

Week 1-

Exploration

project aim

Developing a service ecosystem that offers support to people taking care of their family members with dementia?

key questions

How can we reduce the stress of family caregivers?

reducing stress

How can we develop a tool that enables caregivers to assess the stage of their family member's dementia?

assessing stage of dementia

How can we provide family caregivers with appropriate support and practice-oriented information, tailored to their ever-changing individual needs throughout the caregiving process?

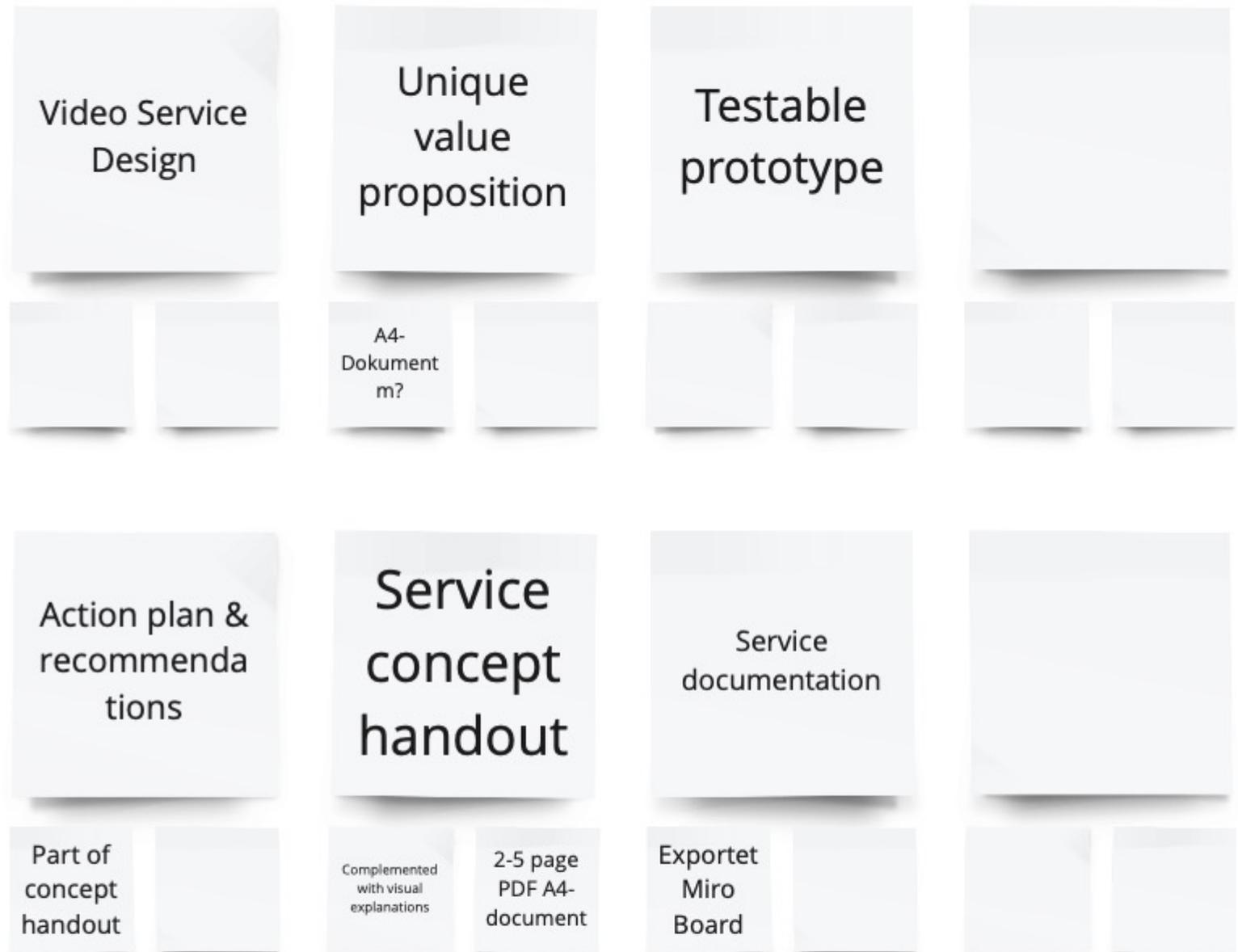
access to support and information

How can we increase awareness among caregivers so that they accept help early enough?

increasing awareness & diagnosing early

final deliveries

Übersicht



desk-research

Kunst



Dokumente

Abbildung 1: Einleitungsprozess zur Bewältigung der betreuenden geriatrischen Angehörigenbetreuung

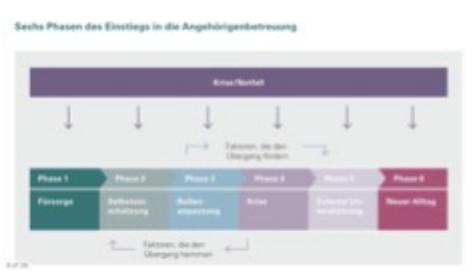


Tabelle 1: Top 5 potenzielle Hilfen für die Unterstützung - nach Altersgruppen der betreuenden Angehörigen

Alter betreuende Angehörige	Top 5 der potenziellen Hilfen für die Unterstützung	% (n)
16-25 N=105 (100%)	1. Beratung 2. Hilfe für meine Familie und andere nahe Personen 3. Rat bei Geld- und Versicherungsangelegenheiten 4. Gespräche mit Fachpersonen für Gesundheit 5. Rufen von Personen in ähnlicher Situation	80,40 (2%) 58,05 (2%) 59,05 (2%) 58,05 (2%) 58,05 (2%)
26-45 N=214 (100%)	1. Beratung 2. Gespräche mit Fachpersonen für Gesundheit 3. Hilfe für meine Erziehung 4. Rat bei Geld- und Versicherungsangelegenheiten 5. Begleitung/Fachwissen für unterstützte Person	70,07 (2%) 59,05 (2%) 59,05 (2%) 59,05 (2%) 59,05 (2%)
46-64 N=194 (100%)	1. Beratung 2. Begleitung/Fachwissen für unterstützte Person 3. Gespräche mit Fachpersonen für Gesundheit 4. Rat bei Geld- und Versicherungsangelegenheiten 5. Rufen von Personen in ähnlicher Situation	62,05 (2%) 59,05 (2%) 59,05 (2%) 59,05 (2%) 59,05 (2%)
65-74 N=128 (100%)	1. Beratung 2. Gespräche mit Fachpersonen für Gesundheit 3. Begleitung/Fachwissen für unterstützte Person 4. Rat bei Geld- und Versicherungsangelegenheiten 5. Hilfe für meine Erziehung	59,05 (2%) 59,05 (2%) 59,05 (2%) 59,05 (2%) 59,05 (2%)
75-94 N=91 (100%)	1. Beratung 2. Gespräche mit Fachpersonen für Gesundheit 3. Begleitung/Fachwissen für unterstützte Person 4. Hilfe und Tipps zur Unterstützung 5. Hilfe für meine Erziehung	49,05 (2%) 49,05 (2%) 49,05 (2%) 49,05 (2%) 49,05 (2%)

Work + Care

Dienstleistungen

Bitte wählen Sie die Art von gesuchten Leistungen oder [Suchbegriffen](#). Sie alle korrekten Adressen zur Verfügung über Zurück - Zurück - Zurück

- Beratung - Abklärung, Koordination
- Beratung - Berufs-, Bildungs- und Laufbahnberatung
- Beratung - Fachkundige Beratung zu Hause
- Beratung - Individuelle Beratung für pflegenden Angehörigen
- Beratung - Information und Beratung
- Beratung - Prävention zu Hause
- Beratung - Sozialberatung
- Beratung - Verantwortlichberatung
- Bewegungen - Ausflug, Ferien
- Bewegungen - Fahrdienst (Transport)
- Bewegungen - Tanzen, Singen, Musik
- Diversa - Diversa Leistungen
- Diversa - Diversa Leistungen
- Fotografieren - Berufsfotografie u...

Fehlt eine wichtige Adresse?

Sie möchten Ihre Adresse anpassen oder entfernen? Organismen und Einrichtungen, die von öffentlichen Interessen oder gemeinnützigen und Non-Profit-Organisationen angeleitet werden, werden nicht aufgeführt.

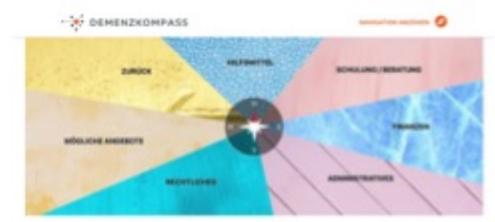
Siehe eine Adresse finden, indem Sie sie mit einer der Suchbegriffe und Adressen vergleichen.

Wo finde ich Beratung und Unterstützung?

Professionelle Beratung und Unterstützungsdienste

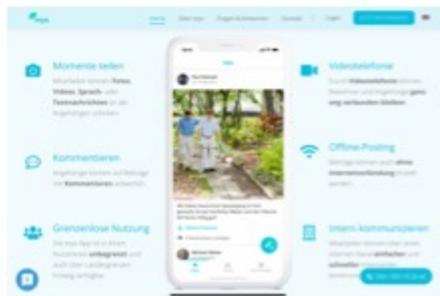
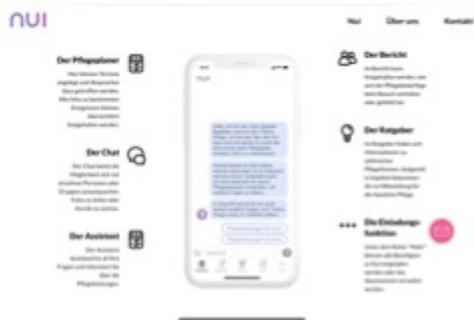
Wie finde ich Beratung und Unterstützung?

Bitte wählen Sie die Art von gesuchten Leistungen oder Suchbegriffen. Sie alle korrekten Adressen zur Verfügung über Zurück - Zurück - Zurück



desk-research

Tools (Screen)



10 wichtigste Instrumente für Selbstassessment

Tabelle 2: Stark empfehlenswerte Selbstassessment-Instrumente

Instrument	Verfügbare Sprache	Abk.	Entwicklerinnen und Entwickler
Burden Scale for Family Caregivers Häusliche Pflege Skala (deutsche Bez.)	D, F, I, E	BSFC/ HPS	(Grissel & Leutbecher, 1993)
Caregiver Burden Inventory	E, I	CBI	(Novak & Guest, 1989)
Caregiver Self Assessment Questionnaire	E, I	CSAQ	(American Medical Association, 2020)
Caregiver Strain Index	E	CSI	(Robinson, 1983)
Caregiving Appraisal Scale	E	CAS	(Lawton, Kleban, Moss, Rovine, & Glickman, 1989; Lawton, Moss, Kleban, Glickman, & Rovine, 1991)
Caregiving Hassles Scale	E	CHS	(Kinney & Stephens, 1989a)
Caregiving Health Engagement Scale	E, I	CHE-s	(Bareilo, Castiglioni, Bonanomi, & Graffigna, 2019)
Carer's Checklist	E		(Hodgson, Hoggins, & Jefferys, 1998)
Family Caregiver Distress Assessment Tool	E		(Home Instead, 2020): Nur online verfügbar
Zarit Burden Interview	D, F, I, E	ZBI	(Zarit, Reever, & Bach-Peterson, 1980)

www.info-workcare.ch

Dienstleistungen

Mit wertvollen Informationen, Tipps und Kontaktadressen will info-workcare.ch als erste nationale Plattform die Vereinbarkeit einer Berufstätigkeit mit der Betreuung von Angehörigen erleichtern. Der Schwerpunkt des Angebots liegt auf der Betreuung älter...

Angebotskatalog

Tools (Physical)



Gespielte Realität: Neue Wege bei der Pflege von Demenzkranken | SPIEGEL TV
 Demenz ist eine Diagnose, die in Deutschland in den vergangenen Jahren immer häufiger gestellt wurde. Nachdem die Gesundheitspolitik bei diesem Thema lange a...

interview questions

Dr. med. Katharina Reck (Psychiaterin)

Welche Massnahmen können getroffen werden, um die eigene Gesundheit in langjährigen Pflegebeziehung zu schützen?

Wie wird am besten mit dem stetigen Abschiednehmen / Persönlichkeitsverlust umgegangen?

Wie geht man damit um, wenn keine Hilfe angenommen werden will?

Was kann getan werden, um die Person in möglichst guter Erinnerung zu halten?

Welche Unterstützung darf man realistisch durch das Gesundheitssystem erwarten?

Ab dem Zeitpunkt der Diagnose, wie kann man sich am besten auf den Verlauf vorbereiten? (auf Belastungssituationen)

Ab welchem Punkt sollte Hilfe beansprucht werden?

Wie kann nach abgeschlossener Pflegebeziehung, diese am besten verarbeitet werden.

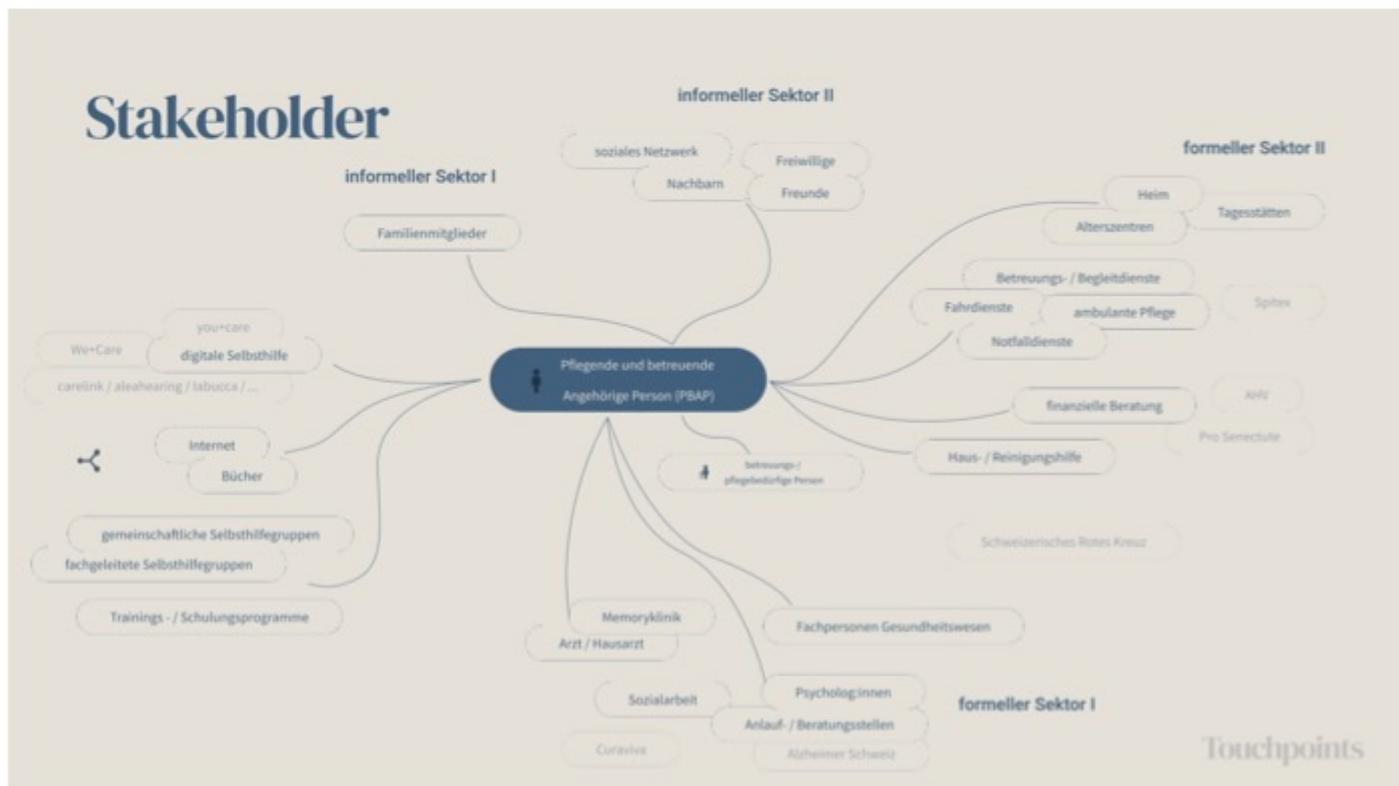
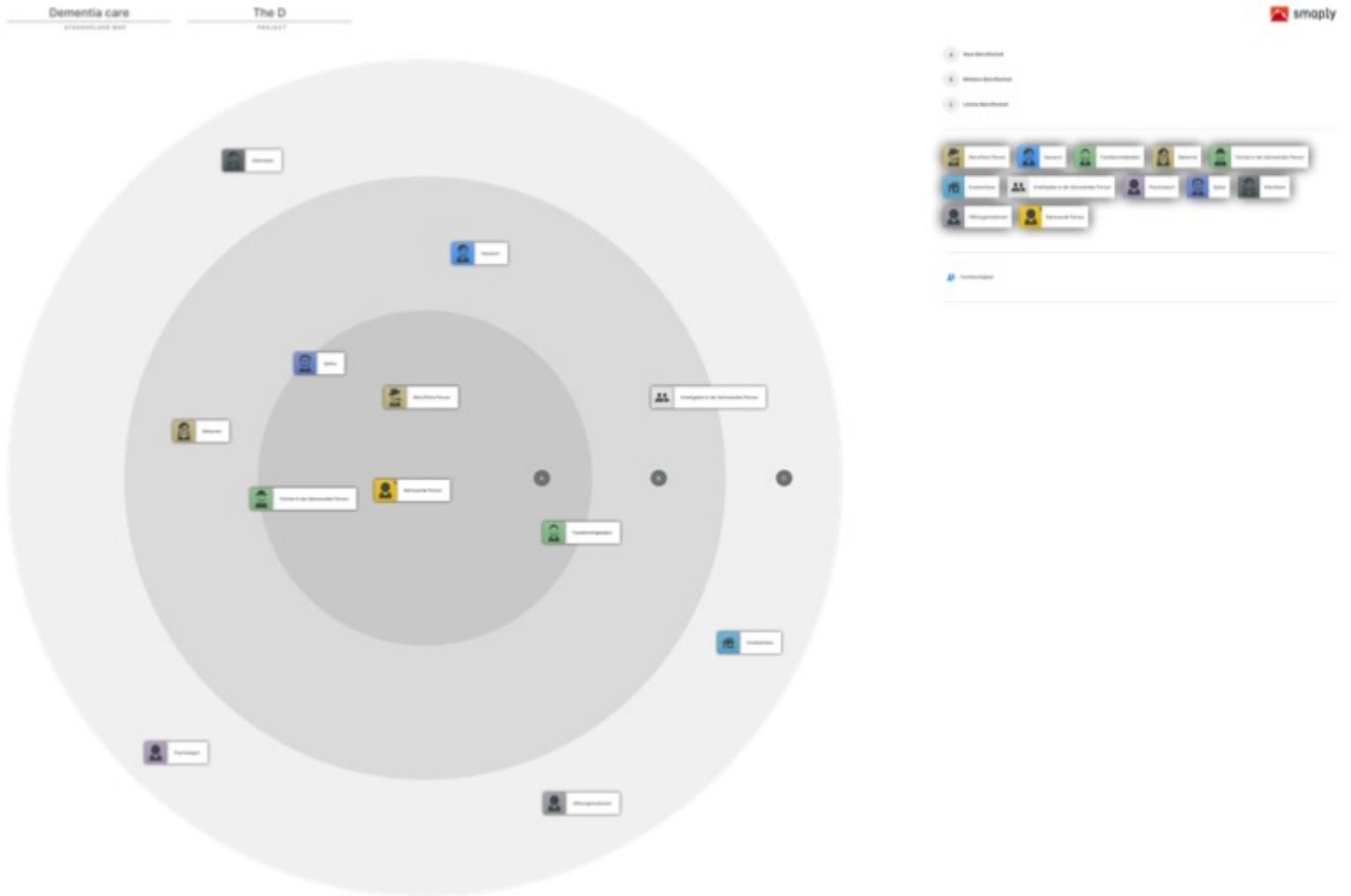
Welche Ansatzpunkte im Leben können am meisten Entlastung bringen? (Personenabhängig)

Welche Anzeichen gibt es für eine gefährliche negative Entwicklung in der eigenen Psyche?

Wie kann am besten mit dem Einfluss auf das persönliche Umfeld umgegangen werden.

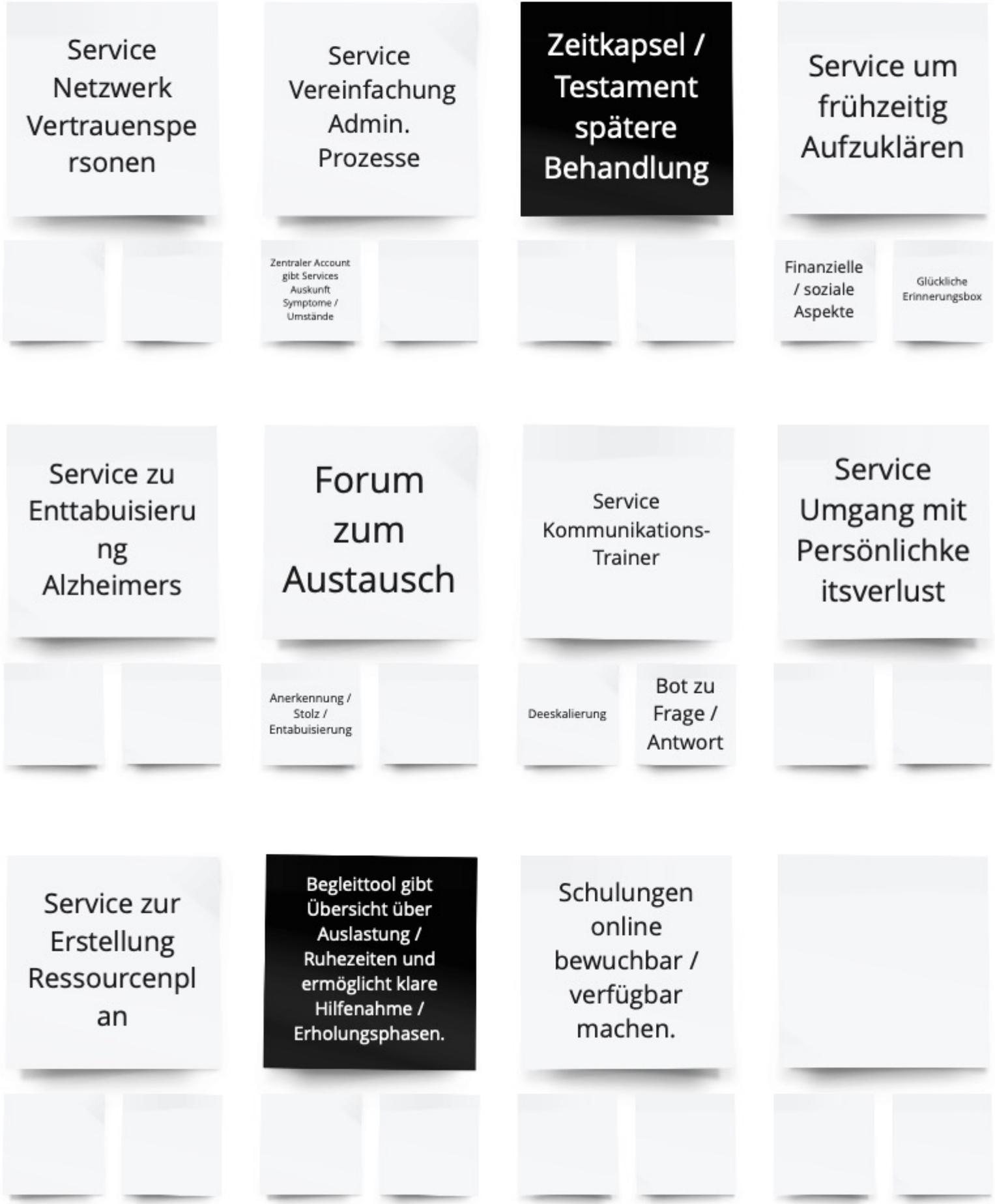
Wie kann die eintige Persönlichkeit im versunkenen Ich in Erinnerung gehalten werden.

stakeholder map



adhoc service design

Erste Ideen



feedback mentoring

Anpassungen Mentoring 1:

- Doing-lane ergänzen
- Backstage-lanes sind für pflegende Person unsichtbar
- Journey verfeinern, tiefer gehen
- Backstage-lanes zusammenfassen für höhere Dichte
- Emotional coping lane ergänzen
- Gedanken-lane ergänzen
- Betreuungsphasen weiter unterteilen

Anpassungen Mentoring 1:

- Interview-> Clustern
- Prioritätenliste, Bewerten
- Coping Strategien, verschiedene Typen.

- Welche Beobachtungen/Strategie macht der Pfleger bei Den Verwandten / Familie der Betroffene Person.

Backstage: def. Sachen welche, die Person nicht bewusst ist das sie im Hintergrund passieren.

Lanes: Doing Lane: Was machen die Leute im einzelnen Schritt

Detaillierte Journey in grobe Journey einbetten

Verdichtung der Touchpoint lanes (z.B. Bekannten)

Stakeholder Beziehungen Verbindungen machen unter verschiedenen Linsen

Phasen detaillierter.

Richtige Moment Hilfe zu holen holy grail

-Zeitkapsel: wie sehr sind Personen bereit sich mit dem eigenen Zerfall auseinanderzusetzen (Technologie, welche in 20Jahre noch funktioniert)

-Ältere Selbstrainer-Gruppen mit Zeitkapsel ansprechen

- Frage an welche Momente man sich am meisten erinnert,
- Warum Jugend- Momente prägend finden, Welche ist die prägendste Phase.
- Schlimmste oder schönste Phasen.

Journale brauchen enorm hohe Selbstdisziplin

Leidensdruck muss sehr hoch sein

Braucht Erfolgserlebnisse dass es funktioniert.

Nicht zu generisch werden. (Allgemeine Tipps)

Familiencouch AOK- IN 5 Schritten die Pflegeprobleme zu lösen

Ansetzen mit Organisationen vor Demenz, Möglichkeit/Mittel eigene Demenz mitzusteuern, mit den unterschiedlichen Coping Mechanismen.

Demenz->Starke Charakterveränderung

Anpassungen Mentoring 1:

- Nach Erfahrungen Angehöriger fragen
- Emotion ist Fokus aber Auslöser ist die Pflege

Nächste Schritte:

- Fragen ordnen / priorisieren
- Antworten über beide Personen gruppieren (farbcodiert je Person)

Anpassungen Mentoring 1:

- Aufwand für Journal ist gross
- Medium Zeitkapsel wichtig (langanhaltend)
- Zeitpunkt Erstellung Zeitkapsel ist wichtig
- Zeitkapsel könnte auch Pflegenden als Hilfe dienen (z.B. Vorbereitung bei Hinfahrt)
- Werbsammelt Inhalt Zeitkapsel? Geinsam?

Nächste Schritte:

- Treffpunkte älterer Personen erforschen
- Selbsttraining für ältere erforschen
- (Allgemein Schnittstellen älterer Personen)
- Recherche prägendste Erinnerungen

week 1 learnings

Ressourcen sind vorhanden, aber Überwindung zur Nutzung ist gross (Finanziell, Aufwand, Scham, Stolz) .

Schleichende und periodische Belastungszunahme. Kein klarer Moment zur Hilfesuche.

"Kein Schnicke-Schnacke-Design."

- **Jürgen Späth**

Week 2-

Ideation

Team Canvas Basic

Version 0.8 | theteamcanvas.com | hello@theteamcanvas.com

Most important things to agree on to kick off effective team project and get members to know each other better

Team name **The D's / Vergissmeinnicht**

Date **29.03.22**

GOALS

What we want to achieve as a group? What are our key goals that are feasible, measurable and time-bounded?

Administrating the team, communicating, creating reports and presentations, team design.

What are our individual personal goals?

Not necessarily fitma-project, Creating something really precise, communicable to be proud of, Finished & thought through product / prototype, Communicating the idea through good presentation.

ROLES & SKILLS

What are our names? What skills and strengths do we have on board of our group? What composition of roles would help us get where we want to be?

Graphic design, Drawing skills, Technical knowledge, Organizational skills, Voice over / sound design skills.

PURPOSE

What are we called as a group? **Vergissmeinnicht**

Creating a realistic, applicable design prototype, Gaining experience, Having fun while doing the work.

Why we are doing what we are doing in the first place?

VALUES

What do we stand for? What are guiding principles? What are our common values that we want to be at the core of our team?

Letting ideas be heard especially those who are shy, Grounded project with depth rather than scope, Designing the actual user experience, We want to take feedback into the final design, Consider that relationships might be built as well.

RULES & ACTIVITIES

What are the rules we want to introduce after doing this session? How do we communicate and keep everyone up to date? How do we make decisions? How do we evaluate and evaluate what we do?

Treating each other well, All work needs to be an idea's best-in-form, Work in sub groups under time constraints, Check-in / out stating daily goals, Being reliable about personal work load, overcoming, Evaluate progress against clear goals, Evaluate execution by group discussion.

Team Canvas Basic by theteamcanvas.com. Created by Alexey Ivanov, Dmitry Voloshchuk. Team Canvas is inspired by Business Model Canvas by Strategyzer.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0. To view a copy of this license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>



how might we?

How might we inform and prepare people for dementia (or old age in general) earlier and in an engaging way?

How might we help the care-giver and the care-receiver, be mindful of habits that stabilized them in the past?

How might we help the care-giver preserve their memories of the person loosing their outward personality?

Find a medium that is suitable for the task at hand?

ideas be mindful of the suitable medium

How might we inform and prepare people for dementia (or old age in general) earlier and in an engaging way?

<p>Service explaining future problem-areas in optimistic way (admin. / organizational).</p>	<p>Service for creating better and earlier understanding of dementia (knowledge / understanding).</p>	<p>Service for consulting decisions made (together) when it becomes relevant later.</p>	<p>Touchpoints correct age and place. Gathering places for seniors?</p>	<p>Preparations should be done with relatives.</p>	<p>Longevity of medium must be considered.</p>
			<p>Potentially measures disguised / assimilated in less serious activity app (ex. writing down recipes).</p>	<p>Be inclusive towards people who may be alone.</p>	<p>Potential for prevention to some extent</p>

How might we help the care-giver and the care-receiver, be mindful of habits that stabilized them in the past?

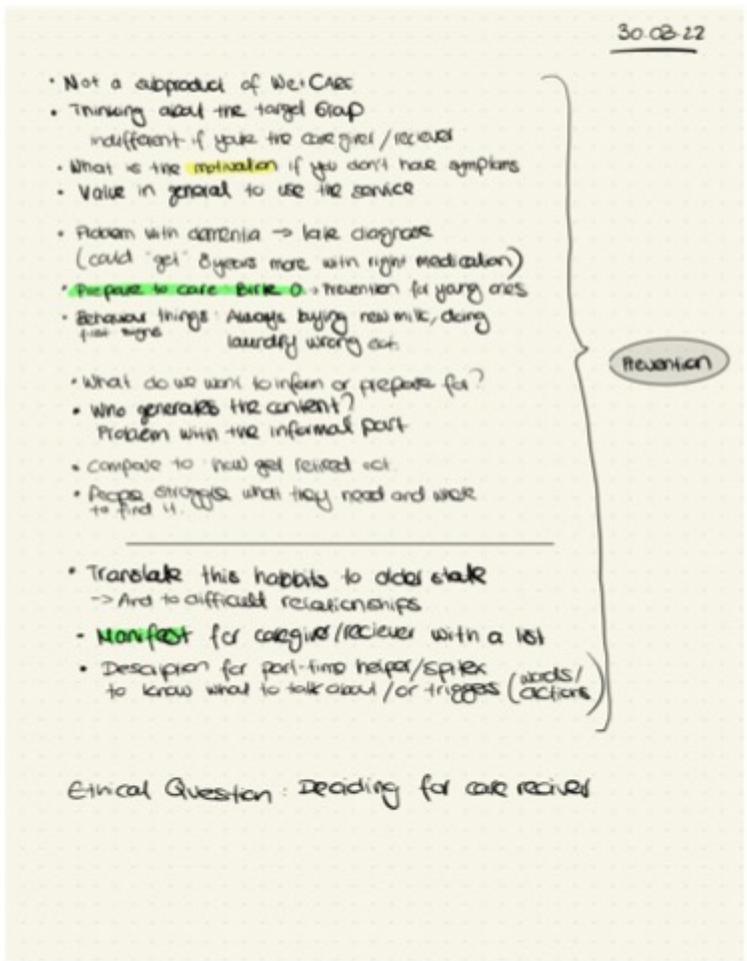
<p>Service that allows the care-giver to reference past activities that might be adapted to the current care-giving.</p>	<p>Service for organizing photos, music (triggers) person responds to. Potentially for easy transition to other care-givers.</p>				

How might we help the care-giver preserve their memories of the person loosing their outward personality?

atelier sit in

Ability to change or add to Manifest in the future	Manifest als Form zur Kommunikation in die Zukunft (Analog Patientenverfügung)	Research phase of retirement transition	Multiple Kits per aspect?	Playful approach / playing cards?	Possible communications training aspect
Motivation to go through tool is personal input of manifest-like decisions.	Asynchronous. Carer and potential care-receiver can go through service ad different times.	Motivation to go through tool is personal input of manifest-like decisions.	Navigation / structure: Goals stated together with deep reasoning and conditions (what ifs).	Goals grouped as trees. One is dependent on the other.	Example of measure to take: Reduce personal footprint in age.

Measures & options / decisions are shown side-by-side.



Touchpoint / target group? Age, used together with relatives?

Manifest / reference of decisions / stabilizing activities (together with reasons why (5 whys) for later consultation. Helpful for morally difficult decisions.

Education to notice possible symptoms earlier.

Keywords (preparation / measures) to become relevant in old age

Forget about We+Care products.

<https://prepareforyou.rcare.org/en/welcome>

KIT? Cards? Held together? Can you take notes on it? Future reference? Copy for carer / receiver both? Single manifest?

Manifest

how might we?

How might we help carers reconsider decisions, when the circumstances of care have changed?

How might we help dementia patients communicate into a future, when they are no longer able to do so themselves?

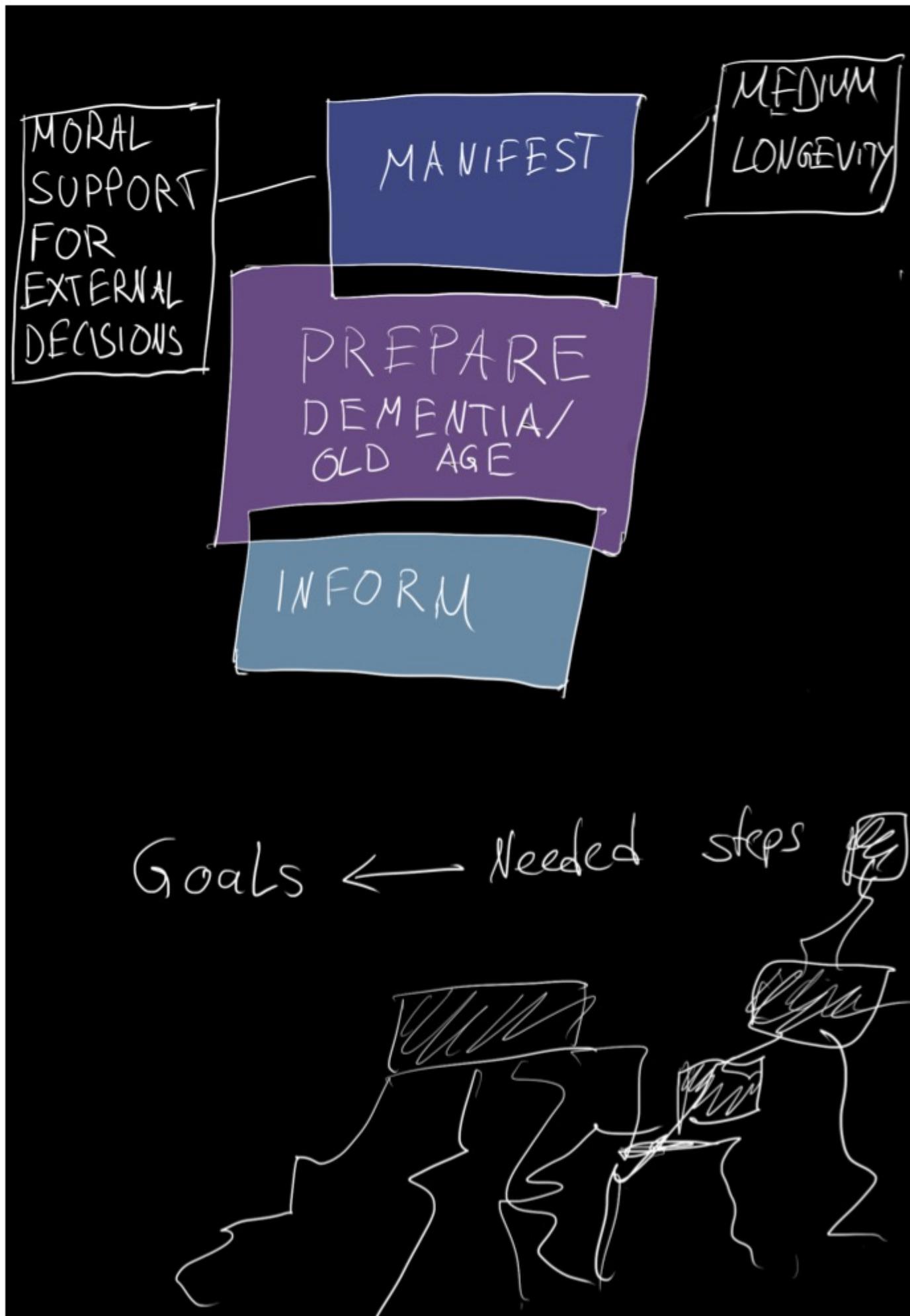
How might we find a medium that is long lasting, changeable, engaging, widely available and tailored to the target group?

How might we combine personal decisions for future care with suggestions of options and measures available?

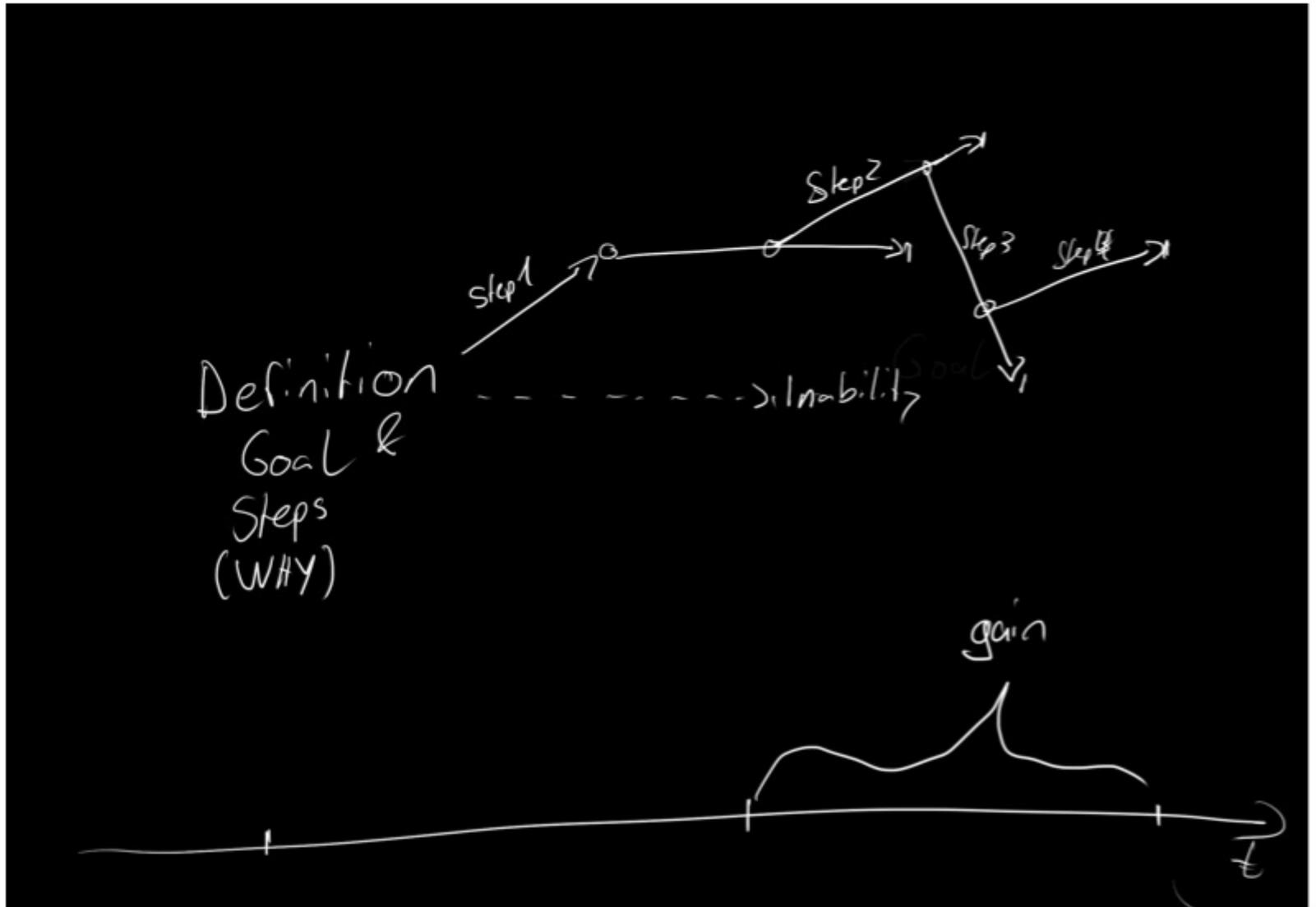
How might we lead people through a service of such scope and complexity?

How might we find the right age and opportunity to start preparing people for old age?

überblick in Ideen und Gedanken bringen



überblick in Ideen und Gedanken bringen



week 2 3 deliverables

Service Blueprint: systematic visualization of your service flow

Filled in Business Modell Canvas and Value Proposition Canvas

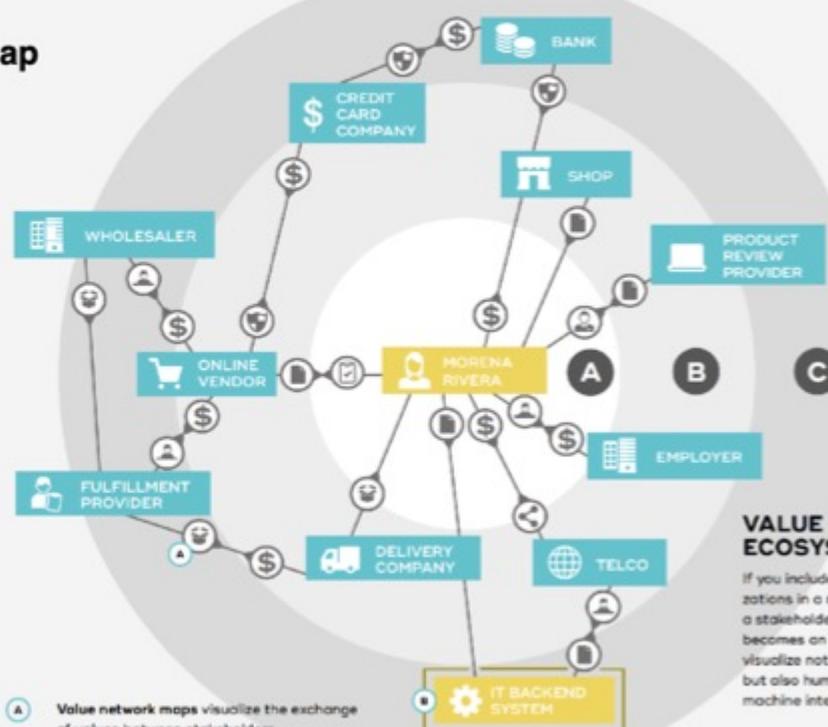
Short Video visualizing your service (enacted or animated)

Sketches

The 12 elements of conceptual design by BJ Fogg :

- **Overview / Purpose**
- User Description
- Storyboard of user experience
- (Lofi) Prototype
- **Features/functionality**
- Justification for design/rationale behind design decisions
- Results of (early) user testing
- Shortcomings of design/limitations
- Expansion – what else is possible
- Next steps in the design process
- **Summary**

Deliverables Week 1
Value Network Map



- A** Value network maps visualize the exchange of values between stakeholders.
- B** Ecosystem maps can include actors beyond classic stakeholders (people and organizations), such as interfaces, platforms, systems, places, etc.

VALUE NETWORK MAP/ ECOSYSTEM MAP

If you include actors beyond people and organizations in a map, such as "IT Backend System," a stakeholder map or value network map becomes an ecosystem map. This allows you to visualize not only human-human interactions, but also human-machine and machine-machine interactions.

service summary

Our service allows seniors by themselves or together with their relatives, to state their wishes for living in old age or with dementia in the most extreme case.

Woher werden
Informationen
für Steps /
Interventionen
geholt?

At the same time they gain an overview of measures and options available to them for satisfying these wishes for as long as possible.

The wishes are stated together with their underlying motivation. This manifest should help in a potential care situation, when difficult moral decisions have to be made for the afflicted relative.

The service allows for repeated reference on small interventions as well as at difficult decision points.

service übersicht

**Unser Service erlaubt es Senioren
eigens oder gemeinsam mit Ihren
Angehörigen, Ihre Wünsche für ein
Leben im Alter oder mit Demenz zu
äussern.**

**Zur gleichen Zeit erhalten die
Nutzer eine Übersicht über
Massnahmen und Optionen, welche
Ihnen eine möglichst lange
Erfüllung dieser Wünsche
ermöglichen.**

**Die Wünsche werden gemeinsam
mit Ihren zugrundeliegenden
Motivationen notiert. Dieses
Manifest soll in einer potenziellen
Pflugesituation bei moralisch
Schwierigen Entscheidungen eine
Hilfestellung sein.**

**Der Service soll als Referenzwerk
dienen für kleinere Interventionen,
wie auch für schwerwiegende
Entscheidungen.**

Rückmeldung Definition:

1. "Moralisch" durch "ethisch" ersetzen
2. Nutzer genauer definieren
3. Manifest allenfalls negativ konetiert in Altersgruppe

Manifest - selber kochen

PROJECT: The D smaply
 JOURNEY MAP: Manifest: selber kochen DESCRIPTION: möglichst lange selber kochen können

Selbständiges Kochen

USER STORYBOARD NO INTERVENTION

DESCRIPTION JOURNEY WITH NO INTERVENTION

Eigenständiges Kochen	Hekt vergessen abschalten	Rezepte werden vergessen / nicht mehr befolgt	Veraltetes Einkaufsverhalten	Einkauf kann physisch nicht mehr getätigt werden	Küchengeräten und nicht mehr zugänglich	Küchengeräten werden nicht mehr gefunden	Selbständiges Kochen nicht mehr möglich
-----------------------	---------------------------	---	------------------------------	--	---	--	---

EMOTIONAL JOURNEY NO INTERVENTION

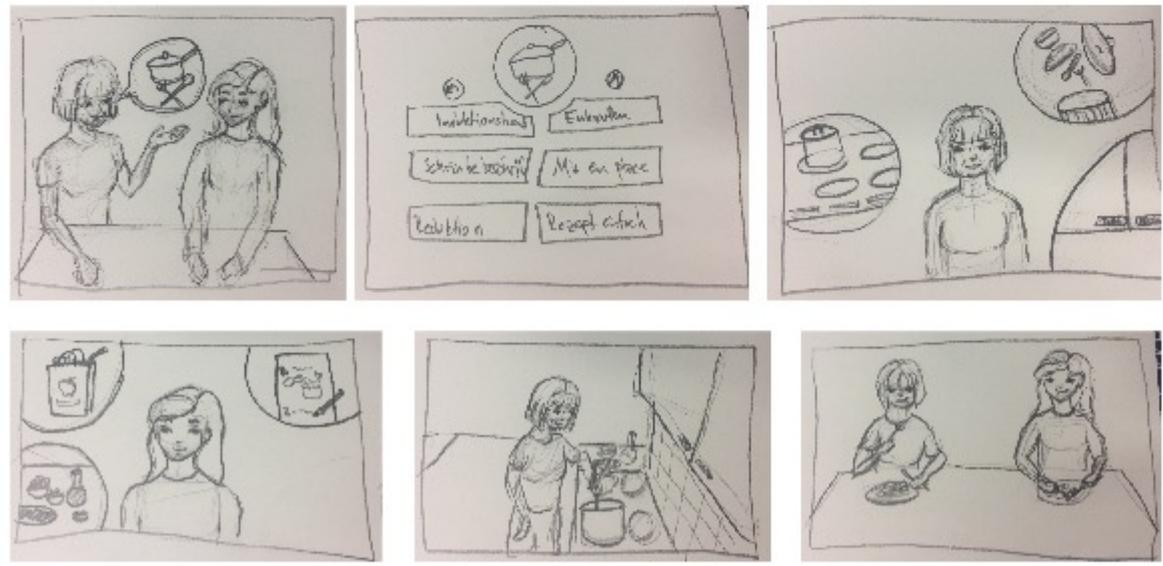
INTERVENTION

USER STORYBOARD WITH INTERVENTION STEPS

DESCRIPTION JOURNEY WITH INTERVENTION STEPS

Ziele und bestehende Motivationen definieren	Eigenständiges Kochen	Interaktion mit Bekanntheit	Bildgebung Anpassung Rezept (z.B. durch) Mit an place durch externe Person	Einkauf durch externe Person	Einkauf selbst	Küchen umrüsten / neu gestalten / reduzieren	Bereitstellung der Schritte	Bon Appetit
--	-----------------------	-----------------------------	--	------------------------------	----------------	--	-----------------------------	-------------

EMOTIONAL JOURNEY WITH INTERVENTION



DIGITAL INNOVATION BOARD:

CREATE

PROJEKTNAME **vergissmeinnicht**



IDEEN-BESCHREIBUNG

Service, der es pensionierten Personen erlaubt Ihre Wünsche betreffend Lebensqualität im höheren Alter zu äussern und gleichzeitig Massnahmen und Optionen zur längstmöglichen Erfüllung dieser Wünsche zu erhalten. Der Service dient den pflegenden Personen zudem als zukünftiges Referenzwerk.



ADRESSIERTE NUTZER

betreuende & betroffene sowie pflegende Personen



ADRESSIERTE BEDÜRFNISSE

- Selbstbestimmung möglichst lange aufrecht zu erhalten
- gezielte Unterstützung zu leisten
- vereinfachtes Menschenbild geschaffen

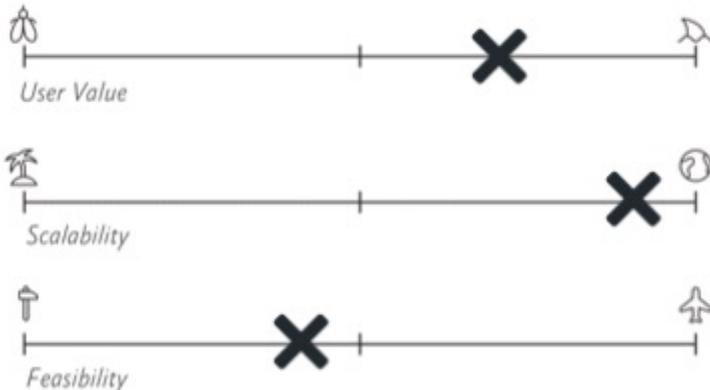


PROBLEME

- Interventionskatalog aufbauen
- Medium finden
- Übersichtliche Struktur
- Genug Personalisierungsmöglichkeiten bieten



IDEEN-POTENZIAL



DAS WOW

Lebensqualität & Selbstbestimmung durch Fokus auf persönliche Werte mit gezieltem Vorgehen möglichst lange zu ermöglichen.



HIGH-LEVEL-CONCEPT

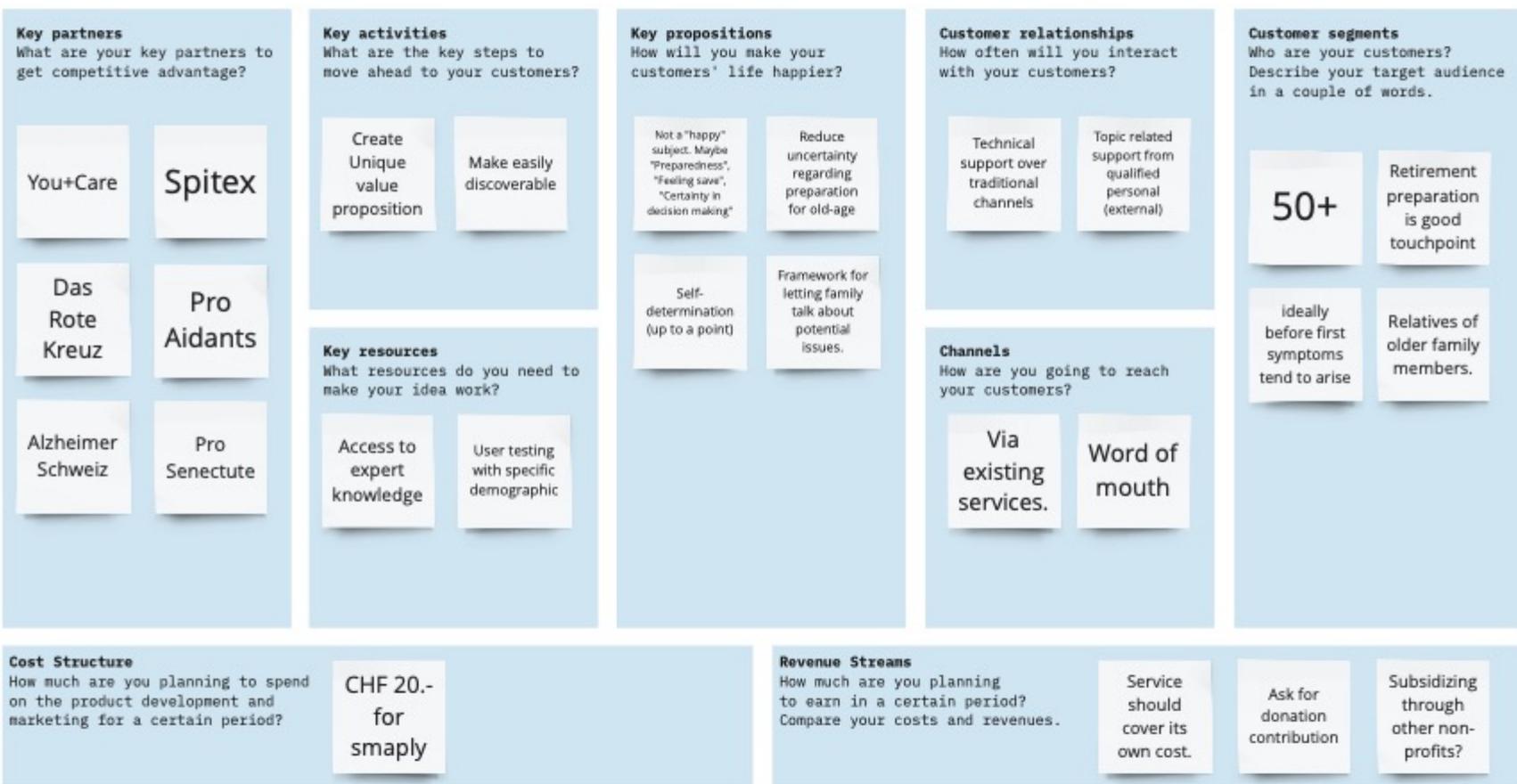
A GPS for every crossroad on your journey to old age.

VALUE PROPOSITION

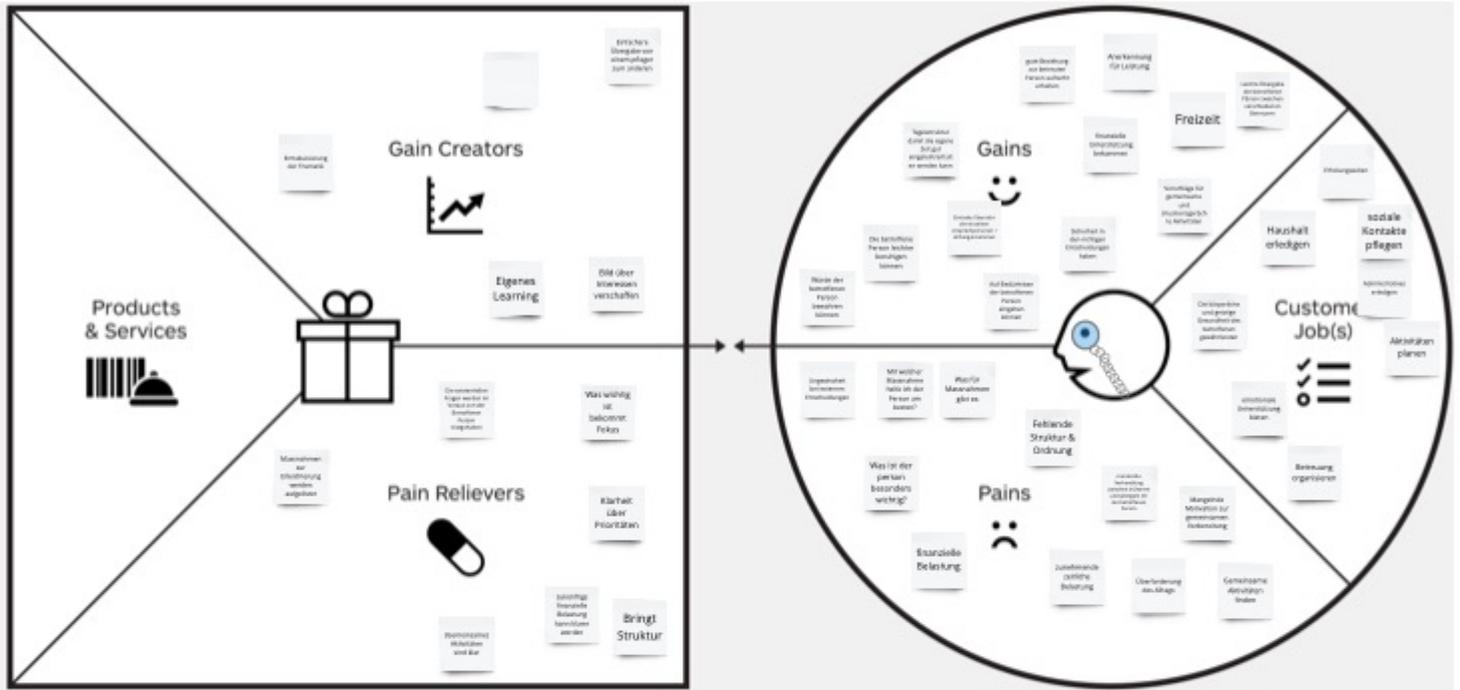
Creating a service that helps people navigate a difficult topic through personalization and dynamic information, to be used over a long period of time.

business model canvas

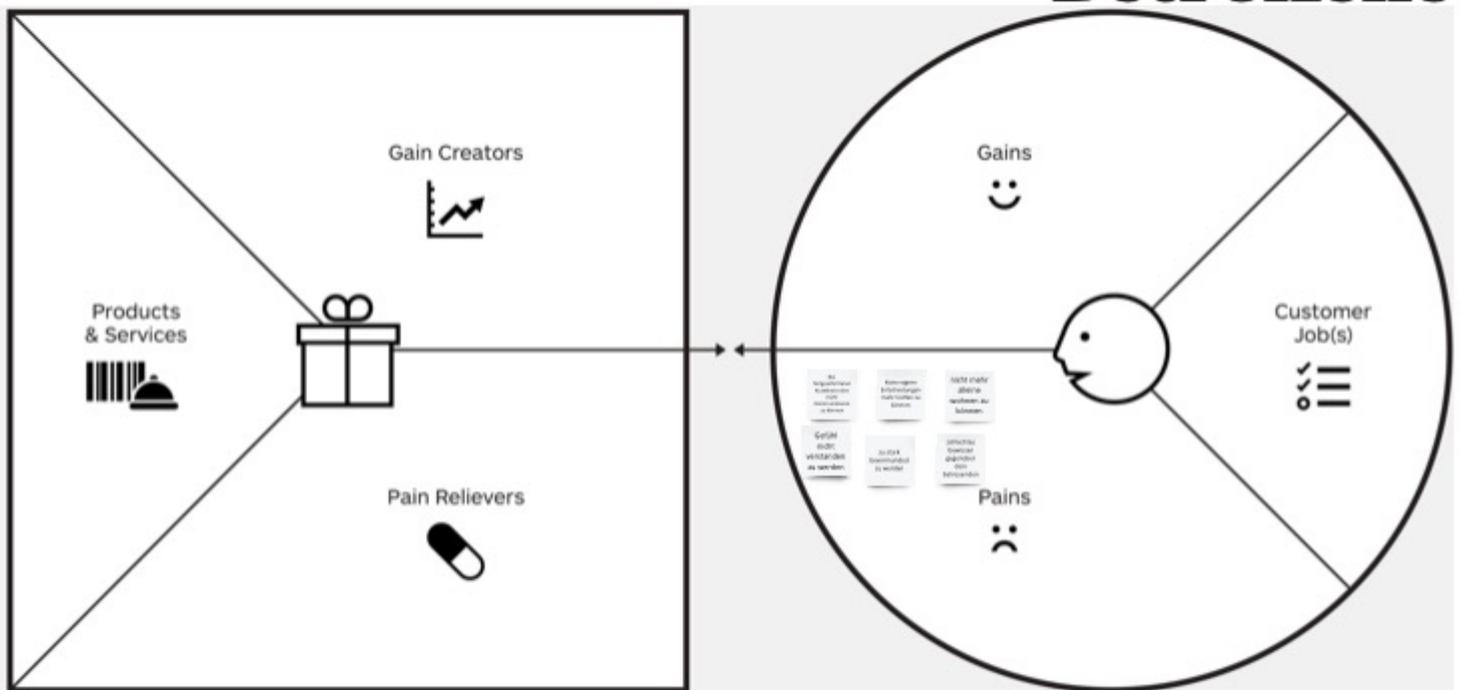
The Business Model Canvas



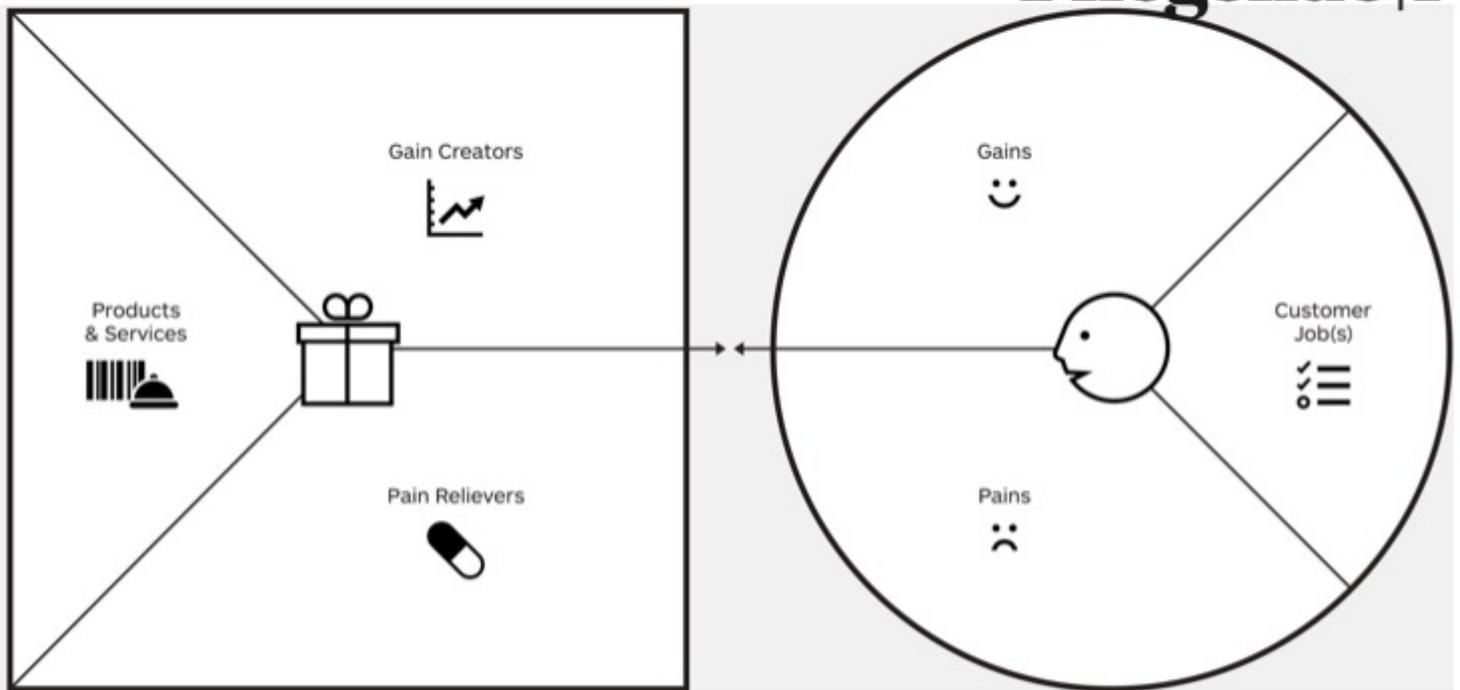
Betreuende



Betroffene

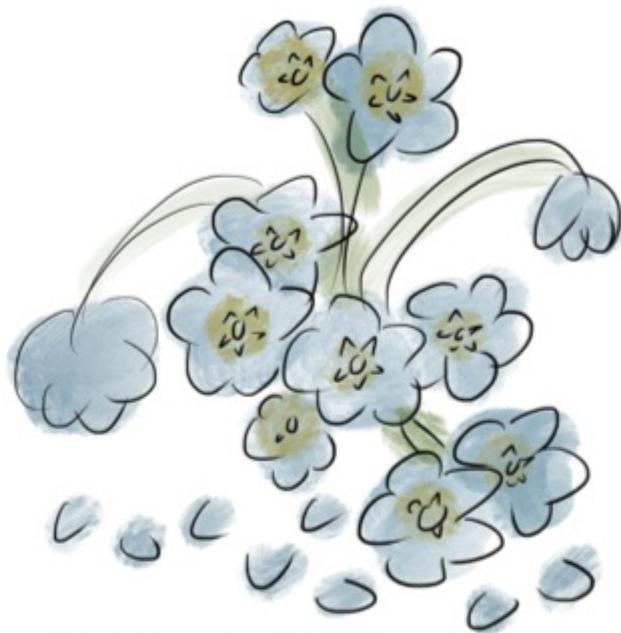


Pflegende|r

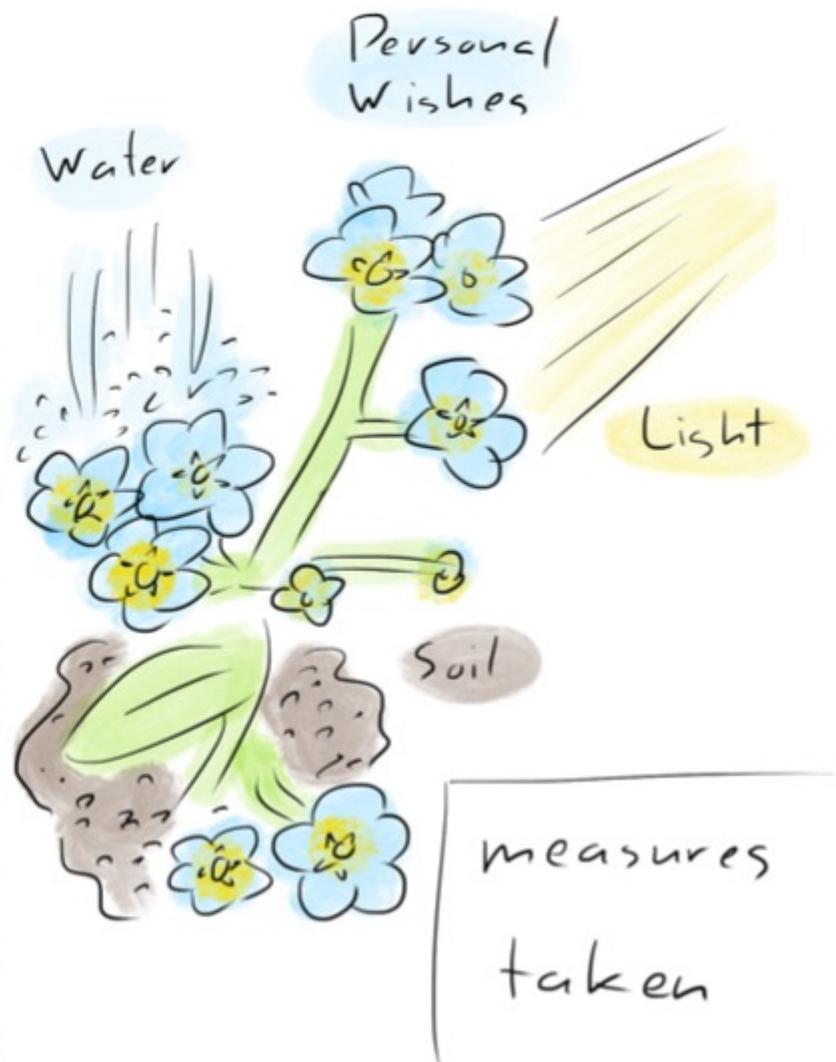


service übersicht

Service, der es pensionierten Personen erlaubt Ihre Wünsche betreffend Lebensqualität im höheren Alter zu äussern und gleichzeitig Massnahmen und Optionen zur längstmöglichen Erfüllung dieser Wünsche zu erhalten. Der Service dient den pflegenden Personen zudem als zukünftiges Referenzwerk.



No
measures
taken

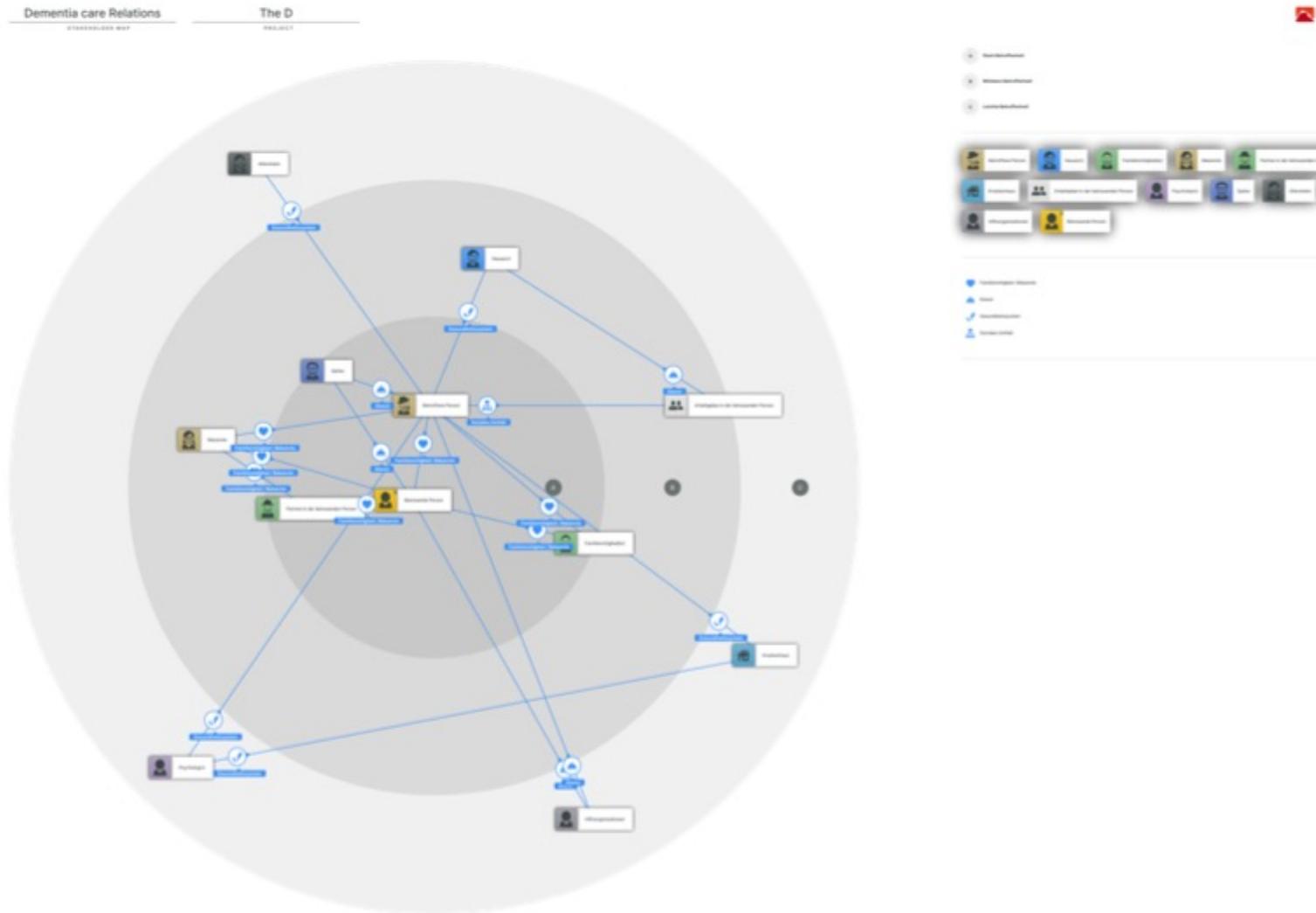


measures
taken

journey map rework 1 - gesamter Verlauf



Stakeholder - Relations



interview I

Dr. med. Katharina Reck (Psychiaterin)

Bewältigungsmechanismen - Coping

Welche Bewältigungsmechanismen gibt es? (Grundlegende Kategorisierung)

Für Gewisse ist es keine emotionale Belastung. Die Betreuende müssen wissen dass es staatliche /finanzielle Unterstützung gib,, damit man nicht das Gefühl hat alleine zu sein. Wichtig ist es, dass man alles in den Alltag unterbringen kann, damit man nicht zu einer Verantwortung „gezwungen“ wird. Es braucht Angebote, ärztliche Versorgung, Aufklärung und Partner.

Wie wird am besten mit dem stetigen Abschiedsnehmen / Persönlichkeitsverlust umgegangen?

Es gibt Angehörige- Selbsthilfegruppen mit welchen man reden kann, aber auch Tips geben. (Z.B. Lungenliga/Krebsliga Organisationen welche die Angehörigen unterstützen). Der Informationsbedarf ist am Anfang immens. Organisation /Ordnung in die ganze zu Sache bringen ist sehr wichtig.

Wie geht man damit um, wenn keine Hilfe angenommen werden will?

(Beschriftung der einzelnen Räume, Anweisungen für Demente können helfen.) Fachleute können der/m Betreuende/n helfe, wie man mit solchen Situationen umgeht. Jede Situation ist anders: Was für Schuldgefühle gibt es, in welcher Position stehen die Angehörige. Der/die Betroffene braucht Führung. Die Führende Person muss moralisch unterstützt werden, da sie auch manchmal gegen den Willen der dementen Person handeln müssen.

Übergreifend

Ab welchem Punkt sollte Hilfe beansprucht werden?

Von Anfang an, oder auch im Voraus. Z.B. Alterswohnungen, damit man sich an die neue Umgebung akklimatisieren kann (Prevention).

Welche Anzeichen gibt es für eine gefährliche negative Entwicklung in der eigenen Psyche?

Zeichen von Erschöpfungsdepression: Zu grosse energetisches Defizit. Auch nach freien Tagen ist man noch erschöpft, man erholt sich nicht mehr. Das Beschäftigungslevel muss dann gesenkt werden und Sachen müssen delegiert werden.

Vorbereitung - Erinnerungen - Präventiv

Was kann getan werden, um die Person in möglichst guter Erinnerung zu halten?

Sich erinnern. Es ist auch eine existentielle Auseinandersetzung mit sich selbst, folglich bezieht man jene Situationen auch auf sich selbst. Es ist auch eine Persönlichkeitsreifung für die betreuende Person.

Wie (& welche) bekommen Erinnerung eine Relevanz in unserem denken? Emotionale Assoziation?

Den eigenen Namen vergisst man sehr spät. Diese Frage ist eher eine neurologisches Thema. Es verläuft schichtenmässig nach unten. Die Menschen sterben dann letztendlich durch den Nervenabbau des Körpers (Neurologischer / Motorischer Abbau).

Ab dem Zeitpunkt der Diagnose, wie kann man sich am besten auf den Verlauf vorbereiten? (auf Belastungssituationen) (Resilienz aufbauen)

Demenz taucht nie plötzlich auf, ausser nach Unfällen/Hirnschlägen etc. Mann kann sich Überlegungen machen wie man wohnt, Alterswohnungen, Duschen anstatt Badewannen, Wohnungen mit einem Lift, Sachen ordnen, materielles regeln. In die Zukunft schauen ist schwierig, daher sollte man den Alltag gut gestalten. Auf Gewohnheiten können gebaut werden (z.B. Spaziergänge, welche auf andere Art weitergeführt werden). Je Stabiler etwas ist, desto mehr Turbulenzen sind ertragbar.

Nach dem Verlust der dementen Person, müssen sich die Angehörigen wieder zurechtfinden, anpassen, was macht man mit der überschüssigen Zeit. Eine Auseinandersetzung mit der Vergangenheit, hat man alles richtig gemacht. Gewohnheiten können auch nach dem Verlust der Person weitergeführt werden (z.B. die Spaziergänge)

Altersvorbereitung:

Sachen räumen, verkleinern, man wird immer weniger.

Z.B. Für die Verbindung mit der Tochter wird ein Buch geschrieben.

Mann muss schauen wo die Ressourcen sind und wo man sie kultivieren kann.

Wenn die Familienkonstellation schwierig ist, ist es schwierig solche Ressourcen zu finden.

Rote emergency Knöpfe werden nicht gedrückt, Leute sind zu schwach/zu verwirrt. Es braucht Überwachung/Aufsicht. Müsste die Wohnung der betroffenen sehen. Hilfsorganisationen machen Kettenanrufe. Aufsichtspersonen entlasten durch digitale Aufsicht. Ambulante Pflege müsste verbessert werden. (Gutenacht-Knopf)

-Film : Schwesterlein.

-Demenz Film:Liebe

interview II

Zusammenfassung Interview

Worin siehst du die grössten Unterschiede zwischen der persönlichen Heimbetreuung und der Institution?

Endstadium, Inkontinent, Selbstgefährdend, Weglaufen, Fremdgefährdung, Private Betreuung ist Vollberufliche Beschäftigung.

Bei Eintritt erst Kennenlernen, Lebenslauf in Aufsatzform wird verlangt von Angehörigen. Versuch Personen herunterzuholen wenn nötig (Kaffee, Stricken).

Beispiel Italienische Familien (Sohn / Mutter), Mühe in Heim abzugeben, Als Mutter besser ging war Sohn erleichtert. Hatte erneut Zeit für sich selbst, hat oft täglich besucht für Mittagessen.

Wie informiert sind in der Regel die Angehörigen über den Verlauf einer Demenz. Was sind die häufigsten Tipps der Betreuenden?

Beratung darf nur von befugten Personen durchgeführt werden.

Gefühle abholen, nicht Nein sagen, entgegen kommen und auf Person eingehen, W"Wir suchen die Katzen später, erst trinken wir den Kaffee fertig".

Person ruhig stellen bei Bedarf.

Welche Aktivitäten werden mit den Betroffenen durchgeführt?

Kochen mit Patienten wo möglich. Was wurde früher gerne gemacht. Ball spielen, Spazieren. Stricken. Einfache Aktivitäten. Lieder singen (Lustig ist das Zigeunerleben). Über früheres Leben sprechen. Beispiel einer der ersten Japan-Maschinenimporteure.

Wie viel Zeit ist da um auf persönliche Bedürfnisse des Patienten einzugehen?

8.5h Tag, nicht sehr viel Zeit hierzu.

In welcher Situation bist du bereits an deine Grenze gelangt?

Falls sie einfache Anforderungen nicht mehr erfüllen können. Inkontinenz. Fast schon Vergewaltigung, da sich die Personen wehren. Personen wehren sich mit Händen und Füssen gegen Pflege.

Was unternimmst du zur persönlichen Distanzierung?

Lehre wurde einfach durchgezogen. Motivation ist helfen. Am Abend wurde reflektiert über Einfluss auf Patienten als Positiv. Erster Tod einer Person die gemocht wurde wurde gut verkraftet.

Umgang mit Tod auch gelernt aus Erziehung, Erwachsenwerden. Einige Pfleger:innen geht dies näher.

Welche Auslöser gibt es, um zum versunkenen Ich durchzudringen. Momente der Klarheit zu erlangen?

Momente der Klarheit aus dem nichts, überraschend. Gute Konversation, im nächsten Moment wieder verloren. Auf vergangene Interessen eingehen. Kindheit, Arbeitsleben, Traumata. Aufsatz der Angehörigen sehr hilfreich.

Bei Personen mit weniger gutem Verhältnis zu Person ist Aufsatz auch erstellt worden. Kurz, abgehakt, objektive Beschreibung. Solche angehörigen besuchen kaum (alle 3 Monate).

Einmal in Woche Zeit für angehörige wäre angemessen.

Wie hat sich deine Pflegeverhalten mit zunehmender Erfahrung gewandelt?

Höhere Fachschule baut auf solidem Grundwissen auf. Abläufe sitzen besser. Weniger Veränderung als darauf Aufbauen.

Gibt es Werkzeuge, (wie z.B Kalender, Tagebücher) welche die Arbeit mit den zu Betreuenden vereinfacht?

Kardex. Krankenakten. Systemprogramme (alles digitalisiert). Digitalisierung auch bei grossen Spitalern hinkt hinterher.

Demente essen weniger. Fingerfood hilft zur ergänzenden Ernährung. Auf kurze Aufmerksamkeitsspanne wird eingegangen.

Klingelmatten / Klingelstreifen (liegen unter Rand Matratze) bis hin zu Sitzwache in Person sind Werkzeuge.

Wenn du dir etwas wünschen könntest zu Hilfe im Pflegealltag, was wäre dies?

Anfangsstadium: Schild sie sind im Spital Zollikerberg. Als Hinweis auf lokalisierung. Grosse Uhren mit Datum. Demenzstation (Zugfenster zur Unterhaltung).

Welche positiven Aspekte können aus der Pflegebeziehung gewonnen werden?

Unabhängig von kognitiver Einschränkung wird den Personen immer noch geholfen und sie sind dankbar, auch wenn sie dies nicht kommunizieren können. Nicht nur traurig, es kann auch schöne Aspekte haben.

mentoring II

Rückmeldung Konzept:

1. Wie wird durch diese Massnahmen navigiert?
2. **Selbstständigkeit ist Hauptfokus (Möglichst lange Aktivitäten beibehalten)**
3. Schnittstelle nach aussen zu Betreuungsperson
4. Scham zuzugeben was nicht mehr geht überwinden
5. Aufwand neue Person einzuführen in Haushalt ist gross
6. Warum zuvor durch Patienten auszufüllen?
7. Negative Emotionen durch Service zu produktiver Diskussion gewandelt werden
8. **Was ist Motivation die Problematik im Moment anzugehen**
9. Motivationen ergründen zum Ausfüllen des Services
10. **Fokus auf angehörige statt betroffene Person**
11. **Medium und Einstieg sind grösste Fragezeichen**
12. Gefahr ist Fokus auf Datenbank die erneut nicht genutzt wird
13. Digitales Medium erleichtert Zugriff / ist dynamisch. Physisch ist beständiger.
14. **Wer sind die digitalen Partner? Selbsttraining Senioren.**
15. Pensionstrainings in grösseren Firmen / Vermögenszentrum Beratung
16. Lower-income Stadien sind nach hinten verschoben, aber gutes soziales Netzwerk
17. **Benötigt externe Motivation zu Beginn Service**
18. **An welchen Stellen im Journey können Personen abgeholt werden?**
19. Was ist wirklich die Zielgruppe des Service?
20. **Coaching-Service muss nicht durchgehend digital sein**
21. Einstiegspunkt definiert stark wie der Service aussieht
22. **Dynamische Ratschläge über Zeit anhand des Verlaufs**
23. **Community Aspekt. Nachbarschaftshilfe. Beratung durch andere Nutzer. Netzwerkeffekt zwischen älteren Personen. Gegenseitige, rollende Betreuung**
24. Erfahrung von Personen welche bereits Erfahrungen mit Massnahmen haben
25. Service könnte Schmiermittel sein zwischen Erfahrenen und neu betroffenen.
26. Interventionen und Selbständigkeit als Hauptfokus grosses Potenzial
27. **Alltagsbewältigung ist einer der grössten Schwierigkeiten**
28. **Menschen die Menschen helfen bleiben selber fit**
29. **Weiter mit konkreten Beispielen in Journey Maps arbeiten**
30. Mann kann nicht jede Zielgruppe abdecken

-Nächsten Dienstag grobe Konzept präsentieren
(Am besten als Story)

How-might-we:

- moralisch durch ethisch ersetzen
- Nutzer mehr definieren
- Manifest positive/negative Konnotation in jener Altersgruppe.

Wie können die Angehörigen erkennen, wann gewisse Alltagsaktivitäten nicht mehr funktionieren.

- Wie bringt man Tipps in den Service ein, wie wird jener Modular
- Checklisten-Denken problematisch, unrealistisch
- Wo und wann holen wir die Leute ab, Huck

Besser Betreuende abzuholen, als Betroffene (Gemeinsame Vorsorge)

- Altersgruppen und -wohnungen ansprechen
- Vorbereitungskurse für Pensionierung. Guter Einstiegspunkt für Sensibilisierungsmassnahmen.
- Anstoss externer Input

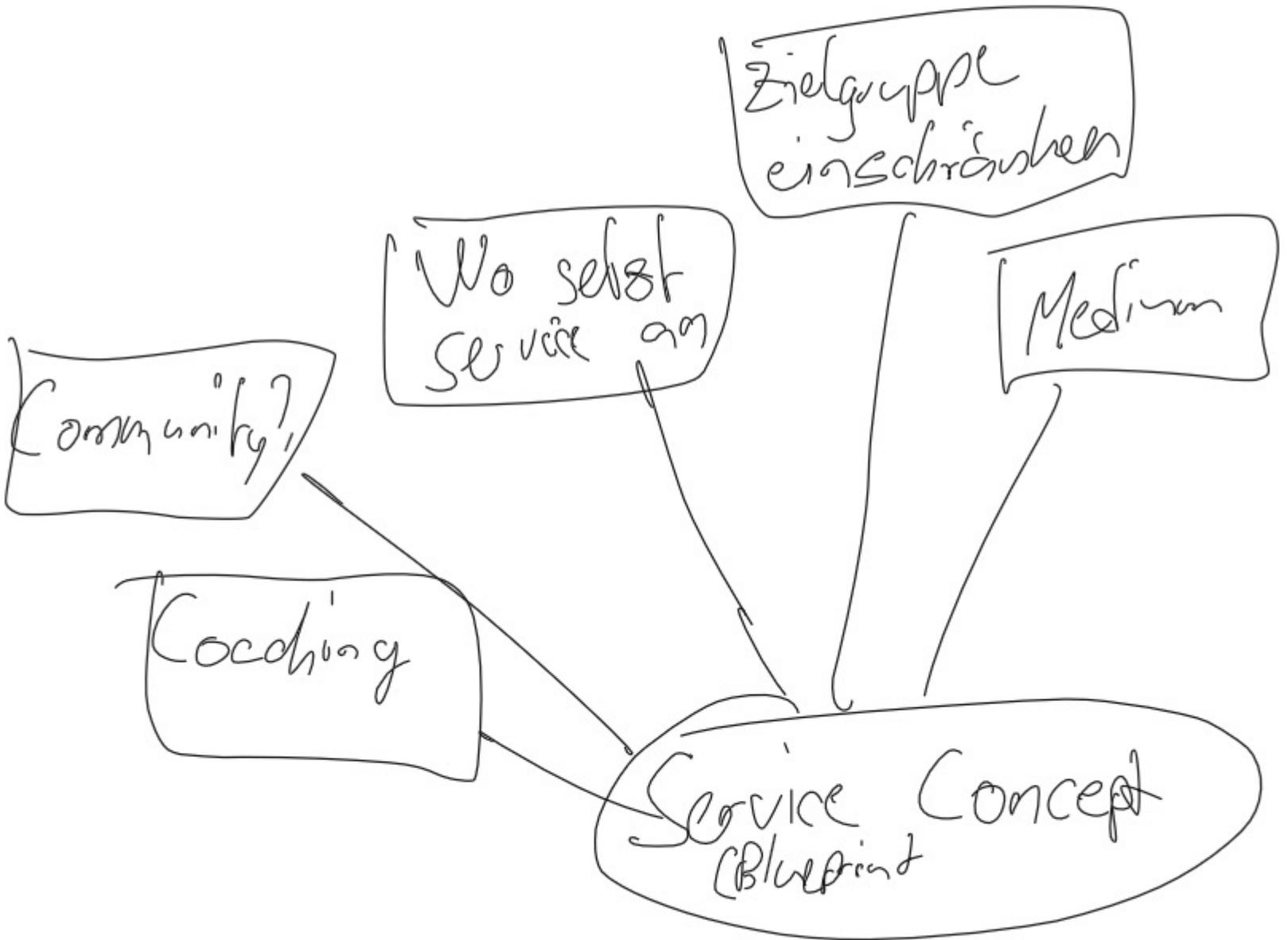
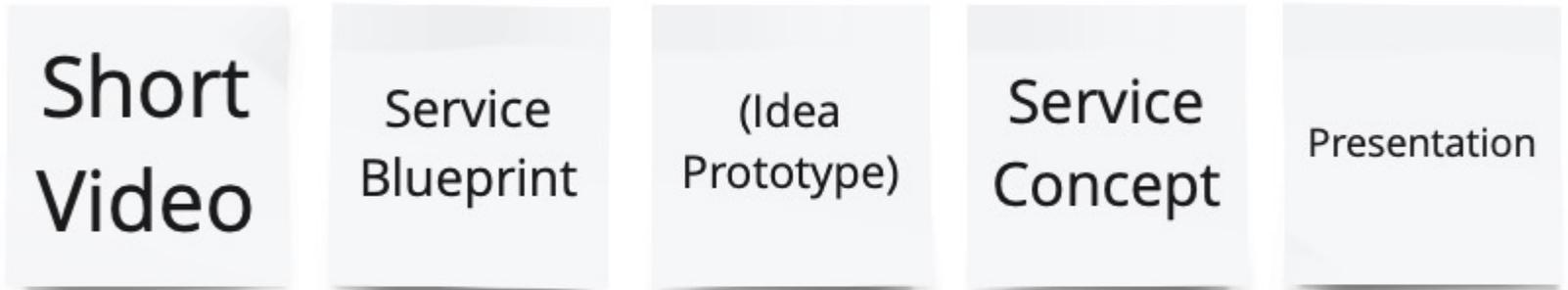
- Wer ist die Zielgruppe, an welchen Punkten in einer Journey holen wir die Leuten ab.
- Spezifischer werden.
- Muss nicht eine App sein, z.B. an einer Beratungsstellen-> Retirement-Coaching und dann als Weiterleitung eine App.

- Dynamische Broschüre
- Community, Nachbarschaftshilfen von Gemeinden, Netzwerk mit Ressourcen, Austausch von Wissen

Wann, Wer, Wie bringt man die Interventionen

Selbständigkeit im Alter als Hauptfokus	Bewältigung Alltag als Hauptfokus
Medium brainstormen	Digitale Partner eruieren
Zielgruppe eingrenzen? Wer nutzt Service?	Motivation / Touchpoints recherchieren in Journey ergänzen (Pension)
Mögliche Neuorientierung: Coaching, Netzwerk Menschen	Dynamische Coaching-Funktion über Zeit
an welchen Orten / Zeitpunkten wird die Zielgruppe angesprochen --> Hook	Weiter mit konkreten Beispielen arbeiten
wie dynamisch? wie zugänglich? wie beständig?	Fokus weniger auf Manifest? Was ist Motivation für Manifest?
hook / zielgruppe	medium
Listen Leben	Angehörige nicht betroffene

plan freitag nachmittag



existing services



www.rentararentner.ch

Willkommen bei Rent a Rentner Schweiz - das Original.

Oder wähle aus unseren beliebten Kategorien aus Rent a Rentner ist die grösste Schweizer Online-Plattform, auf der man Rentnerinnen und Rentner mieten kann. Und umgekehrt. Egal für was: fürs Dogsitting, um eine Lampe oder ein Bild zu montieren, als Gärt...

www.alzheimerforum.ch

Alzheimer Forum Schweiz

Die Institution, welche disziplinübergreifend die verschiedenen Fachleute in Kontakt zueinander bringt. Demenzerkrankungen sind ein zentrales Problem des Gesundheits- und Sozialwesens. Häufigste und auch wichtigste dieser Erkrankungen ist die Alzheimer...

Supported by players of **PEOPLE'S POSTCODE LOTTERY**

Awarded funds from **POSTCODE SUPPORT TRUST**

forum.alzheimers.org.uk

What's new



www.alzheimers.org.uk

Dementia-friendly rural communities

The following information and guidance is designed to help all types of rural communities increase awareness of dementia and become more dementia-friendly.

Das Alzheimer-Telefon
058 058 80 00

Auf alz.ch

Finden Sie weiterführende Informationen, kostenfreie Publikationen und um Demenz sowie alle sonstigen Anliegen von Alzheimer Schweiz.

Selbstverständlich können Sie auch **früher werden** – per Anruf oder online.

Die frontotemporale Demenz
Die frontotemporale Demenz (FTZ) ist eine degenerative Hirnerkrankung, bei der in den Stirn- und/oder den Schläfenlappen Nervenzellen zerstört werden. Es gibt drei Hauptformen der frontotemporalen Demenz.

Die nicht flüchtige prägraduelle Aphasie
Aufmerksam sind ausgeprägte Wortfindungsstörungen, fehlgeleitete Grammatik und inkohärente Aussprache, Gedächtnis, Denkvermögen, Orientierung und die Fähigkeit zu planen bleiben recht lange erhalten.

Die kortikale Demenz
Die Bedeutung der Worte geht verloren, später werden auch Gesichter und vertraute Gegenstände nicht mehr erkannt. Die Sprache bleibt relativ gut erhalten.

Die kortikale Demenz
Charakteristisch sind eine starke Persönlichkeitsveränderung, die meist fehlende Antriebskraft, Entfremdung und teilweise auch ein abnormales Verhalten, das zu Straftaten führen kann.

alzheimer Alzheimer Schweiz • Gurtenweg 2 • 8033 Bern
Tel. 058 058 80 00 • info@alz.ch • alz.ch



Gesprächsgruppen für Angehörige von Menschen mit frontotemporaler Demenz

alzheimer

possible touchpoints

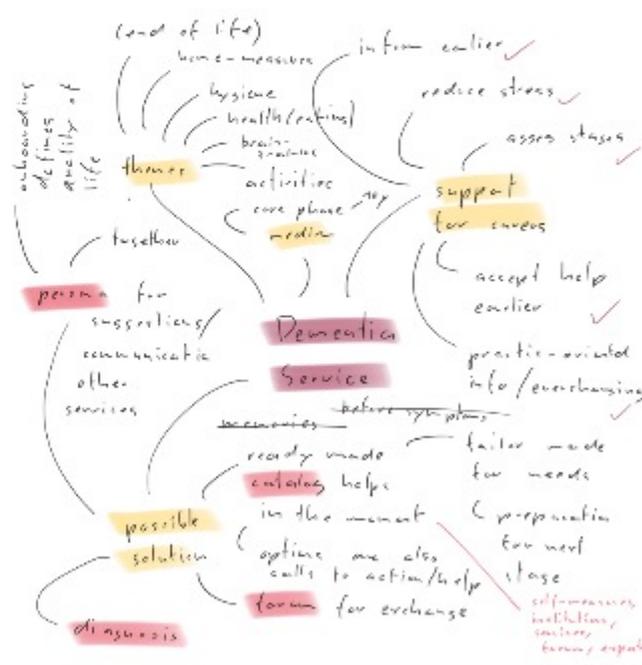
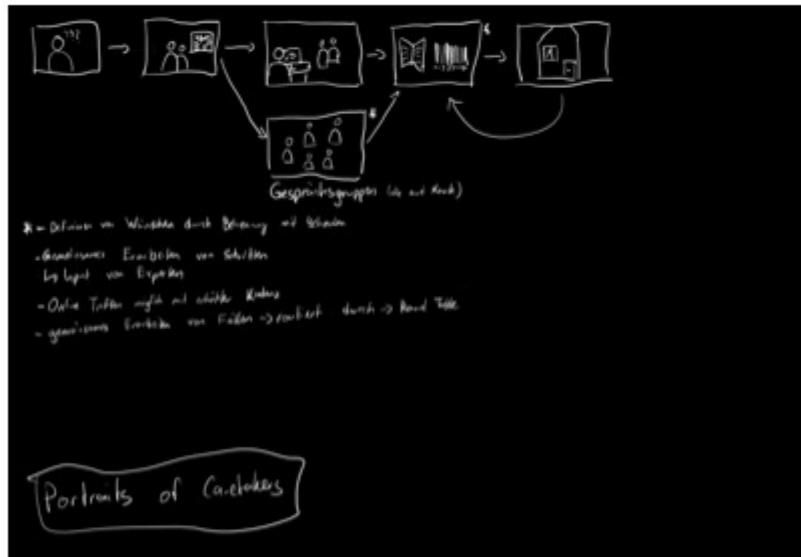
software

Vermögenszentrum

Pension
Vorbereitungs-kurts

Kirche
/ Gottesdienst

personal ideas download session

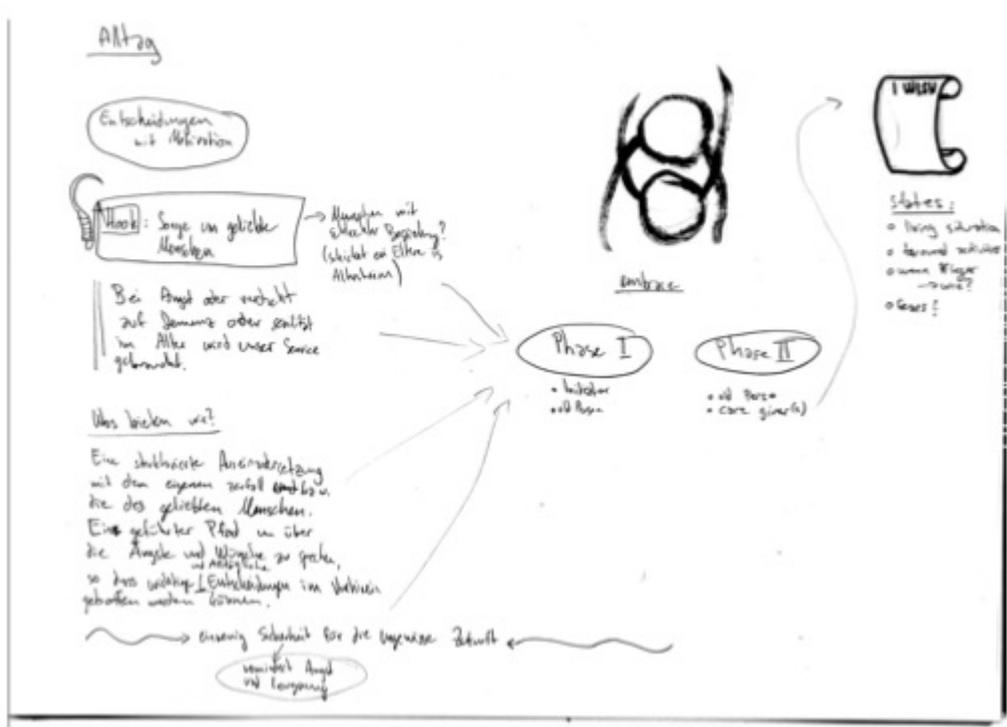


Erstellung Persona optional?

Subkategorie der Ziele ist immer die richtige Größe der Zielgruppen. Anderen können bereits nicht genug Leute in Kontakt, dann in Hausarbeit



Menschen und digitaler Katalog

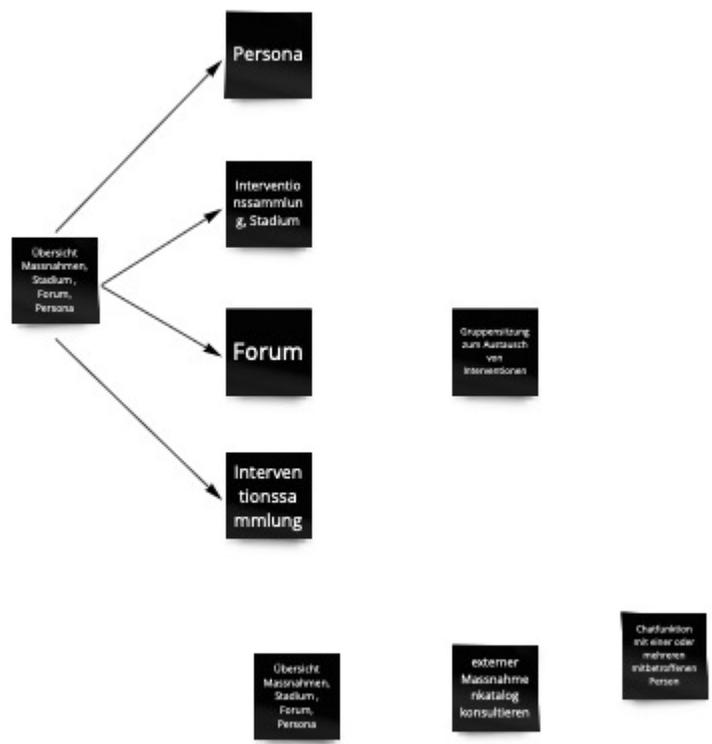


service blueprint

PROJECT: SERVICE DESIGN

PROJECT ID: Untitled journey map 2022-04-03

Pre-service	Service	Post-service
<p>PHYSICAL EVIDENCE</p> <p>Service location</p> <p>Signage</p> <p>Personnel</p> <p>Physical form, layout distribution</p> <p>Health safety of different groups</p> <p>Group size</p> <p>Appropriate lab divisions of job</p> <p>Hardware</p> <p>Location for meeting</p> <p>Virtual Meetings of their design</p>	<p>EMERGED ACTIONS</p> <p>person able to register job</p>	<p>EMERGED ACTIONS</p> <p>person able to register job</p>
<p>LINE OF INTERACTION</p> <p>person able to register job</p>	<p>EMERGED ACTIONS</p> <p>person able to register job</p>	<p>EMERGED ACTIONS</p> <p>person able to register job</p>
<p>LINE OF VISIBILITY</p> <p>person able to register job</p>	<p>EMERGED ACTIONS</p> <p>person able to register job</p>	<p>EMERGED ACTIONS</p> <p>person able to register job</p>
<p>LINE OF INTERNAL INTERACTIONS</p> <p>person able to register job</p>	<p>EMERGED ACTIONS</p> <p>person able to register job</p>	<p>EMERGED ACTIONS</p> <p>person able to register job</p>



- Diagnostizieren
- Service entdecken
- Onboarding → Persona erstellen
- Anstehende Störungen (vorschlagen)
- Automatische Gruppenbildung anhand Teilnehmerzahl
- Gruppensitzung 4-6
- Notifikation wenn bekannte Personen sich für Störungen einschreiben

share to care

Unsere Dienstleistung ermöglicht es pflegenden Personen, ein Profil ihrer von Demenz betroffenen Angehörigen zu erstellen. Das Profil erfasst die individuellen Interessen, Symptome und Lebensumstände der erkrankten Person.

Anhand dieses personalisierten Profils wird die pflegende Person dann in ein Netzwerk ähnlich betroffener eingebunden. Das Netzwerk erlaubt den Austausch zwischen Einzelpersonen im gleichen Stadium der Pflege, sowie kleinen Selbsthilfegruppen, bis hin zu Seminaren und Sitzungen mit mehreren Dutzend Teilnehmenden. Ein Forum ermöglicht zudem einen anonymen Wissensaustausch zwischen Personen mit verschiedenen Erfahrungsgraden im Umgang mit Demenz.

Mit dem persönlichen Profil als Schnittstelle zur erleichterten Kommunikation, können auch Expertenchats und Gespräche angeboten werden. Zusätzlich kann die pflegende Person für sie relevante Ratschläge zugestellt bekommen. Die pflegende Person hat dabei zu jeder Zeit volle Kontrolle darüber, welche Informationen externen Stellen angezeigt werden.

Weitergedacht, könnte unser Demenzprofil auch ausserhalb unserer Implementierung angewendet werden. Beispielsweise wäre es denkbar, dass eine komplementäre App anhand der Persona einen Katalog über Interventionen zur Erleichterung des Alltags automatisch generiert.

Ziel unserer Dienstleistung ist es, den pflegenden Person Unterstützung in Form von Austausch mit Gleichbetroffenen zu bieten, sie dadurch bestmöglich und zum richtigen Zeitpunkt informieren zu können. Damit soll die Belastung der pflegenden Person gesenkt und die Lebensqualität der demenzleidenden so weit als möglich erhöht werden.



1. Elisabeths Ehemann bekam vor einem halben Jahr eine Demenz Diagnose. Seither ist Elisabeth seine Betreuende Person.
2. Ihr Leben hat sich bisher noch nicht stark verändert, allerdings spürt sie den Druck der unbekanntenen Hürden der Zukunft.
3. Deshalb beschliesst sie an einer Gruppensitzung für betreuende Angehörige teilzunehmen.
4. Die Gruppensitzung tut Elisabeth gut. Es gibt ihr die Gewissheit nicht die einzige Person in einer solchen Situation zu sein. Sie hat sogar ein, zwei Tipps aufgeschnappt.
5. Gerne würde sie öfters kommen. Doch die Sitzungen finden nur alle paar Wochen statt & zudem muss sie hierfür entweder nach Zürich oder Bern fahren, den weiten Weg kann sie Mittwoch Abends nicht auf sich nehmen.
6. Der Sitzungsleiter hatte allerdings einen Service namens "share to care" erwähnt.
7. Elisabeth erstellt auf der Plattform ein Profil, welches ihre Situation, Lebensumstände und die individuellen Interessen ihres erkrankten Ehemanns erfasst.
8. Basierend auf diesen wird Sie in ein Netzwerk eingebunden. Die Menschen hier befinden sich in einer ähnlichen Situation.
9. Elisabeth kann hier an thematischen Fokus Gruppensitzungen teilnehmen. Hier wird in kleineren Gruppen zusammen an Interventionen und Lösungen gearbeitet, welche die individuellen Interessen der zu betreuenden Person im Fokus haben. Mit Hilfe dieser soll Selbstbestimmtheit gegeben werden.
10. Mit ihren geknüpften Kontakten, kann sich Elisabeth auch sonst jederzeit anonym über Wissen, Ideen und ihrem Gemütszustand austauschen.
11. Zudem werden durch den Service Seminare organisiert, an welche Experten ihr Wissen zu spezifischen Themen teilen und sie frei teilnehmen kann.
12. Durch unsere Plattform erlernt Elisabeth Wissen und Interventionen, für ein erleichtertes Zusammenleben mit ihrem Ehemann, welche seine individuellen Wünsche unterstützen. Diese geben ihrem Partner Selbstbestimmtheit und bieten eine strukturierte Aufrechterhaltung seiner Interessen.
13. Elisabeth fühlt sich in ihrer Gruppe aufgefangen und verstanden. Sie fühlt sich ausserdem stolz, wenn sie durch ihre kleinen Tricks & Tipps anderen in einer ähnlichen Lage helfen kann.
14. Was ihr besonders zusagt, ist der einfache und flexible Zugang zu den Sitzungen. Dies gibt ihr mehr Zeit für anderes.
15. In Zukunft soll Elisabeth sogar die Möglichkeit haben Konsultationen mit Experten zu vereinbaren & durchzuführen.
16. Einen Katalog mit gezielten Interventionen zu Thematiken aus dem Alltagsleben soll auch nach und nach aufgebaut werden.
17. Letztens hat Elisabeth auf der Plattform Thomas kennengelernt. Thomas und seine demente Frau wohnen gleich im nächsten Dorf.
18. Die beiden gehen genau so gerne spazieren, wie Elisabeth und ihr Mann. Dies machen sie nun jeden Sonntag gemeinsam.
19. Manchmal sind es jedoch auch nur Thomas und Elisabeth, welche spazieren gehen. Das Teilen der ähnlichen Alltagssorgen hilft den beiden damit umzugehen.

konzeptpräsentation - ablauf

The 12 elements of conceptual design by BJ Fogg :

- **Overview / Purpose**
- User Description
- Storyboard of user experience
- (Lofi) Prototype
- **Features/functionality**
- Justification for design/rationale behind design decisions
- Results of (early) user testing
- Shortcomings of design/limitations
- Expansion – what else is possible
- Next steps in the design process
- **Summary**

The 12 elements of conceptual design by BJ Fogg :

- **How might we questions (Overview Purpose)**
- User Description - Zielgruppe
- Video - Storyboard of user experience
- **Features/functionality**
- Justification for design/rationale behind design decisions - welche probleme gehen wir mit was an
- (Shortcomings of design/limitations)
- Expansion – what else is possible - zukünftige addons
- Next steps in the design process
- **Summary**

Week 3-

Prototyping

presentation & video



SHARE TO CARE

SERVICE FEATURES

- Custom profile for dementia patient
- Auto integration into network based on profile
- 1:1 connection with similarly afflicted persons
- Small self-help groups for mutual support
- Seminars and meetings with larger groups of people
- Anonymous Forum for exchange with experienced carers
- Counsel with experts and tips-notifications based on profile



SERVICE OVERVIEW

- Account for dementia patient. Created by carer.
- Includes interests, symptoms & life situation of patient.
- Integration into network of similarly afflicted carers.
- Account can interface with third party services.



NEXT STEPS

- Deepen service blueprint
- Explore potential pitfalls
- Prototyping / testing
- Develop look & feel



HOW MIGHT WE?

- ...reduce the stress of family caregivers?
- ...develop a tool that enables caregivers to assess the stage of their family member's dementia?
- ...provide family caregivers with appropriate support and practice-oriented information, tailored to their ever-changing individual needs throughout the caregiving process?
- ...increase awareness among caregivers so that they accept help early enough?



TARGET GROUP

- family caregivers
- involved in long-term care
- about 45-65 years old



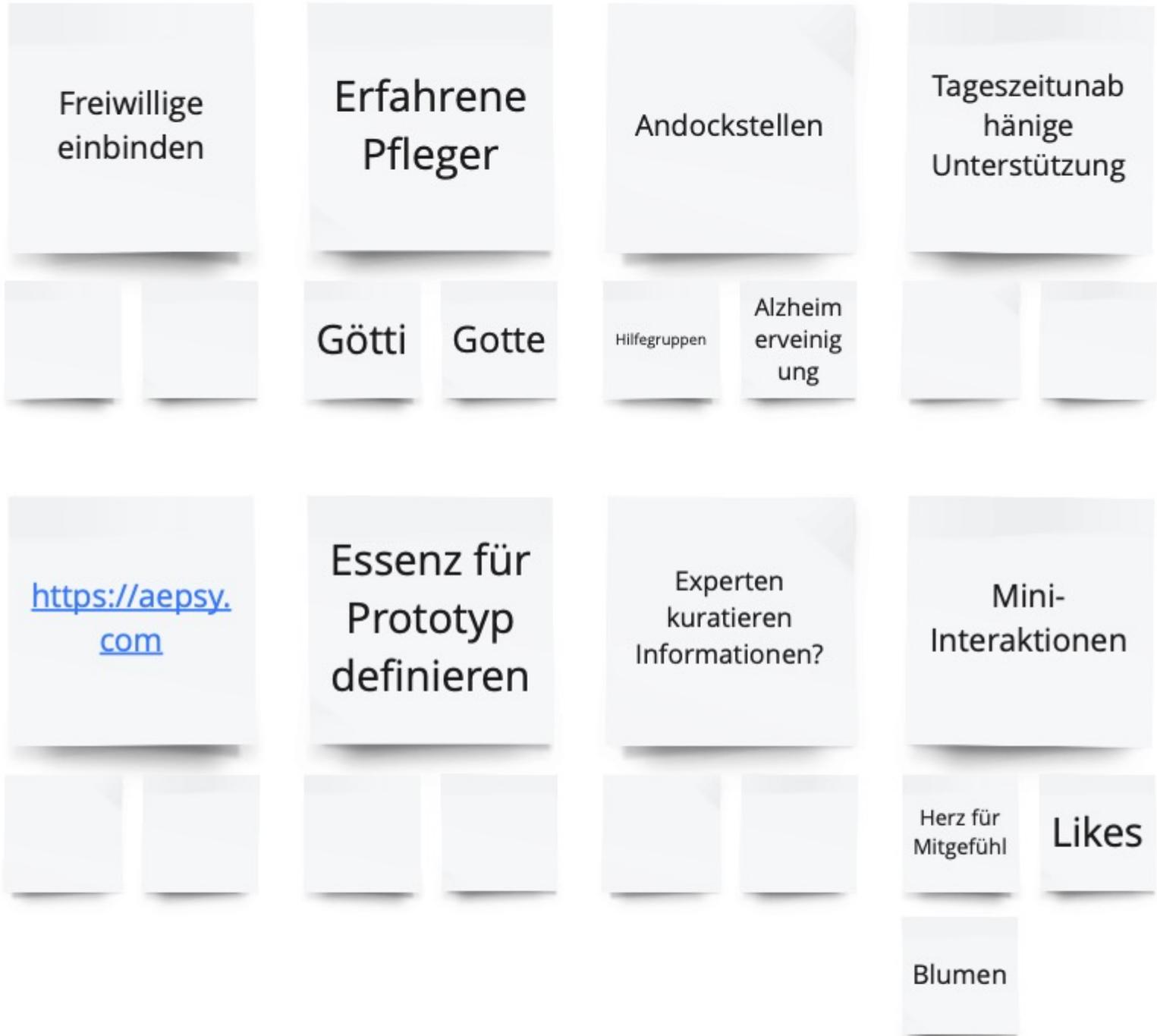
SERVICE EXPANSION

Beyond our social networking approach, a custom patient profile could also be used for:

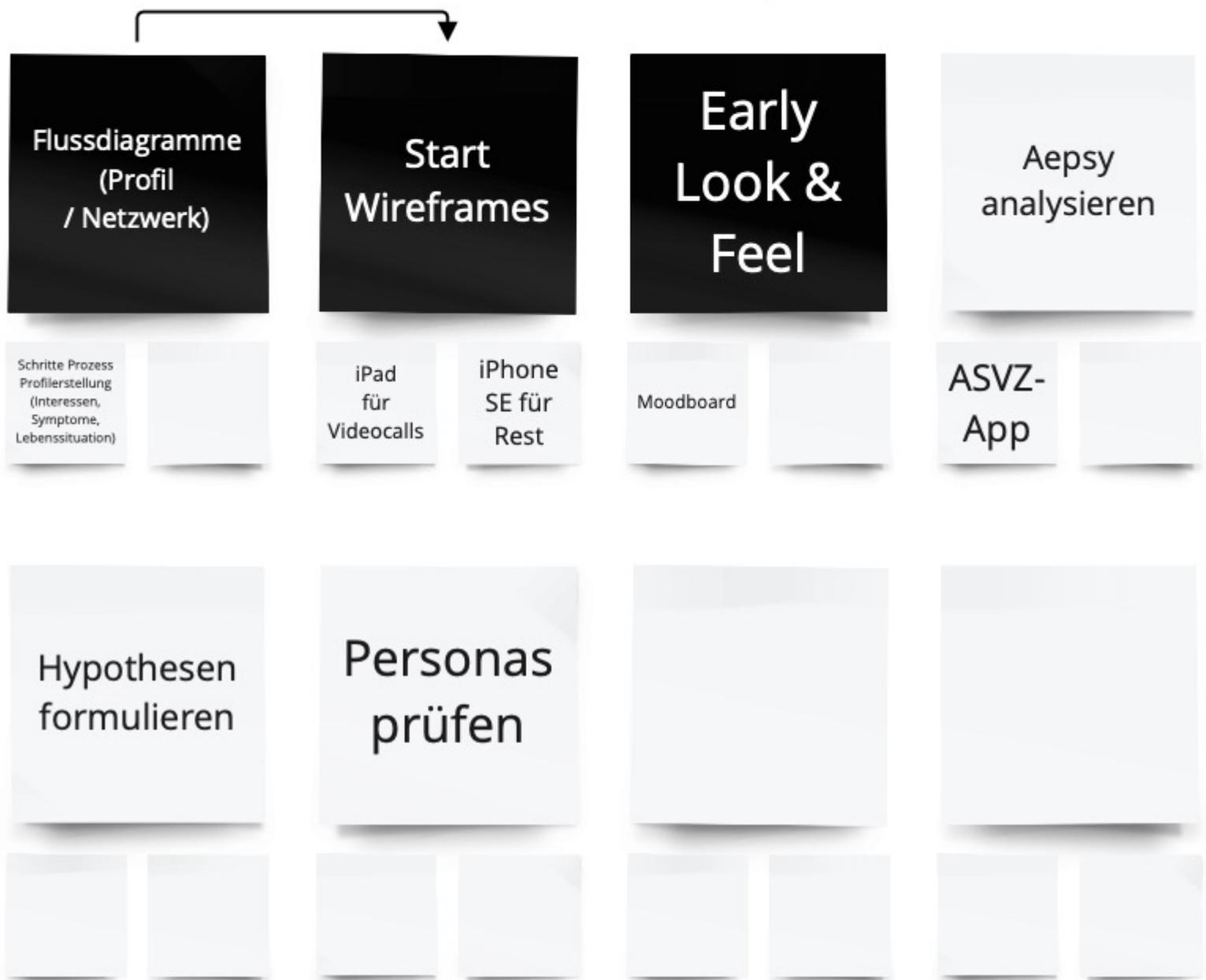
- interfacing with public services / health experts
- giving relevant care training in the moment
- creating a tailored catalogue care measures
- a patient file when giving over responsibilities
- mapping local needs for potential volunteer work
- creating anonymous data for evaluation
- pre-informing emergency services
- and possibly more...



rückmeldung präsentation

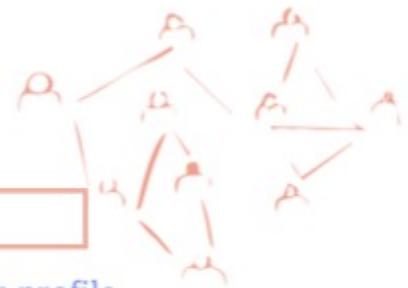


funktionen zur umsetzung



Minimum viable product:

SERVICE FEATURES

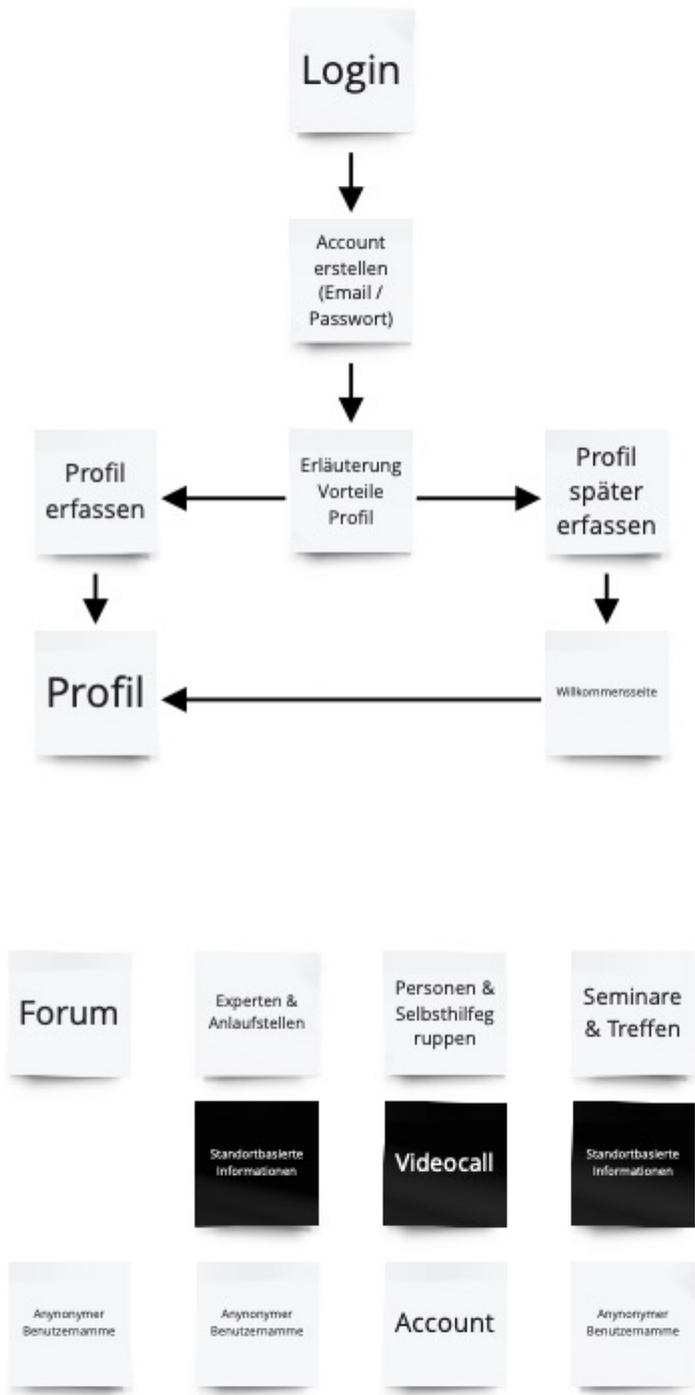


Ausgearbeitet	• Custom profile for dementia patient
Visuel repräsentiert	• Auto integration into network based on profile
Visuel repräsentiert	• 1:1 connection with similarly afflicted persons
Ausgearbeitet	• Small self-help groups for mutual support
Ausgearbeitet	• Seminars and meetings with larger groups of people
Visuel repräsentiert	• Anonymous Forum for exchange with experienced carers
Optional	• Counsel with experts and tips-notifications based on profile

Oberste Hierarchie

flussdiagramm

Schritte Prototyp markieren



personas



Personas - Idee

Welche Fragestellungen können Personas beantworten?

- Wer sind die typischen Nutzer auf einer Website?
- Wie kann man sich den typischen Besucher "bildlich" vorstellen?
- Mit welchen Intentionen kommen die Nutzer auf die Website?
- Wie nutzen die Besucher die Website und welche Ziele verfolgen sie?
- Welche Inhalte, Funktionen und Services wünschen sich die Nutzer?
- Wie kann ein Entwicklungsteam die gesamte Website wirklich **nutzerorientiert konzipieren**?

Anspruchsgruppen



Beruf / Ausbildung / Wissen: Rentnerin

Wichtige Eigenschaften: Birgit ist an Alzheimer erkrankt, ihr Gedächtnis hat ihr das Surfen im Internet beigebracht. Sie hat wenige Computerkenntnisse.

Bedürfnisse Website:

- **Sehr einfache Handhabung**
- 3 Schritte Anleitung mit Bild wie sie sich auf der Website bewegen kann
- **Telefonnummer, an die sie sich für Hilfe wenden kann**



Beruf / Ausbildung / Wissen: Techniker

Wichtige Eigenschaften: Jungverheiratet, 2 Kinder, 2 Enkelkinder, geschieden, seine halbe Demenz

Bedürfnisse Website:

- **Er ist auf der Suche nach Dienstleistungen für seine Situation.**
- **Wichtige Angebote spezifisch für langzeitkranken und pflegebedürftigen.**
- **Interessiert sich auch für DMS, was er sich aber nicht vorstellen kann.**

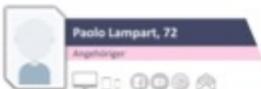


Beruf / Ausbildung / Wissen: Rentnerin, Hausfrau

Wichtige Eigenschaften: Frau von Peter (Demenzkrank), keine Kinder

Bedürfnisse Website:

- **Adressen für Hilfe und Beratung zu Pflege und Betreuung**
- **Sucht Hilfe zur Entlastung / Fachpersonen**
- **Wünscht sich Informationen, was sie überhaupt alles für Betroffene gibt.**



Beruf / Ausbildung / Wissen: Rentner. War früher Lehrer für Mathematik an der Oberstufe

Wichtige Eigenschaften: Sie ist typisch. Ein guter Freund von ihm hat Demenz

Bedürfnisse Website:

- **Möchte wissen, welche Angebote seinem Freund helfen könnten.**
- **Möchte seinem Freund, der weniger Computer-affin ist, eine **ausgesuchte Liste** mit Adressen geben.**
- **Sucht Kontaktperson vor Ort.**



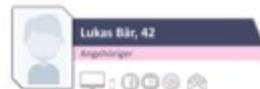
Beruf / Ausbildung / Wissen: Psychologin im Teilzeitpensum, Erfahrung mit Menschen mit Demenz

Wichtige Eigenschaften: verheiratet (Demenz-kranke Demenz), 2 erwachsene Kinder, sehr aktiv, körperlich fit

Bedürfnisse Website:

- **Möchte sich **aktuell** engagieren.**
- **Will im Wissen mit anderen teilen**
- **Informations-orientiert, keine Zusammenfassungen**
- **Teil von Gruppen sein**
- **BeraterInnen werden**

Handwritten note: Haben Teilung im Web- und Ressourcen?

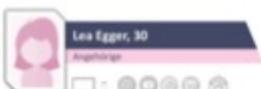


Beruf / Ausbildung / Wissen: Schreiner, geringes Wissen zu Demenz

Wichtige Eigenschaften: Demenzkranker bei Mutter, Bruder, 1 Tochter (7), in Beziehung

Bedürfnisse Website:

- **Wo finde ich Hilfe? -> Beratung**
- **Wo kann man sich testen lassen.**
- **Link zu Seiten mit Wissen über Demenz (Alzheimer Schweiz)**



Beruf / Ausbildung / Wissen: Kaufmännische Angestellte

Wichtige Eigenschaften: Grossmutter hat Demenz

Bedürfnisse Website:

- **Sucht im Internet nach Adressen, die ihre Mutter bei der Betreuung ihrer Grossmutter unterstützen.**
- **Will die Adressen einfach an ihre Mutter per Mail weiterleiten.**

Handwritten note: nicht bekannte Adressen



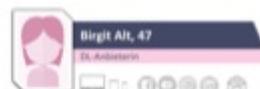
Beruf / Ausbildung / Wissen: Sozialarbeiter

Wichtige Eigenschaften: Beruf Betroffene in schwierigen Lebenssituationen, will bei Klärung der finanziellen Angelegenheiten

Bedürfnisse Website:

- **Will seine DL auf dem Demenzkompass präsentieren.**
- **Sucht nach anderen Beratungsstellen, um sich mit denen zu vernetzen.**
- **Christen hat seine eigene Website und nutzt den Demenzkompass für seinen Onlineauftritt.**

Handwritten note: Was ist die Funktion?



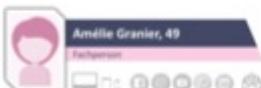
Beruf / Ausbildung / Wissen: Hausfrau

Wichtige Eigenschaften: Führt eine Abteilung spezifisch für Menschen mit Demenz

Bedürfnisse Website:

- **Möchte ihre DL auf der Website präsentieren.**
- **Will durch eine gute Filmkampagne das Vertrauen der Betroffenen gewinnen.**
- **Engagierte sich dadurch mehr Kundchaft.**

Handwritten note: Was ist die Funktion?



Beruf / Ausbildung / Wissen: Pflegefachperson HF, Sehr erfahren in ihrem Beruf

Wichtige Eigenschaften: Beruf Betroffene von Demenz, kennt sich gut in der Angehörigenarbeit aus

Bedürfnisse Website:

- **Klickt sich direkt in die Website ein**
- **Stellt eine Liste von Angeboten zusammen, die sie kennt und empfehlen kann.**
- **Überprüft, ob die behaupteten Angebote noch aktuell sind.**
- **Erkundigt sich nach neuen Angeboten.**

Handwritten note: Wo ist?



Beruf / Ausbildung / Wissen: Professor im Kantons Bern

Wichtige Eigenschaften: professioneller Berater für den Demenzkompass

Bedürfnisse Website:

- **Sucht Fachwissen für Weiterempfehlung an Betroffene und Angehörige**
- **Möchte Betroffene Seiten empfehlen, auf denen sie sich selbstständig informieren können.**
- **Kontakt für multimediale Partner**

Handwritten note: Link?



Beruf / Ausbildung / Wissen: Altersbeauftragte Gemeinde

Wichtige Eigenschaften: Will sicherstellen, dass in ihrer Gemeinde demenzkranke Unterstützung erhalten

Bedürfnisse Website:

- **Informiert sich über bestehende Angebote in ihrer Region**
- **Informiert sich über Angebote in anderen Gemeinden um zu schauen, ob weitere DL gefordert werden sollen.**
- **Empfehlen den Demenzkompass an Betroffene und interessierte weiter.**



Beruf / Ausbildung / Wissen: Lehrerin, 2 Erwachsene Kinder, Bankangestellte, Vater war an Demenz erkrankt

Wichtige Eigenschaften: Mitarbeiterin

Bedürfnisse Website:

- **Wo lässt man Geld her?**
- **Einfache Spendenmöglichkeiten**

Handwritten note: Gewinnbringend?

design richtlinien

Sehr
einfache
Bedienung

Design für
kleine
Bildschirme

Grosse
Design für
schwache
Augen

Info
exportieren
per Mail &
Druck

Sanduhr

Viel
Kontrast

Ablagestruktur
der Exports

App
format

extrem
klare
Navigation

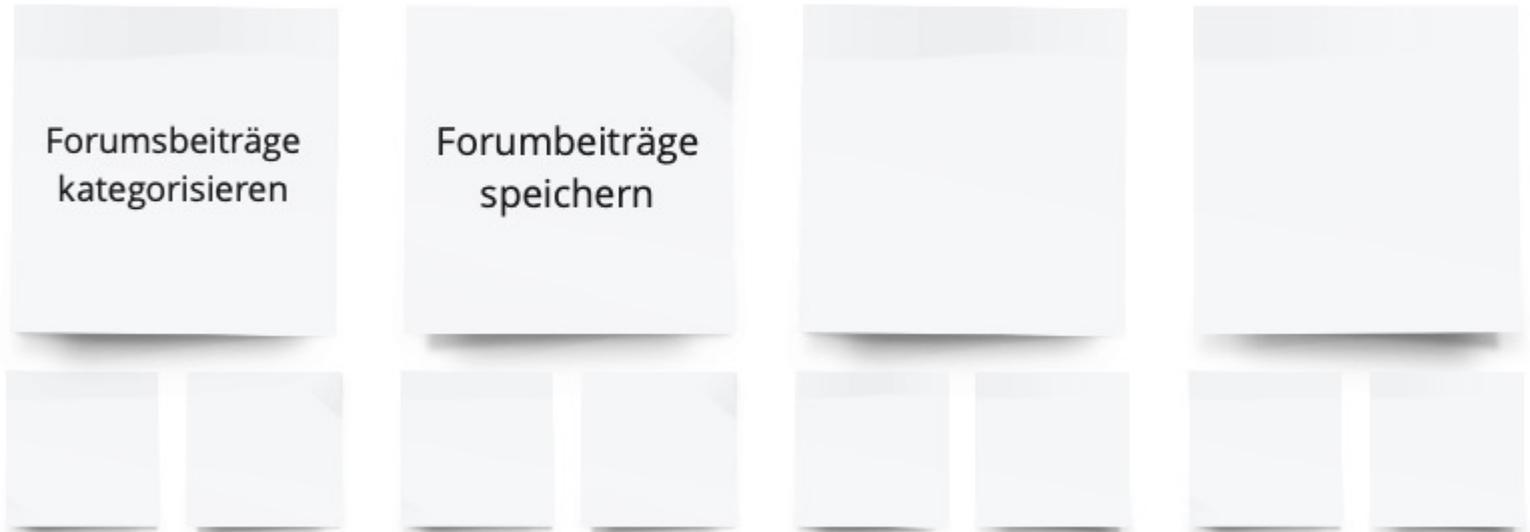
Hauptfunktion:
Button per
function

Kategorien
nach
Farben
ordnen

(Ältere) Nutzer
auf
Privatsphäre
sensibilisieren

funktionen

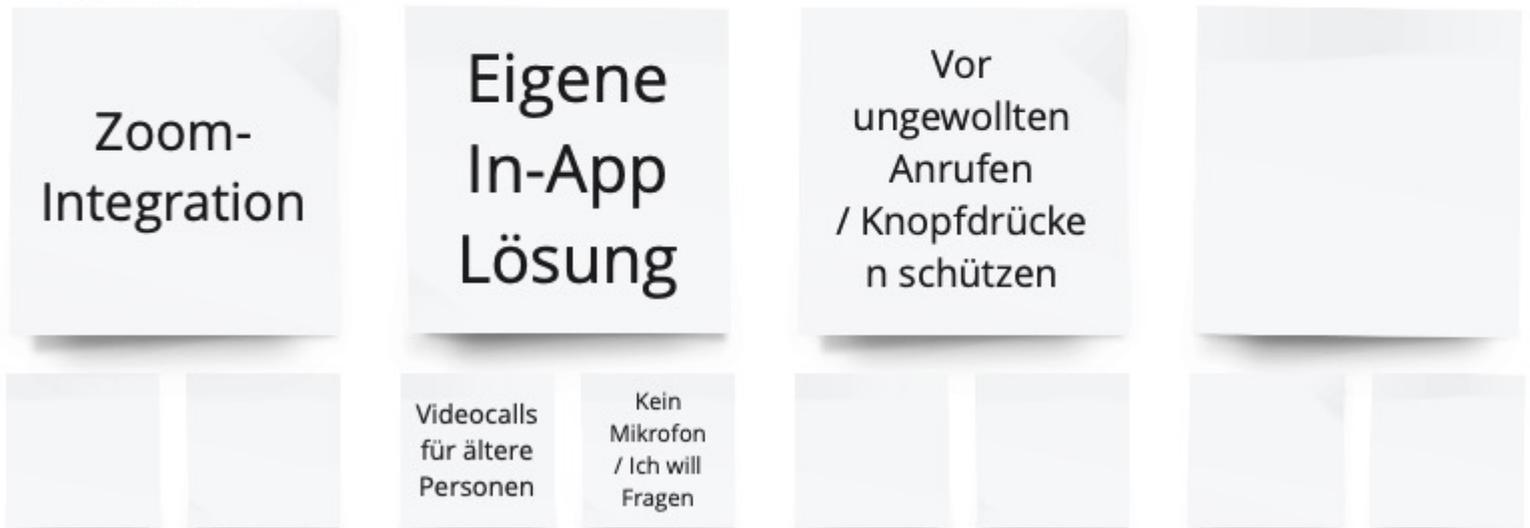
Forum



Seminare



Video-Seminare

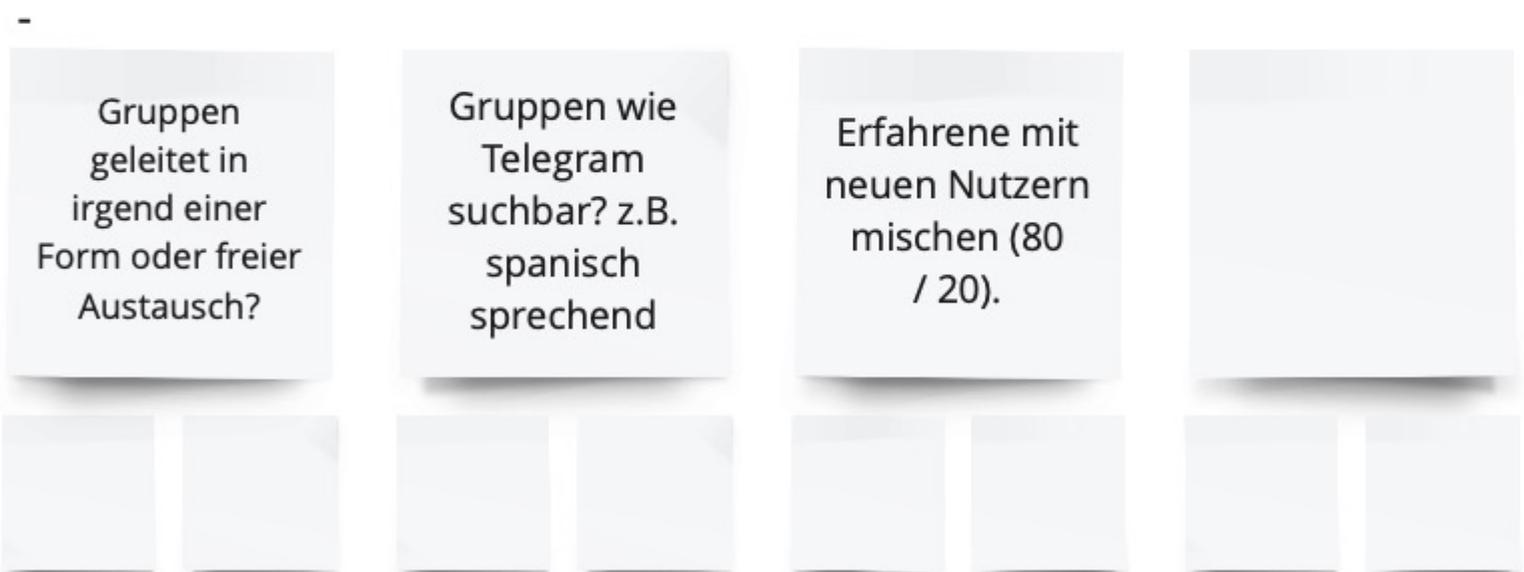


funktionen

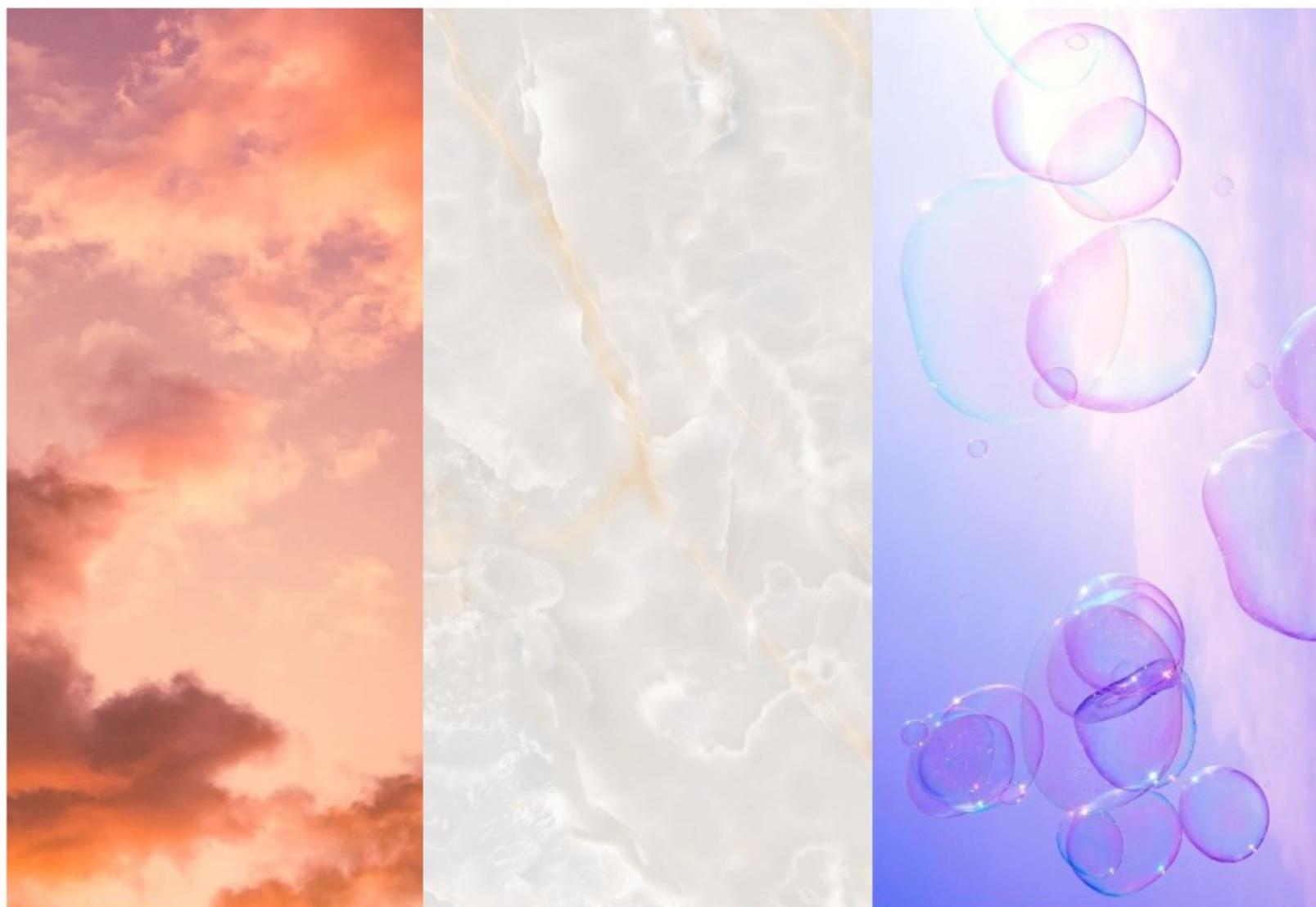
Profilerstellung



Selbsthilfegruppen

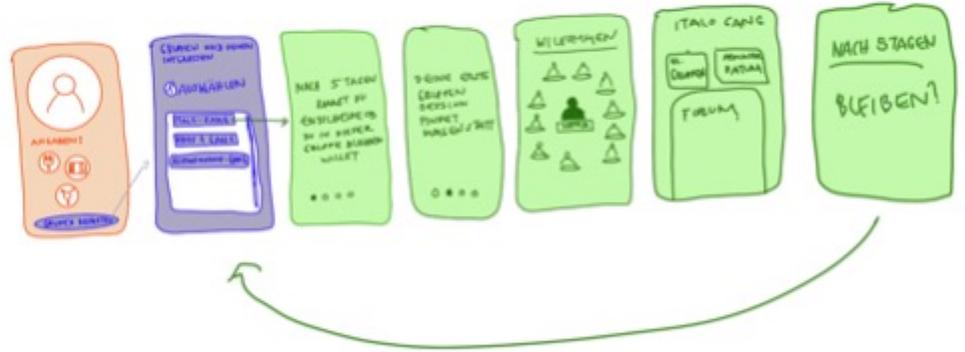
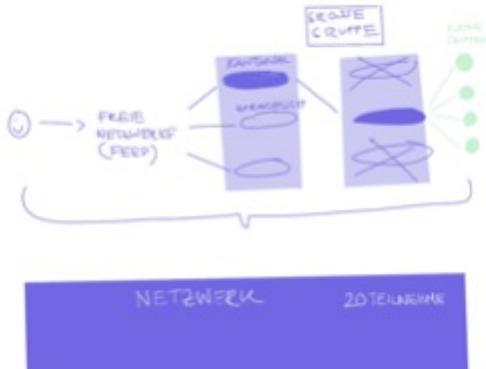


look and feel

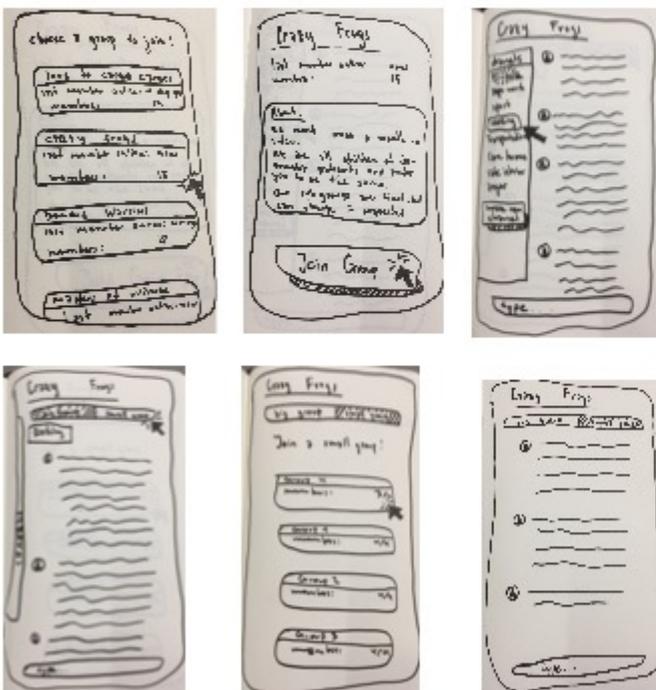
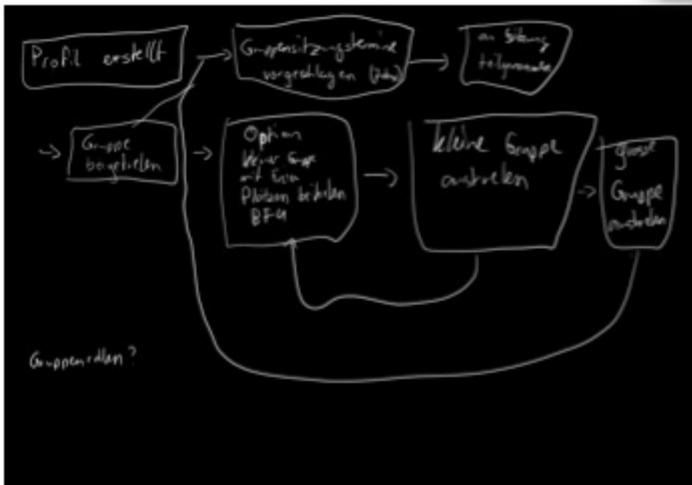


flowchart und wireframes

Seminare Teilnehmer sind nacher wieder anonym



Problem: Was wenn man ganz allein in einer neuen Gruppe ist?



Profil erstellt → Interferenz Phase, Merkmale sichtbar für andere Benutzer? → zu personalisierter Gruppe hinzugefügt
 Abwärtige Kanäle → z.B. >Phase Demers verifizieren
 Kanäle vorschlagen → Kanal "Emotional Notfallsupport"
 Kanal "Kochen mit Demers"
 Post der viralen Posts → Mitglied in Konversationen
 Profil erstellen so präsent als möglich → keine verlorenen Nutzer
 Aufforderung zu schreiben → Gruppe verlassen zu Men
 Eisen Auto bitte only die Kunde
 Wie entstehen neue Gruppen? Forum = Links
 - schlechtes Verhalten melden

recapitulation

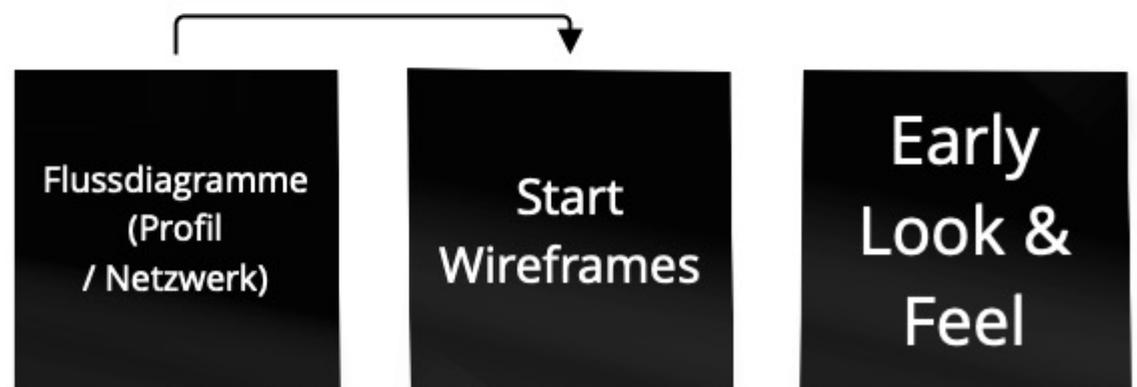
Points decided:

- **Focus: Group session in service, everything else build around**
- **should be easy to join meetings**
- **being thrown into a group, group filtering through specification of user beforehand**
- **Possible to join as volunteer without a care receiver**
- **On boarding as short as possible**
- **Being marked as Newbie when entering sessions**

Questions to solve:

- **Do we need big and small group?**
- **What if first person in group?**
- **Should we have roles decided in group?**
- **(Admin, Erfahren, Neuankömmling)**
- **How can we change groups? How understandable?**
- **What are features we want to test?**
- **Which device? (iPhone 12 non max; non mini)**

<https://www.figma.com/file/IWmHjOVlHBj8sEom8gRrBv/ShareToCare?node-id=0%3A1>



fragen mentoring

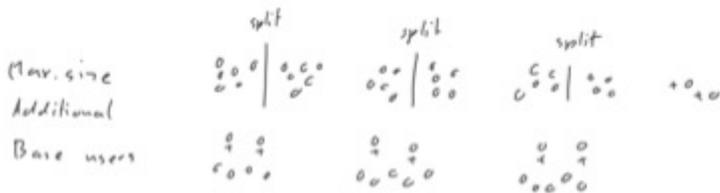
Testgruppe?

Welche Features machen am meisten Sinn zu Testen

Einbinden von welchen Services von Drittanbietern?

Gruppensitzung testen mit Testgruppe?

Welche Features behalten oder rausschmeissen?



Neuer Benutzer &

↳ Noch Platz in Gruppen → Hinsefest → Nächste Termine
↳ Zugriff Chat

↳ Kein Platz mehr in Gruppen → Nächste Termine

↳ Mehr kein Chat → Termin Gruppensitzung steht an

↳ Gewissend neue Nutzer für Gruppe → Erstellung

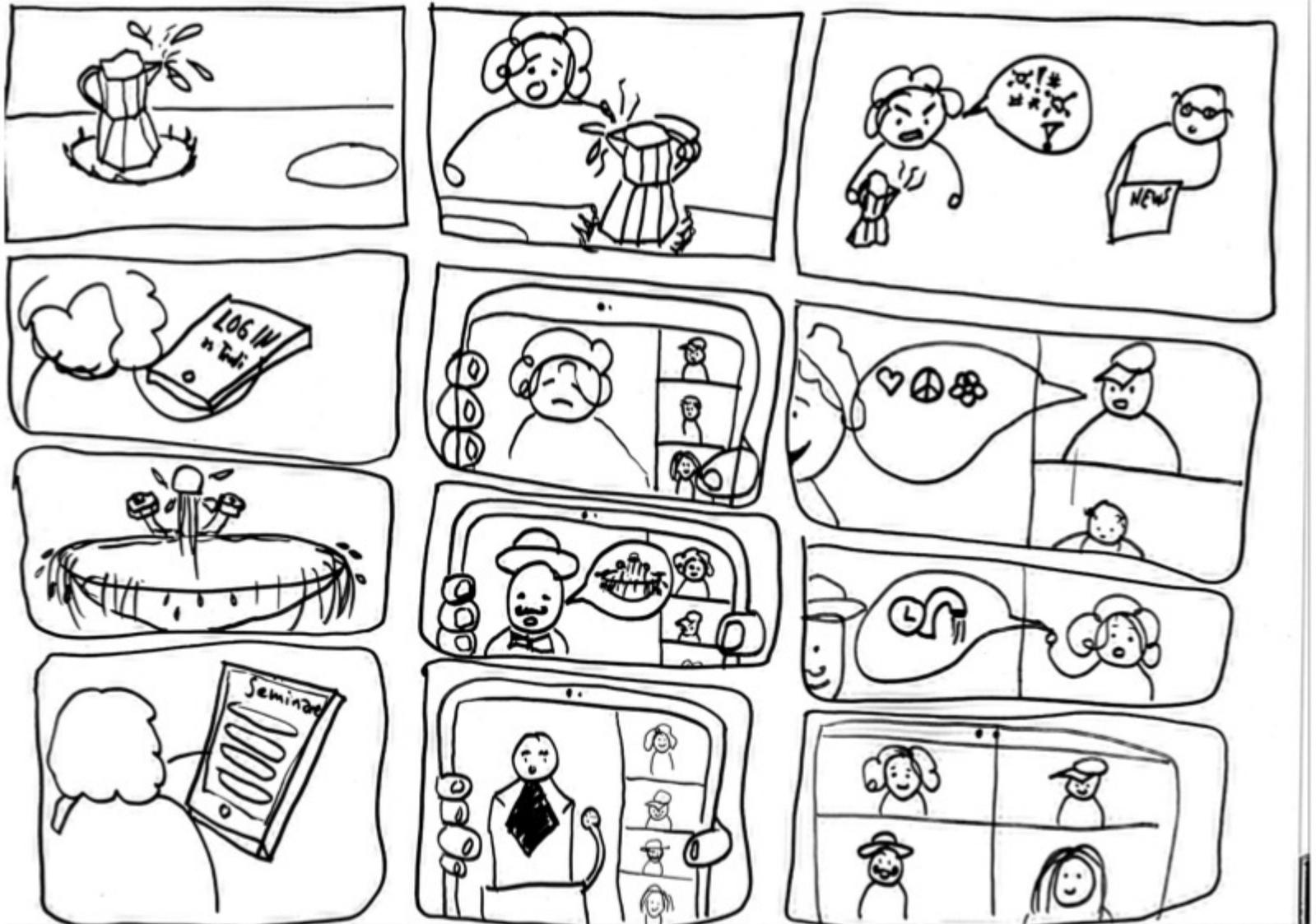
↳ Nicht gewissend neue Nutzer
↳ Zugriff Chat

↳ Guest in bestehender (never) Gruppe

↳ Nächste Termin → Einteilung in neue Gruppe

↳ Option Gruppen einsehen → Aufgabe hinzufügen durch Admin
↳ nur jeweils eine Gruppe

storyboard



wireframes



Sitzung startet in 5 min.

[Sitzung Beitreten](#)

- 13.April - 18:30Uhr
- 14.April - 19:00Uhr
- 14.April - 20:00Uhr
- 15.April - 13:00Uhr
- 15.April - 18:30Uhr

[Sitzung planen](#)



Sitzung planen

June 2021 > < >

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

Time 09:41 AM PM

[Termin bestätigen](#)



- Gertrud Bachmann**
[HOWTO/Haushalt/Kochen/Tips](#)
- Will Kenny**
 I know... I'm trying to get the funds.
- Beatrice Wanger**
 I'm looking for tips around capturing the milky way. I have a 6D with a 24-100mm...
- Tamina Herzog**
 I'm looking for tips around capturing the milky way. I have a 6D with a 24-100mm...
- Yu Koller**
 I'm looking for tips around capturing the milky way. I have a 6D with a 24-100mm...
- Alberto Morello**
 I'm looking for tips around capturing the milky way. I have a 6D with a 24-100mm...
- Robert Steiner**
 I'm looking for tips around capturing the milky way. I have a 6D with a 24-100mm...



Wie war der Film den du dir mit Peter angeschaut hast?
LG, Elisabeth

Hallo Trudi,
Bist du diesen Mittwoch auch wieder dabei bei der Sitzung?
LG, Elisabeth

Hallo Elisabeth,
habe gedacht dieser Beitrag könnte dir hilfreich sein.
Grüsse,
Trudi

[HOWTO/Haushalt/Kochen/Tips/Küchenhilfen Zeitmanagement](#)

Placeholder

q w e r t y u i o p
a s d f g h j k l
z x c v b n m

123 space return



< **Küchenhilfen Zeitmanagement**

Gertrud Bachmann: Wer auf Nummer Sicher gehen will, kann die Nutzungsdauer vieler Geräte mittels Abschalttimer oder Zeituhr reglementieren. Ein E-Herd mit Abschaltautomatik oder Hitzewache ist besonders empfehlenswert. Herdsicherungssysteme dienen dazu bei übermäßiger Hitze beziehungsweise etwaiger Rauchentwicklung den Herd abzuschalten.

[E-Herd - 17.03.20](#)

Auf Küchengeräten empfiehlt es sich Hinweiskleber zu befestigen, die etwa den Handlungsablauf beschreiben. Wichtig sind auch Warnhinweise als Erinnerungshilfe, ob der Wasserhahn zuge dreht oder der Herd ausgeschaltet wurde. Wer auf Nummer Sicher gehen will, kann die Nutzungsdauer vieler Geräte mittels Abschalttimer oder Zeituhr reglementieren. Ein E-Herd mit Abschaltautomatik oder Hitzewache ist besonders empfehlenswert. Herdsicherungssysteme dienen dazu bei übermäßiger Hitze beziehungsweise etwaiger Rauchentwicklung den Herd abzuschalten.



figma discussion

erklärvideo
anfang

SCHRITT FÜR
SCHRITT DURCH
PROFILE
ERSTELLUNG
NICE

Automatische
kleingruppen
Session planung
wenn alle leute
können

Emergency
Situation -
Expertenanrufen

was will
ich auf
platform

was ist mir
wichtig /
Bedürfnisse

simpler
login

in person
sitzungen

durch fragenkatalog
geführt / an hand
genommen

kalender /
erinnern
lassen

experten
angezeigt

Immer sehen
wann näste
ofizielle
sitzung

Kommunizieren
der
angegebenen
Gruppenzahl
(20)

Personen
melden

Sehen wer
alles von der
Gruppe
teilnimmt wen
seminar

priorität nicht
durch nummer
sondern worte
(wichtig - sehr
wichtig)

waiting
prozess
group

mentoring notizen

Storyboard

- Bestehende Ressourcen werden genutzt in Service (Personen)
- Beispiele sind gut. Visuell eindrucksvolle Beispiele.
- Community building problem? Was sind die Touchpoints

Nächste Schritte

- Service zusammenfassen in einem Satz

Figma Features

- Personas in Design einfließen lassen
- Clubhouse onboarding / house party / telegram prüfen
- Emotionaler Support auf Bedarf
- Braucht Mechanismus statt Eigeninitiative zur sozialem Austausch
- Bei kleinerer Community ist Interessenbasierte Gruppenbildung schwieriger
- Möglichkeit bekannte Personen zu finden
- WhatsApp ist älteren Personen bekannt
- Bestehende Alzheimergruppen verwenden
- Kontrolle wer zu Gruppe hinzugefügt werden kann (Pflege der Gruppen)
- Neuzugänge zulassen, Abgänger ausmisten (Der Gruppe übergeben stat technologisch)
- Was wer keiner antwortet? Was wenn es nur ein Hassraum wird
- Positive enforcement
- Recherche bestehender Gruppen (Sitzungskadenz / Neumitglieder)
- Match zwischen Personen die Hilfe benötigen und Leuten welche Hilfe anbieten
- Wie werden die meisten Personen erreicht?
- Bestehende Service nicht duplizieren (z.B. Slackthreads). Was ist originell an unserer App? Mechaniken prüfen. Gespräche nicht vermischen. Übersichtliche Konversationen. -> Verbindung der Personen. Nicht Aufbau neues Kommunikationsnetzwerk. Slack-Plugin.
- Angehängt an Alzheimer Schweiz Beratungsdienstleitung? Zum Kick-start.

Nächste Schritte

- Testen App mit älteren Personen
- Szenarien durchspielen anhand Interfaces (worst case)
- Wizard-of-Oz-Test -> Slack Fenster als Link auf Button.

Kooperation mit z.B. Alzheimer Schweiz integrieren (Auf Startbildschirm?).

Service in einem Satz zusammenfassen. Unique selling proposition.

Anhand Personas und worst case testen

Bestehende Services zur Adaption / Integration prüfen: Clubhouse, House party, Telegram, Slack

Mechaniken zum Konversationsstart / Positive Enforcement für hohe Beteiligung

Was wenn niemand antwortet? Wie kann Hassverbreitung vorgebeugt werden? (Administrator / Bot zur Prüfung Inhalte)

Mehr Eigenkompetenz über bereits bekannte Personen suchen und eigene Gruppen erstellen.

Eigene Kontrolle wer Gruppe hinzugefügt wird. Mitglieder aus Gruppe entfernen muss möglich sein.

Prototyp mit Links nach externem Service testen. z.B. Slack / Zoom-Link

Recherche wie Gruppendynamik in Realität funktioniert (Sitzungskadenz / neue Mitglieder)

Ergänzungen / Anpassungen in Prototyp definieren

Week 4-

Prototyping

mentoring notizen

Prototype

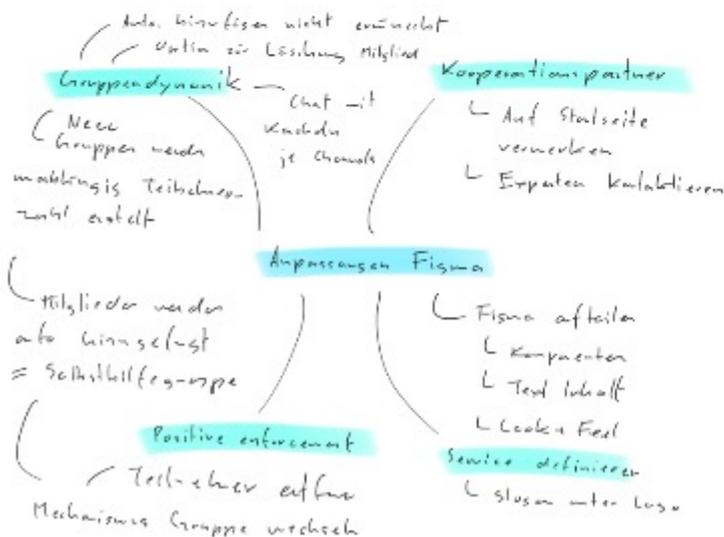
Please upload your prototype presentation to [Prototype Demo upload folder](#).
If you have a UI Mockup, please add the Link on the [Prototype Demo Page](#).

Roughly structure your 10min presentation:

- Set context by outlining your concept, starting with your "how might we question" (2-3min)
- Show your prototype(s) touching the following questions: Why did you choose this type of prototype? How did it impact your concept? What are your next steps? (7-8min)
- Make your prototype available (if possible), by f.e. sharing the link to your UI prototype.

Arbeitsaufteilung

- Komponenten erstellen
- Text / Layout definieren
- Installation / Presentation / Flyer
- (Look & Feel beginnen)



Kooperation mit z.B. Alzheimer Schweiz integrieren (Auf Startbildschirm?).

Service in einem Satz zusammenfassen. Unique selling proposition.

Anhand Personas und worst case testen

Bestehende Services zur Adaption / Integration prüfen: Clubhouse, House party, Telegram, Slack

Mechaniken zum Konversationsstart / Positive Enforcement für hohe Beteiligung

Was wenn niemand antwortet? Wie kann Hassverbreitung vorgebeugt werden? (Administrator / Bot zur Prüfung Inhalte)

Mehr Eigenkompetenz über bereits bekannte Personen suchen und eigene Gruppen erstellen.

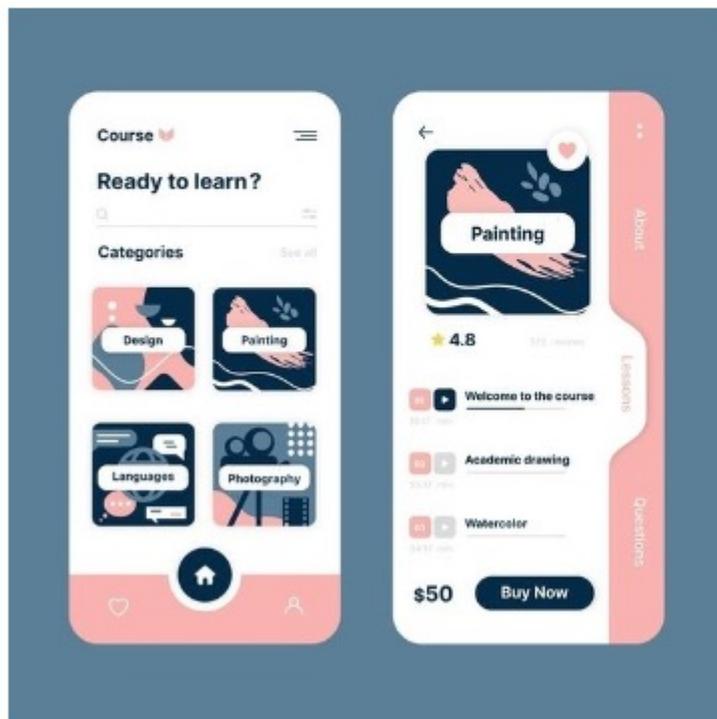
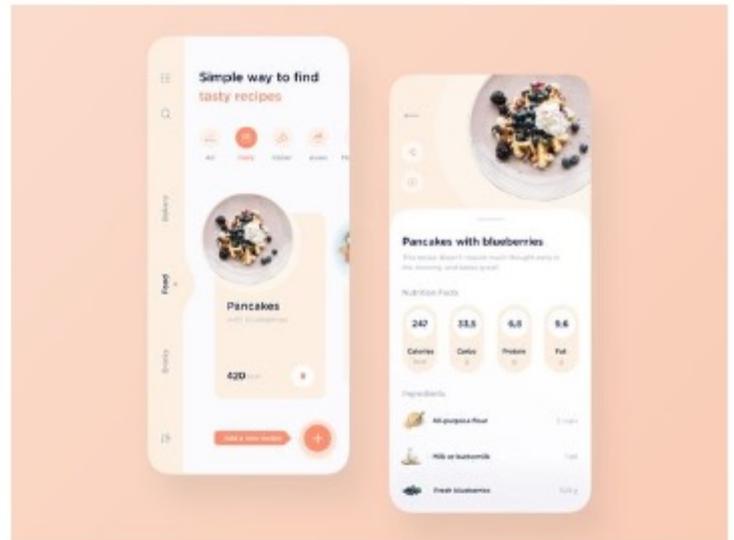
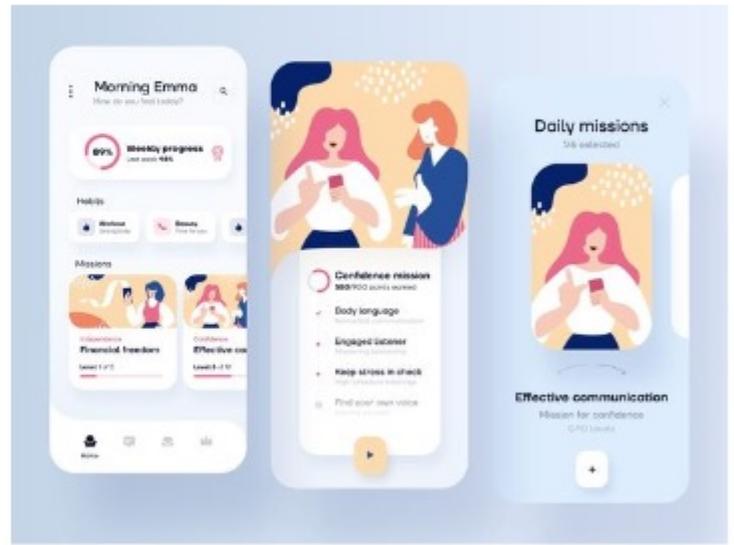
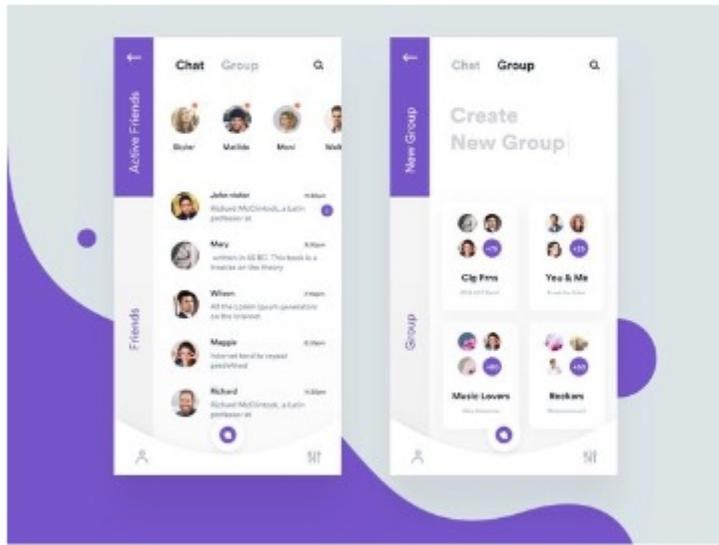
Eigene Kontrolle wer Gruppe hinzugefügt wird. Mitglieder aus Gruppe entfernen muss möglich sein.

Prototyp mit Links nach externen Service testen. z.B. Slack / Zoom-Link

Recherche wie Gruppendynamik in Realität funktioniert (Sitzungskadenz / neue Mitglieder)

Ergänzungen / Anpassungen Prototyp definieren

moodboards



feedback demo

- Ansohliss an Patrick (Applogix)
 - ↳ Uni-App
 - Uni-Care-GMBH
- Being hard is important (don't forget)
 - ↳ Platform not communication tool
 - ↳ like fun users → but experts for start
- Scalable
- Insight Timer → money for their input
- Sponsors like energy alcoholiker
- Plugin for Teams?
 - ↳ phone
- Meetings real life
- iPad or iPhone
- motivation to get to platform
- **gruppendynamik** → experlen dazu haben bzw. anfangen
- ↳ Leitfaden
- **Service is Formnt of Sessions**

- Identify Pitfalls of Service
- ↳ Take step back and look at **dynamics**

- INSIGHT TIMER APP
- **Emergency Case**
- Sponsors
- MICROSOFT TEAMS
 - ↳ TEAMS PLUG-IN
- BEGINNING DELAY OR EXISTING TOOLS/INSTITUTIONS
- Video vs. Phonecall
- Mimik-Reactions
- Nalizer
- NLI? → APP
- Forum → PLATFORM FOR USERS
- SCALEBACK → CAR GIVERS IN GENERAL
- EXPERT IN BEGINNING GOOD START
- UNBOARDING EXPECTED USER
- MODERATION
 - ↳ LEITFADEN
 - ↳ DYNAMIC RULES

mentoring notes

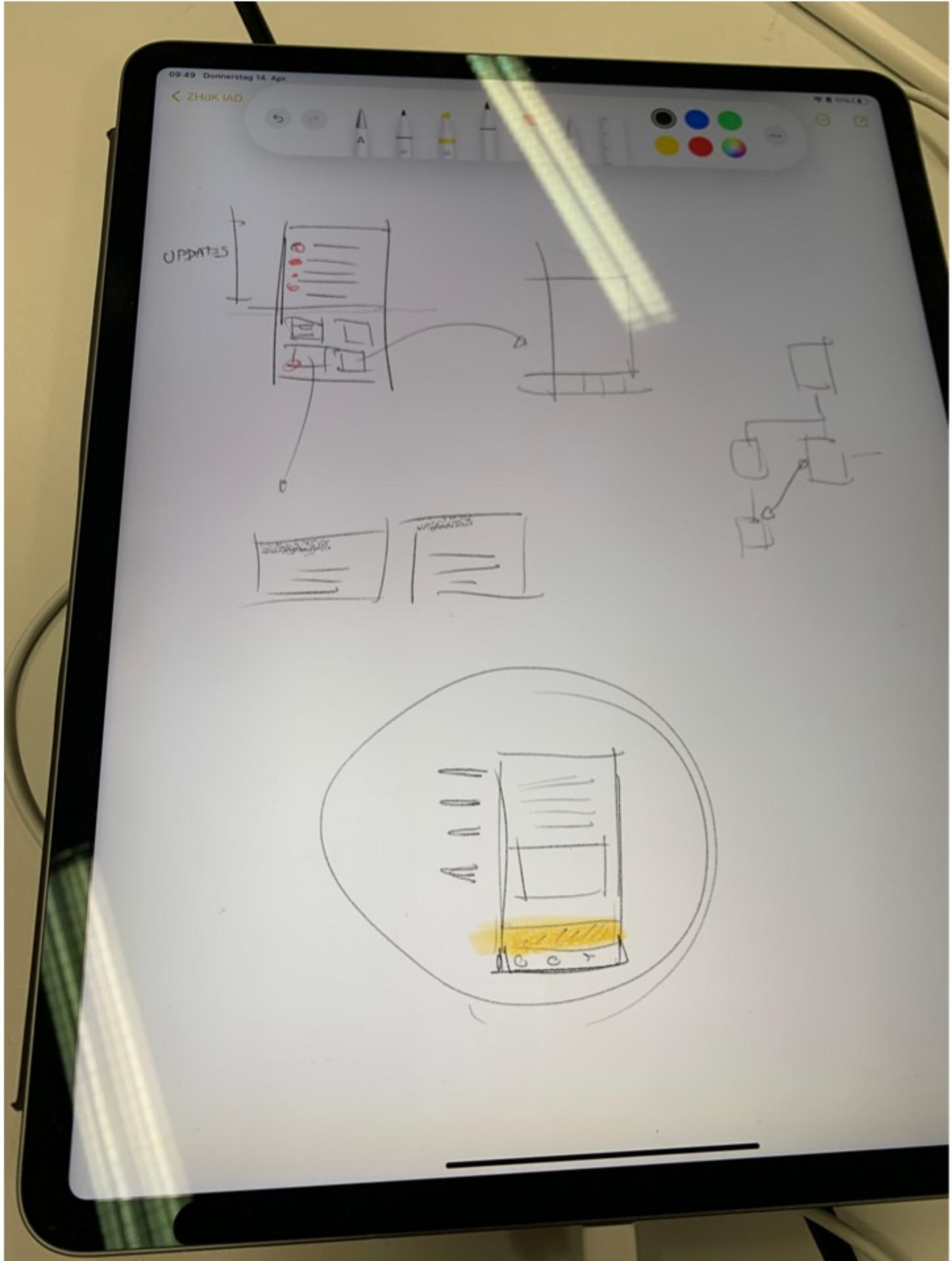
14.04.22

Mentoring

User Testing:

- Wo ist der Hauptkern in unserer App.
- Wenig Information gleichzeitig -> bedeutet aber mehrere levels tief gehen.
- Profil fehlt
- Geführte / Geleitete Gruppen , Meetingprinciples
- Beim Onboarding Regeln erklären
- Wie löst man im digitalen Raum, Kommunikationsregeln, Hand heben ect.
- BAG Teil Paul Selbsthilfegruppen Personen finden
- Mechanik des Gruppenchats designen
- Miro digitaler Wizards of Oz
- Wer ist die Testgruppe für das Usertesting?
- Iteratives testing starten : formativ
- Zweite Sachen: potentielle Partner, wie kommt es zum laufen, an welche bestehende Organisationen hängen wir uns an.
- Wichtig Storytelling: Wie suche ich hilfe:
- Statt Funktion Chat-> Gruppe
- Was will man als erstes sehen wenn man die App öffnet
- Fragen was man mit Wording und Icon versteht beim Menu
- Dashboard Übersicht
- Chats und Sitzung evtl zusammen, Name Räume
- MWP zusammentragen

mentoring notes



kommunikationsstützen

Redezeit begrenzen

Sanduhr

Sprechstab/ball

Fokus festlegen

zusammen Regeln vereinbaren



Kommunikationsregeln für Selbsthilfegruppen

➤ **Sprich mit „ICH“-Botschaften.** Versuche nicht, dich hinter allgemeinen Formulierungen wie „man“ oder „wir“ zu verstecken, sondern du selbst zu sein. Oft verwenden wir automatisch Sätze wie „Man sollte das so und so machen“ oder „Jeder denkt das und das.“ Es geht bei dieser Regel darum, zur eigenen Aussage oder Meinung zu stehen.

➤ **Erteile keine Ratschläge, erzähle von deinen Erfahrungen.** Jede/Jeder kann nur für sich selber entscheiden und das eigene Tun verantworten. Niemand sollte sich und andere bei der Lösung von Schwierigkeiten unter zeitlichen Druck setzen. So wie Probleme nicht von heute auf morgen entstehen, können sie auch nicht in kurzer Zeit gelöst werden. Und beim Erfahrungsaustausch gibt es kein „richtig“ oder „falsch“. Jede/Jeder muss lernen, Erfahrungen und Gefühle als solche stehen zu lassen und nicht zu bewerten oder zu kritisieren.

➤ **Wenn du eine Frage stellst, sage, warum du fragst.** Fragen, die mit persönlichen Aussagen verbunden werden, machen die eigenen Absichten für das Gegenüber transparent und geben ihm/ihr Orientierung. Der Austausch sollte aus diesem Zeit nicht als Interview mit einseitigen Auflagen, sondern als Dialog gestaltet werden.

➤ **Sprich direkt zur Person und nicht über sie** und sprich nicht zur Gruppe, wenn du eigentlich eine bestimmte Person meinst. Es sollte nicht über Ausstehende (zum Beispiel die Partnerin/den Partner), sondern von sich, von den eigenen Gefühlen, Gedanken und Verhaltensweisen geredet werden.

www.selbsthilfe.ch 041 288 88 88 selbsthilfe@selbsthilfe.ch

Regeln für die Video-Treffen unserer Selbsthilfegruppen



Springerin für die Video-Treffen unserer Selbsthilfegruppen

Aufgrund der aktuellen Situation um das Corona-Virus haben wir unsere Selbsthilfegruppen-Treffen auf ein Online-Format umgestellt. Es ist selbstverständlich, dass wir uns auch in dieser Form von Treffen an unsere Absichtungen zur **Vertraulichkeit** und **Verhaltensregeln** gegenüber Nicht-Gruppenmitgliedern halten. Zusätzlich kommen noch folgende Punkte dazu:

- Es ist möglich, dass die Gruppenmitglieder verschwinden (z.B. für den Betrieb von Treffen, darf nicht an Personen weitergegeben werden, welche jeweils nicht Mitglieder der Gruppe sind). Online-Regelung, ob und wie viele Mitglieder in die Gruppe aufgenommen werden, gilt auch für die Video-Treffen.
- Passwörter für den Computer, für die Anmeldeungen/Links oder für spezifische Treff-Termine sind sicher und vor dem Zugriff von Unberechtigten geschützt aufzubewahren.
- Während der Teilnahme an den Video-Treffen dürfen keine anderen Personen mitreden oder zuschauen. Die Teilnahme an Treffen geschieht durch Abklicken von einem geschlossenen und während der Treffen für andere Personen nicht zugänglichen Reiter aus.
- Die Treffen dürfen auf keinen Fall und Weise aufgezeichnet werden. Das heisst, niemand macht ohne Einverständnis der ganzen Gruppe Screenshots, Videoaufzeichnungen oder Tonaufnahmen des Treffens.
- Um den Datenschutz bestmöglich zu gewährleisten, werden wir uns für die Video-Treffen so zu verhalten, dass die Einstellungen in der App für unser Kommando bei unserem Bild eingestellt sind.

Folgende weiteren Regeln sind für Video-Treffen relevant:

Vertraulichkeit

- Alle anderen TeilnehmerInnen ausserhalb und falls ihnen nicht im Klaren.
- Vermeide Ironie und Sarkasmus. Die Erziehung von Ironie und Sarkasmus ist ohne den persönlichen Kontakt bzw. die physische Anwesenheit schwierig.
- Akzeptiere, dass die Kommunikation in Video-Selbsthilfegruppen maximal langweiliger oder uninteressanter sein kann als in den geschützten Treffen.
- Sei geduldig und unterstütze andere TeilnehmerInnen bei technischen Schwierigkeiten. Vor dem ersten Treffen kann ein angelegter Profibusch von Vorteil sein.

Sei präsent und aktiv

- Wähle Regeln und Aussagen direkt an eine Person, indem du deren Namen sagst.
- Vermeide eine klare, einfache Sprache.
- Teile den anderen TeilnehmerInnen mit, was du brauchst, damit die Video-Treffen für dich angenehmer sind. Wie sollte ich teilnehmen? Wie sollte die Gruppenmitglieder im Hintergrund stehen? Wie sollte ich mich verhalten? Wie sollte ich mich verhalten? Wie sollte ich mich verhalten?
- Kommen sie sich während des Treffens auf die anderen TeilnehmerInnen.
- Vermeide Werbung durch Tätigkeiten wie Bildschirm aufhaken, sich Handy anschauen usw. (wirds nicht als Teil der Besuche angesehen) oder andere Aktivitäten, wenn nicht zu organisieren.

Beize und Ehrlich

- Wähle Regeln und Aussagen direkt an eine Person, indem du deren Namen sagst.
- Vermeide eine klare, einfache Sprache.
- Teile den anderen TeilnehmerInnen mit, was du brauchst, damit die Video-Treffen für dich angenehmer sind. Wie sollte ich teilnehmen? Wie sollte die Gruppenmitglieder im Hintergrund stehen? Wie sollte ich mich verhalten? Wie sollte ich mich verhalten? Wie sollte ich mich verhalten?

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an die Selbsthilfe Schweiz. Die Kontaktdaten sind auf der Website www.selbsthilfe.ch zu finden. Wir freuen uns, Sie zu unterstützen.

Gestaltung der Gruppenabende

- Blitzlichtrunde**
Zu Beginn und am Ende des Gruppenabends oder bei Störungen in der Gruppe (siehe Extrablatt: „Was ist ein Blitzlicht“)
- Themen für den Gruppenabend**
Oft bringen Gruppenteilnehmer persönliche Erlebnisse oder Erfahrungen mit und wollen darüber sprechen. Darüber hinaus ist es hilfreich sich eine Themensammlung anzulegen und diese in den Gruppensitzungen abzuarbeiten. Themen können auch vorbereitet werden, z. B. durch Texte, Rollenspiele, Referenten.
- Gruppenabende abwechselnd moderieren**
Gruppengespräche brauchen Moderation. Es tut den einzelnen und der Gruppe gut, wenn die Moderation wechselt, d. h. von verschiedenen Gruppenmitgliedern übernommen wird. Wer die Moderation für das nächste Mal übernimmt, sollte am Ende eines Gruppenabends vereinbart werden. Die Übernahme der Moderation ist freiwillig (siehe Extrablatt: „Aufgaben der Moderation“)
- Störungen**
Wenn jemand nicht mehr zuhören kann, sich durch irgendwas (Gespräch, Verhalten einer anderen Teilnehmerin, Gestik, Mimik) verunsichert oder verletzt fühlt, Wut oder Traurigkeit hochkommen und er/sie mit den eigenen Gefühlen beschäftigt ist und dem Gespräch in der Gruppe nicht mehr folgen kann, dann ist es gut eine „Störung“ anzumelden.

Bearbeitet: Bernando Drufer Selbsthilfebüro Freiburg 2013

Regeln für Selbsthilfegruppen Rahmenbedingungen

Selbsthilfegruppen können nur funktionieren, wenn von den Mitgliedern ein paar grundlegende Regeln akzeptiert und eingehalten werden. Jede und jeder trägt in der Selbsthilfegruppe mit ihrem bzw. seinem Verhalten dazu bei, dass die Gruppenarbeit gelingt.

Wichtige Voraussetzungen für eine gute Gruppenarbeit sind:

- 1. Verbindlichkeit**
Die regelmäßige Teilnahme an den Gruppentreffen: Vertrauen und eine Gruppenarbeit, von der alle profitieren, kann sich nur entwickeln, wenn die Mitglieder regelmäßig teilnehmen. Sollte jemand nicht zum Gruppentreffen kommen können, bitte einem anderen Gruppenmitglied Bescheid geben.
- 2. Vertraulichkeit**
Entscheiden Sie in der Gruppe, ob es während der Gruppentreffen essen zu trinken, essen gibt oder ob Sie eine kleine Pause (evtl. für Raucher) machen wollen.
- 3. Pünktlichkeit**
Auf Pünktlichkeit achten! Unsere Zeit und die Zeit der anderen ist wertvoll, bitte rücksichtsvoll damit umgehen.
- 4. Trinken, Essen und Rauchen**
Entscheiden Sie in der Gruppe, ob es während der Gruppentreffen essen zu trinken, essen gibt oder ob Sie eine kleine Pause (evtl. für Raucher) machen wollen.
- 5. Sitzordnung**
Wenn möglich bilden Sie für die Gesprächsrunden einen Stuhlkreis ohne Tische.

Wichtiges Merkmal der Selbsthilfegruppen ist die Selbsthilfe

Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben. Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben.

Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben. Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben.

Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben. Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben.

Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben. Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben.

Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben. Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben.

Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben. Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben.

Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben. Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben.

Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben. Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben.

Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben. Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben.

Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben. Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben.

Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben. Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben.

Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben. Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben.

Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben. Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben.

Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben. Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben.

Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben. Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben.

Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben. Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben.

Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben. Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben.

Regeln für die Gruppengespräche Kommunikation in der Gruppe

- 1. Reden und zuhören**
Es kann in einer Gruppe nur einer/eine sprechen. In der Gruppe darauf achten, dass es keine Seitengespräche gibt und dass individuelle Beiträge nicht unterbrochen werden.
- 2. Von sich selbst sprechen**
Nicht von „man“ oder „wir“ sprechen, sondern von „ich“.
- 3. Stehenlassen**
Erfahrungen und Gefühle stehen lassen, Empfindungen sind sehr unterschiedlich, diese nicht diskutieren oder durch (gute) Ratschläge ersticken.
- 4. Miteinander nicht übereinander**
Jemandem direkt ansprechen, wenn Fragen, Kommentare, Rückmeldungen gegeben werden. Grundsätzlich nie über abwesende Gruppenmitglieder reden.
- 5. Warum-Fragen vermeiden**
Verständnisfragen stellen oder unterstützende Fragen, z. B. wie hast Du Dich dabei gefühlt?
- 6. Nicht trösten, nicht urteilen, nicht versuchen alles besser zu machen.**
Gesagtes einfach stehen lassen, Gefühle verschwinden nicht, indem sie beruhigt oder verurteilt werden. Angenommen, ausgesprochen und bearbeitet sind schwierige Gefühle oft besser zu ertragen.

Bearbeitet: Bernando Drufer Selbsthilfebüro Freiburg 2013



(Empfehlung: Diese Regeln zur Gruppenarbeit sollten in gewissen Abständen in der Gruppe besprochen werden, evtl. mit folgenden Fragestellungen: Helfen Sie uns bei unserer Gruppenarbeit? Was fällt uns leicht/schwer einzuhalten, wo könnten wir etwas verbessern? Gibt es Regeln, die für unsere Gruppe wichtig sind, die wir gerne ergänzen wollen?)

Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben. Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben.



Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben. Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben.

Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben. Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben.



Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben. Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben.

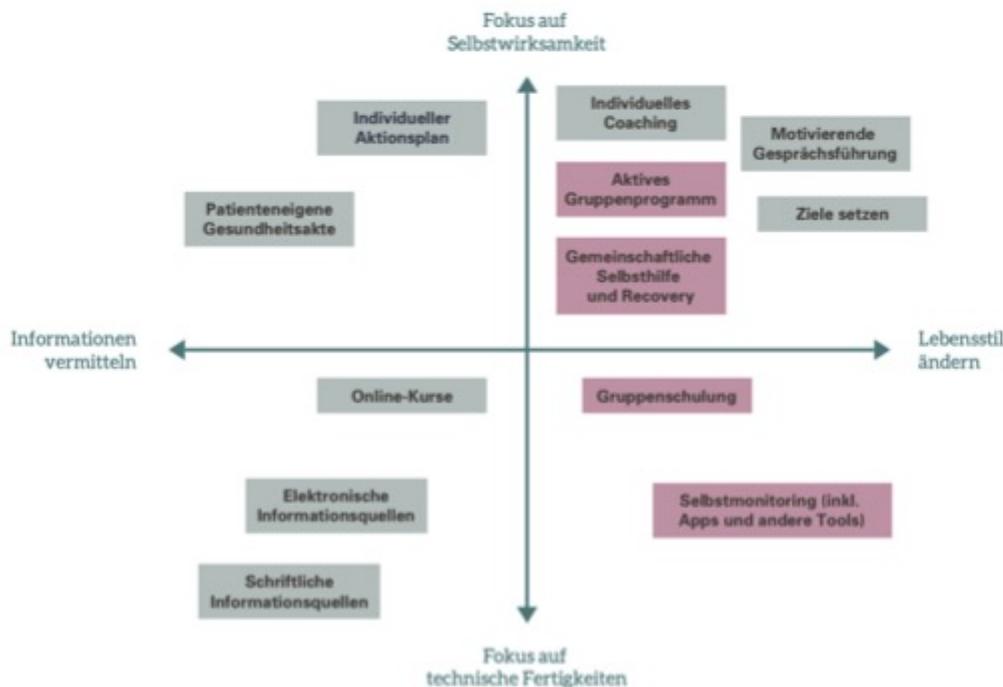
Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben. Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben.

Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben. Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben.

Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben. Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben.

Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben. Die Selbsthilfegruppen sind eine Form der gegenseitigen Unterstützung. Die Mitglieder helfen sich gegenseitig bei den Problemen, die sie haben.

kommunikationsstützen



Referenzrahmen «Selbstmanagement-Förderung bei chronischen Krankheiten und Sucht», BAG und GELIKO, 2018.

1. In der Gruppe herrscht Schweigepflicht, alles was im Gruppenraum gesagt und miteinander ausgetauscht wird bleibt auch dort. Wenn jemand diese Gruppenregel verletzt wird er/sie aus der Gruppe und als Patient von der weiteren Zusammenarbeit ausgeschlossen.
2. Es ist wichtig, dass alle aufeinander Rücksicht nehmen und sich aussprechen lassen. Alle TeilnehmerInnen sind gemeinsam verantwortlich, dass sich nicht eine Person zu sehr in den Mittelpunkt der Gruppe stellt und sie mit ihren eigenen Inhalten dominiert.
3. Gefühle sind erlaubt, das heißt es darf geweint und gelacht werden. Jede Form von negativer Kritik Gewalt körperlich oder verbal sind verboten.
4. Vorsichtig mit Kritik umgehen, üben Sie nur sachliche Kritik und greifen Sie keine Person direkt an, niemand wird abgewertet.
5. Achten Sie darauf wie es den anderen geht. Störungen haben Vorrang, d.h. wenn es einer Person schlecht geht, wird dieses akute Problem angesprochen und bearbeitet. Teilen Sie Ihr Erleben offen mit.
6. Sprechen Sie direkt miteinander nicht in der dritten Person über sich oder über andere in der Gruppe
7. Lassen Sie Rückmeldungen in der Gruppe auf sich wirken, verzichten Sie darauf, sich gleich verteidigen oder erklären zu wollen.
8. Es ist für den eigenen Heilungsprozess wichtig regelmäßig und pünktlich an der Gruppe teilzunehmen.
9. Sie sollten nicht „Inhalte erzählen“ sondern ihre Gefühle spüren und bearbeiten lernen.
10. Es liegt in Ihrer Verantwortung wie und womit Sie sich in die Gruppe einbringen und was Sie aus der Gruppe an Erkenntnissen mitnehmen. Lassen Sie sich gegenseitig ausreden und spüren Sie in sich hinein, wie Sie sich fühlen und trauen Sie sich, Ihre Befindlichkeit mitzuteilen.

Schweigepflicht Ausreden

Anonymität	Regeln zu beginn zeigen
Vorstellen	Schlussrunde Moderator

Gespräch
struktur
ur

Unterbrechen

verbale
Gewalt

Redezeit

3rd Parties

ev www.evivo.ch

Verein "Evivo Netzwerk" Home

Jetzt für nur 100.- oder noch günstiger Ein Training kostet 480 Franken. Dank unseren Mitgliedern, Förderern und Partnern können Sie jetzt mit einem Gutschein für nur 100 Franken oder zu noch attraktiveren Konditionen teilnehmen. Gewisse Zusatzversicher...



+ www.redcross-edu.ch

Kurs- und Ausbildungsangebote des Schweizerischen Roten Kreuzes | redcross-edu.ch

Das Schweizerische Rote Kreuz bietet fast 14'500 Kurse in den Bereichen Rettung, Nothilfe, Gesundheit und Integration an, die jährlich von 170'000 Teilnehmenden besucht werden! Wir sind der zweitgrösste private Bildungsanbieter der Schweiz.

gesundheitsfoerderung.ch

AEMMA - Gesundheitsförderung Schweiz

Im Kurs AEMMA erlernen pflegende Angehörige von Demenzkranken ein besseres Stressmanagement und können sich mit Personen austauschen, die sich in einer ähnlichen Situation befinden. Teilnahme an sieben Kurseinheiten von je drei Stunden, in Kleingruppen ...



Selbstmanagement-Förderung bei betreuenden Angehörigen

Porträt

Förderprogramm «Entlastungsangebote für betreuende Angehörige 2017-2020»
 Programmteil 2: Modelle guter Praxis

information architecture

Information Architecture

Logical + Userfriendly

- Different Users in mind
- Overall flow

Key Processes

Step 1: Company Goal
(examples: making money, saving money, help users make better decisions)

Step 2: User Goals
(who will use it? what will they do on website? what do they want to achieve?)
→ Interviews + Research

Step 3: Analyze Competitors
(What is good or bad about their products?)
(What do the users expect from a website?)

Step 4: Define Content
Decide if building on something, what to keep and what to get rid of.
Short on time?
⇒ Higher Level content (most important)
Just note down the content that needs to be added

Design Architecture

Step 1: Group Content
(similar ones together)
→ Card sorting technique

Step 2: Site Map
Content hierarchy

Step 3: Offline Navigational Scheme
How from A to B?

Step 4: Refine Content Labels
search, results, cart

Step 5: Wireframes + User Testing

5 ways to organize Anything

→ making the complex clean ←
for anything special (maps, instructions, etc.)

Location
- instructions (like maps)

Alphabet
→ Dictionary was revolutionary at the time
→ seems obvious, can make you the most problems

Time → chronology or sequence
- music - memorial
- Victorian memorial (revolutionary affecting Venice Postcard)

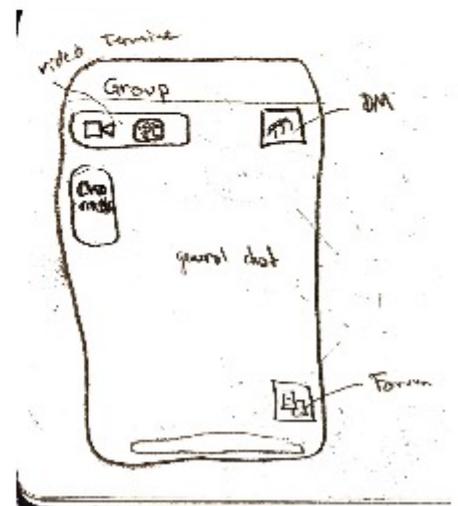
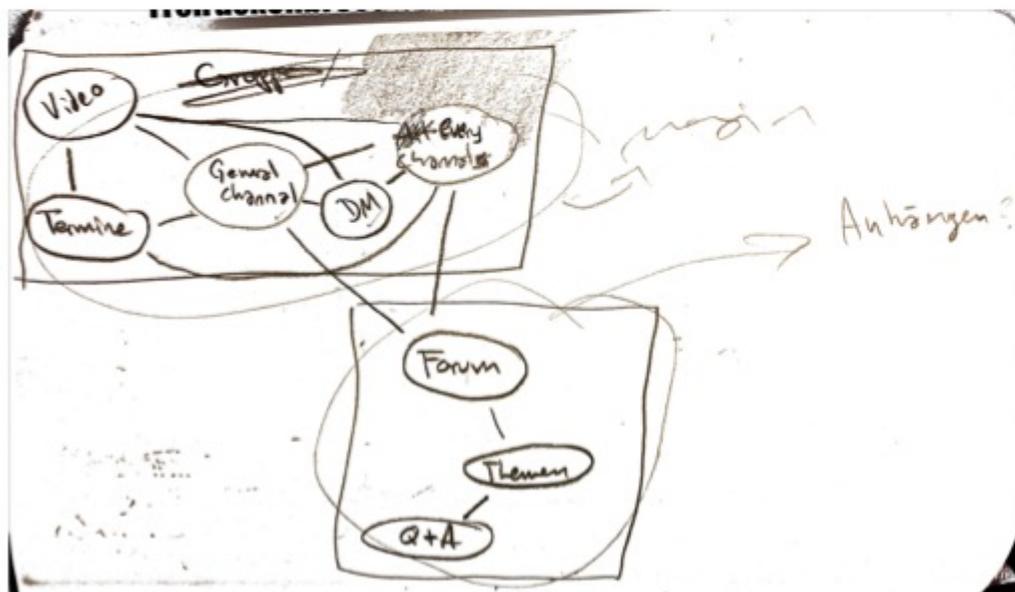
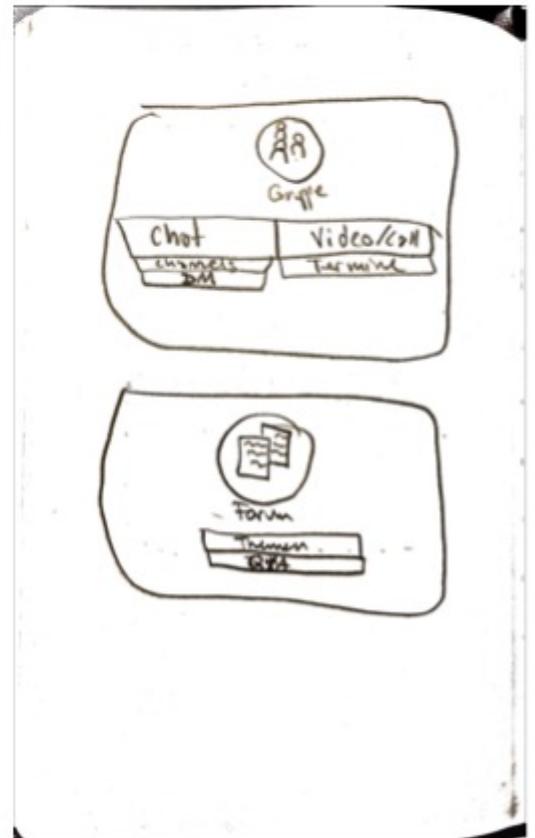
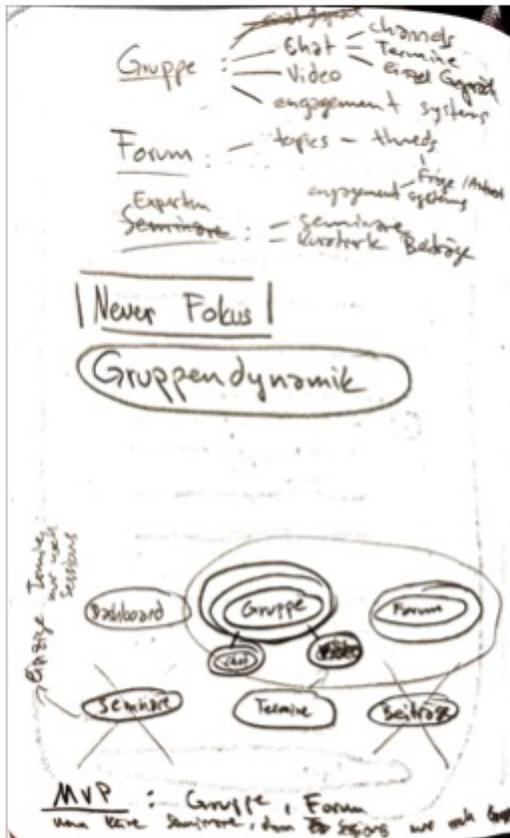
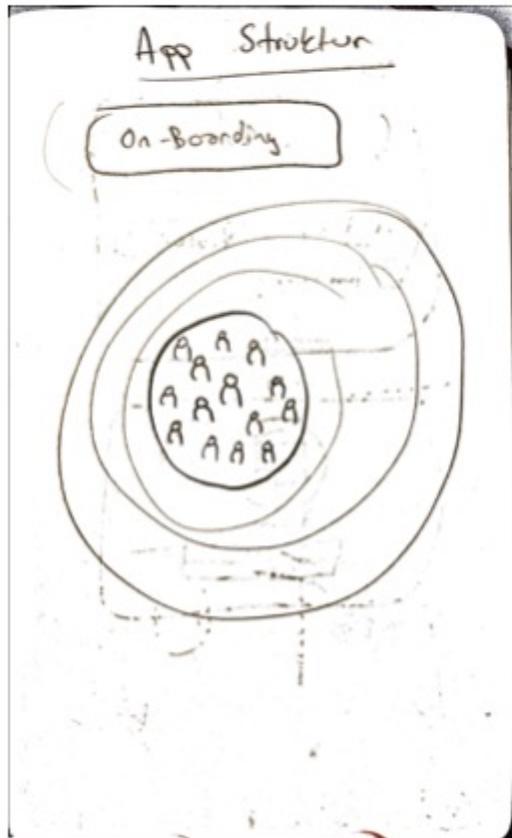
Category → differ by similarity
→ by location - grocery stores - museums
→ by categories and editions in Europe
→ very different

Hierarchy
→ perceived value
→ Order (brake sequence to give importance to all)
→ everything measurable

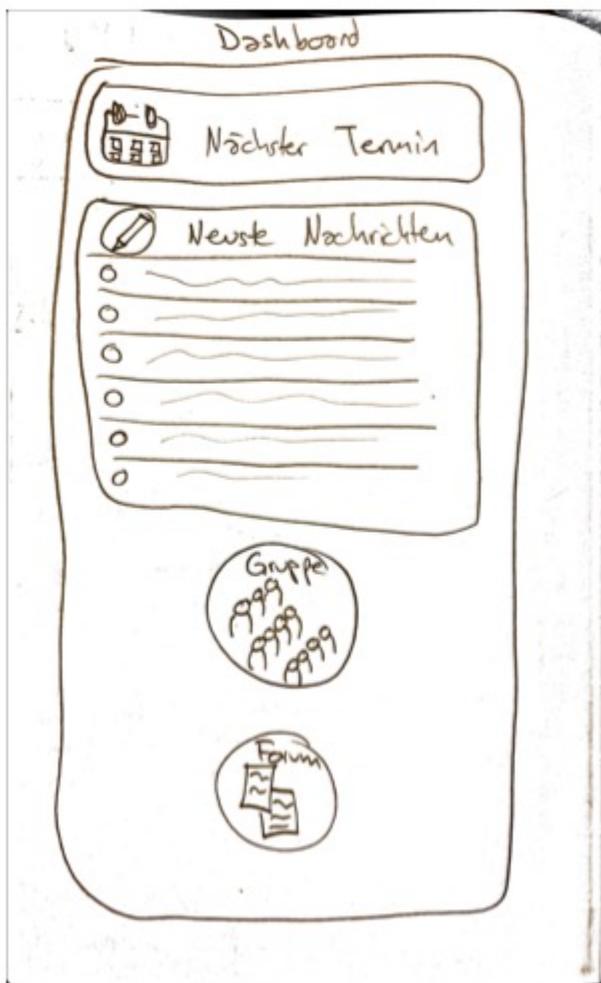
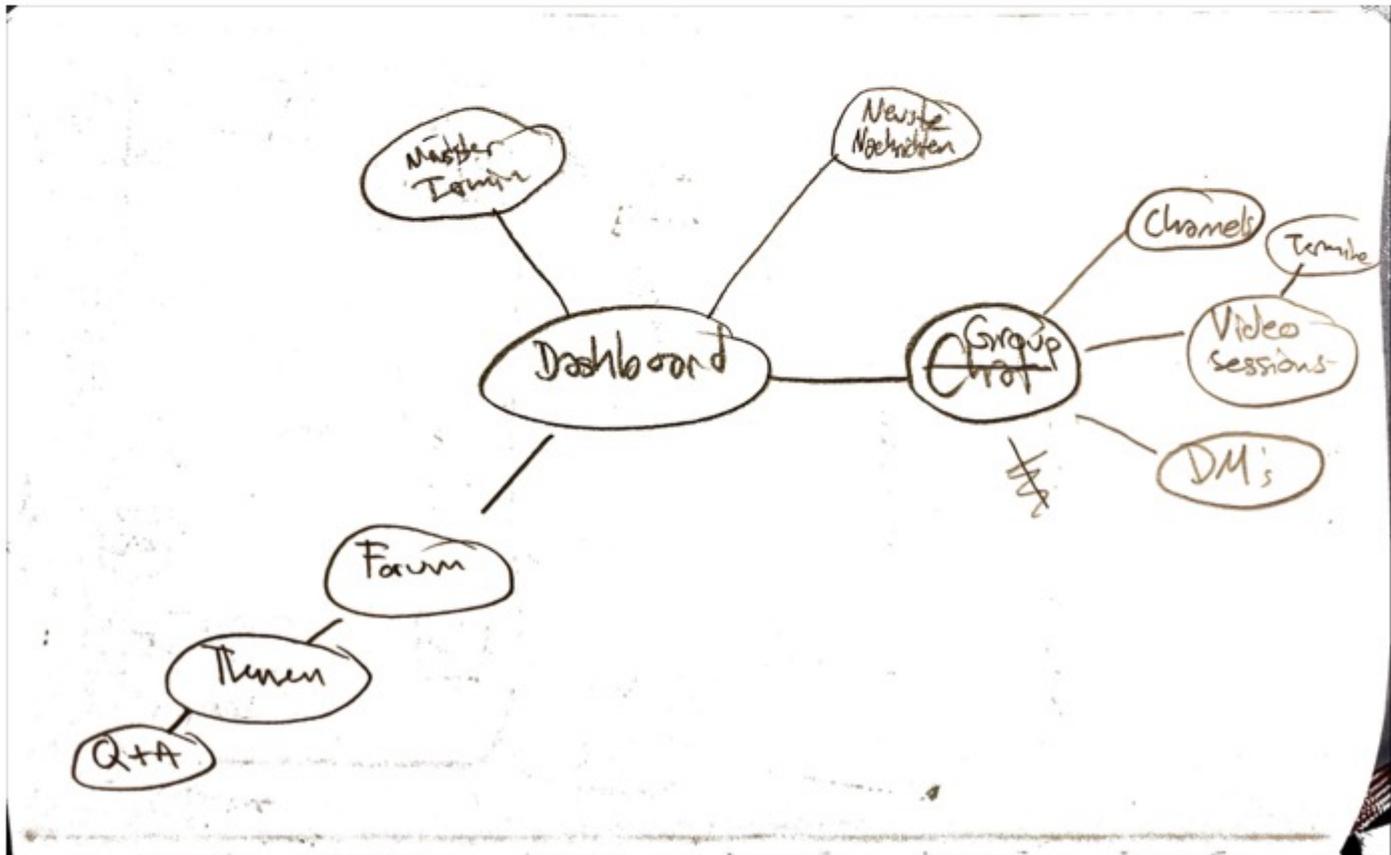
* random is not a way of organizing things

often we mix things up
→ Think about the worst way to organize something, in order to free yourself up for hidden good ideas.

information architecture



information architecture



For stronger MVP leave out Forum

Week 5-

Enactment

&

Evaluation

funktionen

Unser Servicemöglichkeit digitale Selbsthilfegruppen (mit den entsprechenden Regeln)

Channels

Innerhalb der Gruppe einzelne themenbezogene Konversationen halten

Private Messages zu Teammitgliedern

Werden anhand Onboarding erstellt.

Allgemeiner Channel gleiche Hierarchie wie andere

"Channel"-Bezeichnung nicht ideal

Jedes Teammitglied kann Channel erstellen

Tags, antworten,

Sitzungen

Sitzungsregeln sind Teil von UI, nicht nur soft-social rules.

Finden zu regelmässigen, fixen Terminen statt.

Terminbestätigung für anstehende Sitzung

Nur Video, Keine In-Person Sitzungen

Mechanismus zur gemeinsamen Terminfindung

Meldeverfahren für ungewünschte Nutzer mit Fehlverhalten

Gruppengrösse ist 20 Personen

Regeln wie Sprechzeiten einhalten.

Sponsoring System (allenfalls bei onboarding)

Forum

Versärkt Fokus auf Gruppe, statt auf grosse Plattform mit vielen Nutzern.

Experten

Notfallruf nach Alzheimer Schweiz

Seminare können ausserhalb Gruppe besucht werden

Blogbeiträge

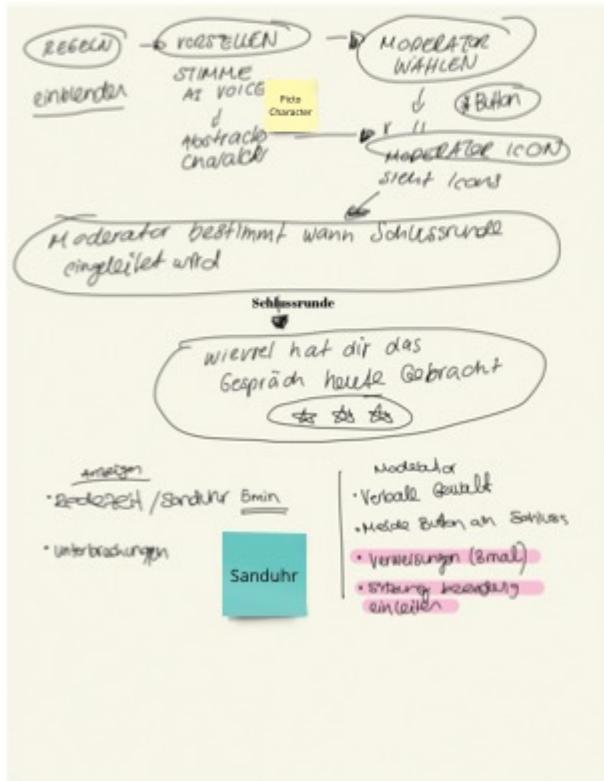
Ist Fachwissen Channel-basiert?

Sitzungen mit Experten in Zukunft

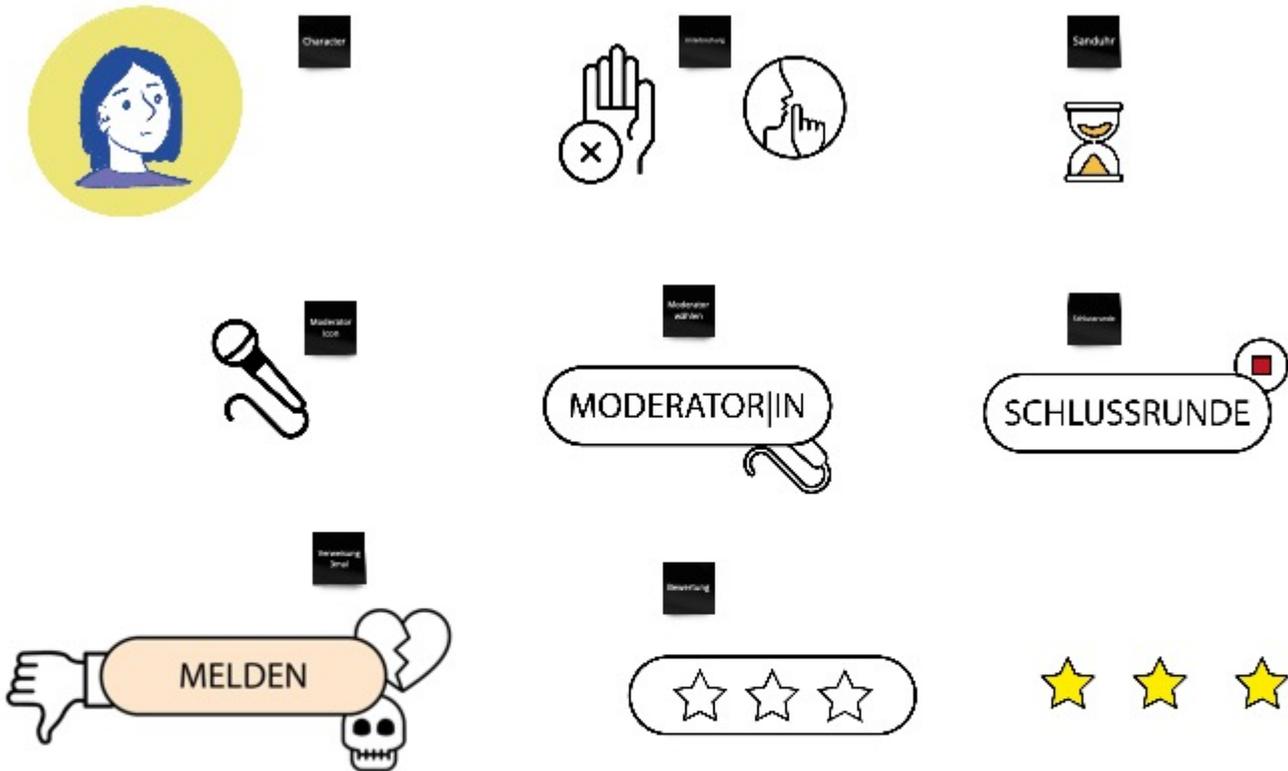
fragen an achim

- **Struktur von Gruppensitzung**
- **Was in Schlussrunde erzählt werden soll? (BSP. Das nehme ich aus dem Gespräch mit?)**
- **Wann und wie muss Moderator meistens einschreiten?**
- **Moderator*in wählen durch offenes Gespräch funktioniert?**
- **Dinge, die wir bedenken sollen, welche in solchen Sitzungen vorkommen?**

Gruppensitzung



Wenn der Grafiker nicht weiss, macht er einen Kreis, ist er etwas schlau, macht er den text grau, ist er jedoch dumm, wird die linie krumm



user testing



gruppensitzung - regeln

- 1. Schweigepflicht**
- 2. Ausreden lassen**
- 3. keine negative Kritik & verbale Gewalt**
- 4. Probleme haben Vorrang**
- 5. direkt Ansprechen**
- 6. selbst einbringen**

MODERATOR|IN

Leite ein:

SCHLUSSRUNDE

Nce job



gruppensitzung - regeln

- 1. In der Gruppe herrscht Schweigepflicht, alles was im Gruppenraum gesagt und miteinander ausgetauscht wird bleibt auch dort. Wenn jemand diese Gruppenregel verletzt wird er/sie aus der Gruppe und als Patient von der weiteren Zusammenarbeit ausgeschlossen.**
 - 2. Es ist wichtig, dass alle aufeinander Rücksicht nehmen und sich aussprechen lassen. Alle TeilnehmerInnen sind gemeinsam verantwortlich, dass sich nicht eine Person zu sehr in den Mittelpunkt der Gruppe stellt und sie mit ihren eigenen Inhalten dominiert.**
 - 3. Gefühle sind erlaubt, das heißt es darf geweint und gelacht werden. Jede Form von negativer Kritik Gewalt körperlich oder verbal sind verboten.**
 - 4. Vorsichtig mit Kritik umgehen, üben Sie nur sachliche Kritik und greifen Sie keine Person direkt an, niemand wird abgewertet.**
 - 5. Achten Sie darauf wie es den anderen geht. Störungen haben Vorrang, d.h. wenn es einer Person schlecht geht, wird dieses akute Problem angesprochen und bearbeitet. Teilen Sie Ihr Erleben offen mit.**
 - 6. Sprechen Sie direkt miteinander nicht in der dritten Person über sich oder über andere in der Gruppe**
 - 7. Lassen Sie Rückmeldungen in der Gruppe auf sich wirken, verzichten Sie darauf, sich gleich verteidigen oder erklären zu wollen.**
 - 8. Es ist für den eigenen Heilungsprozess wichtig regelmäßig und pünktlich an der Gruppe teilzunehmen.**
 - 9. Sie sollten nicht „Inhalte erzählen“ sondern ihre Gefühle spüren und bearbeiten lernen.**
 - 10. Es liegt in Ihrer Verantwortung wie und womit Sie sich in die Gruppe einbringen und was Sie aus der Gruppe an Erkenntnissen mitnehmen. Lassen Sie sich gegenseitig ausreden und spüren Sie in sich hinein, wie Sie sich fühlen und trauen Sie sich, Ihre Befindlichkeit mitzuteilen.**
- 1. Schweigepflicht**
 - 2. Ausreden lassen**
 - 3. keine negative Kritik & verbale Gewalt**
 - 4. Probleme haben Vorrang**
 - 5. direkt Ansprechen**
 - 6. selbst einbringen**
 - 7. sei aufmerksam - keine nebenläufigen Tätigkeiten**

learnings user testing gruppensitzung

Moderator hilft der Strukturierung und Leitung in Gruppensitzungen

Gesprächsstruktur (Vorstellung, Moderator, Schlussrunde) hilft Gesprächsverlauf

Benehmen in Gruppendiskussion ist gut

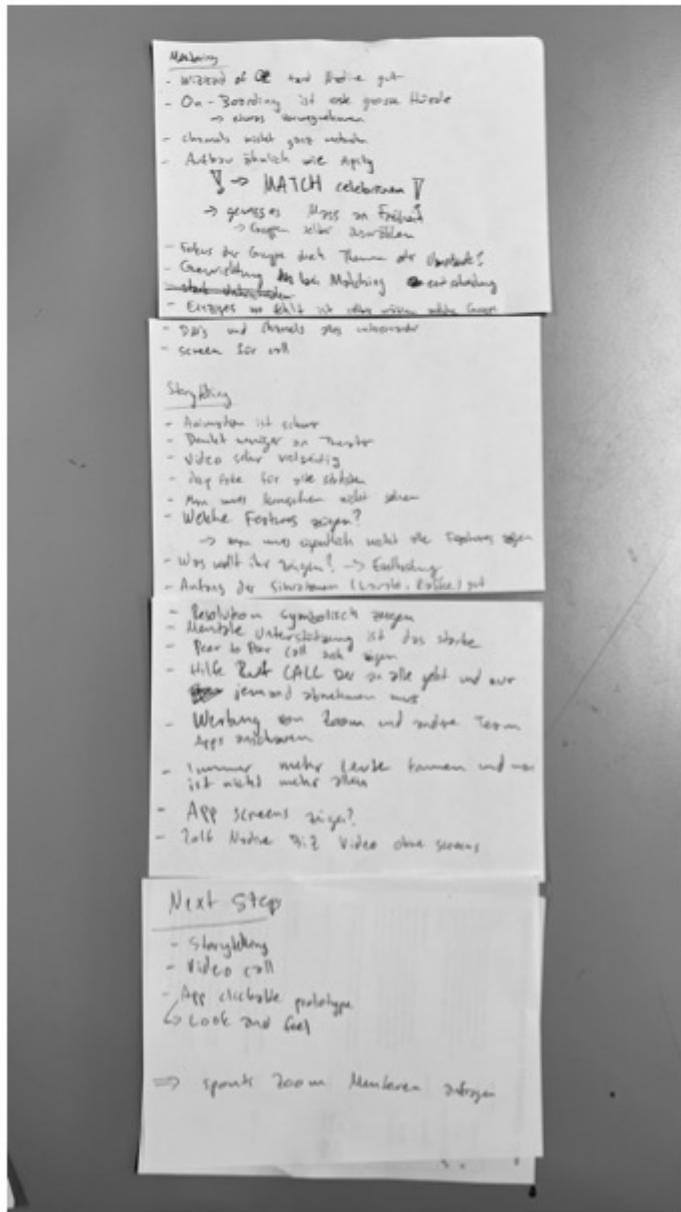
Kleine Belohnungen (Sticker) kommen gut an

Symbole und Meldungen sind ersichtlich / werden wahrgenommen

"Echte" Stimme wird positiv angenommen

Meldungen dürfen nur bei klarem Fehlverhalten auftauchen -> entmutigend

mentoring notizen



Mentoring Notizen

App-Prototyp

- On-boarding is sehr lange. Allenfalls Möglichkeit zur Vorwegnahme / testen App
- Unterscheidung Channels / Personen noch nicht ganz klar.
- Match mehr hervorheben / Auswahl aus Gruppen geben (Gruppenname suchbar?), Kompatibilität zeigen
- Fokus Gewichtung Faktoren durch Gruppenauswahl gewichten
- Chat-Screen mit Möglichkeit zum Direktanruf
- Anruf an unbestimmt ermöglichen

Nächste Schritte

- Videocall UI beginnen
- Match-screen erstellen (Sprache ist gutes Beispiel)
- Anruf an unbestimmt integrieren
- Chat-screen erstellen
- Experten in Sitzungen einbringen
- Look&Feel / Figma beginnen
- Icons erstellen
- (iPad Hauptscreen erstellen)
- Emergency call abort

Storyboard

- Video 90s
- Close-ups mit Händen und viel Tiefenschärfe
- App muss garnicht zwingend gezeigt werden
- Personen tauchen auf aus dem Nichts?
Videokonferenz in echt
- Werbung anderer Videokonferenz-Services anschauen
- Steigerung ist zunehmende Community

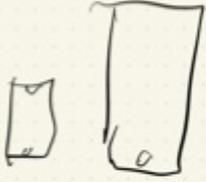
Nächste Schritte

- Werbung von Videokonferenz-Anbieter konsultieren
- Storyboard / Shotlist & Skript

Hauptfunktionen

- UI-geleitete Gruppensitzungen
- (Expertengeleitete Gruppensitzungen)
- Profilbasierte Gruppenerstellung
- Themenbasierte Chaträume
- Kontakte knüpfen / Direkter Zugang zu Hilfe
- Notruf Funktion (Alzheimer Schweiz Integration)

mentoring freitag notizen



- Timekeeper besser als Moderieren
- Walter & Konrad während Gruppensitzung
 - ↳ etw. abstract wie Siri
 - alle aus gleichem Ort "aufpeppen"



- Anna falls andere nicht ins Wort
mit Name ansprechen

- Schriftgrösse 16 oder 18

- Startscreen video ganz gross

↳ on boarding video durch Startscreenstyle definiert

- iPhone SE für Cordwith Gruppenwahl

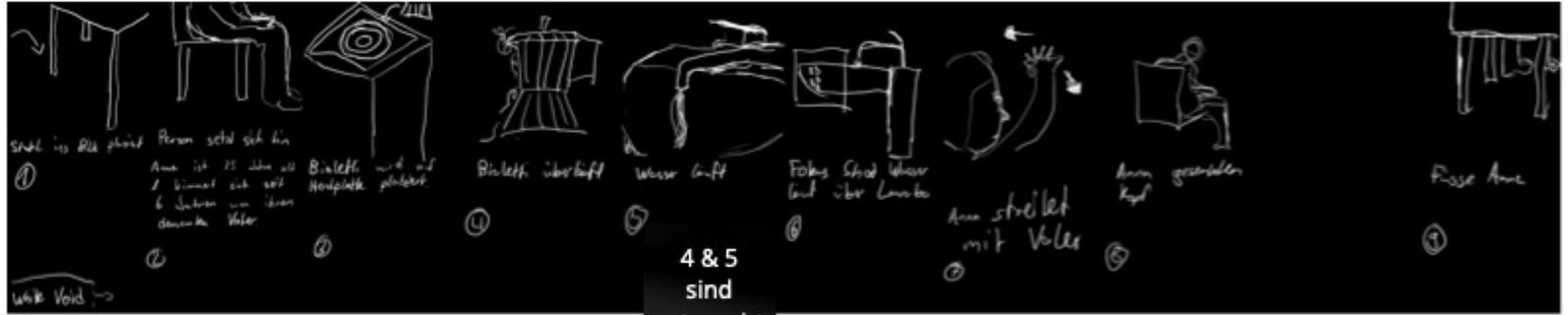
↳ Gruppe beitreten view kommt durch extended view

→ 95% Übereinstimmung

Gruppenwahl → Gruppenbeitreren, die man schon kennt →

eher
der Ute
Karte mit

storyboard



4 & 5 sind getauscht



Shot	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Szene	White Void - Stuhl ins Bild gesetzt	Anna setzt sich auf Stuhl	Herdplatte auf weissem Sockel. Bialetti wird von angehöriger Person aufgesetzt.	Wasser läuft kontinuierlich aus Hahn in Lavabo.	Bialetti brennt an / sprudelt über.	Wasser läuft über Rand Lavabo.	Protagonistin streitet mit ihrem demenzen Vater	White Void - Stuhl Protagonistin sitzt auf dem Stuhl mit gesenktem Kopf	Flase der Protagonistin und Stuhlbeine	Wiederholung Szene 8, weitere Akteure auf Stühlen sitzend tauschen auf bilden einen Kreis	Personen sprechen miteinander in Gruppensitzung (nur als Blablabla / verständlich)	Ähnliche Bekleidung der Gruppenmitglieder oder weist auf deren Verbundenheit hin.	Abgehen von Protagonist verschwinden Sitzungsteilnehmer aus dem Bild. (Hard cut / Fade / aus dem Bild laufen mit Stühlen?)	Verfügbarkeit App wird als Lösung aufgezeigt.	Herdplatte wird ausgeschaltet.	Wasserhahn wird ausgeschaltet.	Geniesst Kaffee auf Stuhl sitzend.	Stuhl wird in direktem Anschluss an Kaffeetrinken von Protagonistin aus Szene entfernt.
Kamera	Nahaufnahme. Leerer Space. Beine kommen ins Bild	Selbenaufnahme / Schräg hinten. ab Oberkörper abgeschnitten	Näher/Halbnahe schräg oben auf Platte & Bialetti auf Sockel. Sockel abgeschnitten oder ganz sichtbar?	Grosse von oben. Wasserhahn mit weissem Lavabo im Hintergrund.	Detaile Bialetti Deckel sprudelt über.	Detaile Seite von Wasser was kante entlangläuft	Halbnahe Hinterkopf Protagonistin und artikulierende Gestik der Hände	Totale White Space Stuhl Protagonistin	Grosse Füsse Stuhlbeine	Totale White Space Stuhl Protagonistin Weitere Teilnehmer auf Stühlen	Halb-Nähe. Protagonist mit Rücken zu Kamera mit Sitzungsteilnehmer ganzkörper / sitzend sichtbar.	Halb-Nähe. Protagonist mit Rücken zu Kamera mit Sitzungsteilnehmer ganzkörper / sitzend sichtbar.	Halb-Nähe. Protagonist mit Rücken zu Kamera mit Sitzungsteilnehmer ganzkörper / sitzend sichtbar.	Detaile App in weissem Void. Allenfalls animiert als Screenshot / Video auf rotierendem 3D-Modell.	Detaile.	Detaile.	Halbtotale. Stuhl und Oberkörper sichtbar.	Halbtotale.
Sprachtext	Anna vorstellen	Anna vorstellen	Annas Lebenssituation erklären und Konflikte die durch Krankheit entstehen erläutern.						Annas Beteiligung bei den Gruppensitzungen wird erläutert. Positiver Effekt von Sitzungen erwähnt.				Share to Care ist eine App. Vorteile/Features von Service erläutert.		Resolve: Anna gehts wegen Gruppensitzung geht gut			
Sound	Foley - Stuhl wird gestellt	Foley - Anna sitzt	Foley - Bialetti aufsetzen	Foley - Wasser aus Hahn	Foley - Wasser blübbart - Zischt auf heissem Herd	Foley - Tropfendes / Plätscherndes Wasser	Gedämpft unverständlich es Streifen / angespanntes Reden		Popping Sound - für aufstehende Protagonisten	Gedämpft, unverständlich es Reden / Diskutieren					Foley Click von Herdplatte	Foley Wasser läuft nicht mehr	Foley - Kaffee trinken	Foley - Stuhl
Kommentare:	Sound: über leer, kein Backing Track, Foley um Akzente zu setzen und Szenen verständlicher zu machen. Voice-Over: weiblich, deutsch - Guan oder AI Look: Clean - Symbolik Requisiten / Mitbringen: Kamera (John), Kleidung weiss Oberblei / schwarz Untereblei (alle), Bialetti (El), Sockel, Tasse (Sylvia), Herdplatte (Luka / Lab), 4 x Stuhl schwarz klassisch (Atelier), Birke (Lena), Make-Up (Guan)																	

Einstellungsgrößen Shootlist



<https://www.youtube.com/watch?v=AyML8xuKfoc>

1-2. Anna ist 35 Jahre alt und kümmert sich seit 6 Jahren um ihren an Demenz erkrankten Vater Hermann.

3-8. Vor 2 Jahren zog Hermann zu Anna & ihrer Familie. Dies vereinfachte zunächst vieles. Der verstärkte Krankheitsverlauf erschwert den Alltag jedoch zunehmend. Die kleinen Probleme häufen sich & durch Anna's aufgestauten Frust entstehen immer mehr Konflikte. Ihr ist bewusst, dass das Verhalten ihres Vaters auf seine Krankheit zurückzuführen ist, doch die innerliche Belastung steigt stetig.

10-12. Nun hat Anna begonnen an Gruppensitzungen teilzunehmen. Hier kann sie sich mit anderen Menschen in ihrer Lebenssituation austauschen.

13. Anna

mentoring freitag

Figma

- Komponenten UI mit Videocall erstellen
- Look&Feel auf Komponenten übertragen
- Icons erstellen
- (iPad Hauptscreen erstellen)
- (Alzheimer Kooperation nach Präsentation entfernen)

Konzept

- Matches als Liste mit Faktoren / Beitritt nach Aufklappen
- Einzelne Gruppenzugehörigkeit klar machen
- Experten in Sitzungen auflisten
- Anruf an unbestimmt aufzeigen
- Abstrakter AI-Avatar entwerfen
- Hinweise Videocall auf Personen beziehen

wireframes

welcome / profile

Willkommen	Account / Login	AGBs	Mail/ Passwort	Mail bestätigen	Name / Foto / Sprache
<p>Share-to-care powered by Alzheimer Schweiz</p>  <p>Share-to-Care ermöglicht dir den Austausch mit anderen pflegenden Personen von Alzheimerpatienten, in Chats und regelmässigen Gruppensitzungen.</p> <p>Personen finden</p>	<p>Share-to-care powered by Alzheimer Schweiz</p> <p>Bestehende Nutzer: Einloggen</p> <p>Neue Nutzer: Account erstellen</p>	<p>Share-to-care powered by Alzheimer Schweiz</p> <p>Bitte akzeptiere unsere:</p> <ul style="list-style-type: none"> AGBs Datenschutzbest. <p>Anmeldung</p>	<p>Sign-in with Apple, Personal ducken, e-mail</p>	<p>Share-to-care powered by Alzheimer Schweiz</p> <p>Anhand eines personalisierten Profils können wir dich mit gleichermassen betroffenen Personen verbinden.</p> <p>Deine Angaben werden einmalig zur Kontaktsuche verwendet. Die Daten sind verschlüsselt und werden nicht an Dritte weitergereicht.</p> <p>Personalisieren</p>	<p>Location</p> <p>Freis abe</p>

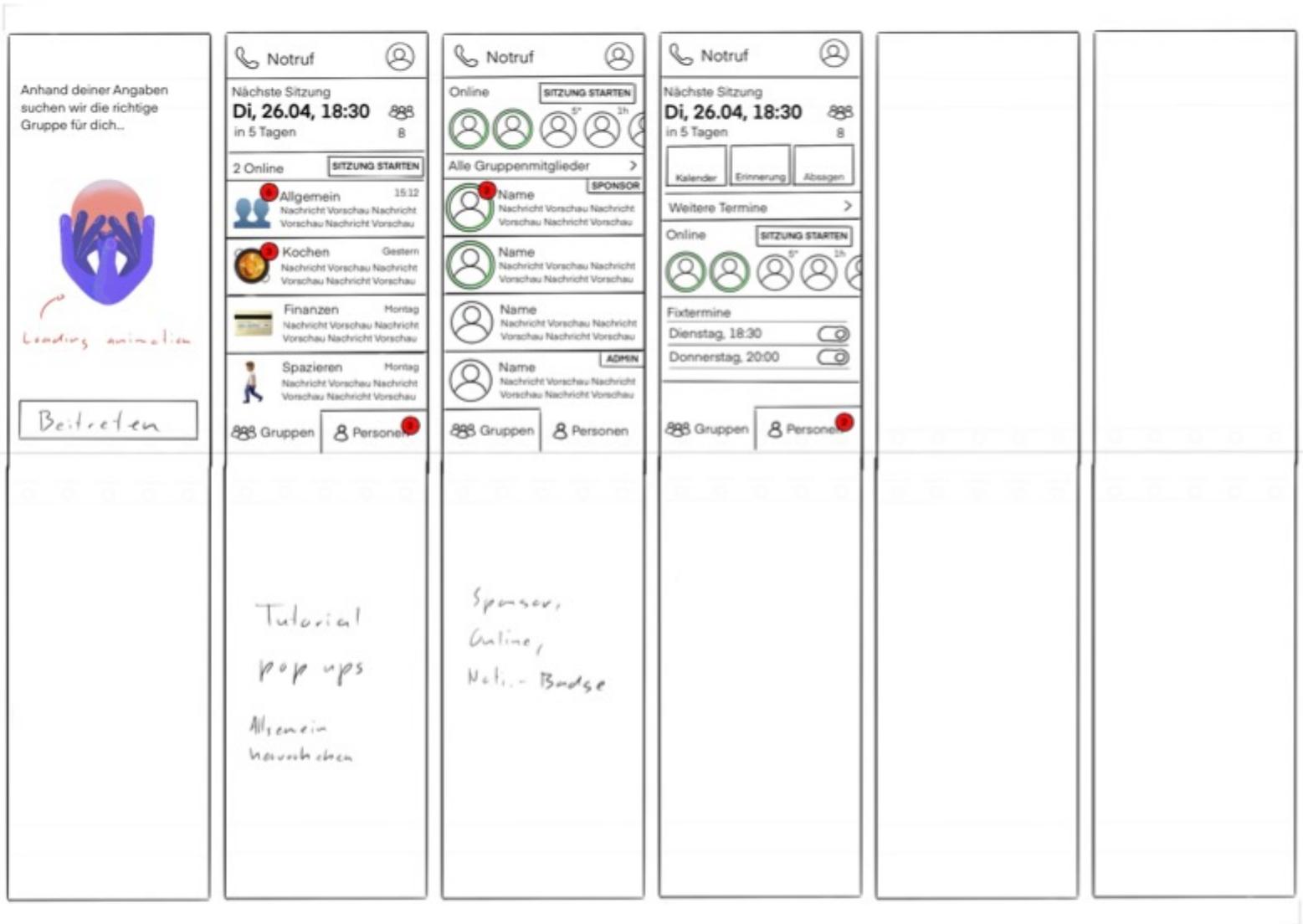
wireframes

onboarding

<p>Erzähl uns etwas über deine von Demenz betroffene Person.</p> <p>Alter <input type="text" value="19"/> <input type="text" value="50"/></p> <p>Geschlecht Keine Angabe ✓</p> <p>Herkunft Schweiz ✓</p>	<p>Welche Demenz-symptome hat die betroffene Person?</p> <p>FRÜHES STADIUM</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> Verlust Kurzzeitgedächtnis</p> <p><input type="checkbox"/> Schwierigkeit Wortfindung</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> Probleme Orientierung</p> <p><input type="checkbox"/> Erhöhte Reizbarkeit</p> <p><input type="checkbox"/> Stimmungsschwankungen</p>	<p>In welchem Verhältnis stehst du zur betroffenen Person?</p> <p><input type="checkbox"/> Partnerin</p> <p><input type="checkbox"/> Partner</p> <p><input type="checkbox"/> Tochter</p> <p><input type="checkbox"/> Sohn</p> <p><input type="checkbox"/> Enkelin</p>	<p>Was sind die Umstände deiner Betreuung?</p> <p>AUSLASTUNG</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> Einzelbetreuung</p> <p><input type="checkbox"/> Unterstützung Familie</p> <p><input type="checkbox"/> Unterstützung Bekannte</p> <p><input type="checkbox"/> Unterstützt durch Spitex</p> <p><input type="checkbox"/> Vollständig durch Spitex</p>	<p>Hat die Person, welche du betruerst besondere Bedürfnisse?</p> <p>HOBBIES</p> <p><input type="checkbox"/> Kochen <input type="checkbox"/> Spazieren gehen</p> <p><input type="checkbox"/> Musik hören <input type="checkbox"/> Fernsehen</p> <p><input type="checkbox"/> Lesen <input type="checkbox"/> Hund <input type="checkbox"/> Backen</p> <p><input type="checkbox"/> Wandern <input type="checkbox"/> Gartenarbeiten</p> <p><input type="checkbox"/> Radio hören <input type="checkbox"/> Kaffeehaus</p> <p><input type="checkbox"/> Zeichnen <input type="checkbox"/> Brettspiele <input type="checkbox"/> Jassen</p>	<p>Wann hast du regelmässig Zeit für eine halbstündige Gruppensitzung?</p> <p>HONTAG</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> Vormittag</p> <p><input type="checkbox"/> Mittagspause</p> <p><input type="checkbox"/> Nachmittag</p> <p><input type="checkbox"/> Abend</p> <p>DIENTAG</p>
<p>Zurück Weiter</p>	<p>Zurück Weiter</p>	<p>Zurück Weiter</p>	<p>Zurück Weiter</p>	<p>Zurück Weiter</p>	<p>Zurück Weiter</p>
<p>Alter Geschlecht Herkunft Buttons für mehrere Pflegeformen</p>		<p>Enkel Schwester Bruder Weitere Familienans. Nachbar:in Bekante Person Spitex Ausgestellter Pflegeheim</p>	<p>Wohnen, Arbeit</p>	<p>Sitzungs- zeiten</p>	<p>Loading screen</p>

wireframes

main screens



wireframes

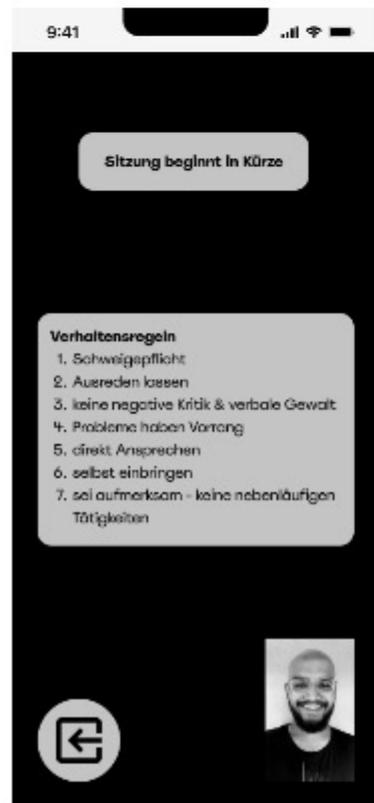
sketches

Startseite	Losin erstellen	Losin exportieren	Profil editieren	Erfassung Symptome	Erfassung Umstände
<p>Share to Care</p> <p>Neue Benutzer: Account erstellen</p> <p>Bestehende Benutzer Losin</p> <p><i>Altere haben Hilfe mit Account/Losin erstellt</i></p>	<p>Auto-Losin mit Sisu-In with Apple</p> <p>Mail</p> <p>Passwort</p> <p>Öffentlicher Name (Vorgeschlagen)</p> <p>Avatar-Icon</p> <p>Account-erstellen</p>	<p>Erfolgreich erstellt</p> <p>Losin-Paten merken:</p> <p>Mail</p> <p>Drucken</p>	<p>Share to Care</p> <p>Willkommen</p> <p>Erklärung Profil...</p> <p>Privat. Nicht mit Paten schreib.</p> <p>Profil erstellen</p> <p>Später erstellen</p>	<p>Demenzsymptome Was trifft auf dich betreute Person zu?</p> <p>Ich betreue mehrere Personen</p>	<p>Betreuungsstände</p>
<p>Interessen</p>	<p>Chats</p> <p>Wir haben dich zu einer Gruppe hinzugefügt.</p>	<p>Nächste Sitzung: 12. April (in 6 Tagen)</p> <p>Es wäre schön, wenn du dich Kürze vorstellst... Bsp. Dein Name, Situation, Wovon hier?</p>	<p>Sitzung</p> <p>Nächster Termin: Di 12. April 5 Einschreibetermine</p> <p>Ein schreiben</p> <p>Weitere Termine</p>	<p>Sitzung</p> <p>In deiner Nähe Nächster Termin: Mi 20. April 8600 Dubeuduf</p> <p>Mehr Infos</p> <p>Weitere Termine</p>	<p>Sitzung</p> <p>In deiner Nähe Nächster Termin: Di 12. April 6 Einschreibetermine</p> <p>Kalender Einmen Anzeigen</p> <p>Weitere Termine</p> <p>In deiner Nähe Nächster Termin: Mi 20. April 8600 Dubeuduf</p> <p>Mehr Infos</p>

Gruppe / Kontakte

wireframes

Videocalls



Week 6-

**Communica
tion**

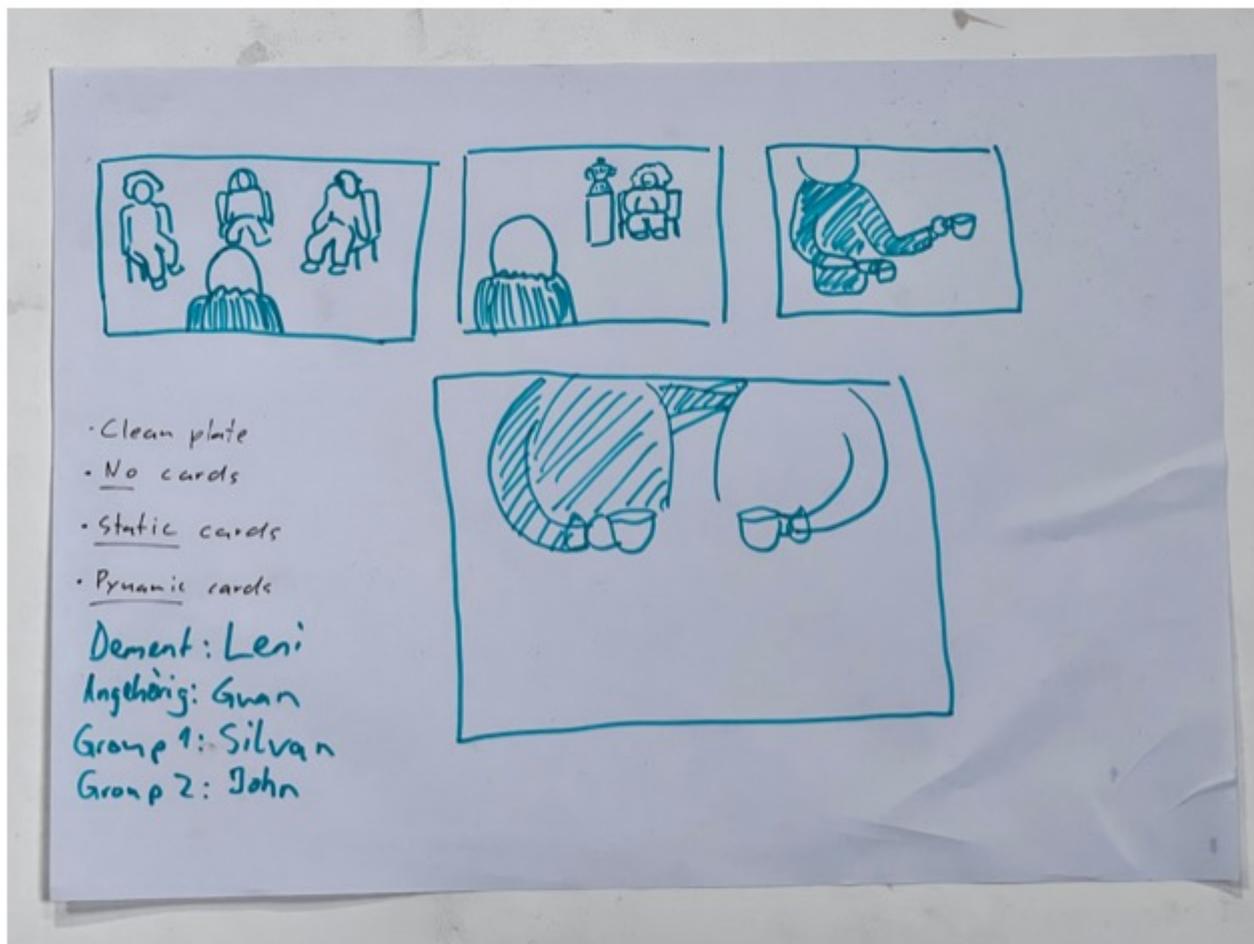
unique value proposition

Share-to-care is a mobile application that connects different caregivers of dementia patients. The app hosts regularly recurring digital self-help groups. Our service translates the structure of such self-help groups into an online environment by automatically highlighting these rules during conversation. To make sure the caregivers are connected with the people most relevant to them, a short questionnaire is filled out when first using the app. Based on these questions we match the users with their most relevant peers.

In addition to the remotely held self-help groups, the service gives the caregivers the ability to instantly reach out to group members and experts. The user has the ability to request on-demand group sessions at any time. Caregivers can also support each other with direct messages and in topic based threads. Additionally an emergency button reaches out to experts who can give advice when it is needed most.

We hope share-to-care will enable caregivers to support each other and help them build long-lasting personal relationships in the process.

storyboard II



videoshoot



voice-over

1. Jährlich erkranken in der Schweiz 32 tausend Menschen an Demenz. Ein Grossteil der Betreuung wird von Angehörigen übernommen.
2. Zu den häufigsten Symptomen gehören Vergesslichkeit, Persönlichkeitsverlust, Unselbstständigkeit und Reizbarkeit.
3. Dies führt zu einem steigenden Druck für Angehörige und Betroffene.
4. In dieser Situation gibt es schwierige Entscheidungen zu treffen. Es entsteht eine erhöhte psychische Belastung. Die zeitaufwändige Betreuung führt zu einem Alltagsverlust. Oftmals fühlen sich die Angehörigen alleine gelassen.
5. Isoliert in dieser Situation erscheinen die Hürden teils unüberwindbar.
6. Share To Care ermöglicht es Betreuenden von Demenzkranken sich gegenseitig zu unterstützen.
7. -
8. -
9. Unser Service bietet dir die Möglichkeit digital geleitete Gruppensitzungen durchzuführen.
10. Anhand deines Profils finden wir die richtige Gruppe für dich. Mit dieser emotionalen Unterstützung bist du nicht mehr alleine.
11. GIBTS NICHT
12. Durch Share To Care erhältst du Unterstützung wenn du sie am meisten benötigst. Dies lässt dich die Probleme des Alltags leichter bewältigen.
13. -
14. Wir geben dir mehr Zeit für innige Momente mit dem Menschen, der dir wichtig ist.

1. Demenz & Probleme durch Demenz
2. Demenz & Probleme durch Demenz
3. Probleme für angehörige Betreuende
4. Probleme für angehörige Betreuende
5. Allein gelassen mit Hürden
6. Intro Share to care
7. Intro Share to care
8. Intro Share To Care
9. Our Main Feature
10. Positive Effekte / Was wollen wir lösen
11. EXISTIERT NICHT
12. Immer zugänglich / wenn man braucht
13. Immer zugänglich / wenn man braucht
14. Lebenssituation mit Betroffener Person verbessert
15. Lebenssituation mit Betroffener Person verbessert

final prototype



final prototype

9:41 [status bar]

Bitte gib uns einige Angaben über die betroffene Person.

GEBURTSJAHR

1950 ✓

GESCHLECHT

Keine Angabe ✓

HERKUNFT

Schweiz ✓



9:41 [status bar]

Hat die betroffene Person besondere Bedürfnisse?

HOBBIES

- Kochen
- Spazieren gehen
- Musik hören
- Fernsehen
- Lesen
- Hund
- Backen
- Wandern
- Gartenarbeit
- Radio hören
- Kaffeehaus
- Zeichnen
- Brettspiele
- Jassen
- Telefongespräche
- Sonntagsfahrten
- Zeitung
- Kochen
- Spazieren gehen



9:41 [status bar]

Welche Symptome hat die betroffene Person?

FRÜHES STADIUM

- Verlust Kurzzeitgedächtnis
- Probleme Orientierung
- Erhöhte Reizbarkeit
- Stimmungsschwankungen
- Vernachlässigung Alltag
- Interesse an Hobbies sinkt
- Allgemeines Interesse sinkt

9:41 [status bar]

Wann hast du jeweils Zeit für eine Gruppensitzung?

MONTAG

- Vormittag
- Mittagspause
- Nachmittag
- Abend

DIENSTAG

- Vormittag
- Mittagspause



9:41 [status bar]

Was ist dein Verhältnis zur betroffenen Person?

- Partnerin
- Partner
- Tochter
- Sohn
- Enkelin
- Enkel
- Schwester
- Bruder

9:41 [status bar]

Wir haben passende Gruppen für dich:

Du kannst jeweils nur einer einzelnen Gruppe beitreten.

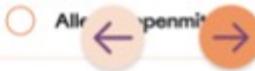
- Demenz Kreis 4 ✓
18 Teilnehmer
- Demencia ✓
20 Teilnehmer
- Working Dement ✓
11 Teilnehmer
- Hard Relations ✓
14 Teilnehmer
- Gruppenname suchen

9:41 [status bar]

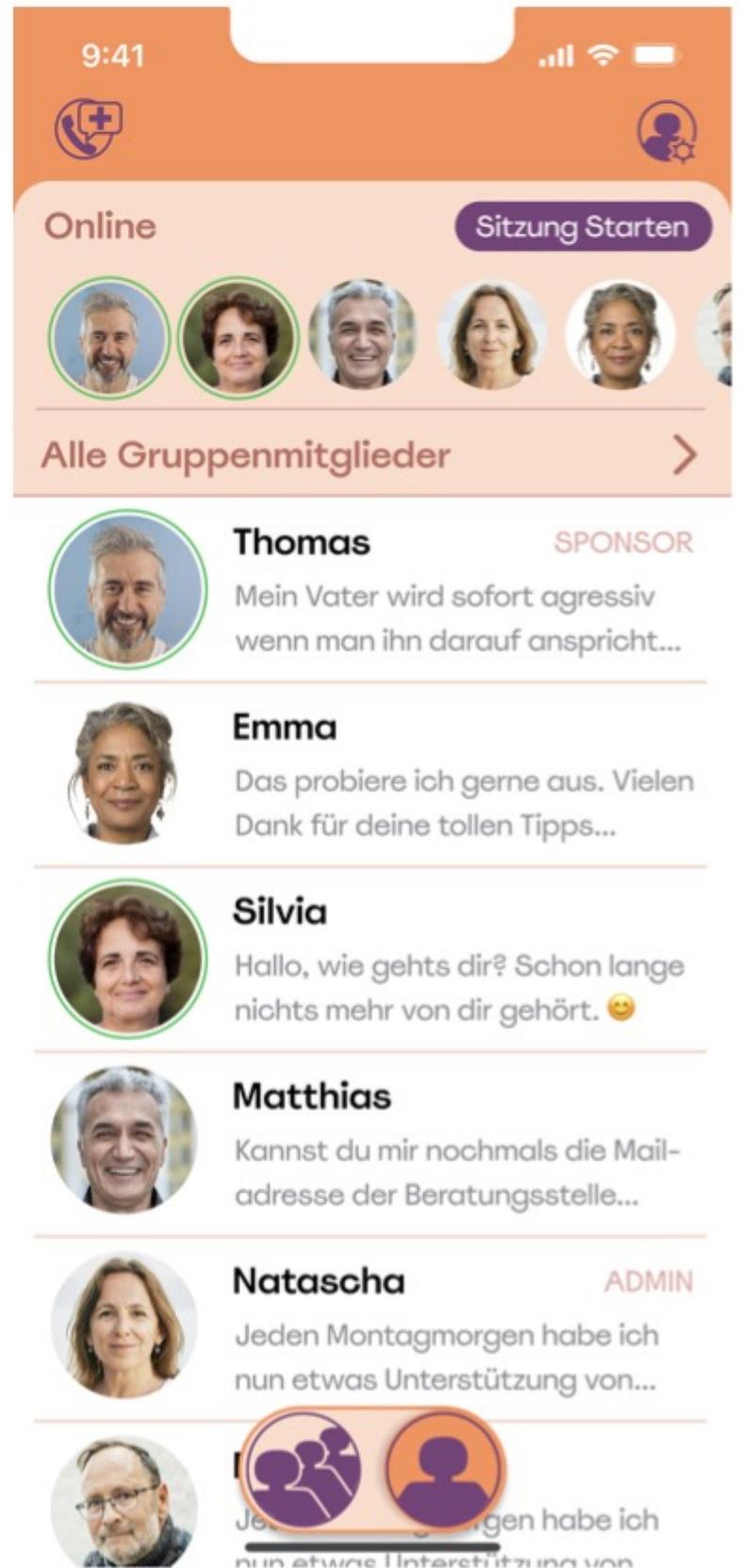
Was sind die Umstände deiner Betreuung?

AUSLASTUNG

- Einzelbetreuung
- Unterstützt durch Familie
- Unterstützt durch Bekannte
- Unterstützt durch Spitex
- Hauptsächlich durch Spitex
- Extern durch Pflegeinstitution
- Allgemeines Interesse sinkt



final prototype



final presentation



SHARE TO CARE

ASSIGNMENT

Develop a service that offers support to people taking care of their family members with dementia.

HOW MIGHT WE?

- ...connect similarly afflicted caregivers for mutual support?
- ...translate the rules of self-help groups into an online environment?
- ...give on-demand access to topic-based information and individual people?

USER DESCRIPTION

Family caregivers involved in long-term care of older relatives afflicted by dementia.

ABSTRACT

Share-to-care connects caregivers with their similarly afflicted peers in remotely held self-help seminars and chat groups.

VIDEO

FEATURES

- Profile based group creation
- App-guided self-help groups
- On-demand calls for groups / individuals
- Topic based chat threads
- Emergency call to Alzheimer Schweiz

PROTOTYPE

- Onboarding / profile creation
- Group matching
- Group / persons difference
- Emergency-Button
- Next Session (people enrolled)
- Fixed session dates
- Topic based threads
- Online users / on-demand session
- Direct messaging / calling

SHORTCOMINGS

- Critical mass of people is hard to achieve
- Community management is difficult
- People could feel pressured to attend meetings
- Users might have a bad group experience

EXPANSION

- Integrate experts into seminars.
- Implement forum for knowledge collection
- Find distribution / cooperation partner

NEXT STEPS

- Consult experts on onboarding categories
- Higher fidelity guided seminar testing
- Test long-term participation in seminars

QUESTIONS?

Thank you for your attention.

Course
Service Design 2022

Project
SHARE-TO-CARE
Self-help app for dementia caregivers

Partners
Barbara Baumeler (ZHAW),
Silvan Weber (ZHdK),
Patrick Haler (Ber-Tech)

Students

Elena De Carlo, Guan Arobei,
Johannes Reck, Silvan Weber

Mentors

Florent Wille, Nadine Cocchi,
Nicole Föllmer, Jürgen Spöth

SUMMARY

Share-to-care allows caregivers to mutually support one-another, exchange their learnings and hopefully form long-lasting personal connections.