

## Liebe Leserin, lieber Leser

# Ich wünsche Ihnen besinnliche Weihnachten und alles Gute und vor allem Gesundheit im neuen Jahr 2022!

### Editorial von SVNW-Präsident

#### Lukas Bäumle

Schon glitzern sie wieder, die goldenen und silbernen Engel, die mundgeblasenen, schön verzierten Christbaumkugeln und die Sterne aller Art. Weihnachtsmärkte werden wieder durchgeführt. Es ist kurz vor Weihnachten, wenn Sie diese Ausgabe des autonom in den Händen halten. Sie haben Ihre Weihnachtseinkäufe getätigt, haben Ihre Lieben zu einem guten Essen eingeladen oder sind selbst von Freunden eingeladen worden. Freunde zu haben, mit denen man über alles reden kann, ist im Alter wichtig. Viele Seniorinnen und Senioren sind einsam, weil die Partnerin oder

der Partner gestorben ist. Auch Freundinnen und Freunde hat man zwangsläufig im Alter weniger. In der heutigen Zeit des Individualismus ist dies ein grosses Problem. Vereinsamung älterer Menschen, vor allem in urbanen Gebieten, hat viele Gesichter: Vereinsamung, man geht aus gesundheitlichen Gründen zu. Schauen Sie wenn möglich, dass Sie Heiligabend und Weihnachten nicht alleine feiern müssen, laden Sie spontan jemanden ein – vielleicht den Nachbarn – oder die Nachbarin oder gehen Sie an eine gemeinsame Feier, die von vielen Kirchen angeboten wird. Der SVNW wünscht Ihnen, wo Sie auch immer feiern, schöne, besinnliche Weihnachten und alles Gute für das kommende Jahr 2022.

### Jubiläumskongress des

#### Schweizerischen Seniorenrates

«Verstehen kann man das Leben nur rückwärts, doch leben muss man es vorwärts». Dieses Zitat von Soren Kierkegaard bezeichnet das nun zu Ende gehende Jahr 2021 vortrefflich. Wir mussten wegen Covid-19 auf so vieles verzichten. Der SVNW konnte die Veranstaltungen für Einzelmitglieder, die geplant waren, nicht durchführen. Vorstandssitzungen mussten virtuell durchgeführt werden, man musste auf persönliche Begegnungen verzichten. Immerhin konnte der Jubiläumskongress 20 Jahre Schweizerischer Seniorenrat (SSR) am Freitag, 24. September, im Hotel National durchgeführt werden. Dieser wurde zu einem vollen Erfolg. Mit zwei alt Bundesrätinnen – Ruth Dreifuss und Evelyne

### Inhalt

Editorial	1
«Es ist schwierig, Prognosen abzugeben»	4
E-Bikes für Senioren/Seniorinnen?	6
Besichtigung der Kirche St. Arbogast in Muttenz	7
Führung «zwischen Münster und Mücke»	7
Begegnung im Museum zwischen den Generationen	8
Lebhafte Diskussionen und kreative Ideen am Generationenworkshop	9
«Corona – Lehren aus der Krise» lockte 130 Interessierte an	10
Medikamentenabgabe an Demenzkranke	12
Gute Betreuung im Alter – ein ungedeckter Bedarf, der finanzierbar ist	14



Die autonom-Redaktion und der SVNW-Vorstand schliessen sich den nebenstehenden Wünschen im Editorial des SVNW-Präsidenten an: Wir wünschen Ihnen ganz schöne Weihnachten und alles Gute im neuen Jahr.

Widmer-Schlumpf – und dem Bundespräsidenten Guy Parmelin war der Kongress äusserst prominent besucht. Der SSR, und das wurde von allen Referentinnen und Referenten betont, ist die Vertretung der Seniorinnen und Senioren gegenüber dem Bundesrat und der Verwaltung und ist für die Schweizerische Seniorenpolitik ein wichtiges Sprachrohr. Die beiden Gründerverbände VASOS und SVS bilden die Grundpfeiler des SSR – und in der politischen Auseinandersetzung gibt es immer gute Lösungen.

### «Covid-19 – Lehren aus der Krise»

Am 9. November 2021 fand die einzige öffentliche Veranstaltung des SVNW unter der Federführung der Novartis-Pensionierten-Vereinigung (NPV) im Hörsaal des Unispitals zum Thema «Covid-19 – Lehren aus der Krise» statt. Die Referenten Dr. Daniel Koch, ehem. Leiter übertragbare Krankheiten im Bundesamt für Gesundheit, BAG, Prof. Marcel Tanner, Epidemiologe, und Barbara Gutzwiller, ehem. Direktorin Arbeitgeberverband Basel, gaben unter der Moderation von Diana Bevilacqua spannende und lehrreiche Einblicke in ihre Arbeit und ihre Haltung gegenüber der Pandemie. Inge Saier vom NPV und Andy Bitterlin vom SVNW haben diesen Anlass perfekt organisiert – ihnen sei herzlich gedankt. Auf den Seiten 10 und 11 berichten wir in diesem autonom über das Podiumsgespräch.

### Booster-Impfung ist für über 65-Jährige sehr empfohlen

Sie sind mit Pfizer/BioNTech oder Moderna zwei Mal gegen Covid-19 geimpft worden. Die Wissenschaft hat herausgefunden, dass der Impfschutz nach 6 Monaten merklich abnimmt. Somit ist eine Booster-Impfung für Sie zu Ihrem Schutz notwendig. Wer kann sich mit einer dritten Dosis impfen lassen? Swissmedic genehmigt die dritte Impfung grundsätzlich «für besonders gefährdete Personen» und «für Menschen mit geschwächtem Immunsystem». Der Bund empfiehlt die Auffrischungsimpfung für Personen über 65. Die dritte Dosis soll frühestens sechs Monate nach vollständiger Impfung erfolgen. Laut Christoph Berger, Präsident der Eidgenössischen Kommission für Impffragen (Ekif), richtet sich die Empfehlung für eine Auffrischungsimpfung

«ganz besonders» an Bewohnende von Alters- und Pflegeheimen sowie über 65-Jährige. Melden Sie sich für eine dritte Impfung beim jeweiligen Kanton an – bei Google das Stichwort des Kantons mit dem Zusatz «Booster-Impfung» eingeben.

### Finanzierung der Betreuung im Alter

Seniorinnen und Senioren erhalten bei Bedarf in der Schweiz Pflegeleistungen. Die Krankenversicherung übernimmt in der Grundversicherung die Kosten für die Pflege. Das Wohlbefinden älterer Menschen kann aber nicht allein durch Pflegeleistungen sichergestellt werden. Die Pflege, bestehend gemäss KLV aus Bedarfsabklärung und Beratung, Grundpflege und Behandlungspflege, macht lediglich einen minimalen Teil eines «Betreuungstages» aus. Die Spitex kommt punktuell, macht die notwendigen «KLV-Arbeiten» und geht wieder. Die Patientin/der Patient ist auf sich alleine gestellt. Eventuell sind Familienangehörige vorhanden, die freiwillige Arbeit in Form von Betreuung leisten. Oder ein privater Anbieter von Betreuungsleistungen wird engagiert. Solche Firmen, die sehr viel kosten, gibt es zuhauf – geben Sie auf Google «private Betreuung für Senioren» ein und Sie haben seitenweise Angebote. In der Schweiz sind potentiell 620'000 ältere Menschen auf Betreuung angewiesen. Nicht auf «Pflege», das sei ausdrücklich betont. Denn «Pflege» und «Betreuung» wird immer wieder verwechselt. Untersuchungen haben gezeigt, dass jemand, der in der Pflegestufe 6 ist, durchschnittlich pro Tag höchstens zwei Stunden Pflege braucht. Der Rest des Tages ist «Betreuung». Im Jahr 2050 werden doppelt so viele über 80-Jährige in der Schweiz leben als heute. Bei der Betreuung älterer Menschen besteht somit dringender Handlungsbedarf, sei es finanziell oder logistisch. Wenn die Schweiz nichts tut, droht eine Unterversorgung für diejenigen älteren Menschen, die Betreuung benötigen. Die Politik hat langsam den Handlungsbedarf erkannt. So wurden Motionen eingereicht, zum Beispiel die Motion Alex Kuprecht: «Der Bundesrat wird beauftragt, dem Parlament eine Gesetzesänderung vorzulegen, welche die Finanzierung von betreutem Wohnen über Ergänzungsleistungen zur AHV sicherstellt, sodass Heimeintritte

für betagte Menschen verzögert oder vermieden werden können». Die Motion wurde vom Bundesrat entgegengenommen, aber gleichzeitig festgestellt, dass dies Sache der Kantone sei. Carlo Knöpfel wurde von der Paul Schiller Stiftung beauftragt, eine Studie unter dem Titel «Kosten und Finanzierung für eine gute Betreuung im Alter in der Schweiz» zu erarbeiten. Prof. Knöpfel geht auf Seite 14 im autonom auf das Thema ein.

### Schweizerinnen und Schweizer sind mit dem Gesundheitssystem zufrieden

Das Schweizerische Gesundheitsobservatorium hat im Auftrag des BAG eine Untersuchung über die Zufriedenheit der Wohnbevölkerung ab 65 Jahre mit dem Gesundheitssystem in der Schweiz im internationalen Vergleich durchgeführt. Folgende Resultate sind dabei herausgekommen:

- 8 von 10 Personen 65+ in der Schweiz schätzen die eigene Gesundheit als «ausgezeichnet», «sehr gut» oder «gut» ein.
- Multimorbidität: Fast die Hälfte (47%) der Schweizer Wohnbevölkerung 65+ hat mindestens zwei chronische Erkrankungen.
- Die schriftliche Dokumentation der Behandlungswünsche am Lebensende und der gesetzlichen Vertretung hat seit 2014 in der Schweiz deutlich zugenommen. Innerhalb der Schweiz

#### Impressum

##### Herausgeber

Seniorenverband Nordwestschweiz  
SVNW

[www.svnw.ch](http://www.svnw.ch)

Email: [info@svnw.ch](mailto:info@svnw.ch)

##### Präsident SVNW

Lukas Bäumle

Email: [lukas.baemle@besonet.ch](mailto:lukas.baemle@besonet.ch)

##### Redaktion autonom

Andreas Bitterlin (Vorsitz)

Email: [a.bitterlin@bluwin.ch](mailto:a.bitterlin@bluwin.ch)

Elisabeth Eicher

##### Druck und Versand

Schaub Medien AG, 4410 Liestal

##### Auflage

7500 Exemplare

Erscheint vierteljährlich

bestehen allerdings deutliche regionale Unterschiede.

- Die befragte Wohnbevölkerung 65+ ist auch in der Covid-19-Pandemie «vollständig zufrieden» oder «sehr zufrieden» mit der Qualität der medizinischen Versorgung, welche sie während der letzten 12 Monate erhalten hat.
- Telefon- oder Videokonsultationen fanden in der Schweiz vergleichsweise selten statt.
- Drei Viertel der Befragten 65+ erhalten in der Schweiz immer oder häufig hausärztliche Hilfe in der Koordination von Arztterminen, was international dem 1. Rang entspricht.
- Die selbst getragenen Gesundheitskosten ( $\geq 1000$  \$) sind in der Schweiz mit Abstand am höchsten und stiegen seit 2017 tendenziell an (+5%-Punkte).
- Verzicht auf medizinische Leistungen aus Kostengründen ist tendenziell rückläufig (-3%-Punkte).
- Neben Kostengründen geben die Befragten 65+ in der Schweiz an, medizinische Leistungen häufig nicht in Anspruch zu nehmen, weil ...
  - man abwarten wollte, bis das Problem von allein verschwindet (48% Zustimmung),
  - man keine medizinische Behandlung benötigt hat (40% Zustimmung),
  - man keine weiteren Gesundheitskosten für die Allgemeinheit verursachen wollte (20% Zustimmung),
  - man befürchtet hatte, dass man sich in der Arztpraxis mit dem Coronavirus ansteckt (8%).

Fazit der Befragung: Schweizerinnen und Schweizer über 65 Jahre sind im Vergleich mit andern Ländern mit dem Gesundheitssystem zufrieden. Die Studie wurde in 10 Ländern durchgeführt, u.a. auch in den USA und Kanada. Auffallend ist, dass die selbst getragenen Gesundheitskosten, also Kosten, die nicht durch die Krankenversicherung übernommen werden, in der Schweiz am höchsten aller Länder sind.

### **Unser Schwerpunkt im neuen Jahr: Digitalisierung**

Der SVNW plant für das kommende Jahr 2022 wiederum attraktive Anlässe und Besichtigungen für die Einzelmitglieder. Wir werden zeitnah darüber informieren.

Ebenso planen wir zwei öffentliche Anlässe. Das Thema «Digitalisierung», das für Seniorinnen und Senioren immer wichtiger wird, werden wir als Schwerpunkt setzen. Der SVNW wird sich, wie jedes Jahr, selbstverständlich mit den aktuellen alterspolitischen Themen auseinandersetzen und die Stimme der Seniorinnen und Senioren der Nordwestschweiz sein.

### **Alles Gute!**

Liebe Leserin, lieber Leser, wir wünschen Ihnen schöne, besinnliche Weihnachten mit vielen persönlichen Begegnungen und vor allem ein gutes, gesundes, glückliches Jahr 2022. Übrigens: Die neusten Informationen sind auf unserer Homepage: [www.svnw.ch](http://www.svnw.ch) einsehbar.

*Lukas Bäumle, Präsident SVNW*



*Lukas Bäumle,  
Präsident SVNW*

## «Es ist schwierig, Prognosen abzugeben»

*Infektiologe Aurélien Martinez stellt bei Long Covid noch einige Wissenslücken fest. Über 1300 Long-Covid-Betroffene haben bis November bei der Schweizer Invalidenversicherung um finanziellen Support nachgesucht. Aurélien Emmanuel Martinez, Leiter der ambulanten Infektiologie am Universitätsspital Basel, ordnet Risiken von Long Covid ein. Die Aussagen gelten für den Zeitpunkt des Interviews im November.*



### Zur Person

Aurélien Martinez (35) ist in Muttenz aufgewachsen und absolvierte das Studium der Humanmedizin an der Universität Basel. Danach bildete er sich an den Spitälern Porrentruy, Delémont und am Universitätsspital Basel zum Facharzt für Allgemeine Innere Medizin weiter. Nach einem mehrmonatigen Aufenthalt in Russland und China erfolgte die Weiterbildung zum Facharzt für Infektiologie und Spitalhygiene am Universitätsspital Basel, wo er jetzt als Oberarzt und Leiter ambulante Infektiologie tätig ist. In diesem Rahmen beschäftigt er sich auch mit Long Covid und hat kürzlich eine wissenschaftliche Studie zum Thema Long Covid bei Spitalmitarbeitern veröffentlicht.

### Andreas Bitterlin: Herr Martinez, welche Symptome entwickeln Long-Covid-Patientinnen und -Patienten?

*Aurélien Martinez:* Die häufigsten Symptome unserer Patientinnen und Patienten sind Müdigkeit und Erschöpfung. Weiter berichten sie auch von Atemnot, anhaltendem Husten und von lange dauerndem Verlust des Geruchs- und Geschmackssinns.

### Welche Entwicklung bezüglich Long Covid erwarten Sie?

Diese Frage ist sehr spannend, wir forschen in Basel auch zu dieser Thematik. Die Fachliteratur ist sich nicht einig. Unsere eigenen Untersuchungen zeigen, dass nach einem Jahr knapp 90% der Patientinnen und Patienten mit einem leichten Krankheitsverlauf wieder fit sind. In andern Arbeiten wird aber auch aufgeführt, dass über die Hälfte der Covid-Erkrankten nach einem Jahr immer noch Symptome aufweisen. Es ist schwierig, hier eine präzise Prognose abzugeben.

### In welcher Form werden Sie im Universitätsspital mit Long-Covid-Symptomen konfrontiert?

Wir treffen zahlreiche Patientinnen und Patienten, die lange anhaltende Symptome aufweisen, aber es sind häufig milde

Beeinträchtigungen, die keine ärztliche Behandlung benötigen. Wenn wir als Kriterium die Drei-Monate-Frist der Weltgesundheitsorganisation WHO anwenden, stellen wir fest, dass ungefähr ein Viertel der Betroffenen mit mildem Verlauf der Covid-19-Erkrankung nach einem Vierteljahr noch nicht gleich fit ist wie vor der akuten Erkrankung. Die Mehrheit dieser Menschen wird aber nach einem Jahr beschwerdefrei sein. Es gibt aber auch Betroffene mit schweren Symptomen, die im Rahmen der initialen Covid-19-Erkrankung auf Intensivstationen behandelt werden mussten, welche unter langfristigen Folgen wie z.B. Lungenschäden und anderen Organbeeinträchtigungen leiden. Hier können die Invalidität und die dauernde Arbeitsunfähigkeit drohen.

### Warum trifft es Einzelne mit Long Covid und andere nicht?

Wir können noch nicht voraussagen, wen es trifft und wen nicht. Zurzeit sind wir am Abklären und Erfassen, wer betroffen ist. Wir haben inzwischen Hinweise, dass Covid-Infizierte mit schweren Krankheitsbildern einem grösseren Risiko ausgeliefert sind, lange anhaltende Symptome zu entwickeln. Auch ältere Menschen mit Vorerkrankungen sind stärker gefährdet, Long Covid zu entwickeln.

### Wie können Sie ohne langjährige Erfahrungen und evidenzbasierte Erkenntnisse in Bezug auf Long Covid Therapie-Konzepte entwickeln und Prognosen stellen?

Es ist schwierig, wir können es nicht wirklich. Unser Wissen über den längerfristigen Verlauf von Long Covid ist noch mangelhaft. Was wir festgestellt haben nach anderthalb Jahren Erfahrungen mit Covid in der Schweiz, ist, dass viele Erkrankte im Laufe der Zeit ihre Beeinträchtigung verlieren. Viele Personen, die drei Monate nach der Infektion klagten, so könne es nicht weitergehen, sind nach anderthalb Jahren praktisch beschwerdefrei. Es gibt auch nach anderen Infektionen Müdigkeitssyndrome; auch dort sehen wir eine relativ gute Spontanheilungstendenz.

### Im Moment ist die Booster-Impfung ein grosses Diskussionsthema.

Im Ausland wurde festgestellt, dass Geimpfte nach etwa einem halben Jahr sich häufiger wieder reinfizieren können.

In der Schweiz zeigte sich dieses Phänomen später. Aber jetzt ist ja auch bei uns eine Booster-Impfung für über 65-Jährige empfohlen.

**Warum haben denn die ausländischen Wissenschaftler diese Systematik früher erfasst als die Schweizer?**

Das hängt mit vielen Faktoren zusammen. Firmen beantragen die Zulassung nicht gleichzeitig in allen Ländern. Es gibt ökonomisch interessantere Gegenden mit mehreren Hundert Millionen potenziellen Impf-Kandidatinnen und -Kandidaten als die Schweiz mit 8 Millionen Einwohnerinnen und Einwohnern. Und zusätzlich ist das Bewilligungsverfahren bei uns relativ komplex.

**Sind wir gegenüber anderen Ländern zu vorsichtig?**

Vielleicht ja. Und wir leben in der Schweiz in einem Umfeld mit impfskeptischen Menschen, die sich zum Impfen gedrängt fühlen. Auf diese Menschen wird in der Schweiz viel Rücksicht genommen. Ich selbst bin ein vehementer Vertreter der Impfung. Die Zahlen zeigen, dass Booster für ältere Menschen sinnvoll ist.

**Die Meinung von einigen Impfskeptikern, dass die Covid-Impfung noch nicht genügend erforscht ist, teilen Sie nicht?**

Ich mache mir keine Sorgen. Diese Impfungen sind weltweit bei Milliarden von Menschen verwendet worden. Millionen von Leuten sind in Studien eingeschlossen und über Monate kontrolliert worden. Kein Lebensmittel mit Zusatzstoffen ist so aufwendig kontrolliert worden wie diese Impfungen. Wir sind hier auf einem Niveau der Sicherheit, das wir in keinem anderen Bereich des Lebens erreichen. Die Nebenwirkungen sind bekannt und gut beschrieben. Der Nutzen der Impfung ist für jeden Menschen um ein Vielfaches höher als das Risiko der zwar vorhandenen, aber sehr seltenen Nebenwirkungen.

**Ist eine dritte Impfung notwendig und danach wie bei der Grippeimpfung eine vierte, fünfte, sechste etc.?**

Im Moment denke ich: eher nicht. Der Impfschutz hält relativ lange an. Zwar reduziert er sich bei älteren Menschen, aber nicht auf null. Mit dem Booster erinnern wir das Immunsystem wieder an die Immunisierung und diese hält weiterhin an. Das gilt aber nur, wenn durch Mutationen nicht neue Varianten entstehen, bei denen die Impfung nicht mehr wirksam ist. Wenn das nicht der Fall ist, gehe ich nicht davon aus, dass jährliche Impfungen notwendig sein werden. Aber in dieser Frage haben wir noch nicht das notwendige Wissen.

**Wie stehen Sie zur ethischen Frage, ob wir reicheren Länder zugunsten ärmerer in Afrika oder Südamerika auf Impfdosen verzichten sollen? Warum sollen wir das tun?**

Die Fragestellung ist wichtig, denn von einem Verzicht profitieren auch wir. Je mehr sich das Virus verbreitet, desto grösser ist die Gefahr, dass Mutationen entstehen, die eventuell einen Impfschutz unterlaufen können. Wenn wir den Impfstoff weltweit effizienter einsetzen können, um die Ausbreitung der Krankheit zu verhindern, dann reduzieren wir auch die Gefahr von gefährlichen Mutationen, die bei uns eingeschleppt werden könnten.

**Sind Sie der Meinung, dass wir auf die Booster-Impfung zugunsten ärmerer Länder verzichten sollten?**

Wenn diese Länder die Impfdosen effizient ihren Bevölkerungen verabreichen können und es keine andere Option gibt, sich den Impfstoff zu besorgen, dann befürworte ich einen Booster-Verzicht aus ethischen Gründen im Interesse der dortigen Menschen.

*Andreas Bitterlin, Vorstand SVNW (den Artikel habe ich für autonom und für die Zeitung Volksstimme von Baselland verfasst)*



# E-Bikes für Senioren/Seniorinnen?

*Das Velo und vor allem E-Bikes werden immer beliebter. Auch bei der älteren Generation. Aber Velofahrerinnen und E-Biker haben keine Knautschzone. Die Zahl der schweren Unfälle nimmt nicht ab – im Gegenteil.*

Im 2020 starben 34 Menschen durch Velo- oder E-Bike-Unfälle. Und für Seniorinnen und Senioren ist das Risiko, bei einem Unfall verletzt zu werden, 2,6- bis 6-mal so hoch, denn ihre Körper sind gebrechlicher.

Aber niemand will Seniorinnen und Senioren das E-Biken vermiesen, denn es bietet auch einen Riesenspass und viele Vorteile! Und auch pure Lebensfreude.

## Die Gefahr, übersehen zu werden

Unfälle sind beim Velo- und E-Bike-Fahren je zur Hälfte auf Kollisionen und Schleuder-/Selbstunfälle zurückzuführen. Kollisionen ereignen sich am häufigsten an Kreuzungen. Besonders oft werden E-Bikes im Kreisel übersehen, weil andere Verkehrsteilnehmer vielmals das Tempo von E-Bikes unterschätzen! Hauptverursacher eines E-Bike-Unfalls bei Kollisionen ist nur ca. ein Drittel der Fahrer selbst. In den meisten Fällen sind die Kollisionsgegner verantwortlich, also die Autofahrerinnen und Autofahrer.

## Sicher E-Bike fahren – alle Verkehrsteilnehmenden sind gefordert

Um das Risiko zu minimieren, kann/sollte jede Velofahrerin und jeder E-Bike-Fahrer

bei sich selbst anfangen. Eine gute Ausrüstung und das richtige Fahrverhalten sind matchentscheidend. Aber auch alle anderen Verkehrsteilnehmenden sind gefordert – vor allem, wer mit dem Pw einem Lkw oder sogar Lastenzug unterwegs ist.

## Was sagt das Gesetz zu E-Bikes?

Das Schweizer Gesetz behandelt E-Bikes als Motorfahräder. Dabei wird zwischen langsamen und schnellen E-Bikes unterschieden. Je nachdem gelten andere Vorschriften. Um der technischen Entwicklung gerecht zu werden und die Sicherheit zu erhöhen, wurden im Jahr 2012 verschiedene Vorschriften angepasst:

### Leicht-Motorfahräder (ab 14 Jahren)

- höchstens 500 W Motorleistung
- bauartige Höchstgeschwindigkeit von 20 km/h, die ohne menschliche Muskelkraft mit reiner Motorleistung erreicht wird
- allfällige Tretunterstützung, die bis max. 25 km/h wirkt
- höchstens zweiplätzig, sofern Pedale vorhanden sind, das Fahrzeug für das Mitführen von behinderten Personen eingerichtet ist oder zwei speziell

eingeriichte, geschützte Sitzplätze für Kinder hat

### Übrige Motorfahräder, sog. schnelle E-Bikes (ab 16 Jahren)

- höchstens 1000 W Motorleistung
- bauartbedingte Höchstgeschwindigkeit bis 30 km/h
- allfällige Tretunterstützung bis max. 45 km/h
- einplätzig, einspurige E-Bikes (d.h. z.B. keine dreirädrigen Cargobikes/Lastenfahräder)

E-Bikerinnen und E-Biker haben alle Vorschriften für Radfahrerinnen und Radfahrer zu beachten und müssen daher Radstreifen und signalisierte Radwege benutzen. Jeder Verkehrsteilnehmende muss sein Fahrzeug beherrschen, und die Geschwindigkeit muss den Bedingungen angepasst sein.

**Er muss somit jederzeit auf der Hälfte der einseharen Strecke abbremsen können. Die BFU empfiehlt, in jedem Fall einen Helm zu tragen. Bei schnellen E-Bikes ist ein Helm, gemäss der Norm EN 1078, Pflicht!**

## Überlegungen zum Kaufentscheid

Die Wahl der unterstützten Geschwindigkeit ist entscheidend, denn das E-Bike darf nachträglich nicht umgerüstet werden, obwohl dies technisch möglich wäre. Wie beim Handy ist es verlockend, immer die neuste Technologie zu kaufen. Beim E-Bike kann aber Altbewährtes eine sehr gute Wahl sein. Dazu gibt es unterschiedliche Antriebskonzepte:

- Mittelmotor mit Naben- oder Kettenschaltung
- Hinterradmotor mit Kettenschaltung.

Die Angebotspalette und die Sortimente sind riesig. Es lohnt sich, sich umfassend zu informieren, denn auch die Preise sind extrem unterschiedlich. Die Spanne liegt bei ca. CHF 1300 bis zu CHF 10'000.



Verschiedene Händler offerieren sogar kostenlose Testmöglichkeiten. Davon sollten Sie unbedingt profitieren.

Die Reichweite von Akkus wird für eine Vollladung angegeben. Sie variiert aber beträchtlich bei der Fahrt in der Ebene oder im hügeligen Gebiet, bei maximaler oder minimaler Tretunterstützung, Temperaturen im Sommer oder Winter, bei Gegenwind etc. Zusätzlich wird die max.

Anzahl Ladezyklen angegeben. Diese würde in der Regel sicherlich für eine Erdumrundung reichen ...

E-Bikes sind nicht nur praktisch, sondern auch eine kostspielige Sache. Darum werden auch spezifische Versicherungen vor finanziellen Schäden bei Diebstahl, Bedienungsfehlern, Akkubeschädigungen oder Vandalismus angeboten, sogar mit Pannenhilfe, wenn Sie stehen

bleiben sollten. Es lohnt sich also, wenn Sie sich vor einem E-Bike-Kauf umfassend informieren und sich fachmännisch beraten lassen.

E-Bike-Fahren macht wirklich Spass – machen Sie doch mal eine Probefahrt.

*Georges Merkofer, SVNW,  
in Zusammenarbeit mit der BFU*

---

## Besichtigung der Kirche St. Arbogast in Muttenz

*Unsere erste Veranstaltung nach der mehrmonatigen coronabedingten Abstinenz führte uns Einzelmitglieder am 19. August 2021 nach Muttenz, genau vor die Kirche St. Arbogast, wo wir von Herrn Hofer erwartet, freundlich empfangen und ins Innere der Kirche geführt wurden.*

Aufmerksam hören die Anwesenden der interessanten Geschichte der Kirche St. Arbogast zu.

Sie erhebt sich im Zentrum des sternförmigen Dorfkerns am Fusse des Wartenbergs und war einst auf der Westseite vom offenen Dorfbach umflossen. Nicht die Höhenlage, sondern die Befestigung und die Türme machen sie zur Dominante des Dorfbildes. Die vollständige Ringmauer umschliesst den ehemaligen Kirchhof in einem unregelmässigen Kreis bis zur Höhe von sieben Metern mit einem Zinnkranz.

Ursprünglich wurde sie dem heiligen St. Arbogast, dem fränkischen Bischof von Strassburg, geweiht und gehörte dem Domstift Strassburg.

Wir bewundern die spätmittelalterlichen Wandmalereien. An der Nordwand mit

der ältesten Malerei der Kirche, das Medaillon. An der Südwand das Marienleben, in die Jugendgeschichte Christi übergehend.

Wir bestaunen Darstellungen aus dem Leben des Kirchenpatrons, des heiligen St. Arbogast.

Nach dieser Fülle von «Geschichte» und visuellen Eindrücken begeben wir uns zum Beinhaus, welches sich auf der Innenseite der Ringmauer im Süden befindet. Auch hier faszinieren uns die im Jahr 1513 entstandene Holzdecke mit Flachschnitzereien und die Wandbilder im Äusseren wie im Inneren.

Danach genehmigen wir uns ein gemütliches Ausklingen im Café Flubacher in Kirchnähe.

*Susan Serena, Vorstand SVNW*



---

## Führung «zwischen Münster und Mücke»

Am 23. September 2021 begaben wir uns mit SVNW-Mitgliedern bei einem Ausflug auf Spurensuche zwischen Münster und Mücke mit dem Grabmacherjoggi, der uns auf dem Rundgang auf viele kleine Details aufmerksam machte, welche dem ungeübten Auge bis anhin unsichtbar blieben. Es gab vieles zu sehen zwischen dem Münster und dem Haus zur Mücke.

Selbst Basel-Kennerinnen und -Kenner entdeckten Überraschendes; so zum Beispiel den römischen Sodbrunnen von 300 n. Chr. beinahe mitten auf dem Münsterplatz mit einem dolenähnlichen Deckel zugedeckt, über den wir wohl schon so oft achtlos darüber liefen.

*Susan Serena*



# Begegnung im Museum zwischen den Generationen

*Dreimal den Namen laut sagen, den Tanzstab halten, dann erscheint nicht nur der geeignete Tanzpartner, sondern es erklingt die passende Musik zum Tanzen. Brigitta und Anna haben sich bei einem Anlass von «TiM – Tandem im Museum» getroffen. Zu einem Objekt im Museum haben sie diese Geschichte erfunden und online gestellt.*



*Brigitta und Anna haben im Rietberg Museum zu einer Figur aus Papua Neuguinea die Tanz-Geschichte erfunden.*

TiM will Begegnungen und neue Bekanntschaften ermöglichen, auch zwischen den Generationen, und motiviert, in zusammengewürfelten Tandems, einander und ein Museum besser kennenzulernen.

Das niederschwellige Angebot ist ideal, um Begegnungen mit Kunst und Kultur und Begegnungen unter Menschen anzuregen. Bei «Tandem im Museum» (TiM) treffen sich zwei Menschen, die sich vorher noch nicht oder wenig gekannt haben und lernen sich über die Begegnung mit einem Museumsobjekt kennen.

Die Geschichte von Anna und Brigitta ist zusammen mit 1300 weiteren auf [www.mi-s.ch](http://www.mi-s.ch) zu lesen. Mit seinem weit gespannten Netz von Erzählungen wird das «Musée imaginaire Suisse» zu einem Schatz an Museums-Geschichten und dokumentiert gleichzeitig einen wichtigen Teil der Volkskultur. Das Projekt TiM hat sich zum Ziel gesetzt, in den kommenden Jahren in der ganzen Schweiz ein Netzwerk von 500 TiM-Guides und 100 Museen aufzubauen, die solche Begegnungen ermöglichen.

## Was ist «TiM – Tandem im Museum»?

«TiM – Tandem im Museum» wird vom Verein Kuverum Services in Zusammenarbeit mit dem Migros-Kulturprozent, der Beisheim Stiftung und weiteren Partnern realisiert. TiM bringt Menschen aus unterschiedlichen Generationen oder Lebenswelten im Museum zusammen. Zwei Personen gehen ins Museum, wählen ein Objekt, erfinden dazu eine Geschichte und stellen diese auf die Plattform «Musée imaginaire Suisse». Diese Aufgabe aktiviert, spornt an und motiviert, verbindet analog und digital. Zudem ist es gerade für die älteren Personen ein niederschwelliges und in Corona-Zeiten sicheres Angebot, um aus der Isolation auszubrechen und einen neuen Zugang zur Kultur und zu andern Menschen zu finden.

## Warum sich Generationen und Lebenswelten begegnen

Die Bevölkerungsstruktur in der Schweiz verändert sich stark. Vereinzelung, Verunsicherung und Einsamkeit fordern viele gesellschaftliche Bereiche

mit neuen Fragen heraus, vor allem in Zeiten von Corona. «TiM» weckt das Interesse am Menschen, am Fremden, an jemandem, der sich in einer anderen Lebenswelt befindet. Stereotype und Vorurteile werden abgebaut und neue Bekanntschaften entstehen.

## Warum im Museum?

Museen sind Wunderkammern. Die Objekte haben eine Bedeutung, sind wertvoll – diejenigen der kleinen Museen genauso wie die der grossen. Für viele Menschen ist es neu und ungewohnt, sich im Museum aktiv eine Geschichte auszudenken und damit einen Beitrag zum Museum zu leisten. Es ist reizvoll, die eigene Stimme im Museum zu finden und zu zweit kreativ zu werden. Die Begegnung wird dynamisch. Durch «TiM» finden Leute ins Museum, die allein nicht hingehen würden. Sie entdecken Museen für sich und dies mit jemand anderem zusammen.

## Das Ziel von «TiM – Tandem im Museum»

«TiM – Tandem im Museum» will Austausch ermöglichen zwischen Menschen, die sich nicht oder kaum kennen. Begegnungen finden auf Augenhöhe statt. Die Tandems entstehen aus der Initiative einer Person, die TiM bereits kennt und sich freiwillig engagieren will. Die sog. TiM-Guides nehmen andere Personen mit und öffnen Türen für einen Museumsbesuch. Sie bauen Schwellenängste ab, so dass auch Menschen ins Museum kommen, die noch nie dort waren.

## «MiS – Musée imaginaire Suisse» – Plattform für Geschichten

Die Internet-Plattform «MiS – Musée imaginaire Suisse» wurde für alle vier Landessprachen entwickelt. Auf oberster Ebene stehen die Objekte und Geschichten, die von Museumsgästen gewählt und erfunden werden. Die Gäste gestalten durch ihren Beitrag mit. Die

MiS-Posts entstehen durch Tandems im Museum oder können von zu Hause aus gemacht werden. Aktuell wird täglich mindestens eine Geschichte gepostet. Siehe [www.mi-s.ch](http://www.mi-s.ch)

Franziska Dürr

#### Machen Sie mit!

Werden Sie TiM-Guide oder lassen Sie sich von einem TiM-Guide ins Museum begleiten. Wollen Sie mehr erfahren, dann nehmen Sie an einem der 24 Advents-Schnupperanlässe teil, die in vielen Museen in der ganzen Schweiz stattfinden.

Infos und Anmeldung: [www.tim-tam.ch](http://www.tim-tam.ch)

## Lebhafte Diskussionen und kreative Ideen am Generationenworkshop

Am 13. November konnte nun der «Generationenworkshop» der Dachorganisation 55+ Basler Senioren-Konferenz (55+ BSK) stattfinden. Wegen der Corona-Situation musste der Workshop um zwei Jahre verschoben werden.



Nach zweijähriger coronabedingter Wartezeit konnte nun der Generationenworkshop stattfinden.

Nun fand er als 3G-Anlass im Kartäuser Saal des Basler Waisenhauses statt. Über 40 Teilnehmende von 12 bis 93 Jahren nahmen sich am Samstagnachmittag Zeit, über die Generationen hinweg miteinander in Gruppen und im Plenum zu diskutieren.

Die Dachorganisation 55+ BSK befasst sich seit einiger Zeit mit dem Thema «Zusammenleben von verschiedenen Generationen». Es gibt in Basel Altersleitlinien, es gibt Leitlinien zur Jugendförderung – aber es existiert bis jetzt nichts spezifisch Generationenübergreifendes. Mit dem Generationenworkshop sollen neue Inputs zum Zusammenleben der Generationen in unserer Stadt entwickelt werden. Was braucht es, dass sich dieses Zusammenleben für alle Beteiligten positiv gestaltet und von gegenseitiger Wertschätzung geprägt ist?

**Es soll ein Leitbild entstehen als Grundlage für Behörden, Verwaltung**

**und Institutionen, die sich konkret dieses Themas annehmen oder es in ihre Projekte einfließen lassen.**

Der Workshop wurde professionell moderiert von Marlis Meier. Grundlage der Diskussionen bildete ein Entwurf einiger Arbeitsgruppen aus dem Vorstand von 55+ Basler Senioren-Konferenz zu wichtigen Aspekten des Zusammenlebens wie Zusammenleben, Familie und Beruf, Wohnen, kulturelles Leben, Begegnungsorte, Information, Freiwilligenarbeit, öffentliche Dienstleistungen und Gesundheit.

Dieses Papier wurde in Gruppen à 5 bis 7 Personen diskutiert, verändert oder ergänzt. Anschliessend präsentierten die Gruppen ihre Resultate dem Plenum, und es gab weitere Ergänzungen und Anpassungen.

Durch die Durchmischung der Generationen verliefen die Diskussionen sehr lebhaft und kreativ.

**Vor allem die jüngsten Teilnehmerinnen und Teilnehmer brachten die kreativsten Ideen ein.**

So etwa lernten die «Digitalen-Alten», dass z.B. Mail und Facebook die Jungen nicht mehr erreichen, sondern dass diese sich über Tiktok und ähnliche Plattformen informieren.

Aus all dem folgt nun für 55+ eine grosse Arbeit: Alle diese Ideen einzuarbeiten in ein Leitbild und dann dieses an die richtigen Stellen im Kanton und in der Gesellschaft heranzutragen.

Darüber und über mögliche Umsetzungen der Ideen aus diesem spannenden Nachmittag, der mit einem gemütlichen Apéro endete, werden wir wieder berichten.

*Text/Fotos Felix Räber und Gisela Konstantinidis*



## «Corona – Lehren aus der Krise» lockte 130 Interessierte an

*Die Novartis Pensionierten-Vereinigung NPV und der Seniorenverband Nordwestschweiz SVNW organisierten unter obigem Titel am 9.11.2021 ein sehr interessantes Podiumsgespräch mit ausgewiesenen Fachleuten, das auf reges Interesse stiess.*



*SVNW-Präsident Lukas Bäumle begrüsst als Co-Organisator der Novartis Pensionierten-Vereinigung das Publikum.*

Das Podium war sehr renommiert besetzt: Dr. Daniel Koch, ehemaliger Leiter übertragbare Krankheiten, Bundesamt für Gesundheit BAG, Prof. Marcel Tanner, Epidemiologe und ehemaliger Leiter des Schweizerischen Tropeninstituts, und Barbara Gutzwiller, ehemalige Direktorin Arbeitgeberverband Basel. Es war

die erste Grossveranstaltung, welche die NPV und der SVNW durchführen konnten seit der Verfügung des Lockdowns im März 2020 durch den Bundesrat aufgrund der Coronakrise mit dem damit einhergehenden Verbot von öffentlichen Veranstaltungen mit Publikum. Es wurde ein hochspannender Anlass mit vielen Fakten, Analysen, Beurteilungen und Kommentierungen der Entscheidungen rund um die Bewältigung der Pandemie und die daraus zu ziehenden Lehren.

### **Die Schweiz ist nicht einheitlich**

Die Verantwortlichen mussten erkennen, dass die Schweiz nicht aus einem homogen zusammengesetzten Volk besteht, bei dem man flächendeckend für alle gleichermassen geltende Massnahmen verfügen kann. Die Schweiz ist heterogen, von der geografischen Umgebung, vom Alter, von der Sozioökonomie, vom Grad des Erkrankungsrisikos und von weiteren Faktoren her. Beispiele: Altersgruppen sind unterschiedlich gefährdet, sich zu infizieren, in den verschiedenen Kantonen herrschen unterschiedliche Lebensbedingungen. Der Dialog mit den einzelnen gesellschaftlichen Gruppierungen muss deshalb individuell geführt werden. Das erschwert die Kommunikation im Vergleich mit Ländern, bei denen die Bevölkerungen homogener sind. Dr. Daniel Koch fragte (ich denke, wahrscheinlich rhetorisch), ob es sinnvoll sei, dass jeder einzelne Kanton eine eigene Spitalpolitik betreibt. Prof. Marcel Tanner, der langjährige Erfahrungen mit dem Gesundheitswesen in afrikanischen Ländern gemacht hat, schlägt u. a. vor, dass die Schweiz in Versorgungsregionen aufgeteilt wird, die gezielter beurteilt und behandelt werden könnten als jeder einzelne Kanton. Tanner ist auch der Meinung, dass die Verantwortlichen bei Corona zu lange auf die Propaganda gesetzt haben und früher mit einer effektiven Kommunikation hätten beginnen müssen.



### Individualismus versus Solidarität

Als grosse Problematik erwähnten die Referentin und Referenten allesamt im Zusammenhang mit der Impfverweigerung von zahlreichen Menschen, dass diese der Überzeugung sind, sie hätten «eigenverantwortlich» nachgedacht und könnten deshalb frei entscheiden. Da werde der Individualismus über das Gesamtwohl gesetzt, kritisierten die Fachleute auf dem Podium. Eigenverantwortung sei dann richtig, wenn die soziale Verantwortung einbezogen werde. Als Bild wurde verwendet: Wir sitzen alle im selben Boot. Und nur wenn alle in dieselbe Richtung rudern, kommen wir vorwärts. Wir müssen wieder lernen, Probleme gemeinsam als Gesellschaft anzugehen.

### Positive Erkenntnisse

Die Moderatorin Diana Bevilacqua erkundigte sich bei der Referentin und den Referenten nach Beispielen von positiven Erkenntnissen, die sie aus der Pandemie mitnehmen. Daniel Koch wand dem Bundesrat ein Kränzchen. Bei jeder Krise seien anfangs immer diejenigen Personen in der Führungsverantwortung, die auch sonst führen. In der Schweiz ist das der Bundesrat, und dieser habe gleich zu Beginn sehr gute Führungsentscheide getroffen, indem er zum Beispiel Schweizerinnen und Schweizer rasch per Flugzeug aus sehr risikobefrachteten Ländern in die Schweiz zurückfliegen liess. Barbara Gutzwiller erläuterte, dass die Handhabung der Kurzarbeitsentschädigungen sowie der Kreditvergabe her-



Die Protagonisten des Podiumsgesprächs: v.l.n.r. Dr. Daniel Koch, ehemaliger Leiter übertragbare Krankheiten, Bundesamt für Gesundheit BAG, Moderatorin Diana Bevilacqua, Prof. Marcel Tanner, Epidemiologe und ehemaliger Leiter des Schweizerischen Tropeninstituts, und Barbara Gutzwiller, ehemalige Direktorin Arbeitgeberverband Basel.

vorrangig funktioniert hat. Die Betriebe haben nicht sofort flächendeckend Mitarbeitende entlassen, sondern verantwortungsbewusst nur zu diesem Mittel gegriffen, wenn es unabdingbar war. Natürlich gebe es bei der Kreditvergabe einige schwarze Schafe, sie hoffe aber, dass diese erwischt werden.

Marcel Tanner lobte, dass die Schweiz das erste Land war, das Grossveranstaltungen verbot.

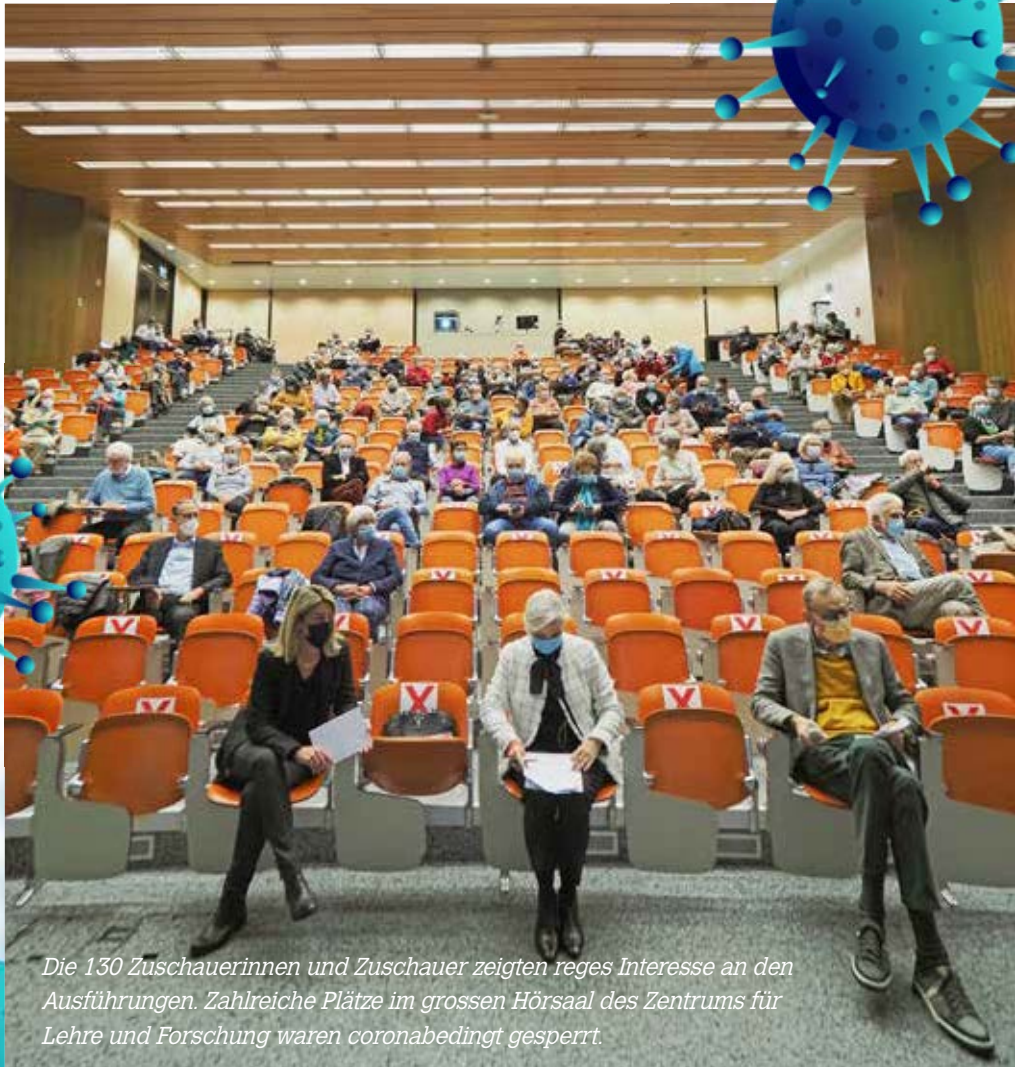
Aus den Erkenntnissen müssen nun die entsprechenden Lehren gezogen und umgesetzt werden. Daniel Koch wies

hierbei nochmals auf die Struktur der Schweiz hin. Sie sei sehr dezentral organisiert, weshalb es schwierig sei vorzusagen, welche Konsequenzen im Detail gezogen werden können.

Koch sorgte noch für ein Lächeln beim Publikum. Auf die Frage, ob die Fasnacht 2022 in Basel stattfinden könne, antwortete er: «Ich bin zuversichtlich, dass Basel eine zufriedenstellende Lösung für eine Durchführung findet.»

Text: Andreas Bitterlin

Fotos: Felix Räber



Die 130 Zuschauerinnen und Zuschauer zeigten reges Interesse an den Ausführungen. Zahlreiche Plätze im grossen Hörsaal des Zentrums für Lehre und Forschung waren coronabedingt gesperrt.

# Medikamentenabgabe an Demenzkranke

*Ein Gespräch mit Frau Dr. Regine Dubler, mehrjährige Leiterin eines Pflegezentrums für demenzkranke Menschen.*



*Interviewpartnerin Regine Dubler-Baretta*

Anfang August publizierte die NZZ einen Artikel, in dem sie sich kritisch mit dem Einsatz von Neuroleptika in Pflegeheimen auseinandersetzte. Begleitscheinungen von Demenz sind in vielen Fällen psychische Auffälligkeiten und Verhaltensstörungen. Oft, gemäss Recherchen der NZZ zu oft, wird dann von ärztlicher Seite die medikamentöse Ruhigstellung der Patientin/des Patienten verordnet. Um dem entgegenzutreten, wurde kürzlich ein Leitfaden für das Schweizer Heimpersonal verfasst, in dem vor dem falschen Gebrauch von Neuroleptika gewarnt wurde.

Zur Problematik rund um die Heimbetreuung von dementen Menschen habe ich mit der erfahrenen Fachfrau Dr. Regine Dubler ein Gespräch geführt.

**Barbara Doppler: Frau Dr. Dubler, teilen Sie die Einschätzung, dass in Pflegeheimen demente Menschen zu schnell und zu häufig mit starken Medikamenten sediert werden?**

Tendenziell sehe ich nicht nur Neuroleptika als Problem, sondern generell den hohen Verbrauch an Medikamenten bei Betagten. Die Philosophie bei der Betreuung und Behandlung alter Menschen sollte primär sein: Höchstmögliche Lebensqualität

erhalten, keine Schmerzen, keine Angst, keine unnötigen Therapien.

Unruhe ist bei Demenzkranken ein häufiges Phänomen. Es muss zwingend geklärt werden, was deren Ursprung sein könnte. Dazu braucht es spezielles Wissen, Erfahrung und Schulung, um die Zusammenhänge zu erkennen.

Ein Beispiel: Eine Pflegerin beobachtete eine äusserst unruhige Bewohnerin, die sich nicht artikulieren konnte. Die Pflegerin hatte eine spezielle Weiterbildung zum Thema Delir absolviert und wandte das neu erworbene Wissen in dieser Situation an. Sie nahm die dort abgegebene Checkliste zur Hand und veranlasste aufgrund ihrer Analyse einen einfachen Urintest mit dem Ergebnis, dass ein banaler Harnwegsinfekt vorlag. Dieser liess sich mit einem üblichen Antibiotikum einfach behandeln. Die Unruhe war ohne Einsatz eines (in diesem Fall wirkungslosen) Neuroleptikums verschwunden.

**Wie ist mit Medikamenten zu Ihrer Zeit umgegangen worden?**

Die Verantwortung für die Verordnung von Medikamenten liegt immer bei der Ärztin/dem Arzt. Wichtig ist jedoch immer der Austausch zwischen ärztlichen Fachpersonen und Pflegepersonal. Ob dement oder nicht, die Dosierung von Medikamenten sollte im (hohen) Alter immer wieder überprüft und bei Bedarf angepasst und neu eingestellt werden.

Auch Depression oder Unruhe sind Leiden, die es zu behandeln gilt. Im Altersbereich sollte immer die Maxime gelten, die beste Lebensqualität zu ermöglichen. Eine Demenz lässt sich nicht heilen, aber es gibt viele Möglichkeiten, nicht nur medikamentöse, um die Symptome zu lindern.

**Wurde das Betreuungspersonal speziell für den Umgang mit «schwierigen» Patientinnen und Patienten geschult?**

Wissen und Schulung sind das A und O, aber es braucht eine grosse Portion Empathie, Geduld und Fantasie. Man muss oft improvisieren können. Zudem muss das Heimkonzept stimmen, und

es braucht genügend qualifiziertes Personal und Zeit. Die Pflege Demenzkranker ist nicht jedermanns Sache. Es gibt Pflegenden, die aus sich heraus richtige Massnahmen treffen, die den Draht zu Demenzkranken sofort haben. So hatte zum Beispiel eine Mitarbeiterin in schwierigen Situationen dann grossen Erfolg, wenn sie die Gitarre hervorholte und mit Singsen ansetzte. Rasch wurde es ruhig, alle hörten gebannt zu. Aber es war auch eine Wohngruppe, die mit Musik zu begeistern war. In vielen Fällen wirkt ein Spaziergang Wunder. Regelmässige Fallbesprechungen mit dem Alterspsychiater sind ein wichtiger Ansatz, wenn es darum geht, schwierige Situationen zu bewältigen. In einem gemeinsamen Konsens werden jeweils Lösungsansätze erarbeitet, wie man am besten in der Betreuung einer Person weiterfahren würde.

**Welche Begleitmassnahmen räumlicher oder personeller Natur könnten helfen, problematische Ereignisse zu entschärfen?**

Bei Demenz hilft es, im räumlichen Umfeld für gute Orientierungsmöglichkeiten zu sorgen und die Möglichkeit zum Rückzug, aber auch zur Gemeinschaft zu bieten. Der Einsatz einer Milieu-Therapie ist eine gute Möglichkeit, damit sich eine demente Person wohlfühlt. Die Zusammensetzung der Gruppe muss stimmen, seitens Bewohnenden und Pflegenden. So hatten wir zum Beispiel eine Bewohnerin aus dem Welschland, die in einer Gruppe mit rein Deutschsprachigen nicht klar kam, sie entwickelte ein sehr auffälliges Verhalten. Erst als wir sie in eine Wohngruppe verlegten, wo das Milieu weitgehend französisch geprägt war, beruhigte sie sich. Die Verständigung klappte, und sie fand sogar eine Gesprächspartnerin, mit der sie sich gut verstand.

Aus der Biografie der Betroffenen können Alltagsgestaltung und Tagesstruktur abgeleitet werden. Wer nie gerne gemalt oder gestrickt hat, wird sicher nicht glücklich, wenn er in einen Mal- oder Stricknachmittag geschickt wird.

**In einem kürzlich veröffentlichten Leitfaden für das Schweizer Heimpersonal wird vor dem falschen Gebrauch von Neuroleptika gewarnt. Reichen solche Empfehlungen, um den Einsatz von sedierenden Medikamenten zu senken?**

Manche Heime sind noch geprägt von der medizinischen Pflege. Die Personalknappheit erschwert zudem die Umsetzung von guten Konzepten. Die nötige Zuwendung braucht Zeit. Und Zeit ist ein knappes Gut. Wenn der Personaletat knapp ist, wird nur das Nötigste gemacht. Aber ich stehe auch ganz klar dahinter, dass es Situationen gibt, die den Einsatz von Neuroleptika erforderlich machen. Eine gute Absprache mit der Ärztin bzw. dem Arzt ist dabei unabdingbar. Und die Angehörigen müssen einbezogen sein.

Im Heim- bzw. Pflegekonzept wird umschrieben, wie der Umgang mit den Bewohnenden zu gestalten ist, auch mit Demenzkranken. Denn Demenzkranke können ihre Bedürfnisse nicht immer selbst formulieren. Bewährte Methoden in der Demenzpflege ergänzen die Medikamente: Milieuthérapie, Validation (eine Kommunikationsform), Biografiearbeit (es wird auf die Lebensumstände

zurückgegriffen) oder basale Stimulation. Eine fixe Tagesstruktur gibt Sicherheit und Orientierung. Medikamente sollten in meinen Augen per se nicht verteufelt, sondern bedarfsgerecht und vorsichtig eingesetzt werden, unter Berücksichtigung dessen, dass die Wirkung bei Betagten eine andere ist als bei jüngeren Menschen. Besonders nach einem Spitalaufenthalt ist die situationsgerechte Medikamentengabe oft nötig.

Ziel muss immer sein, dass sich die Bewohnenden wohlfühlen.

Dass freiheitsbeschränkende Massnahmen (z. B. Fixieren) auf ein absolutes Minimum zu beschränken sind und nur in begründeten Fällen eingesetzt werden, ist bereits eine gesetzliche Vorgabe.

**Haben Sie Angehörige eher als vertrauensvoll und unterstützend oder als zu misstrauisch und behindernd erlebt?**

Die positiven Begegnungen überwiegen! Wenn zwischen Angehörigen und Betreuenden ein Vertrauensverhältnis besteht, sind die Angehörigen eine wichtige Ressource, die für alle gewinnbringend eingesetzt werden kann. Wichtig erscheint

mir, bereits vor einem Heimeintritt zu kommunizieren, was im Haus wie gemäht wird. Es gilt, sich Zeit zu nehmen, die Erwartungen der Angehörigen zu klären.

Es gilt aber auch, kritischen Äusserungen gegenüber offen zu bleiben. Im gemeinsamen Gespräch sollen Lösungen gefunden werden. Aber es gibt leider auch Situationen, da «passt es nicht zusammen», das Heim kann die gestellten Erwartungen nicht erfüllen. Dann ist wohl ein Heimwechsel für alle Beteiligten das Beste. Aber ich möchte betonen, dass dies der worst case ist. In der Regel lassen sich immer Lösungen finden.

**Fazit**

Als Fazit kann festgehalten werden, dass es ein Engagement von ärztlicher wie von pflegerischer Seite braucht, um die Betreuung und Behandlung von demenzkranken Menschen optimal zu gestalten. Viele Heime sind dabei auf einem guten Weg und verdienen unser Vertrauen.

Herzlichen Dank an Frau Dr. Dubler für dieses Gespräch.

*Interview: Barbara Doppler, SVNW*



# Gute Betreuung im Alter – ein ungedeckter Bedarf, der finanzierbar ist

*In der Schweiz sind 620'000 ältere Menschen auf Betreuung angewiesen. Und es werden immer mehr. Nun zeigt eine neue, von der Paul-Schiller-Stiftung herausgegebene Studie, was gute Betreuung für alle Betagten kostet und wie diese beispielsweise mit einem Betreuungsgeld für Betreuungszeit finanziert werden könnte.*

Aufgrund der demografischen Entwicklung werden im Jahr 2050 doppelt so viele über 80-Jährige in der Schweiz leben als heute. Damit nimmt auch die Zahl jener stark zu, die eine psychosoziale Betreuung benötigen, um möglichst lange selbstständig ihren Alltag zu gestalten und am gesellschaftlichen Leben teilnehmen zu können.

Um den Mehrbedarf an guter Betreuung für ältere Menschen zu quantifizieren, führte BSS Basel im Auftrag der Paul-Schiller-Stiftung Erhebungen bei stationären Einrichtungen und Spitex-Organisationen durch. Die Ergebnisse wurden unter Verwendung verschiedener statistischer Grundlagen auf die Gesamtschweiz hochgerechnet.

**Für den stationären Bereich wurde der Mehrbedarf an Betreuung auf 50 bis 70 Minuten pro Tag und betreutem älteren Menschen geschätzt. Im ambulanten Bereich beläuft sich der Mehrbedarf von 8 bis 30 Minuten pro Tag und Person. Zur Sicherstellung einer guten Betreuung im Alter müssten insgesamt 14 bis 28 Mio. Stunden an zusätzlicher professionell geleisteter Betreuungszeit pro Jahr zur Verfügung**

**stehen. Die jährlichen Kosten des Mehrbedarfs an guter Betreuung liegen zwischen 800 und 1600 Mio. Franken.**

Neben diesen Kosten für die eigentlichen Betreuungsleistungen sind weitere Kostenelemente zu berücksichtigen. Dabei ist insbesondere an die Bedarfsabklärungen sowie den Aufbau des Finanzierungssystems und die Qualitätssicherung zu denken.

Die Studie prüft verschiedene Finanzierungsvarianten:

- die Vergütung der Betreuungskosten über die Ergänzungsleistungen
- eine Betreuungsentschädigung in Anlehnung an die Hilflosenentschädigung – «Betreuungsgutsprachen» (ähnlich wie ein Pilotprojekt in der Stadt Bern)
- eine Anstossfinanzierung durch den Bund und weiterführende Finanzierung durch die Kantone

Alle vier Varianten weisen – neben verschiedenen Stärken – auch substanzielle Schwachpunkte auf. Im Rahmen der Studie wurde daher ein fünftes Finanzierungsmodell erarbeitet: das Förder- und

Finanzierungsprogramm «Betreuungsgeld». Das Modell wäre unabhängig von der Wohnform anwendbar und beinhaltet folgende Elemente:

- Subjektorientiertes Element: Personen mit einem Betreuungsbedarf bezahlen für das ihnen zugesprochene Stundenkontingent an Betreuung reduzierte Tarife, wenn sie bei einer anerkannten Organisation oder Institution Betreuungsleistungen in Anspruch nehmen. Die Subventionierung erfolgt durch die Kantone und Gemeinden. Die Empfänger leisten einen Eigenbeitrag. Ziel ist eine finanzielle Entlastung der Mittelschicht, um den Zugang im Vergleich zu heute zu verbessern. Wenn eine Person die (reduzierten) Tarife nicht bezahlen kann, werden diese von den Ergänzungsleistungen (EL) zur AHV übernommen.
- Objektorientiertes Element: Ergänzend erfolgt eine Objektfinanzierung von Organisationen, die Betreuungsleistungen anbieten. Damit werden einerseits Projekte zur Qualitätsentwicklung und -sicherung gefördert und andererseits spezifische Angebote der aufsuchenden Sozialen Arbeit unterstützt. Auch die Kosten zur Bedarfsabklärung werden vom Bund übernommen, um einheitliche Qualitätsstandards und Abläufe sicherzustellen.

Die Studienresultate zeigen deutlich: Es besteht ein grosser, ungedeckter Betreuungsbedarf in der Schweiz. Insbesondere mit Blick auf den rasch ansteigenden Anteil älterer Menschen muss diese Versorgungslücke geschlossen werden. Die zentrale Frage dabei ist, ob und wie gute Betreuung im Alter staatlich (mit-)finanziert werden soll. Die Studie liefert hierzu einen zukunftsweisenden Vorschlag.

*Prof. Dr. Carlo Knöpfel, Sozialwissenschaftler, Hochschule für Soziale Arbeit FHNW*



# FRÜHLING IN SÜDITALIEN

REISEGENUSS IM KÖNIGSKLASSE-LUXUSBUS

MAX. 30 PERSONEN, 90 CM SITZABSTAND

SOFORTPREIS-  
RABATT BIS CHF  
**300**  
SPAREN!

## GÖTTERINSEL SIZILIEN

- 1. Tag: Schweiz – Genua**  
Fahrt nach Genua. Stadtrundfahrt und Einschiffung auf die Fähre.
- 2. Tag: Auf See – Palermo – Mondello**  
Tag an Bord. Abends Ankunft in Palermo.
- 3. Tag: Ausflug Monreale & Palermo**  
Heute widmen wir uns den Sehenswürdigkeiten von Monreale und Palermo.
- 4. Tag: Mondello – Segesta – Agrigent**  
Besichtigung des dorischen Tempels. Besuch eines Weinguts mit Verkostung.
- 5. Tag: Agrigent – Roccalumera**  
Besuch des «Tal der Tempel» und der Ausgrabungsstätte von Piazza Armerina.
- 6. Tag: Ausflug Ätna & Taormina**  
Panoramafahrt entlang der Flanken des Ätna. Besuch in Taormina.
- 7. Tag: Roccalumera, Ausflug Siracusa**  
Besichtigung einer Katakombe.
- 8. Tag: Roccalumera, Aeolische Inseln\*\***  
Besuch der Inseln Lipari und Vulcano.
- 9. Tag: Roccalumera – Cefalù – Palermo**  
Halt im Cefalù. In Palermo Einschiffung.
- 10. Tag: Neapel – Orvieto – Castiglion**  
Ausschiffung in Neapel. Mittagshalt in Orvieto und Fahrt nach Castiglion.
- 11. Tag: Castiglion – Schweiz**



BUSREISEN | KÖNIGSKLASSE\*

11 Tage ab CHF **1890**

REISEDATEN 2022 (MI – SA)

**1:** 30.03.–09.04. **7:** 11.05.–21.05.  
**2:** 06.04.–16.04. **8:** 18.05.–28.05.  
**3:** 13.04.–23.04. **9:** 07.09.–17.09.  
**4:** 20.04.–30.04. **10:** 14.09.–24.09.  
**5:** 27.04.–07.05. **11:** 21.09.–01.10.  
**6:** 04.05.–14.05.

UNSERE LEISTUNGEN

- Fahrt mit Königsklasse-Luxusbuss
- Übernachtung in guten Mittel- und Erstklasshotels
- Schiffspassagen (Innenkabine, ohne Mahlzeiten)
- 8 x Frühstück, 7 x Abendessen
- Ausflüge, Eintritte und Besichtigungen gemäss Programm

PRO PERSON IN CHF Katalogpreis\* Sofortpreis

11 Tage im DZ **2190** **1970**  
Einzelzimmerzuschlag **350**  
Reduktion Reise 1, 2 **- 80**  
Doppelzimmer Meerseite (in Mondello und Roccalumera) **95**  
Kabinenzuschlag: Doppel aussen **65**  
Ausflug Aeolische Inseln\*\* **110**

SCHIFFSPASSAGEN

Genua – Palermo – Neapel, je 1 Nacht mit Fährschiffen von GNV.

IHRE HOTELS

Wir wohnen acht Nächte in **guten Mittel- und Erstklasshotels** in Mondello, Agrigent, Roccalumera, Castiglion.

Online buchen und CHF 25 sparen.  
Buchungscode: kgoet

## APULIEN UND SORRENT

- 1. Tag: Schweiz – Chianciano Terme**  
Hinfahrt nach Chianciano Terme.
- 2. Tag: Ch. Terme – Castellammare**  
Fahrt an den Golf von Neapel. Geführte Besichtigung in Pompeji.
- 3. Tag: Sorrentinische Halbinsel**  
Geführter Ausflug Sorrent. Halbinsel. Degustation lokaler Köstlichkeiten.
- 4. Tag: Castellammare – Torre Canne**  
Fahrt nach Torre Canne. Unterwegs geführter Rundgang in Matera.
- 5. Tag: Ausflug Ostuni – Alberobello**  
Besuch von Ostuni und Alberobello. Danach Besichtigung der Tropfsteinhöhlen von Castellana. Abendessen in typisch apulischer Masseria.
- 6. Tag: Torre Canne, Ausflug Lecce\*\***  
Geführter Stadtrundgang in Lecce und Besuch der kleinen Hafenstadt Gallipoli.
- 7. Tag: Torre Canne – Trani – Vieste**  
Geführte Besichtigung des Schlosses Castel del Monte und Besuch in Trani.
- 8. Tag: Vieste, freier Tag an der Adria**  
Tag zur freien Verfügung um das Meer und Vieste zu geniessen.
- 9. Tag: Vieste – Fano**  
Fahrt entlang der Küste nach Fano.
- 10. Tag: Fano – Schweiz**



BUSREISEN | KÖNIGSKLASSE\*

10 Tage ab CHF **1290**

REISEDATEN 2022 (DO – SA)

**1:** 21.04.–30.04. **6:** 01.09.–10.09.  
**2:** 22.04.–01.05. **7:** 08.09.–17.09.  
**3:** 28.04.–07.05. **8:** 15.09.–24.09.  
**4:** 05.05.–14.05. **9:** 22.09.–01.10.  
**5:** 12.05.–21.05. **10:** 23.09.–02.10.  
**11:** 29.09.–08.10.

UNSERE LEISTUNGEN

- Fahrt mit Königsklasse-Luxusbuss – Spardaten mit Komfortklasse-Bus
- Übernachtung in Mittel- und guten Mittelklasshotels
- 9 x Halbpension
- Ausflüge, Eintritte und Besichtigungen gemäss Programm

PRO PERSON IN CHF Katalogpreis\* Sofortpreis

10 Tage im DZ **1820** **1640**  
Einzelzimmerzuschlag **245**  
Spardaten in Komfortklasse Reise 2, 10 (Fr – So) **1290**  
Reduktion Reise 11 **- 100**  
Doppelzimmer zur Meerseite (Castella, Torre Canne und Fano) **85**  
Ausflug Lecce\*\* **49**

IHRE HOTEL

Wir wohnen neun Nächte in **Mittel- und guten Mittelklasshotels** in Chianciano Terme, Castellammare, Torre Canne, Vieste und Fano.

Online buchen und CHF 25 sparen.  
Buchungscode: kapul / hapul

**Abfahrtsorte:** Wil, Burgdorf, Winterthur, Basel, Arlesheim, Zürich-Flughafen, Aarau, Baden-Rütihof, Arth-Goldau. **Bei allen Reisen:** Audio-System auf Rundgängen, erfahrener Reisechauffeur. **Nicht inbegriffen:** Annullierungskosten-, Assistance- & Corona-Versicherung, Auftragspauschale von CHF 25 entfällt bei Onlinebuchung. \*KATALOGPREIS: Gültig bei starker Nachfrage (ab 50% Belegung) und 1 Monat vor Abreise. \*\*Fakultative Zusatzleistungen.

**JETZT BUCHEN:**  
056 484 84 84 ODER WWW.TWERENBOLD.CH

Reisen in guter Gesellschaft 

# Rätsecke

schweiz. Farbfabrikant † 1928	Ort mit Flugplatz im Kt. OW	Abk.: Eidg.-Demokrat. Union		Gemeinde im Kt. SG		Weinbau-stadt im Piemont		Fluss im Berner Oberland		Ton-künstlerin		schmaler Weg		parlam. Untersuchungs-komm.		Miss Schweiz 2002 (Nadine)
						Schweiz. Obst-verband										
Abk.: Eidg. Personalamt		menschen-ähnli. Wurzel		Kitzel		engl.: geben		Vorn. v. Stände-rätin Graf						Schul-fach (Kw.)		Gottes-erkenntnis
			Berg am Vier-waldstät-tersee	6				ent-kramp-fen				motori-siertes Klein-fahrzeug			Autokz. Kanton Zug	
schweiz. Autor † 2000 (René)			Lehrer Samuels				Winter-sportort im Sim-mental						Flächen-mass Mz.			7
					Männer-name		Wein-stock		öffentl. Verstei-gerung	3					Siegerin im Wett-kampf	
Stadt im Kanton Grau-bünden			Bewoh-ner einer schweiz. Stadt			2							eh. CH-Skiren-nfahrerin (Erika)			
	5			Brauch, Gewohn-heit		Kurs-abstand (Börse)							kleiner Wagen			einhei-mische Gift-pflanze
hoch-betagter Mann	Ver-geltung Übender		Christus-mono-gramm			zeit-weise Über-lassung			Muschel-art Mz.			Anti-transpi-rant (Kw.)		schweiz. Konsu-menten-stiftung		
					über-dachter Haus-vorbau									Kummer, Schmerz		engl.: bei, neben
alt Bun-desrat (Joseph)		Horn-schuhe vieler Tiere				Augen-blick, im ...			An-schafung							
					austral. Hard-rock-Band		schweiz. Grafiker † 2015 (Hans)	Punkte-stand (engl.)							Abk.: New York	
			Schweiz. Gewerkschafts-bund	Fremd-wort f. aufge-weckt			4			Abk.: Listen-preis	sowieso				Halbton unter C	arab. Wüsten-brunnen
Abk.: Schweiz. Curling-verband		Nasal-laut		Brüh-wurst										engl. Taxi		1
Region in Grau-bünden								Abk.: Rappen				Glarner Alpen-gipfel 3614m				
additiver Farb-raum				frz.: Hund					8	schweiz. Kabaret-tist † (Cés)						

1	2	3	4	5	6	7	8
---	---	---	---	---	---	---	---

## RAIFFEISEN

T	R	D	A	K	A	L	P									
F	R	E	U	L	E	R	K	O	E	L	L	I	K	E	R	
O	S	P	T	T	R	T	O	M	M	E	O					
I	G	E	L	A	H	U	T	T	E	M	F	G				
E	G	M	I	S	O	X	C	R	A	Y	O	N				
N	A	T	E	L	N	P	A	P	E	T	R	O				
Z	D	O	N	A	R	F	E	I	S							
A	E	L	A	C	A	R	N	P	F	A	N	N	E			
M	A	L	U	N	S	P	E	T	A	A	B	T				
P	E	L	E	H	E	M	M	I	L	L	S					
I	R	E	P	I	Z	O	L	P	K	O	P					
F	R	I	E	D	E	N	T	L	A	E	R	C	H	E		
I	N	T	K	O	C	H	G	E	O	Z						
S	U	C	E	V	I	D	A	U	T	I						
S	C	H	W	I	N	G	E	N	S	H	I	Z	Z	O	E	
H	U	E	S	T	L	A	V	A	B	O	R	N	S			

FROHSINN



Lösungswort einsenden an:  
 raetselautonom@gmx.ch  
 oder an: SVNW, Postfach, 4001 Basel  
**Einsendeschluss: 25. Februar 2022**

Mit der richtigen Lösung der Herbstausgabe 2021 gewinnt Frau Erika Bloch das von der Raiffeisenbank Nordwestschweiz gestiftete Goldvreneli. Frau Bloch hat sich sehr über das Präsent gefreut. Von links: Johanna Sägesser (Leiterin Kundenberatung Raiffeisenbank Reinach), Erika Bloch (Gewinnerin des Rätsels der autonom-Herbstauegabe)