



Förderung von Teilhabe, Routinen, Struktur und Schlaf
für Menschen mit einer Autismus-Spektrum-Störung, ASS





ABILIA

Über Abilia

Abilia setzt sich für eine sozial nachhaltige und inklusive Gesellschaft ein, in der sich Menschen mit besonderen Bedürfnissen sicher sowie unabhängig fühlen und teilhaben können. Leidenschaftlich arbeiten wir daran, Bedingungen zu schaffen, unter denen jeder einfach besser leben kann. Die UN-Nachhaltigkeitsziele sind auch unsere Ziele, da unsere unterstützende Technologie individuell an die Menschen angepasst ist, das Verhalten positiv verändert und sich nachhaltig auf den Einzelnen, die Kunden und die Gesellschaft auswirkt.

Dank mehr als 40 Jahren Erfahrung gepaart mit relevanten Forschungsergebnissen wissen wir, dass unsere fördernde Technologie einen spürbaren Unterschied macht. Indem man früh ansetzt, kann man den Bildungsstand, die Inklusion in den Arbeitsmarkt und die Gesundheit für das ganze Leben verbessern.

Gesundheit, Gleichstellung und Inklusion

Immer mehr Menschen werden mit Autismus-Spektrum-Störungen diagnostiziert. Wahrscheinlich liegt das am erhöhten Bewusstsein und der Optimierung der diagnostischen Kriterien.

Die Gesellschaft muss stärker auf Inklusion setzen, damit Betroffene besser und erfüllter leben können.

Indem man früh ansetzt, lassen sich ernsthafte Folgen vermeiden.

Das Wissen, welche Einschränkungen bei Autismus auftreten können, ist maßgeblich für die Behandlung. Außerdem geht es darum, die Umgebung anzupassen und zu verstehen, welche kognitive Unterstützung angebracht sein kann.

Die kognitive Unterstützung von Abilia bietet nicht nur einen Mehrwert für den Benutzer, sondern auch für Familienmitglieder und Freunde. Zu Hause, im Bildungsumfeld und am Arbeitsplatz.



Autismus-Spektrum-Störung

Neuronale Entwicklungsstörungen hängen mit der Funktionsweise des Gehirns zusammen. Die häufigsten Diagnosen sind Autismus-Spektrum-Störung, ADHS/ADS, Tourette-Syndrom und Sprachstörungen.

Autismus wird innerhalb eines Spektrums abgebildet, daher die Bezeichnung Autismus-Spektrum-Störung, abgekürzt ASS. Der Grad der Einschränkung kann stark variieren.

Autismus tritt häufig in Kombination mit ADHS/ADS und Tourette-Syndrom auf. Geistige Einschränkung und Epilepsie können auftreten.

Häufige Herausforderungen bei Autismus

Der Schwierigkeitsgrad kann stark variieren, doch gemeinsame Merkmale sind:

- Schwierigkeiten mit zwischenmenschlichen Beziehungen, Interaktion und Kommunikation
- große Aufmerksamkeit für Details und stark ausgeprägte Interessen
- Schwierigkeiten beim Umgang mit Änderungen und beim Wechsel zwischen Aktivitäten
- Schwierigkeiten bei der Änderung von Verhaltensweisen und Gewohnheiten
- Herausforderungen bei der Umsetzung von Lerntechniken
- starke Reaktion auf Sinneseindrücke
- Schlafschwierigkeiten

Zusätzliche Herausforderungen ergeben sich, wenn zusätzlich ADHS/ADS, eine geistige Behinderung, Angstzustände oder Epilepsie diagnostiziert wird.

Der Grad der Unabhängigkeit in den Bereichen persönliche Betreuung, Wohnen, Bildung und Arbeitsleben hängt davon ab, wo im Autismus-Spektrum sich die Person befindet, ob andere Diagnosen vorliegen, sowie welches Umfeld und welche Unterstützung der Einzelne erhält.

Routinen, Struktur, Berechenbarkeit und guter Schlaf machen den Alltag leichter

Faktoren, die eine Person mit Autismus beeinflussen können:

- altersgerechte Informationen über ihre Beeinträchtigung
- Aufklärung und der richtige Umgang mit den Menschen im Umfeld
- eine ruhige und berechenbare Umgebung
- Stimulierung der Sprachentwicklung, Förderung der Kommunikation
- Visualisierung der Zeit und Klarheit darüber, was wann zu tun ist
- Routinen und Unterstützung beim Schlafen
- autismusfreundliche Bildungseinrichtung



Hilfsmittel können zu Teilhabe und Unabhängigkeit beitragen

Kompensierende, unterstützende Technologie kann es einer Person ermöglichen, Körperpflege, Wohnen, Bildung, Arbeit und Freizeit besser in den Griff zu bekommen.

Eine frühe Intervention kann Ausgrenzung und übermäßige Abhängigkeit verhindern und zu mehr Teilhabe und Eigenständigkeit beitragen.

- eine Kommunikationshilfe soll die Sprachentwicklung anregen sowie die Interaktion und Kommunikation erleichtern
- sensorisch stimulierende Produkte mit Gewichtseinsätzen sollen das Einschlafen erleichtern und nachts für ruhigen, ununterbrochenen Schlaf sorgen, um tagsüber beruhigt und konzentriert zu sein
- kognitive Unterstützung soll dem Nutzer_innen ein verbessertes Zeitgefühl verschaffen, bei der Einhaltung von Routinen helfen, die Strukturierung erleichtern sowie die Planbarkeit im Alltag verbessern



Individuelle Hilfsmittel können zur Alltagsentlastung der ganzen Familie beitragen

Hilfsmittel sollten individuell ausgewählt und angepasst werden, können aber auch zu einem gemeinsamen genutzten Werkzeug werden und für alle den Alltag vereinfachen.

- verbesserte Interaktion und Kommunikation
- besserer Schlaf für die ganze Familie
- weniger Notwendigkeit, an bevorstehende Aktivitäten zu erinnern
- bessere Beziehungen und weniger Konflikte



Regel- und Sonderpädagogik

Unabhängig von der Bildungsform sind die Anpassung der Umgebung, die Haltung und Routinen wichtig, um Lernenden mit Autismus zu helfen.

Auch wenn Lernende persönliche Hilfsmittel besitzen, lohnt es sich, den Unterricht mit Geräten auszustatten, die Konzentration, Motivation und Berechenbarkeit fördern können.

- Gewichtskragen und Gewichtsdecken können die Konzentration fördern
- Timer, welche die verfügbare Zeit grafisch darstellen, können Benutzer motivieren, den Fokus zu behalten und sie darauf vorbereiten, zwischen Aktivitäten zu wechseln
- stationäre und mobile Planungstools, welche die Zeit/den Zeitplan genau angeben, bieten Lernenden einen Überblick



Unterstütztes Wohnen

Unterstütztes Wohnen und Alltagsaktivitäten sollten hochwertig sein und dem Betroffenen Selbstbestimmung, Integrität, Einfluss und Mitbestimmung geben

- bei Einrichtungen für unterstütztes Wohnen, wo den Bewohner_innen Werkzeuge für Struktur, Klarheit und Erholung an die Hände gegeben wurden, hat das sowohl zu einer erhöhten kognitiven als auch kommunikativen Fähigkeit geführt
- die gleichen individuellen kognitiven Hilfsmittel haben sich positiv auf das Arbeitsumfeld in Unternehmen ausgewirkt und das Wohlbefinden der Mitarbeiter_innen gesteigert
- die Mitarbeiter_innen bekommen damit mehr Zeit für Arbeiten, die direkten Wert schaffen – sowohl für die Bewohner_innen als auch für sich selbst*



*-How using assistive technology for cognitive impairments improves the participation and self-determination of young adults with intellectual developmental disabilities, 21 September 2021

-Jeg kan! Innovasjon i livslange tjenester til personer med utviklingshemming, rapport 2019

Arbeitsplatz

Arbeitgeber_innen können eine Menge tun, um es Arbeitnehmer_innen mit Autismus auf der Arbeit leichter zu machen.

- Aufgaben können nacheinander umgesetzt werden, Unterstützung kann bei der Strukturierung und Priorisierung von Aufgaben erfolgen
- das Arbeitsumfeld kann so optimiert werden, dass die Person sich an einem ruhigeren Ort zurückziehen kann, lärmdämpfende Raumteiler und lärmunterdrückende Kopfhörer können helfen
- Arbeitszeiten können flexibel an die individuellen Bedürfnisse, Möglichkeiten für individuelle Pausen und Rückzugsräume angepasst werden
- Arbeitshilfen, z. B. Gewichtskragen, Gewichtswesten, visuelle Timer, digitale Zeit- und Planungswerkzeuge können helfen



Das Viertelstundenprinzip visualisiert die Zeit als Größe

Das Viertelstundenprinzip ist die Grundlage der Zeithilfen von Abilia. Zeit ist abstrakt und oft nur schwer zu managen. Die Zeitwahrnehmung hängt vom Zeitgefühl und Zeitverlaufsgefühl der Person ab und von der Fähigkeit, sich zeitlich zu orientieren und Zeit zu planen.

- das Viertelstundenprinzip zeigt die Zeit als Menge an
- jeder kann verfolgen, was mehr und weniger ist, und dass es weniger ist, wenn ein Punkt „verschwindet“.
- der Begriff „Punkt“ kann in der Alltagssprache genutzt werden
- es braucht keine Zeitkonzepte wie Stunden und Minuten
- verständliche Begriffe steigern das Zeitgefühl von vielen Menschen

Die Zeitsäule zählt bis zu einem Ereignis mit fixen, zählbaren Schritten herunter.

Punkte sinken von oben nach unten:

1 Punkt = 15 Minuten = „1 Viertel“

Mehr als 8 Punkte = „eine lange Zeit“



Viel oder wenig Limonade



Viel oder wenig Zeit

Erprobte und evidenzbasierte medizinische Geräte

Die folgenden Produkte sind Abilias Lösungen zur Unterstützung von Menschen mit Autismus. Sie können zu Hause, im Alltag, in Wohngruppen, im Bildungswesen oder am Arbeitsplatz eingesetzt werden.

MEMO Timer

Der MEMO Timer ist ein solider Timer, der Zeit als Menge darstellt.

Das Produkt unterstützt die folgenden Bereiche:

- es fördert das Zeitgefühl
- es fördert die Geduld und das Verständnis darüber, wann man sich beeilen sollte
- es fördert den Fokus auf geistig anspruchsvolle Aktivitäten
- es fördert die Fähigkeit, Aufgaben abzuschließen
- es fördert das Selbstbewusstsein und die Impulskontrolle
- es mindert Stress, Konfliktpotenzial und aggressives Verhalten



MEMO Timer gibt es in vier verschiedenen Varianten mit 8, 20, 60 oder 80 Minuten.

MEMO Dayboard

MEMO Dayboard eine Planungstafel für all jene, die eine visuelle Darstellung des Tages mit Zeitverlauf brauchen.

Das Produkt unterstützt die folgenden Bereiche:

- es sorgt für besseres Zeitgefühl
- es sorgt für bessere Nachtruhe für den Betroffenen und die gesamte Familie
- es fördert die Teilhabe
- es fördert die Kommunikation über Aktivitäten
- es bietet einen Überblick über die geplanten Aktivitäten + die Zeit
- es fördert Ruhe, Kontrolle und reduziert aggressives Verhalten



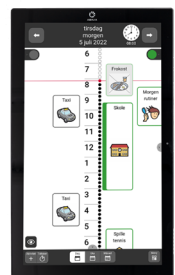
MEMO Dayboard

MEMOplanner

MEMOplanner ist ein digitales Tool zur Zeit- und Planungsunterstützung, das auch über eine Remote-Verwaltungsfunktion verfügt.

Das Produkt unterstützt die folgenden Bereiche:

- es sorgt für ein besseres Verständnis und ein Gefühl für Zeit
- es sorgt für bessere Nachtruhe für den Betroffenen und die gesamte Familie
- es fördert die Teilhabe
- es fördert die Kommunikation über Aktivitäten
- es bietet einen Überblick über die geplanten Aktivitäten + die Zeit
- es fördert Ruhe, Kontrolle und reduziert aggressives Verhalten
- es fördert die Balance zwischen energieintensiver Arbeit und Entspannung



MEMOplanner

HandiCalendar

HandiCalendar ist eine App, die der Benutzer auf seinem Smart-Gerät installiert hat. Support-Mitarbeiter können die App über einen Remote-Kalender verwalten.

Das Produkt unterstützt die folgenden Bereiche:

- es fördert das Zeitgefühl
- es schafft Routinen und Struktur im Alltag
- es fördert die Teilhabe
- es fördert die Balance zwischen energieintensiver Arbeit und Entspannung
- es hilft bei der Verwaltung persönlicher Betreuung und Unterbringung und fördert, pünktlich bei Aktivitäten anzukommen
- es reduziert Stress und Konfliktpotenzial



HandiCalendar

Somna Blanket

Die Somna Blanket hilft bei Schlafproblemen, die durch Stress und Angst verursacht werden.

- das Produkt hat eine beruhigende Wirkung
- es kann für Ruhe vor dem Schlaf sorgen
- die Decke kann die Schlafqualität in der Nacht verbessern
- die Ketten in der Decke sorgen für sensorische Stimulation und die Decke sorgt auch für ein umhüllendes Gefühl.
- mit besserem Schlaf sind die Energiereserven für den Alltag besser gefüllt



Somna Blanket



Somna Comforter

Somna Comforter

Somna Comforter ist ein sensorisch stimulierendes Gewichtsprodukt, das tagsüber verwendet werden kann.

- der Comforter kann verwendet werden, um Ängste zu lindern, sodass sich der Benutzer entspannter fühlen kann
- der Comforter kann die Körperwahrnehmung verbessern und für ein besseres Maß an Aufmerksamkeit und Konzentration sorgen
- die Flexibilität der Metall-Ketten sorgt dafür, dass sich die Decke an den Körper schmiegt, was für ein beruhigendes Gewicht und einen gleichmäßigen Druck auf den Körper sorgt

Somna Vest Balance

Eine Gewichtsweste ist ein Produkt für die Nutzung am Tag und kommt vor, während oder nach einer anspruchsvollen Aktivität zum Einsatz. Die Somna Chain Vest Balance kann in Kombination mit einem Gewichtskragen verwendet werden.

Die Gewichtsweste kann:

- Ängste und Unruhe reduzieren
- bietet dem Nutzer mehr Ruhe
- fördert die Körperwahrnehmung
- fördert die Aufmerksamkeit und Konzentration

Somna Collar

Der Somna Gewichtskragen ist ein Produkt für den Einsatz am Tag und kann allein oder zusammen mit der Somna Chain Vest Balance verwendet werden.

- der Kragen hilft dem Benutzer, Verspannungen im Körper und in den Schultern zu lösen
- der Kragen kann sowohl im Sitzen als auch beim Gehen getragen werden
- Anwendungsbeispiele sind der Einsatz zu Hause als Erholungstherapie nach einem anspruchsvollen Tag. Es fördert außerdem Konzentration und kann bei sitzender Arbeit eingesetzt werden
- in Kombination mit Somna Chain Vest Balance trägt der Kragen zu einer verbesserten Körperwahrnehmung und verbesserter Konzentration bei



Somna Vest Balance



Somna Collar



Benutzerfreundliche und sichere Produkte

Die Produkte von Abilia werden für eine bestimmte Zielgruppe und für einen bestimmten Zweck entwickelt.

Die Produkte:

- sind forschungs- und evidenzbasiert
- helfen, bei Einschränkungen besser durch den Alltag zu kommen
- beachten die Risiken, die bei der Nutzung entstehen könnten
- Nutzungsfeedback und kontinuierliche Verbesserungen bieten dem Nutzer mehr Sicherheit

Die Produkte von Abilia sind Medizinprodukte der Klasse I und sind gemäß der Europäischen Verordnung 2017/745 – MDR CE-gekennzeichnet.

Abilia is certified according to ISO 13485 - safety for customers and users

As a medical technology company, Abilia is certified in accordance with the international standard ISO 13485. This means that Abilia has a quality management system in accordance with applicable regulatory requirements.



**Der Zugang zum passenden Hilfsmittel
zur richtigen Zeit kann den Unterschied
ausmachen**



RehaMedia

RehaMedia

Friedrich-Ebert-Straße 134, 47229 Duisburg

T: +49 (0)203 369 583 0

info@rehamedia.de | www.rehamedia.de

Ver. 2024.02.23

Abilia AB | www.abilia.com | info@abilia.se | +46 (0)8-594 694 00



ABILIA