

Als Pflegefachfrau HF Psychiatrie, KomplementärTherapeutin ED Methode Shiatsu und diplomiert in Integrativ Lösungsorientierter Psychologie – fördere ich ganzheitlich die Gesundheit von Menschen mit diversen Beschwerden, Befindlichkeitsstörungen und Leistungsbeeinträchtigungen, wie Schlafstörungen, Konzentrationsmangel, Reizbarkeit, depressiven Verstimmungen, Verdauungsbeschwerden, Schmerzen, Erschöpfung, ... und von Menschen mit psychischen Erkrankungen in der Rehabilitation.

Am Anfang steht das Gespräch, in welchem das Beschwerdebild und bisherige Bewältigungswege erfasst werden. Was ist Ihr Ziel – kurz- und langfristig? Woran wird der Therapieerfolg erkannt? Wenn das Therapieziel steht, werden wir gemeinsam den individuellen Therapieplan für Sie erstellen.

Die pflegerischen Massnahmen dienen dem Wiedererlangen der Alltagsbewältigung, dem Wieder-Finden und Erarbeiten einer angepassten Tagesstruktur, dem Einüben von Bewältigungsstrategien im Umgang mit Angst, Aggressionen, Trauer oder Sucht und dem zielgerichteten Training zur Gestaltung und Förderung sozialer Kontakte. Körperzentrierte Berührungs-, Bewegungs-, Atem- und Energiearbeit werden gezielt angewendet und geübt. Dies sowohl mit Behandlungen, Atem- und Entspannungsübungen wie auch mit einem gemeinsamen Spaziergang täglich an der frischen Luft. Dadurch werden neue Selbstwahrnehmungs- und Bewusstseinsprozesse ermöglicht, neue Sicht- und Handlungsweisen gefördert und die Umsetzung lösungs- und motivationsbasierter Neuorientierungen im Alltag unterstützt. Ausgelöste Prozesse und Veränderungen werden ermittelt, reflektiert und integriert. Der Genesungsprozess und die Genesungskompetenz werden unterstützt. Das Prozessgeschehen und die Fortschritte werden erkannt und bestimmen den weiteren Therapieverlauf.

Die Idee

- Auffangen, neue Kraft fürs Weitergehen schöpfen, stabilisieren, Lösungen finden.
- Therapie und/oder Krisenintervention mit Ruhe und Privatsphäre.
- Befristete Anschlusstherapie oder Wartefrist-Überbrückung bei Klinikaufenthalt.

Das Konzept – B&T – Bett und Therapie

- Sie sind selbständig und allseits orientiert. Sie sind motiviert, Ihr Leben positiv zu gestalten (lernen) und benötigen keine ständig verfügbare Ansprechperson.
 - Sie brauchen keinerlei Unterstützung in der körperlichen Pflege.
 - Sie haben keine Tendenz, sich selber zu verletzen und es besteht auch keine Tendenz zu Fremdgefährdung und/oder Sachbeschädigung.
 - Sie leben suchtmittelabstinent – um sich und andere zu schützen.
- Sie stehen im Berufsleben und/oder wollen dorthin zurückkehren.
- Im Moment wollen Sie noch nicht ganz alleine in Ihrer Wohnung/Haus leben.
- Gemeinsam erstellen wir Ihren Therapie-Plan am 1. Tag – auf Sie abgestimmt, lösungsorientiert, individuell: Täglich (Mo-Fr) nehme ich mir 2 Stunden Zeit für Sie. Gespräche, Behandlungen, Übungsanleitungen, Aktivität im Freien, Freizeitimpulse, allgemeine Alltagsbewältigung gehören dazu.

Wohnen

- Nichtraucherhaus – mit Hund – Zimmer im EG, Etagen-Bad, WLAN, Safe.
- Aufenthaltsraum. Mitbenützung der Küche nach Absprache, Kaffee, Tee.
- PP, Veloraum, gedeckter Sitzplatz, Garten.
- Auf Wunsch können wir gemeinsam Kochen und Essen - als integrierter Bestandteil der Therapie – gemeinsames Planen, einfache Menus zubereiten, Freude am gesunden Essen – vorwiegend vegetarisch – und nach Absprache.
- Es steht (vorläufig) nur 1 Zimmer zur Verfügung.
- Besuchszeiten nach Absprache

Hausordnung in Kürze

- Ordnung, Sauberkeit und Ruhe – jeder sorgt für angenehmes Zusammenwohnen.
- Nichtraucherhaus. Rauchen im Freien – Stummel in Aschenbecher ☺.
- Schlüsselcode bleibt geheim.
- Wir pflegen eine wertschätzende, respektvolle Kommunikation.

Die Zusammenarbeit mit anderen Fachpersonen und Bezugspersonen, welche den Therapieprozess unterstützen, schätze ich.

Beim Therapieabschluss wird der Therapieverlauf ausgewertet und evaluiert, ob und in welcher Form Sie weitere therapeutische Unterstützung und Begleitung benötigen.

Der Aufenthalt im Bellewart soll nachhaltige positive Veränderungen und Verhaltensweisen realisieren, welche Sie befähigen, diese im Lebens- und Berufsalltag selbstkompetent und autonom weiterführen und verankern zu können.

Preise (Bitte klären Sie mit Ihrer Krankenkasse, wie die Kostenbeteiligung aussieht und holen Sie bei Ihrem Arzt eine entsprechende Verordnung. Vorgängige Kontaktaufnahme und Besichtigung wird erwartet.)

Pro Nacht	B&T		Fr. 200.-
Pro Woche	B&T	(am Wochenende habe ich frei – Sie auch)	Fr. 1050.-
Pro Monat	B&T	(Wochenenden und Feiertage ohne Therapie)	Fr. 4000.-

+ ... HP im Hotel Kaiserstuhl (auf Wunsch im Bellewart: einfaches Frühstück, meist vegetarisches Bio-Essen)

Je 2-Gang Menu nach Wahl, mittags oder abends	Fr. 30.-	nach Absprache	Fr. 12.-
Frühstücksbuffet pro Tag	Fr. 25.-	Müesli, Orangensaft	Fr. 10.-

Ich freue mich auf Sie!

Bettina Dietrich

Ihre KomplementärTherapeutin ED Methode Shiatsu und Pflegefachfrau HF Psychiatrie.