und so nachhaltige Erfolge zu ermöglichen.

Von körperlichen und/oder sensorischen Einschränkungen waren im Jahr 2014 – laut ATHIS – rund 39 Prozent der ab 15-jährigen WienerInnen betroffen (rund 583.000 Personen%). Mit zunehmendem Alter ist ein deutlicher Anstieg körperlicher und/oder sensorischer Einschränkungen zu beobachten: von 22 Prozent bei den 15- bis 29-Jährigen auf 61 Prozent bei den ab 60-Jährigen. (Statistik Austria – Österreichische Gesundheitsbefragung 2014)

Der Fokus von „tierbegleitet bewegen“ liegt auf dem Menschen. Als Hilfe zur Selbsthilfe sollen Haustiere als Unterstützung des Menschen erkannt und genutzt werden. Sie dienen auch als Verbindungsglied zwischen freiwilligen BetreuerInnen und betreuten Personen. So kann eine Vertrauensbasis für die gemeinsame Arbeit zum Wohl der betreuten Person geschaffen werden.

Das Projekt ordnet sich dem Bereich der psychosozialen Gesundheitsförderung zu. Die tiergestützte Intervention bei Menschen kann ein ausgesprochen hilfreiches Element zur Verbesserung von Gesundheit und Lebensqualität von Personen mit physischen und/oder psychischen Beeinträchtigungen sein.

freiwilliges Engagement

Sehr viele Menschen sind grundsätzlich bereit, sich freiwillig in sozialen Bereichen zu engagieren. Leider scheitert das Engagement aber oft an bestehenden Hemmschwellen und der oft nicht ausreichenden begleitenden Betreuung der Freiwilligen. Im Projekt „tierbegleitet bewegen“ ist das Einbeziehen ihrer Wünsche und Bedürfnisse eine tragende projektbegleitende Maßnahme.

Vor ihrem Einsatz werden freiwillige Mitarbeiter intensiv auf ihre Tätigkeiten vorbereitet.

- Dos & don'ts der FW-Arbeit im sozialen Bereich
- Grenzen (eigene und die des/der Anderen)
- Grundlagen der geplanten methodischen Vorgangsweise
- Datenschutzrichtlinien
- Grundkurs Tierhaltung & Tierbegleitete Therapie
- Physiologie, Anatomie Bewegungslehre
- Methodik, Didaktik, Grundlagen gesunder Ernährung

Freiwillige Mitarbeiter besuchen die Projektteilnehmer über zumindest 3 Monate zweimal wöchentlich zu Hause und führen mit ihnen gemeinsam die vorab definierten Übungen unter Einbeziehung des Haustieres durch.

Zielgruppe / Zielsetzung

- Menschen mit körperlichen Beeinträchtigungen
- Menschen mit geistigen Beeinträchtigungen
- Ältere Menschen
- Menschen in Rehabilitation

Durch einfache Unterstützung der zu betreuenden Person wie z.B.

- gemeinsames spielen mit dem Haustier zur Aktivierung von Geist und Körper
- gemeinsame Aktivitäten außer Haus z.B. „Gassigehen“ als Mobilisierung und
- Förderung der sozialen Integration durch mehr Außenkontakte
- Hilfe bei der Verbesserung der Kommunikation zwischen Mensch und Tier zur Steigerung von Selbstwert und Wohlbefinden
- Hilfe bei der Tierpflege zur Förderung des Verantwortungsbewusstseins sowie zur Aktivierung und Mobilisierung

kann eine objektive und subjektive Verbesserung der Lebenssituation der betreuten Person erreicht werden.

Gefördert werden die grobmotorische Kompetenz, die feinmotorische Kompetenz, die haptische Reizfähigkeit/Sensomotorik sowie die geistige Fähigkeiten.

Das Projekt kann die persönliche Kompetenz im Umgang mit der gegebenen Situation wecken und fördern. Dementsprechend wurde dem Projekt „tierbegleitet bewegen“ das ressourcenorientierte Salutogenesemodell von A. Antonovsky mit seiner multidimensionalen Auffassung von Gesundheit und seinem zentralen Anliegen der Förderung des Kohärenzsinnns zugrunde gelegt.

Das Haustier soll mit Unterstützung der freiwilligen Mitarbeiter mithelfen:

- Die Mobilität und Aktivität auch im Alter zu erhalten bzw. wieder herzustellen
- Die Selbstständigkeit auch im Alter zu erhalten bzw. wieder herzustellen
- Aus einer passiven, duldbaren Rolle in eine aktive, selbstbestimmte treten zu können
- Die Lust am Leben zu steigern und potentielle Hoffnungslosigkeit zu vermeiden
- Die Lebensqualität des Menschen zu erhöhen, das Leben wieder lebenswert zu gestalten

Präventivmaßnahmen

Durch gesteigerte Aktivität und Mobilität kann neben der kardiovaskulären, auch die muskuläre Leistungsfähigkeit auch im Alter signifikant gesteigert werden. Ein leistungsfähiger aktiver Bewegungsapparat (Muskulatur) trägt – gepaart mit ausreichender Motorik und Koordinationsfähigkeit – wesentlich zur Sturzprävention im Alltag bei. Ein Drittel aller über 65-jährigen Menschen stürzt mindestens einmal im Jahr. 20 % der Betroffenen müssen danach medizinisch versorgt werden, fast 10 % sind von Frakturen betroffen. Neben körperlichen Verletzungen ist besonders die Angst vor weiteren Stürzen ein großes daraus resultierendes Problem „Post fall Syndrom“, das zu weiterer Inaktivität führen kann.

Ebenso führen gesteigerte Aktivität und Mobilität sowie ein stärkerer Muskelapparat zu einer verstärkten Beanspruchung und Belastung – im positiven Sinn - des passiven Bewegungsapparates (Skelett). Mangelnde mechanische Belastung begünstigt die Entstehung von Osteoporose. Im Schnitt erleidet jede 3. Frau und jeder 5. Mann einmal in seinem Leben einen durch Osteoporose verursachten Knochenbruch. Aktive Vorbeugung ist auch in diesem Bereich ein wichtiger Teil eines selbstständigen Lebens.

„tierbegleitet bewegen“ trägt somit aktiv dazu bei, wichtige Präventivmaßnahmen zu setzen um Unfälle und die daraus resultierenden negativen Auswirkungen für den einzelnen Betroffenen und die Gesellschaft zu vermeiden.

Nutzen

Das Erreichen dieser Ziele bringt nicht nur die offensichtlichen Vorteile der betreuten Person mit sich:

- Durch längere Selbstständigkeit im Alter kann der Bedarf an Pflegeheimplätzen reduziert, die Intensität der pflegerischen Betreuung im eigenen Haushalt gesenkt und auch eine weitere Steigerung des Heimhilfebedarf vermieden werden.
- Durch das Erhalten bzw. Wiederherstellen von Mobilität und Aktivität kann zusätzlich die Motorik und Koordinationsfähigkeit der betreuten Personen gestärkt und gefördert werden. Dies reduziert die Unfall- und Verletzungsgefährdung. Langwierige und kostenintensive medizinische und pflegerische Maßnahmen können vermieden werden.
- Durch reduzierte Isolation, geförderte Außenkontakte und dadurch gesteigerten Antrieb wird die Eigenmotivation selbst aktiv daran zu arbeiten, so lange wie möglich ein autonomes und selbstbestimmtes Leben zu führen, gestärkt.
- ProjektteilnehmerInnen werden gefördert, ihr Tier seiner Art und seinen Bedürfnissen entsprechend angemessen zu ernähren, zu pflegen und verhaltensgerecht unterzubringen.

© **Volkshilfe Wien gemeinnützige Betriebs-GmbH**

Ein Nachdruck, auch auszugsweise, ist nur mit schriftlicher Genehmigung der Volkshilfe Wien gGmbH gestattet.

Impressum

Volkshilfe Wien gemeinnützige Betriebs-GmbH
1230 Wien, Breitenfurter Straße 336
Tel.: +43 1 360 64-4513, E-Mail: a.polak@volkshilfe-wien.at
www.volkshilfe-wien.at, www.facebook.com/VolkshilfeWien
FN 443962 k; Handelsgericht Wien; DVR: 0048445

Stand: Dezember 2018