

viva!

Das Magazin
für Lebensfreude.
Herausgegeben von der
Viva Luzern AG.



Frei-willig.

Von der freiwilligen Mitarbeit
bis zum freien Willen.

Erfinden

Assistenzsysteme helfen in der Pflege.

Frag viva!

Wie bleibe ich selbstbestimmt?

Engagement

Freiwilligenarbeit: Wertvolle Hilfe.



**Beat Däppeler, Verwaltungsratspräsident Viva Luzern AG,
und Beat Demarmels, Geschäftsführer Viva Luzern AG**

viva!

Liebe Luzernerinnen und Luzerner

Bereits seit mehr als einem Jahr ist Viva Luzern operativ tätig. Dass es Viva Luzern überhaupt gibt, ist dem Willen des Luzerner Stimmvolkes zu verdanken. Nun könnten wir – etwas ketzerisch – fragen, wie frei denn der freie Wille wirklich ist. Und dabei meinen wir nicht die Beeinflussung durch Werbeplakate, Standaktionen und Stammtischgespräche.

Dass unser Hirn fremdgesteuert ist, behaupten zumindest einige Wissenschaftler. Wie sie zu dieser Aussage kommen und worin sich die ethische Idee des freien Willens manifestiert, lesen Sie in dieser Ausgabe des viva! Magazins.

**«Wir setzen uns für
grösstmögliche Individualität
und Autonomie ein.»**

Beat Demarmels,
Geschäftsführer Viva Luzern AG

Eng verknüpft mit dem Gedanken des freien Willens ist der Anspruch auf «Selbstbestimmung». Dieser hat gerade in der heutigen Zeit einen immer grösseren Stellenwert in der Gesellschaft erreicht. Selber über sein Leben zu bestimmen, und zwar bis zum Tod – aber wie? Angela Marfurt, Leiterin der KESB Stadt Luzern, zeigt Ihnen den Unterschied zwischen einer Patientenverfügung und einem Vorsorgeauftrag – und

auch deren Notwendigkeit. Damit das Leben bis am Ende selbstbestimmt gelebt werden kann, sind aber auch Institutionen notwendig, die ein solches ermöglichen. Welche Rahmenbedingungen Viva Luzern dafür geschaffen hat, erfahren Sie in unserem «Standpunkt».

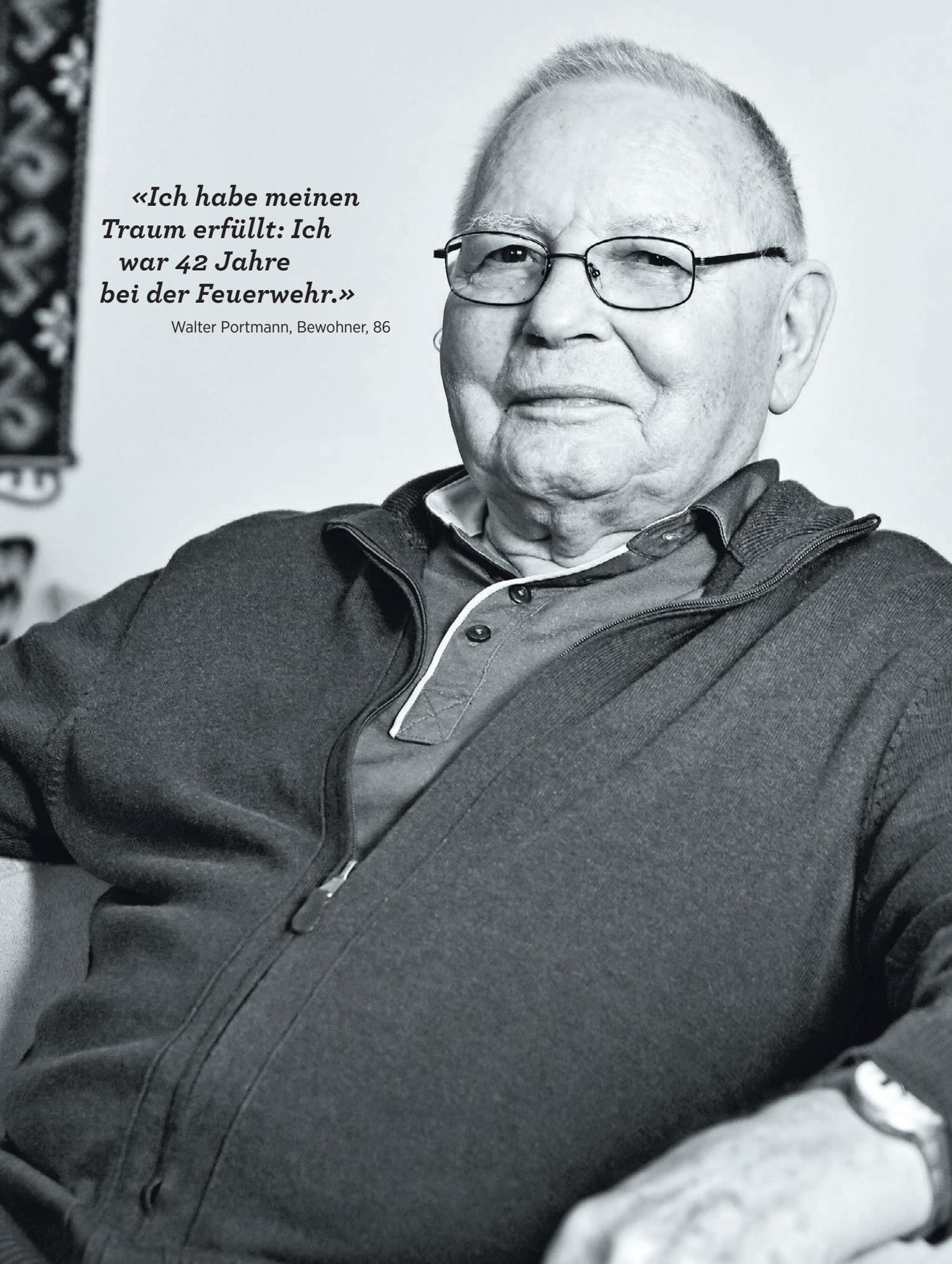
Das Thema «Freier Wille» wäre aber alles andere als vollständig ohne die freiwillige Mitarbeit. Durch die Gründung des Schweizerischen Roten Kreuzes im Jahr 1866 gilt die Schweiz quasi als Geburtsstätte der Freiwilligenarbeit. So darf auch Viva Luzern auf zahlreiche freiwillige Mitarbeitende zählen. Herzlichen Dank an dieser Stelle für ihr grossartiges Engagement. Was sie dabei motiviert, erfahren Sie in dieser Ausgabe.

Wir wünschen Ihnen viel Spass beim Entdecken der Vielschichtigkeit des freien Willens und grüssen Sie herzlichst.

Beat Däppeler 
Beat Däppeler Beat Demarmels

«Ich habe meinen Traum erfüllt: Ich war 42 Jahre bei der Feuerwehr.»

Walter Portmann, Bewohner, 86



Frei-willig

14

Herr über sich und seine Entscheidungen zu sein, ist ein hohes Gut. Es ist den Menschen wichtig, und dafür sorgen sie vor. Sie gehen freiwillig ins Betagtenzentrum, planen die Zukunft – bis in den Tod – und leisten freiwillige Arbeit. Doch wie frei ist der freie Wille letztlich wirklich?



Engagement 6

Freiwilligenarbeit – fast ein Drittel tut es.



Wohlfühlen 10

Trink dich fit – Wasser kann mehr als nur den Durst stillen.



Erfinden 24

Intelligente Pflaster wachen über unsere Körperfunktionen.



Frag Viva! 26

Wissenswert: Vorsorgeauftrag und Patientenverfügung.



Gesichter 28

Ihre Entscheidung: Der Eintritt ins Betagtenzentrum.



Standpunkt 36

Selbstbestimmtes Wohnen und Leben im Pflegeheim.

Impressum

Herausgeberin
Viva Luzern AG
Schützenstrasse 2
6003 Luzern

Redaktion
Corina Beccarelli

Kontakt
redaktion@vivaluzern.ch
Telefon 041 208 70 70

Anzeigen
Corina Beccarelli

Redaktionelle Mitarbeit
S. Caldart, B. Däppeler,
B. Demarmels, I. Erni-
Fellmann, D. Fankhauser,
C. Hürlimann, S. Jost,
R. von Wartburg, J. Höliner,
D. Meier-Allmendinger,
R. Baumann-Hölzle

Artredaktion und Grafik
vonwartburg.ch

Fotos
Dany Schulthess/iStock

Druck
Brunner AG, Kriens

Korrektur
korrigiert.ch

Auflage
7500 Exemplare

Erscheinung
Zweimal jährlich

viva! abonnieren
Telefon 041 208 70 70
redaktion@vivaluzern.ch
www.vivaluzern.ch

Freiwilligenarbeit – eine Bereicherung für alle.

In der Schweiz leisten beachtlich viele Menschen Freiwilligenarbeit. Im Jahr 2013 zählte das Bundesamt für Statistik fast einen Drittel der ständigen Wohnbevölkerung ab 15 Jahren, der Freiwilligenarbeit ausübte. Dabei reichen die Motive von rein selbstbezogenen bis vollkommen altruistischen Beweggründen.

Institutionalisierte und informelle Freiwilligenarbeit

Unbezahlte, freiwillige Tätigkeiten, die im Rahmen eines Vereins, einer Organisation oder einer Institution erbracht werden, werden unter dem Begriff der institutionalisierten Freiwilligenarbeit geführt. 2013 führte jede fünfte Person eine solche Tätigkeit aus. Das entspricht

rund 1,4 Millionen Menschen. Dabei engagieren sich Männer stärker im institutionalisierten Bereich als Frauen. Informelle Freiwilligenarbeit bezeichnet unbezahlte, freiwillige Tätigkeiten für andere Haushalte, die nicht in einem organisierten Rahmen stattfinden,

sondern auf privater Initiative basieren. Dazu zählen Nachbarschaftshilfe, Kinderbetreuung, Dienstleistungen oder Pflegeaufgaben für Verwandte und Bekannte, die nicht im selben Haushalt leben. In diesem Bereich ist das Engagement ebenfalls gross: Mehr als 18 Prozent der ständigen Wohnbevölkerung leistet solche Dienste. Dies entspricht 1,3 Millionen Menschen, wobei der Frauenanteil in diesem Bereich um 10 Prozent grösser ist als der Anteil Männer.

«Zeit, die wir uns nehmen, ist Zeit, die uns etwas gibt.»

Ernst Ferstl *1955

Zeit schenken

Durchschnittlich 13,3 Stunden pro Monat wendet eine Person für ihre Tätigkeiten in der institutionalisierten Freiwilligenarbeit auf. Die Aktiven in der informellen Freiwilligenarbeit setzen rund 2 Stunden mehr pro Monat für unbezahlte Arbeiten ein. Für das Jahr 2013 ergibt das ein geschätztes Gesamtvolumen von 665 Millionen Stunden. Im Vergleich dazu wurden im gesamten Gesundheits- und Sozialwesen im Jahr 2013 rund 853 Millionen Stunden bezahlt gearbeitet.

Wofür wird institutionalisierte Freiwilligenarbeit geleistet?

Männer und Frauen leisten mit Abstand am meisten Freiwilligenarbeit für Sportclubs und kulturelle Vereine. Je feiner die Abstufung gemacht wird, desto unterschiedlicher werden aber die Bereiche, in denen sich die Frauen und Männer engagieren. So kommen die Interessensvereinigungen bei den Männern an dritter Stelle. Politische Parteien und kirchliche Institutionen findet man am Schluss der Liste. Frauen hingegen engagieren sich sozial-karitativ sowie in kirchlichen Institutionen. Am geringsten – und deutlich geringer als bei den Männern – ist das Engagement ebenfalls im politischen Bereich.

Freiwilligenmitarbeit bei Viva Luzern

Die Freiwilligenmitarbeit in den Betrieben von Viva Luzern hat eine lange Tradition. Dabei erbringen etwa 160 freiwillige Mitarbeitende unentgeltlich Dienstleistungen wie zum Beispiel eine Bewohnerin oder einen Bewohner auf dem Spaziergang oder zum Arzt zu begleiten, gemeinsam Kaffee zu trinken und Gespräche zu führen oder zu musizieren und zu singen. Sie bereichern so – mit kleinen Gesten – den Alltag unserer Bewohnerinnen und Bewohner. Die Freiwilligenmitarbeit ist eine wertvolle und sehr geschätzte Ergänzung zur professionellen Tätigkeit unseres Fachpersonals. Haben Sie Lust, sich freiwillig zu betätigen? Dann freuen wir uns sehr über Ihre Kontaktaufnahme. Alle Angaben finden Sie auf Seite 30.

Wer engagiert sich freiwillig?

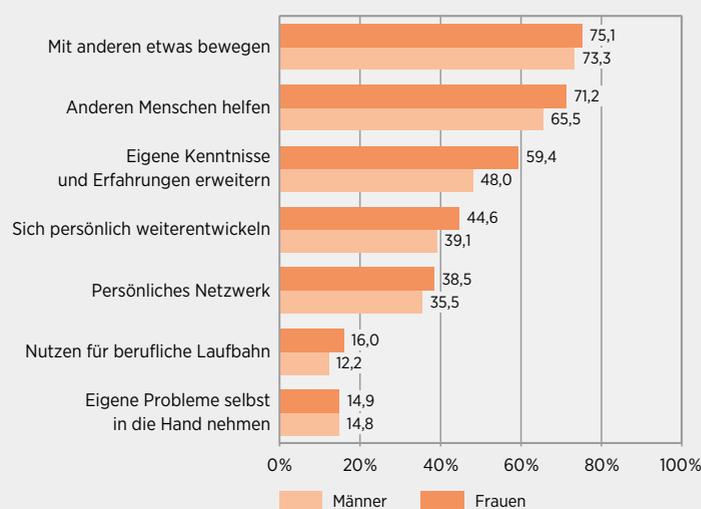
Nach Altersgruppen betrachtet schwanken die Beteiligungsquoten kaum. In Bezug aber auf die soziodemografischen Merkmale insgesamt kann eine typisch freiwillig tätige Person wie folgt beschrieben werden: Sie ist 40- bis 54-jährig, hat einen höheren Bildungsabschluss und lebt in einem Paarhaushalt mit Kindern, ist berufstätig und/oder Hausfrau. Es sind also nicht in erster Linie Menschen, die besonders viel freie Zeit haben. Vielmehr handelt es sich meist um Personen, die aufgrund ihres Alters, ihrer Bildung oder ihrer Familien- und Erwerbssituation gute Qualifikationen mitbringen und gesellschaftlich integriert sind. Eine deutlich tiefere Beteiligung zeigt sich bei Arbeitssuchenden sowie Personen in Ausbildung.

Das Motiv

Das freiwillige Engagement folgt verschiedenen Motiven und Bedürfnissen. Insgesamt zeichnet sich eine Mischung von altruistischen und stärker selbstbezogenen Beweggründen ab. Etwa drei Viertel der formell tätigen Personen schätzen

an ihrem Engagement die Möglichkeit, zusammen mit anderen Menschen etwas bewegen zu können. Dass sie damit anderen Menschen helfen, steht für 68 Prozent im Vordergrund. Etwas mehr als die Hälfte will durch das Engagement die eigenen Kenntnisse und Erfahrungen erweitern. Dabei unterscheiden sich die Frauen und Männer in ihren Motiven kaum, jedoch wurden von Frauen etwas häufiger der Aspekt des Helfens und der Verbesserung eigener Erfahrungen und Kenntnisse sowie die persönliche Weiterentwicklung genannt. Und obschon die Wertschätzung und Anerkennung der freiwilligen Arbeit zugenommen hat und sich in der Steigerung symbolischer und kleinerer Vergütungen – in Form von Weiterbildungsangeboten und Ausstellung von Zeugnissen – ablesen lässt, sehen die Freiwilligen finanzielle Anreize nicht als Schlüsselgrösse für die Mobilisierung. Wichtiger scheint demgegenüber die Anerkennung der geleisteten Arbeit, sei es von Seiten der Organisationen oder auch durch den Staat und die Öffentlichkeit. ■

Die Motive für institutionalisierte Freiwilligenarbeit



Quellen: Bundesamt für Statistik (BFS), Freiwilligen-Monitor Schweiz | Grafik: SGG, Freiwilligen-Monitor, Befragung 2014 (Telefoninterview) © BFS 2015

Darum engagiere ich mich persönlich ...

Mein schönstes Erlebnis in einem Betagtenzentrum.



«An einem Sonntagvormittag holte ich ausnahmsweise einen Bewohner im Spital ab. Als ich ihn im Staffelnhof auf die Station brachte, freuten sich alle, ihn wiederzusehen. Im Gang beim Tischli waren drei Personen und ich setzte mich zu ihnen. Spontan nahm ein Herr seine Mundharmonika hervor, gab uns ein Blatt und wir begannen, zusammen ein paar einfache Lieder zu singen. Das war für die Bewohner eine schöne Abwechslung und für mich ein wunderschönes Erlebnis, da ich einerseits selber gerne singe und vor allem, weil ich gesehen habe, wie sehr sich die Bewohner darüber freuen.»

Martha Rottenberger, freiwillige Mitarbeiterin im Viva Luzern Staffelnhof

Was genau machen Sie als freiwillige Helferin?



«In erster Linie begleite ich betagte Menschen. Sie erzählen mir von ihrem Leben. Neben der Begleitung arbeite ich in der Bibliothek im Eichhof und helfe Personen, ein passendes Buch zu finden. Auch hier reden wir viel und es ist immer sehr herzlich. Auch mache ich Lottos und bereite die Preise vor. Mir ist es wichtig, dass die Preise schön daherkommen. Es gibt z.B. ein Päckli Nastüchli zu gewinnen, mit einer Fuss- oder Handcreme, einer Schokolade oder einem Biskuit dazu. Ich mache das sehr gerne und habe Freude an dieser Beschäftigung. Ich kann kreativ sein und meiner Fantasie freien Lauf lassen.»

Marlis Spoerri, freiwillige Mitarbeiterin im Viva Luzern Eichhof

Was motiviert Sie, freiwillige Arbeit zu leisten?



«Nach dem Tod meiner Mutter, die am Ende ihres Lebens in einer Pflegeinstitution lebte, wollte ich weiterhin etwas für andere Menschen tun. Bei den Besuchen meiner Mutter habe ich jeweils Mitbewohnende gesehen, die selten Besuch erhielten. Diese Erfahrung und meine generelle Haltung zum Thema Wohltätigkeit haben mich bewogen, freiwillige Arbeit zu leisten. Es kostet mich nichts, Zeit zu schenken und damit Freude zu bereiten. Zudem erfahre ich selber für die Zuwendung bei den zahlreichen Begegnungen im Viva Luzern Wesemlin immer wieder grosse Dankbarkeit und viel Wertschätzung. Das bereichert und berührt mich und entschädigt mein Engagement auf vielfältige Weise.»

Elisabeth Häfliger, freiwillige Mitarbeiterin im Viva Luzern Wesemlin

Wie würden Sie Ihre Arbeit als freiwilliger Mitarbeiter beschreiben?



«Immer wenn ich Zeit habe, komme ich in den Eichhof. Ich gehe mit den Menschen spazieren und rede mit ihnen. Ich betreue verschiedene Personen, egal ob Mann oder Frau. Es macht mir einfach Freude. Ich bin im Ruhestand, muss aber auch meinen privaten Verpflichtungen nachgehen wie Einkaufen, Hausarbeit oder Kochen. Darum komme ich meistens am Nachmittag.»

Francesco Petrillo, freiwilliger Mitarbeiter Viva Luzern Eichhof

Wie sieht Ihr Alltag als freiwilliger Fahrer des Rollstuhlbusses aus?



«In erster Linie fahre ich den Bewohner oder die Bewohnerin zum Arzt, ins Spital oder zu einer sonstigen Institution. Dies entweder mit dem Rollstuhlbus oder mit meinem Privatwagen. Nach Ankunft begleite ich oder eine Begleitperson den Bewohner in die Spitalabteilung, Praxis oder ins Geschäft. Während der Untersuchung warte ich meist im Auto – in der näheren Umgebung, wo ich gerade einen Parkplatz finde. Bei längerer Wartezeit nutze ich auch mal die Gelegenheit für einen Spaziergang, oder ich fahre vorübergehend nach Hause. Während der Fahrt mit den Bewohnerinnen und Bewohnern ergeben sich immer interessante Gespräche. Oftmals erzählen die Personen viel von ihrem Leben oder vertrauen mir ihre Sorgen an.»

Peter Wagner, freiwilliger Mitarbeiter Viva Luzern Staffelnhof

Trink dich fit – einfach genial, genial einfach!

Wie Sauerstoff zum Atmen ist gutes Trinkwasser für unseren Organismus unentbehrlich, denn alle Lebensprozesse im menschlichen Körper sind unmittelbar oder mittelbar mit Wasser verbunden. Auch nicht lebensnotwendige Aspekte wie Schönheit und Wohlbefinden, welche in unserer Gesellschaft zunehmend an Bedeutung gewinnen, können «einfach nur mit Wasser» positiv beeinflusst werden.

Wasser dient unserem Körper sowohl als Lieferant von Energie und Informationen wie auch als Transportmittel für Nahrungs- und Abfallstoffe. Der gesamte Zellstoffwechsel ist an Wasser gebunden, ebenso wie die wesentlichen Teile des Entgiftungs- und Ausscheidungssystems sowie die Regelung der Körpertemperatur.

Wasser ist auch ein unentbehrlicher Baustein für funktionstüchtige Hautzellen und somit das Schönheitselixier par excellence für die Erhaltung einer straffen, makellosen Haut und für eine tolle Ausstrahlung.

«Wer ins kalte Wasser springt, taucht in ein Meer voller Möglichkeiten.»

Finnisches Sprichwort

Unser Körper verliert durch die normalen Körperfunktionen ständig Wasser – 2,5 bis 3 Liter pro Tag. Um die Gesundheit des Körpers zu erhalten, muss dieses Wasser konstant durch gezielte Flüssigkeitszufuhr ersetzt werden. Besonders an heißen Sommertagen, in überhitzten Wohnräumen, bei Fieber, Durchfall sowie bei der Einnahme von harntreibenden Medikamenten oder Abführmitteln kann es zu zusätzlichen Flüssigkeitsverlusten



kommen. Dabei gilt es zu beachten: Regelmässig trinken, bevor der Durst einsetzt, denn ein Durstgefühl ist stets Signal, dass unser Körper bereits bis 2 Prozent dehydriert ist. Mit zunehmendem Alter lässt das Gefühl für Durst nach. So manch einer bemerkt deshalb gar nicht, dass er zu wenig trinkt.

Studien zeigen, dass bereits bei einer Dehydrierung des Körpers von nur 1 bis 2 Prozent die körperliche Leistungsfähigkeit abnimmt, alle Energie verbraucht ist, Sie müde werden und auch die Konzentrationsfähigkeit einer Person zunehmend reduziert wird. Auch kurzfristiger Flüssigkeitsmangel kann schon zu Konzentrationsproblemen, Unwohlsein, Schwächegefühlen, Schwindel und sogar Blutdruckabfall und Herzrasen führen.

Denken Sie deshalb daran: Um Ihre körperliche und kognitive Leistungsfähigkeit zu erhalten, aber auch um gesund, schön und fit zu bleiben, ist Wasser eines der wirkungsvollsten und einfachsten Hilfsmittel – auch im Alter.

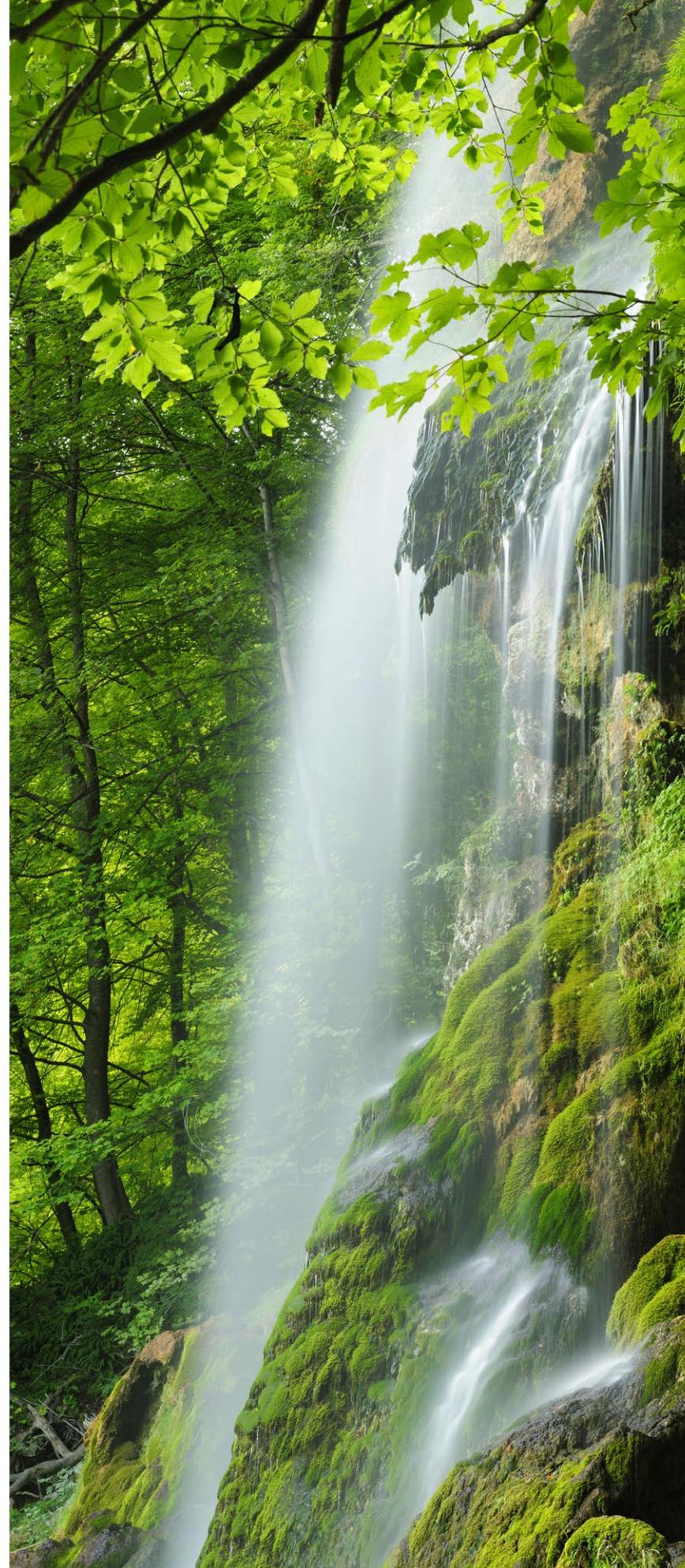
Tipps für korrektes Trinken

Trinken Sie morgens gleich nach dem Aufstehen 2 Gläser Wasser. Diese braucht Ihr Körper dringend, um den Flüssigkeitsverlust während der Nacht auszugleichen und um genügend «Strom» zum Denken zu produzieren.

Die Faustregel für die richtige tägliche Trinkmenge Wasser lautet: Täglich mindestens 30 bis 40 Milliliter Wasser pro Kilogramm Körpergewicht (z. B. bei 50 kg Körpergewicht 50×40 Milliliter = 2 Liter Wasser pro Tag).

Stellen Sie schon morgens die Getränke, welche Sie tagsüber trinken möchten, an gut sichtbarer Stelle bereit.

Dies erleichtert es, ein regelmässiges Trinkritual durchzuführen und an das Trinken erinnert zu werden.





Schaffen Sie Trinkroutinen, wie zu jeder Mahlzeit Wasser/kalorienarme Getränke oder zum Zeitunglesen einen Früchte- oder Kräutertee zu trinken.

Trinken Sie die empfohlene Trinkmenge über den Tag verteilt. Damit das Wasser und die darin enthaltenen Mineralstoffe überhaupt vom Körper aufgenommen werden können und nicht sofort wieder ausgeschieden werden, bewährt es sich, kleine Mengen über den Tag verteilt zu trinken. Denn der Körper ist nicht in der Lage, mehr als 500 bis 800 ml pro Stunde aufzunehmen.

Besonders geeignet, um Flüssigkeitsdefizite auszugleichen, sind Leitungswasser und kalziumreiche Mineralwasser, da diese vom Körper leicht und schnell aufgenommen werden können. Wasser können Sie generell geschmacklich aufpeppen mit einer Zitronen- oder Orangenscheibe oder etwas frischer Minze oder Zitronenmelisse.

Trinken Sie Wasser, wenn immer möglich, ohne Kohlensäure. Beim Stoffwechsel entsteht im menschlichen Körper als Abfallprodukt Kohlendioxid. Dieses für uns unverträgliche Gas muss schnell über die Lungen ausgeschieden werden. Würden wir reines Kohlendioxid einatmen, müssten wir sofort sterben. Der Körper ist bestrebt, solche Giftstoffe so schnell wie möglich aus allen Zellen loszuwerden. Weshalb sollten Sie sich das also freiwillig zuführen?

Ebenfalls als Flüssigkeitszufuhr empfehlenswert sind: ungesüsste Kräuter- und Früchtetees und verdünnte Säfte (1 Teil Saft, 3 Teile Wasser). Leichte Suppen und viele Obstsorten enthalten reichlich Flüssigkeit und können zusätzlich einen Teil der empfohlenen Trinkmenge liefern.

Alkohol, Cola, Kaffee, Schwarztee und manche Kräutertees sowie harntreibende Substanzen entziehen dem Körper Wasser bzw. sorgen dafür, dass die Nierentätigkeit angeregt wird. Das getrunkene Wasser wird zum Teil schneller über die Niere respektive den Urin abtransportiert, als es von den Zellen aufgenommen werden kann. Gleichen Sie dies durch zusätzliches Wassertrinken aus, d.h. führen Sie dem Körper das Doppelte der Trinkmenge an Wasser zu (z. B. 1 dl Schwarztee = 2 dl Wasser trinken).

Wenn Ihnen das zu anstrengend ist: **Trinken Sie einfach nur das, was Ihr Körper braucht: reines Wasser und möglichst wenig andere Flüssigkeiten.**

Vertrauen Sie Ihren Körpersignalen und trinken Sie immer, wenn Sie durstig sind. Versuchen Sie, es nie so weit kommen zu lassen, dass Ihr Körper durstig wird, denn Sie schaden damit Ihrem Wohlbefinden, Ihrer Leistungsfähigkeit und Ihrer Gesundheit. ■

Tipp.

Lesen Sie auch unseren Artikel zum Thema «Sensorpflaster schützt vor Dehydrierung» ab Seite 24.



Knutwiler: Üses Wasser seit 555 Jahren.

Die Geschichte von Bad Knutwil ist 555 Jahre alt. Seit 1461 nutzte man die Heilquelle für Trink- und Badekuren. Als dort 1787 ein stattliches Kur- und Badehaus mit Wirtschaft und Stallungen entstand, wurde Bad Knutwil international bekannt und als «Idyll und Juwel, das von einer verschwenderischen Natur überreich an Schönheit und klimatischen Vorzügen ausgestattet ist» bezeichnet.

Nach einer bewegten Geschichte wurde 1986 die Mineralquelle Bad Knutwil AG gegründet und im Jahr 2010 von Oscar J. Schwenk erworben. Er modernisierte den Betrieb und liess die Traditionsmarke Knutwiler neu aufleben. Sie erfuh im Jahr 2015 eine komplette Auffrischung und eine klare regionale Positionierung. Heute erbringt die Firma ihre Wertschöpfung in einem familiären Umfeld mit einem engagierten und motivierten Team von gegen 30 Mitarbeitenden. Knutwiler ist erfolgreich unterwegs und die Nummer 1 der Zentralschweiz.

Das leicht eisenhaltige Wasser ist überaus bekömmlich

Knutwiler Wasser enthält Eisen und Mangan. Die früheren Kurgäste nutzten die Heilquelle daher für medizinische Trink- und Badekuren bei verschiedenen



Beschwerden. Die Mineralisation des Wassers ist besonders ausgeglichen und seine Erfrischungsqualität vorzüglich. Besonders beliebt ist das Knutwiler Mineralwasser heute dank seines angenehmen reinen Geschmacks.

Üses Wasser – das Erlebnis an der Quelle

Das Knutwiler Mineralwasser steigt von selbst mit natürlichem Druck aus 21 Metern Tiefe bis zur Erdoberfläche auf – perfekt geschützt durch eine 14 Meter dicke Lehmschicht. Gefasst wird es in einem sogenannten artesischen Quellbrunnen, als einzige Mineralquelle der Zentralschweiz. Seine belebende Aura kann man im öffentlich zugänglichen Quellpark am eigenen Körper erleben. Am Überlauf der Quelle lädt eine Kneippanlage zur anregenden Abkühlung ein. ■



Die Idee des freien Willens.

Die ethische Idee des freien Willens bestimmt das Selbstverständnis des modernen Menschen, die gesellschaftliche Ordnung und das Zusammenleben in aufgeklärten Staaten. Die Menschenwürde und die Menschenrechte gehen auch von der Idee der Freiheit des Willens aus. Der folgende Artikel zeigt auf, wie diese Idee real umgesetzt wird.

Willensfreiheit

Die ethische Idee der Willensfreiheit geht auf den Philosophen Immanuel Kant (1724–1804) zurück. Danach hat ein Mensch grundsätzlich Anspruch auf Autonomie, was auf Deutsch mit «Selbstbestimmung» übersetzt wird. Entsprechend hat der Mensch das Recht, alles abzulehnen, was er nicht will. Einfordern aber kann der Mensch nur das, was auch anderen Menschen zusteht.



Die Menschenrechte und das Völkerrecht gründen in dieser Vorstellung des Menschen als Freiheitswesen. Sie gelten unabhängig von tatsächlichen Eigenschaften und Fähigkeiten, selbst dann, wenn Menschen ihre konkreten Autonomiefähigkeiten völlig verloren haben, wenn sie zum Beispiel völlig dement oder komatös sind. Der Mensch darf nicht instrumentalisiert werden. Es stellt sich nun grundsätzlich die Frage, inwiefern ein Mensch diese ethische Leitidee der Willensfreiheit konkret in seinem Leben umsetzen kann und tatsächlich über einen freien Willen verfügt.

Diskussion über den freien Willen

Real stehen die Menschen in mannigfaltigen Abhängigkeiten, welche die Entscheidungs- und Handlungsfreiheit beschränken. Gerhard Roth und Wolf Singer gehen so weit, den freien Willen völlig zu verneinen. Auch wichtige biografische Entscheidungen wie z. B. eine Heirat würden nicht frei entschieden, sondern folgten unbewussten, durch Gene geprägten Vorentscheidungen, frühkindlichen Einflüssen und Erfahrungen, die im Gehirn gespeichert sind und Entscheidungen beeinflussen. Entwickelt wird dieses Argument auf dem Hintergrund biologischer und neuronaler Prozesse. Das Denken und das Selbsterleben einer Person seien an diese Hirnfunktionen gebunden und somit nicht wirklich frei, sondern begrenzt.

Nach dem Philosophen Peter Bieri hingegen entsteht der Wille aus einem Wunsch, der handlungswirksam wird, wenn die Umstände es erlauben und nichts dazwischen kommt. Das heißt, der Wille mündet in eine Entscheidung oder Handlung, die in der Realität sichtbar wird und einer bestimmten Person und ihrer Individualität zugeschrieben werden kann. Peter Bieri geht von einer Handlungsfreiheit aus, die sich inner-

«Stärke entspringt nicht physischer Kraft, sondern einem unbeugsamen Willen.»

Mahatma Gandhi (1869–1948)





halb eines Spielraums von möglichen Handlungen befindet. Dieser Handlungsspielraum ist nach Bieri abhängig von Gelegenheiten, äusseren Umständen, Mitteln, von individuellen Fähigkeiten, körperlichen Bedürfnissen und dem Charakter einer Person. Diese Abhängigkeit begrenze jedoch den freien Willen nicht, sondern sei seine Voraussetzung. In unseren Alltagsentscheidungen kommt es uns oft vor, als träfen diese Argumente zu.

Häufig sind die Motive für eine Willensentscheidung unklar: Ich möchte eine blaue Bluse kaufen und verlasse das Geschäft mit einem roten Kleid. Am Arbeitsplatz nehme ich mir eine längst fällige Aufgabe vor, die am Abend doch nicht erledigt ist, vielleicht wegen zu häufigen Telefonaten, anderen Arbeiten oder (un)bewussten inneren Widerständen. Bezogen auf Alltagsentscheide bedeutet dies, dass in der Regel verschiedene Möglichkeiten zur Auswahl stehen, über die frei entschieden werden kann (Alternativismus). Ich könnte konsequent an meiner Absicht festhalten, eine blaue Bluse zu kaufen und mich gegen das rote Kleid entscheiden, meine Arbeit eigenverantwortlich nach meinen Vorgaben zu erledigen.

Auch wenn ein Mensch seine Autonomiefähigkeit verloren hat, behält er seinen ethischen Anspruch auf Würde, Autonomie, Selbstbestimmung und Menschenrechte. Konkretisiert wird die ethische Leitidee der Willensfreiheit über die Frage nach der Urteilsfähigkeit. Dabei stellt sich die Frage, unter welchen Bedingungen und inwiefern ein Mensch urteilsfähig ist.

Mündigkeit, Geschäftsfähigkeit, Urteilsfähigkeit und Entscheidungsfähigkeit Urteilsfähigkeit besteht immer nur im Hinblick auf eine ganz konkrete Fragestellung. Sie ist zu unterscheiden von der rechtlichen Mündigkeit und Geschäftsfähigkeit. Die Mündigkeit ist an

ein bestimmtes Alter gebunden, ab dem Menschen als mündig, erwachsen und damit auch als geschäftsfähig betrachtet werden. Geschäftsfähig ist ein Mensch dann, wenn er in der Lage ist, seine Geschäfte (Verkauf des Hauses, Aufnahme von Darlehen) zu erledigen. Die Geschäftsfähigkeit ihrerseits ist an die Urteilsfähigkeit eines Menschen gebunden. Nur ein urteilsfähiger Mensch ist auch geschäftsfähig.

«Die Grenzen, die dem Willen durch die Welt gezogen werden, sind kein Hindernis für die Freiheit, sondern deren Voraussetzung.»

Peter Bieri

Urteilsfähigkeit, auch Entscheidungsfähigkeit genannt, ist weder an die Mündigkeit noch an die Geschäftsfähigkeit gebunden, denn sie ist situativ. Es ist jeweils zu prüfen, ob in einer Situation Urteilsfähigkeit gegeben ist. Eine Person, die unter einer beginnenden Demenz leidet, kann durchaus in der Lage sein, zu beurteilen, was sie essen und trinken möchte, während sie keine Rechtsgeschäfte mehr ausführen kann. Eine Person kann deshalb hinsichtlich verschiedener Gegebenheiten einmal als urteilsfähig und das andere Mal als nicht urteilsfähig gelten. Ein Mensch ist dann urteilsfähig, wenn er die Art der Handlung verstehen, ihre Folgen abschätzen und in seinen Lebensentwurf einordnen kann. Grundsätzlich stellt sich auch bei der Klärung der Urteils- und Entscheidungsfähigkeit, inwiefern ein Mensch tatsächlich frei entscheiden kann.

Urteilsfähigkeit und klinischer Alltag Es gibt Erkrankungen, die die Urteilsfähigkeit beeinträchtigen können. Doch ist

es grundsätzlich nicht zulässig, generell aus einer vorliegenden Erkrankung eine Beeinträchtigung der Entscheidungsfähigkeit abzuleiten. Es muss jeweils abgeklärt werden, ob sich eine psychische Beeinträchtigung auf eine bestimmte Entscheidung bzw. Handlung auswirkt – z. B. auf die Einnahme eines Medikamentes, auf die Einwilligung in eine Operation, auf den Kauf eines Autos, auf die Verfassung eines Testaments, auf Ablehnung von Nahrung – oder auf einen Sterbewunsch, und wie diese zu gewichten ist.

Es ist therapeutische Pflicht, Patienten zur Entscheidung zu befähigen und zu begleiten. Ihre Vorstellungen und Wünsche müssen häufig erst erschlossen werden, da sie durch psychische oder körperliche Leiden überdeckt sind. Dies kann nur gelingen, wenn ein Patient nicht nur in Einzelsituationen wahrgenommen und beurteilt wird, sondern die Wahrnehmung im Zeitverlauf erfolgt – wie in einem Film, dessen Ablauf sich aus vielen Momentaufnahmen zusammensetzt und in deren Gesamtschau das Bild einer Person und ihrer Individualität entsteht. Dies gilt besonders dann, wenn Menschen sich selber schädigen.



Tipp.

Lesen Sie auch unseren Artikel zum Thema «Verfügungen und Vorsorge» ab Seite 26.

Die Autorinnen.

**Dr. med. lic. theol.
Diana Meier-Allmendinger**



Theologin und Psychiaterin, Leitende Ärztin Ambulatorium Klinik Schützen in Aarau. Mitglied der Akademie für Ethik in der Medizin, Göttingen, Mitbegründerin und Mitglied des Arbeitskreises Ethik in der Medizin der Universität Ulm, Dozentin und Leiterin der Ethik-Foren am Spital Aarau und der Schössli Gruppe.

**Dr. theol.
Ruth Baumann-Hölzle**



Institutsleiterin des «Interdisziplinären Instituts für Ethik im Gesundheitswesen» der Stiftung Dialog Ethik, seit 1998 Mitglied der kantonalen Ethikkommission Zürich und von 2001 bis 2013 Mitglied der Nationalen Ethikkommission im Bereich Humanmedizin, Expertin für Ethik in Organisation und Gesellschaft.

Urteilsfähige Menschen haben in der Schweiz die Freiheit zur Selbstschädigung, weil sie nicht gegen ihren Willen behandelt und betreut werden dürfen.

Mit der Urteilsunfähigkeit erlischt diese Freiheit, denn nur urteilsfähige Menschen dürfen fürsorgliche Massnahmen ablehnen. Dies können sie mittels Verfügungen sogar für die Urteilsunfähigkeit festlegen. Ansonsten kommt in der Situation der Urteilsunfähigkeit die Fürsorgeverpflichtung des humanen Staates zum Zuge, Menschen zu schützen und zu pflegen, die selber nicht dazu in der Lage sind. ■

Literatur

Baumann-Hölzle, Ruth: Autonomie und Freiheit in der Medizin-Ethik, Alber Verlag 1999

Bieri, Peter: Das Handwerk der Freiheit: Über die Entdeckung des eigenen Willens, Verlag Carl Hanser, München 2001

Roth, Gerhard, und Singer, Wolf: Das Manifest. In: «Gehirn & Geist», Ausgabe 6/2004, S. 30–37

Ist unser Hirn fremdgesteuert?

All unsere Entscheidungen sind bereits festgelegt, bevor wir sie treffen – der freie Wille ist nur eine Illusion. Das zumindest behaupten einige Hirnforscher.

Das Experiment liegt zwar schon etliche Jahre zurück, doch noch immer liefert es die Basis für hitzige Diskussionen. Bald 40 Jahre ist es her, seit der amerikanische Physiologe Benjamin Libet im Jahr 1979 seine Versuchspersonen um eine einfache Handlung bat: Die Aufgabe war, auf einen schnell

laufenden Uhrzeiger zu schauen und zu einem x-beliebigen Zeitpunkt die Hand zu bewegen. Dabei zeichnete Libet die Gehirnaktivitäten seiner Probanden auf. Nach dem Experiment wurden die Probanden gefragt, zu welchem Zeitpunkt sie sich bewusst für die Handbewegung entschieden hätten.

«Der Mensch kann tun, was er will, er kann aber nicht wollen, was er will.»

Arthur Schopenhauer (1788–1860), deutscher Philosoph

Dabei stellte der Forscher fest, dass der Entschluss erst ungefähr 550 Millisekunden nach der neuronalen Aktivität im Gehirn gefallen war. Aus diesem Ergebnis folgerte Benjamin Libet, «dass der Entschluss, zu handeln, von unbewussten Gehirnprozessen gefällt wird, bevor er als Absicht ins Bewusstsein dringt». Oder mit anderen Worten: Der Mensch besitzt, wie so oft beschworen, gar keinen freien Willen – weil nämlich das, was wir als bewusste Handlung wahrnehmen, schon kurz vorher im Gehirn vorbereitet und entschieden wurde.

Freier Wille oder Biochemie?

Mit seinen Forschungsarbeiten stiess Benjamin Libet eine bis auf den heutigen Tag anhaltende Diskussion an. Denn auch wenn er in später folgenden Experimenten ein Zeitfenster fand, welches dem Bewusstsein zumindest eine kleine Möglichkeit gibt, ein «Einspracherecht» gegen eine Handlung einzulegen, sind führende Hirnforscher der Überzeugung, dass der freie Wille eine Illusion ist – und folglich nicht existiert. Gemäss ihnen sind wir weder bei unseren Entscheidungen noch bei unseren Handlungen frei, sondern haben nur das Gefühl von Freiheit. So fügen uns nun Hirnforscher, indem sie den freien Willen in Frage stellen, eine weitere Kränkung zu – dies, nachdem schon Sigmund Freud uns aufklärte, dass das Unbewusste unser Verhalten, Fühlen und Tun beeinflusst.

Die Wissenschaft ist sich uneinig

Die Anschauung, dass alle Ereignisse im Voraus festgelegt sind und es keinen freien Willen gibt, wird gemeinhin als Determinismus bezeichnet. Nach wie vor unklar und offen ist, ob die Deterministen wirklich recht haben. Die Diskussionen über die Pros und Contras dieser These sind noch längst nicht abgeschlossen – und werden es vielleicht auch niemals sein. Doch fernab solcher Debatten stellt sich die Frage: Inwiefern hat diese wissenschaftliche Erkenntnis etwas mit unserem konkreten Alltag zu

tun? Ist es eher eine Hilfe bei schwierigen Entscheidungen, wenn wir davon ausgehen, dass das, was wir für unseren eigenen Willen halten, von unserem Gehirn bestimmt wird? Wäre diese ein Freipass, um jegliche Verantwortung zurückzuweisen, wenn wir falsche Entscheidungen gefällt oder jemandem durch unser Handeln geschadet haben?

Die Qual der Wahl

Ganz egal ob wir von einer Herrschaft des Gehirns ausgehen oder nicht – am Fakt, dass den meisten Menschen Entscheidungen schwerfallen, ändert sich dadurch kaum etwas. Leider kann hier die Wissenschaft nur wenig zur Antwort beitragen, warum es in Situationen der Wahlfreiheit manchmal zu vollkommenen Handlungsblockaden kommt und wie solche aufzuheben sind.

Hilfreiche Antworten kann hingegen die moderne Psychologie geben, welche das Thema «Entscheidungsfreiheit» als ein hohes Gut anschaut. Nicht umsonst hat bereits im frühesten Christentum der freie Wille einen enormen Stellenwert. Denn nur ein Mensch, der sich frei entscheiden kann, kann auch verantwortlich gemacht werden für sein Tun. Ansonsten gäbe es auch keine Sünde. Ja selbst die gesamte demokratische Gesellschaftsordnung würde nicht mehr gelingen, wenn sich Menschen für ihr Tun und Lassen nicht mehr moralisch verantwortlich fühlten.

Sollten Sie sich also künftig wieder einmal über die Qual der Wahl beschweren (Sie wären in guter Gesellschaft) oder Mühe haben mit einer Entscheidung – rufen Sie sich ins Bewusstsein, dass solche Schwierigkeiten noch immer leichter zu ertragen sind als das Gefühl, überhaupt keine Wahl zu haben. ■

Bauch oder Kopf? 4 Tipps für rasche Entscheidungen.

1. Erlegen Sie sich selbst die Zwei-Minuten-Regel auf.

Setzen Sie sich selbst eine Frist. Benutzen Sie eine Stoppuhr, stellen Sie den Timer auf 2 Minuten und drücken Sie auf Start. Durch das Zeitlimit sind Sie gezwungen, rasch alle Vor- und Nachteile Ihrer Entscheidung aufzulisten.

2. Werfen Sie zwei Möglichkeiten in einen Hut.

Haben Sie zwei Möglichkeiten mit ungefähr dem gleichen Wert ausgewählt? Dann können Sie die möglichen Ergebnisse auf ein Stück Papier schreiben und beispielsweise in einen Hut legen, um eine Entscheidungstombola zu veranstalten. Vielleicht wissen Sie ja bereits, welche der beiden Lösungen die beste ist und hoffen heimlich, dass Sie diese aus dem Hut ziehen werden? Dann haben Sie Ihre Entscheidung bereits getroffen.

3. Denken Sie schwarz-weiss.

Müssen Sie eine schwere Entscheidung mit vielen Wahlmöglichkeiten treffen? Hier gilt: Denken Sie in Extremen und beurteilen Sie jede Entscheidung nur nach einem einzigen Kriterium, nämlich ob sie gut oder schlecht ist. So können Sie auf einfache Weise die weniger guten Entscheidungen ausschliessen.

4. Denken Sie nicht an die Zukunft.

Natürlich wollen Sie wissen, welche Folgen Ihre Entscheidung für die Zukunft hat. Das ist logisch, aber auch mental schwer. Denn wie gut Sie auch Ihre Entscheidungen analysieren, Sie sind kein Hellseher. Sparen Sie sich deshalb Ihre Energie: Treffen Sie die Entscheidung, die Ihr Leben in diesem Augenblick am einfachsten macht. Gehen Sie auf diese Weise bei jedem einzelnen Schritt vor und Sie können sicher sein, dass Sie immer die effizienteste Entscheidung wählen.

Quelle: Secretary Plus GmbH

Tag der offenen Tür im Haus Rigi Dreilinden.

Es ist geschafft!

Zwei Jahre wurde gehämmert, gespachtelt und geschwitzt. Dann aber war es endlich so weit – die Türen des neuen «Haus Rigi» im Dreilinden konnten geöffnet werden. Das Interesse an dem eleganten Bauwerk mit seiner schlichten und effizienten Architektur war riesig. So schlenderten am Samstag, 30. Januar 2016, über 500 interessierte Besucher durch die lichtdurchfluteten Räume. Das «Rigi» bietet helle Einzelzimmer mit freundlichen Nasszellen für 80 Bewohnerinnen und Bewohner. Jedes Zimmer verfügt über einen eigenen Balkon. Auch die Aufenthaltsräume mit gemütlicher Loggia tragen zu der hohen Lebensqualität bei. Der Pflegestützpunkt liegt im Zentrum jedes Stockwerks und ermöglicht eine optimale Übersicht. Ein Besprechungszimmer und ein stilvolles Pflegebad runden die wohnlichen Räume ab. Die durchwegs positive Resonanz aller Gäste erfüllt uns mit Stolz. Nebst der fantastischen Aussicht auf das Seebecken und in die Berge wurden auch die warmen Materialien und die gelungenen Farbkombinationen gelobt. Dieses positive Echo gibt uns die Bestätigung:
Wir haben es geschafft!



Ein neues Zuhause für 80 Seniorinnen und Senioren.

Fast fünf Jahre ist es her, seit das Stadtluzerner Stimmvolk an der Urne klar grünes Licht zum 28-Millionen-Kredit für den Ersatzneubau im Betagtenzentrum Dreilinden gab. Ende Januar war es so weit – das Haus eröffnete nach nur eineinhalb Jahren Bauzeit seine Türen. Viva! sprach mit der Architektin Ulrike Feucht, welche die Projektleitung von Gret Loewensberg Architekten unter sich hatte.



Frau Feucht, wie kam es dazu, dass Gret Loewensberg Architekten als Architekturbüro aus Zürich den Zuschlag für die Projektierung des neuen Dreilinden erhielt? Oder mit anderen Worten: Was machte Ihr Projekt zum Sieger?

Die Ausschreibung war grundsätzlich ein sogenannt offener Wettbewerb und es wurden anfänglich über 70 Beiträge eingereicht. Unser Projekt überzeugte die Jury unter anderem aufgrund seines sehr kompakten Volumens. Zudem war es von den drei Projekten, die am Schluss noch durchgerechnet wurden, das kostengünstigste.

«Am meisten freuen mich die vielen positiven Reaktionen der Bevölkerung – das neue Haus Rigi ist richtig heimelig geworden.»

Ulrike Feucht, Architektin

Was reizte Sie, an diesem Projekt mitzumachen?

Da gab es unzählige Gründe. Natürlich ist die Lage mit der grandiosen Seesicht exzellent. Generell sind aber Alters- und Pflegezentren interessante Architektur-Typologien, da sie verschiedene Belange kombinieren müssen, es sind quasi immer Mischformen zwischen

Wohn- und Verwaltungsbauten. Dies macht unsere Tätigkeit zwar komplex, aber auch enorm spannend.

Was ist das Spezielle daran, ein Pflegeheim für betagte Menschen zu bauen? Muss man auf gewisse Punkte speziell achten?

Absolut. Allem voran gibt es einen hohen Anforderungskatalog von rein betrieblichen Belangen. Man könnte auch von einer Art «zentralisierter» Organisationsform sprechen. Je kürzer die Wege, desto effizienter können viele Abläufe gelingen. Diesem Umstand trugen wir von Anfang an Rechnung, indem wir den Bau möglichst kompakt konzipierten. Oder um in einem Bild zu sprechen: Die Systematik des Dreilinden ist aufgebaut wie ein Kreis – man kommt aus allen Richtungen wieder schnell ins Zentrum.

Lief beim Bau alles rund oder gab es grössere Schwierigkeiten?

Vorab muss ich sagen, dass wir es mit einem ziemlich sportlichen Terminplan zu tun hatten. Der Fakt, dass wir ein solches Bauwerk in gerade mal gut eineinhalb Jahren realisieren konnten, macht uns alle auch ein wenig stolz. Was die Herausforderung anbelangt, so war da



Warme Farben und Materialien schaffen eine gemütliche Wohnatmosphäre, fast wie in den eigenen vier Wänden

zum einen die Beschaffenheit des Fundamentes – das Dreilinden ist quasi «in den Fels» gebaut. Weil man an diesem Ort allerdings keine Sprengungen durchführen durfte, mussten Bagger mühsam und aufwendig den Fels abtragen. Eine andere Hürde stellten diverse Einsprachen, was zu Verzögerungen führte. Aber zum Glück hat das Volk in der Schweiz noch immer das letzte Wort und war dem Projekt letztendlich wohlgesinnt.

Wie dürfen wir uns das Leben einer Architektin während der Bauzeit von fast zwei Jahren ganz konkret vorstellen? Sind Sie jeden Tag von Zürich nach Luzern gependelt, oder haben Sie auch in der Nähe Ihres «Kindes» übernachtet?

Wie erwähnt hatte ich die Projektleitung inne, die örtliche Bauleitung wurde von Hermann Suppiger (MSA Architekten) gemacht. Etwas vereinfacht kann man sagen, dass der reine Rohbau für mich

noch relativ unwichtig war. Später, mit zunehmender Fertigstellung, galt es im Rahmen der künstlerischen Oberleitung unzählige Unternehmen zu koordinieren. Ab da hatte ich mit meinem Team praktisch jeden Tag enorm viele Entscheidungen zu treffen und die Tage waren voll mit Sitzungen von früh bis spät. Das war schon sehr intensiv.

Vor Kurzem war die Eröffnung des Baus. Der Ansturm von Interessierten war beträchtlich. Wie waren die Feedbacks der Bevölkerung?

Zum Glück durchwegs positiv. Was ich immer wieder hören durfte, war die Aussage, dass das neue Haus Rigi «ein Wohngebäude und kein Spital» geworden sei. Das freut mich ganz besonders, denn es war immer unser Ziel, mit warmen Materialien und Farben eine heimelige Wohnatmosphäre zu schaffen. ■

Kleines Pflaster, grosse Unterstützung.

Wer zu wenig trinkt, riskiert seine Gesundheit. Schon bald könnte ein neuartiges Sensorpflaster gerade ältere Menschen vor einer gefährlichen Dehydrierung warnen – aber das kleine technische Wunderwerk kann noch viel mehr.

Während Neugeborene noch einen Wasseranteil von bis zu 80 Prozent haben, sinkt dieser Wert mit zunehmendem Alter im menschlichen Körper auf unter 50 Prozent. Das Problem: Gerade ältere Menschen trinken – aus ganz verschiedenen Gründen – oft viel zu wenig, was zu den unterschiedlichsten unerwünschten Symptomen führen kann.

Sensorpflaster prüft permanent den Wasserhaushalt

Diese Problematik könnte zukünftig mithilfe eines intelligenten Pflasters reduziert werden. Forscher der Univer-

sität Nürnberg-Erlangen in Deutschland arbeiten zurzeit mit Hochdruck an einem System, welches die Trägerin oder den Träger eines solchen Pflasters rechtzeitig vor einer Dehydrierung warnt. Schon in naher Zukunft könnte also ein intelligentes Pflaster die Empfehlung «Trink einen Schluck» anzeigen, sobald der Körper Wasser benötigt.

Und so funktioniert das System: Ein direkt auf der Haut getragenes Sensorpflaster misst permanent den

Wassergehalt des Körpers. Die gemessenen Werte werden entweder via App auf ein Smartphone übertragen oder mittels eines Farbcodes an einem Armband angezeigt. Eine weitere Möglichkeit ist die Übermittlung der gemessenen Daten direkt ins Internet, so dass Patientinnen und Patienten jederzeit von Ärzten und Pflegern überwacht werden könnten – von jedem beliebigen Ort aus.

Assistenzsysteme helfen in der Pflege, denn die Geräte sind zusehends in der Lage, Auffälliges zu erkennen und zu melden.



Im Herbst vergangenen Jahres haben die Deutsche Telekom und das Medizintechnik-Unternehmen Medisana ein Sensorpflaster vorgestellt, das bis zu 20 Vitalwerte wie Körpertemperatur und Schlafzeiten misst. Die Daten lassen sich auf mobile Endgeräte übertragen. Jetzt haben Ingenieure der Universität Nürnberg-Erlangen ein Pflaster entwickelt, das die Körperflüssigkeit überwacht und bei Bedarf zum Trinken auffordert.

«Für eine möglichst komfortable Nutzung am Körper und eine permanente Überwachung des Wasserhaushalts müssen wir ein System erfinden, das Funktionen der Sensorik, Kommunikation, Datensicherheit, Energiespeicherung, Datenauswertung sowie optimierten Anzeige und Benutzerfreundlichkeit auf kleinstem Raum integriert», beschreibt Projektleiter Dietmar Kissinger das komplexe Forschungsvorhaben.

Ideal für ältere Menschen

Da das System in der Handhabung sehr einfach ist, ist es insbesondere für ältere Menschen geeignet. Ähnlich dem Prinzip einer Verkehrsampel wird der Nutzerin oder dem Nutzer mit Farben angezeigt, wie es um den persönlichen Wasserhaushalt steht. Wechselt die Farbe des Armbandes beispielsweise von Grün auf Gelb, ist dies ein klares Signal, dass es Zeit wird, etwas zu trinken. Falls dieser Aufforderung für längere Zeit nicht nachgekommen wird, erinnert ein zusätzliches akustisches Signal oder eine Vibration an die Wichtigkeit der Flüssigkeitszufuhr.

Einsatz der Sensortechnik in der Pflege

Die Anwendungsmöglichkeiten für das Sensorpflaster sind breit. Die Entwickler sehen aber insbesondere bei der Pflege von bettlägerigen Patientinnen und Patienten sowie bei Demenzkranken eine grosse Erleichterung der täglichen Arbeit für das Pflegepersonal. Nicht zuletzt werden durch die Anwendung solcher Systeme langfristig auch Kosten gespart.

Dabei ist das neu entwickelte Sensorpflaster nur eines von vielen Beispielen, wie altersgerechte Assistenzsysteme ältere Menschen unterstützen können. Schon bald werden Sensoren an vielen Stellen für mehr Sicherheit und Lebensqualität sorgen: Von der Kochplatte, die sich selber ausschaltet, wenn sie «bemerkt», dass gar niemand auf ihr kocht, bis zur Sturzsensormatte, die einen Sturz vom normalen Betreten unterscheiden kann – die Liste sinnvoller Anwendungen ist fast endlos. ■

Tipp.

Lesen Sie auch unseren Artikel zum Thema «Wasser und Gesundheit» ab Seite 10.

Selbstbestimmt leben in jeder Situation.

«Für den Fall der Fälle: Alles regeln, so wie ich es will.» Ob schwere Erkrankung, Unfall oder Tod: Wer dafür Vorkehrungen trifft, stellt sicher, dass sein Wille weiter gilt – und erspart Angehörigen manche Schwierigkeiten.

Internet

Weiterführende Informationen zum
Erwachsenenschutz, Vorsorge-
auftrag und zur Patientenverfügung

Das neue Erwachsenenschutzrecht
per 1. Januar 2013.

www.curaviva.ch

Fachinformationen > Themendossiers > Erwachsenenschutzrecht

Docupass, das Vorsorgedossier
für persönliche Anliegen.

www.lu.pro-senectute.ch

Angebote > Docupass

Hilfe für verschiedene Anliegen
im Alter.

www.caritas.ch

Hilfe finden >

Alter und Betreuung

Kindes- und Erwachsenen-
schutzbehörde.

www.kesb-lu.ch

Was darf die KESB?

Vier Modellfälle.

www.beobachter.ch/justiz-behoerde/erwachsenenschutz

Ratgeber > Staat >

Erwachsenenschutz

Wie kann ich sicherstellen, dass mein Wille in jeder Situation befolgt wird?

Angela Marfurt: Mit dem Vorsorgeauftrag hat der Gesetzgeber ein Rechtsinstitut eingeführt, mit dem das Selbstbestimmungsrecht einer Person über den Zeitpunkt eines allfälligen Verlustes der eigenen Urteilsunfähigkeit hinaus gewahrt werden kann. Mit dem Vorsorgeauftrag kann ich selbst bestimmen, wer nach dem Eintritt des Verlusts meiner Urteilsfähigkeit, zum Beispiel wegen eines Unfalls, einer Erkrankung oder des Alters, für mich fremdbestimmend tätig sein wird.

Wie komme ich zu einem Vorsorgeauftrag und was soll drinstehen?

Der Vorsorgeauftrag kann auf zwei Arten erstellt werden: entweder verfasse ich ihn von Anfang bis Ende handschriftlich, z. B. mit Hilfe einer Vorlage (z. B. dem Docupass von Pro Senectute), oder ich gehe zum Notar und lasse ihn den Vorsorgeauftrag nach meinen Wünschen aufsetzen und notariell beglaubigen. Im Vorsorgeauftrag muss die vorsorgebeauftragte Person meiner Wahl ausreichend klar bezeichnet sein. Es ist zudem sinnvoll, im Vorsorgeauftrag klare Aufträge und Weisungen bezüglich der Aufgabenbesorgung zu erteilen. So

kann ich im Voraus entscheidend Einfluss nehmen, wie ich dann, wenn ich nicht mehr selber handeln kann, betreut und vertreten werde. Im Vorsorgeauftrag bestimme ich also selbst eine oder mehrere Personen meines Vertrauens, die in meinem Sinne für mich Entscheidungen treffen können, wenn ich dies nicht mehr selber tun kann.

Wann soll ich einen Vorsorgeauftrag erstellen?

Jetzt, sofort! Im Ernst: ich empfehle allen Personen, ob jung oder alt, einen Vorsorgeauftrag zu einem Zeitpunkt zu erstellen, in dem man gesund, vor allem auch urteils- und handlungsfähig ist und sich in Ruhe der Thematik annehmen kann.

Was ist der Unterschied zwischen einer Patientenverfügung und einem Vorsorgeauftrag?

In der Patientenverfügung können ausschliesslich medizinische Fragen, beispielsweise der Umgang mit lebensverlängernden Massnahmen oder die Schmerztherapie, geregelt werden. Der Vorsorgeauftrag ist umfassender und regelt sämtliche Belange des Lebens wie Wohnen, Finanzen und Medizin. Eine Patientenverfügung kann integrierter Bestandteil des Vorsorgeauftrages sein.



Angela Marfurt (53) leitet seit August 2015 die Kinder- und Erwachsenenschutzbehörde (KESB) der Stadt Luzern. Zuvor hat die Juristin mit Luzerner Anwaltspatent zehn Jahre als Bezirksrichterin in Luzern gearbeitet und anschliessend die KESB der Stadt St. Gallen aufgebaut und geführt. Angela Marfurt hat zwei erwachsene Kinder und lebt in einer festen Partnerschaft.

In welcher Situation schaltet sich die Erwachsenenschutzbehörde ein?

Von sich aus mischt sich die Behörde nicht ein. Sie wird erst aktiv, wenn das Wohl eines Menschen gefährdet ist und jemand aus dem Umfeld diese Gefährdung bei der Behörde meldet. Gemeinsam mit dem persönlichen Umfeld oder mit betreuenden Diensten werden zuerst Lösungen gesucht, um das Wohl des betroffenen Menschen sicherzustellen. Dabei wird auf die vorhandenen Ressourcen zurückgegriffen. Ist jemand in seiner Urteils- oder Handlungsfähigkeit eingeschränkt, muss eine Beistandschaft errichtet werden; man kann auch nur für einen Teilbereich, wie z. B. die Besorgung der Finanzen, einen Beistand einsetzen.

Bei einem intakten Umfeld kann auch eine Person aus dem nahen Umfeld als Beistand eingesetzt werden. Manchmal gibt es aber auch Menschen, die keine Angehörigen haben, oder die Angehörigen sind untereinander zerstritten und haben vielleicht auch unterschiedliche Ansichten, was für die betroffene Person das Beste ist. In diesen Fällen ist es die Aufgabe der Behörde, für einen in seinem Wohl gefährdeten Menschen eine massgeschneiderte Massnahme zu verfügen und einen geeigneten Beistand oder eine Beistandin einzusetzen.

Arbeitet die KESB ausschliesslich mit professionellen Beiständen?

Nein. Es gibt professionelle und private Beistände, die im Auftrag der KESB tätig sind. Gerade bei hochbetagten, in ihrer Urteilsfähigkeit eingeschränkten Menschen, die in einem Heim leben, setzen wir sehr gerne private Beistände ein. Diese Personen haben oft mehr Zeit für Besuche und Begleitungen der betroffenen Menschen als ein professioneller Beistand, der bis zu 80 Fälle führt.

Welche Voraussetzungen muss ich erfüllen, wenn ich privater Beistand werden möchte?

Diese Aufgabe kommt für Menschen in Frage, die Zeit haben, bereit sind, sich für mehrere Jahre zu verpflichten, eine positive Lebenseinstellung und ein tolerantes Menschenbild haben. Sie sollten über Grundkenntnisse in Zahlungsverkehr und Buchhaltung verfügen und einen guten Leumund haben. Die Anforderung an die Berichte und die Rechnungslegung sind für private und professionelle Beistände praktisch gleich. Es gibt zwar auch für private Beistände eine Entschädigung. Aber wegen des Geldes sollte man es nicht tun. Privatpersonen, die eine Beistandschaft übernehmen möchten, dürfen sich gerne an die Fachstelle für private Beistände, Obergrundstrasse 22, 6003 Luzern (041 208 73 54), wenden. ■

«Der Eintritt ins Betagtenzentrum war meine freiwillige Entscheidung.»

Cécile Wiederkehr ist Bewohnerin des Viva Luzern Wesemlin. Bereits vor ihrem Eintritt ins Betagtenzentrum wohnte die langjährige Pflegedienstleiterin des Kantonsspitals im Wesemlinquartier. Im Hinblick auf den Eintritt in eine Pflegeinstitution hat sie sich früh Gedanken gemacht. Freiwilligkeit war ihr dabei stets ein wichtiges Gut.

«Ich wollte unbedingt vermeiden, dass andere für mich hätten entscheiden müssen.»

Cécile Wiederkehr, Bewohnerin im Viva Luzern Wesemlin



Oft wird der Eintritt in eine Pflegeinstitution als letzte Station gesehen und ist vielfach mit negativen Gefühlen behaftet. Bei Ihnen war das anders. Sie haben sich frühzeitig und freiwillig entschieden, ins Viva Luzern Wesemlin einzutreten. Wie kam es dazu?

Ich bin in einer Grossfamilie mit fünf Geschwistern aufgewachsen, meine Mutter hatte einen Laden und war berufstätig. Als Älteste musste ich daher früh Verantwortung übernehmen. Ich hatte nie geheiratet, übte einen Beruf aus und somit war mir klar, dass ich mich selbstverantwortlich und frühzeitig mit der Thematik

der Unterstützung im letzten Lebensabschnitt auseinandersetzen musste und wollte. Ich konnte mir nicht vorstellen, in einer eigenen Wohnung zu bleiben, unterschiedliche Dienste mit immer wechselnden Personen in Anspruch zu nehmen und vielleicht von Nachbarn abhängig zu sein.

«Die frühzeitige Auseinandersetzung bezüglich eines Eintritts in eine Pflegeinstitution gibt Sicherheit.»

Cécile Wiederkehr,
Bewohnerin Viva Luzern Wesemlin

Unabhängigkeit scheint für Sie ein sehr wichtiger Wert zu sein. Was bedeutet für Sie Selbstbestimmung?

Es ist für mich zentral, dass ich selbst wählen kann. Es war mir stets bewusst, dass ich mit fortschreitendem Alter immer mehr auf Pflege und Unterstützung angewiesen sein werde. Deshalb wollte ich unbedingt sicherstellen, dass ich die Pflegeinstitution, wo ich diese Betreuung erhalte, selbst bestimmen kann. Es war mir ein Anliegen, diesen Entscheid zu treffen, solange ich dazu in der Lage bin. Ich wollte nicht, dass andere für mich hätten entscheiden müssen.

Sehen Sie einen Unterschied in der Einstellung zur Selbstbestimmung als junger oder älterer Mensch?

Eigentlich nicht. Ich habe in meinem ganzen Leben immer selbstverantwortlich über meine Angelegenheiten entschieden. Die Übernahme von Verant-

wortung und Selbstbestimmung wurde früh geprägt und begleitet mich durchs Leben. Und – eine positive Grundstimmung wurde mir wohl in die Wiege gelegt. Ich freue mich am Schönen, und in der jetzigen Situation geniesse ich die vielen Annehmlichkeiten.

Was hat Sie im Viva Luzern Wesemlin erwartet, und was schätzen Sie als Bewohnerin?

Ich hatte schon vorgängig Berührungspunkte zum «Wäsmeli», denn ich wohnte ja im selben Quartier. So kannte ich das Haus bereits. Heute schätze ich das schöne Zimmer, das gute Essen und die vielfältigen kulturellen Angebote. Zudem bin ich nicht alleine, habe soziale Kontakte und die Freiheit und zum Glück die Mobilität, dass ich beispielsweise selbstständig in die Stadt kann. So habe ich mir gerade gestern Kosmetika besorgt, da mir viel an einer guten Hautpflege liegt.

Was empfehlen Sie älteren Personen und Angehörigen im Hinblick auf den Eintritt in eine Pflegeinstitution unter dem Gesichtspunkt der Freiwilligkeit?

Ich empfehle eine frühzeitige Auseinandersetzung mit dem Thema. Klarheit und einen Plan zu haben, welchen Weg es nimmt, wenn man Pflege benötigt, gibt ein gutes Gefühl und Sicherheit. Zudem rege ich an, die Schwelle einer Pflegeinstitution nicht erst zu diesem Zeitpunkt zu überschreiten. So war ich nach meiner Berufstätigkeit Teilzeitmitarbeiterin im Viva Luzern Wesemlin und konnte bereits eine Beziehung zum Haus und zu den Gegebenheiten aufbauen. Dieser Bezug hat den Entscheid mitbeeinflusst. ■

Willkommen.

Die Restaurants von Viva Luzern stehen allen offen. Kommen Sie vorbei und lernen Sie uns kennen.

«Ohne Freiwillige wäre vieles nicht denkbar.»

Freiwillige Mitarbeitende sind in den Betagtenzentren und Pflegewohnungen nicht mehr wegzudenken. Ihre Tätigkeiten sind sehr geschätzt und bieten eine wertvolle Unterstützung für das Fachpersonal. Astrid Gehrig, langjährige Leiterin der Aktivierung im Eichhof, ist seit dem 1. Januar 2016 die Leiterin Freiwilligenarbeit der Viva Luzern AG.

Freiwilligenarbeit bei Viva Luzern

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Möchten Sie sich freiwillig engagieren? Dann freuen wir uns über Ihre Kontaktaufnahme am Standort Ihrer Wahl:

Viva Luzern Eichhof
041 319 77 77

Viva Luzern Dreilinden
041 612 72 00

Viva Luzern Rosenberg
041 429 40 40

Viva Luzern Staffelnhof
041 259 30 30

Viva Luzern Wesemlin
041 429 29 29

**Viva Luzern Pflege-
wohnungen**
041 367 50 21

Sie koordinieren seit dem 1. Januar die Freiwilligenarbeit. Was hat Sie an dieser Tätigkeit gereizt?

Für mich stellt diese Aufgabe eine Herausforderung dar. Ich kann mich dabei weiterentwickeln und gleichzeitig einen sinnvollen Beitrag zur Mitgestaltung einer wesentlichen Dienstleistung in unserem Arbeitsbereich leisten.

Worin sehen Sie den Sinn der Freiwilligenarbeit?

Freiwilligenarbeit ist für die Gesellschaft wichtig und geniesst einen hohen Stellenwert. In der Regel steht Freiwilligenarbeit kein Geldwert gegenüber. Vielmehr motiviert der Wunsch, dort mitzuarbeiten, wo Hilfe etwas bewirkt. Freiwilligenarbeit ist echte Arbeit sowie Engagement. Obwohl oder gerade weil der «Lohn» nicht messbar ist, betrachten sich viele als umso reicher.

Was haben Sie für Erfahrungen mit freiwilligen Mitarbeitenden gemacht?

Freiwillige Mitarbeitende sind sehr engagierte und zuverlässige Menschen. Sie pflegen einen schönen und wertvollen Kontakt mit den Bewohnenden und sind bemüht, dass es ihnen gut geht.



Astrid Gehrig, Leiterin Aktivierung im Viva Luzern Eichhof

Wie reagieren die Bewohnenden auf die freiwilligen Mitarbeitenden?

Sie schätzen den Kontakt mit den freiwilligen Mitarbeitenden und freuen sich auf deren Besuche.

Worin sehen Sie den Anreiz, Freiwilligenarbeit zu leisten?

Studien machen deutlich, dass freiwilliges Engagement eine Sinnquelle darstellt, unabhängig von der Erwerbs-

tätigkeit. Freiwilliges Engagement kommt also nicht nur anderen zugute, sondern auch einem selbst.

Aber etwas Kleines gibt es doch für die freiwilligen Mitarbeitenden, oder?

Ja, natürlich. Es werden mehrere Weiterbildungen und Vorträge pro Jahr angeboten. Mit einem Abendanlass mit Nachtessen oder einem Ausflug wollen wir uns erkenntlich zeigen. Pro Einsatz erhalten sie zudem eine kleine Spesenvergütung und ein Gratisgetränk.

Was ist die Aufgabe eines freiwilligen Mitarbeitenden?

Freiwillige Mitarbeitende unterstützen und begleiten unsere Bewohnenden in der Alltagsgestaltung. Sie übernehmen

diverse Betreuungsaufgaben und entlasten dadurch die Pflegenden. Dazu gehören Tätigkeiten wie z.B. Vorlesen, Geschichten erzählen, Spazieren gehen, Unterstützung beim Essen und vieles mehr.

Gibt es spezielle Anforderungen – Fach- oder Sozialkompetenzen – an freiwillige Mitarbeitende?

Grundsätzlich werden keine spezifischen Anforderungen gestellt. Für uns ist wichtig, dass die freiwilligen Mitarbeitenden Freude an ihrer Tätigkeit haben und in der Lage sind, auf die unterschiedlichen Bedürfnisse der Bewohner einzugehen. Sie müssen das Selbstbestimmungsrecht des Bewohners anerkennen und auch akzeptieren können, wenn jemand eine bestimmte Leistung nicht will. ■



versorgt
täglich.

In Luzern zuhause, in der Zentralschweiz aktiv, versorgen wir Menschen und Unternehmen rund um die Uhr. Ob Energie, Wasser, Internet oder Beratungen, wir bieten vielseitige Lösungen. ewl-luzern.ch

Dein Auslandspraktikum – erzähl uns davon...



**Tabea
Hosmann**
3. Lehrjahr

Mein Praktikum im Service und Housekeeping in Potsdam war sehr positiv und ich konnte persönlich viel profitieren. Durch die eigene Wohnung war ich auf mich alleine gestellt und wurde so selbstständiger, offener und lernte mich selber besser kennen. Etwas enttäuscht war ich einzig von der Arbeit im Hotel, da das Housekeeping-Team, mit dem ich die meiste Zeit verbrachte, nicht sehr interessiert war und ich bei der Arbeit nichts Neues gelernt habe. Dafür waren das Serviceteam und die Köche sehr nett und auch sehr interessiert an den Berufsunterschieden und am Leben in der Schweiz. Alles in allem war es eine tolle Zeit und ich würde jedem empfehlen, ein solches Praktikum zu machen.

Der Einblick in einen anderen Betrieb sowie das Kennenlernen der Arbeitsweise eines anderen Landes habe ich als positiv wahrgenommen. Die Haltung zur Arbeit ist in Deutschland und der Schweiz unterschiedlich. Ebenso ist die Umgebung Potsdam immer noch stark vom Krieg geprägt. Eine Herausforderung war für mich der lange Weg zur Gastfamilie ausserhalb von Potsdam sowie die Kontaktaufnahme mit ihr. Für meine berufliche Zukunft kann ich die Planung und Organisation von Anlässen, das Erstellen von Wochenplänen sowie ein gutes Zeitmanagement mitnehmen.



**Chantale
Möri**
3. Lehrjahr



**Anita
Bühlmann**

Leiterin Hotellerie Viva Luzern Wesemlin

Eine gute Vorbereitung und Planung der Reise, des Praktikumsplatzes und der Gastfamilie ist unabdingbar. Dazu gehört auch die Vorbereitung der Lernenden auf die Praktikumszeit und die Begleitung. Ich sehe ein Austauschpraktikum für die Lernenden als eine grosse Chance für die persönliche Weiterentwicklung wie auch für den Gewinn von neuen Erfahrungen und Eindrücken.

Die Berufslehre bietet viele Möglichkeiten zur Weiterentwicklung. Gerade in sozialen Berufen ist die Fähigkeit zum Perspektivenwechsel wichtig. Bei den MobiLingua-Praktika gewinnen die Lernenden Einblick in ein Unternehmen aus einem anderen Kulturkreis. Die Teilnehmenden beteiligen sich an der Organisation und stellen ihre Selbstständigkeit unter Beweis. Nach der Rückkehr nutzen die jungen Berufsleute ihre Erkenntnisse im Luzerner Arbeitsalltag.



**Claudia
Zimmermann**

Leiterin MobiLingua

MobiLingua: Das Luzerner Mobilitäts- und Fremdsprachenprogramm



MobiLingua
Bilingualer Unterricht

MobiLingua ist ein Programm der Dienststelle Berufs- und Weiterbildung in Luzern. Es verfolgt das Ziel, Fremdsprachen und Mobilität in der Berufsbildung zu verankern, und leistet einen Beitrag zur Umsetzung der Sprachförderung des Bundes.

Auf dem Hintergrund der internationalen Verflechtung der Arbeitswelt spielen praxiserprobte Fremdsprachenkenntnisse und ein erweitertes kulturelles Repertoire bei jungen Berufsleuten eine wichtige Rolle. MobiLingua schafft Angebote, um diese Kompetenzen zu stärken. Lernende können den bi-

lingualen Unterricht besuchen oder Arbeitserfahrung in einer anderen Sprachregion im In- und Ausland sammeln. Dabei nutzt MobiLingua die Kontakte der Luzerner Städtepartnerschaften und organisiert Arbeitseinsätze für motivierte und leistungsbereite Lernende in Potsdam und Bournemouth.

Die Berufsausbildung in der Viva Luzern AG
Unsere Betriebe setzen auf eine starke Berufsausbildung. Die Lernenden sind unterstützt bei der Vorbereitung auf die Arbeitswelt. MobiLingua gibt Lernenden aus dem Bereich Hotellerie die Chance, sich auch im Ausland umzu-

sehen. Vom Einblick in die akute, psychiatrische und ambulante Pflege profitieren auch unsere Lernenden der Gesundheitsberufe. Gut ausgebildete und engagierte Bildungsfachpersonen stehen den Lernenden zur Seite. Denn eine fundierte Berufsausbildung liegt uns am Herzen.

Unsere Standorte.

Eichhof



Nachmittags ein Spaziergang im Park und abends ein Konzert im grossen Saal. Momente, die Freude schenken.

4 Häuser, 295 Pflegeplätze
Wohngruppe für Menschen mit Demenz
Spezialisierte Palliative Care
Kurzzeit-, Tages- und Nachtangebote

Wesemlin



Ein familiäres Zuhause für betagte Menschen. Gut eingebettet im Quartier und direkt neben dem Kloster werden Herzlichkeit und Professionalität gelebt.

2 Häuser, 134 Pflegeplätze
Wohngruppe für Menschen mit Demenz

Rosenberg



Überall Rosen, ein helles Haus und ein offener Geist. Ein Lebensraum für alte Menschen, die auf professionelle Pflege und Betreuung angewiesen sind.

2 Häuser, 132 Pflegeplätze
Übergangspflege

Wohnen mit Dienstleistungen



Den besten Hackbraten der Welt für den Sohn. Alles ist selber eingekauft und zubereitet. Bei anderen Dingen ist Unterstützung willkommen.

3 Quartiere, 230 Wohnungen
mit 1 bis 2,5 Zimmern

Staffelnhof



Aubergine, grün und gelb. Eine farbige Fassade und eine einzigartige Atmosphäre mit herzlichen Mitarbeitenden für pflegebedürftige Menschen.

1 Haus, 172 Pflegeplätze
Wohngruppe für Menschen mit Demenz
Schwerstpflge

Dreilinden



Die fantastische Berg- und Seesicht, eine herzliche Atmosphäre und professionelle Pflege bieten hohe Lebensqualität.

3 Häuser, 121 Pflegeplätze
Wohngruppe für Menschen mit Demenz

Pflegewohnungen



Fast wie damals in der eigenen Wohnung. Doch das neue Zuhause gibt zusätzlich Geborgenheit und Sicherheit, denn rund um die Uhr ist Betreuung da.

4 Pflegewohnungen, 3 Quartiere
43 Pflegeplätze

Viva Luzern in Zahlen

1150 Mitarbeitende

144 Lernende und Studierende

5 Betagtenzentren

3 Standorte für Pflegewohnungen

230 Wohnungen mit Dienstleistungen

Insgesamt über **900** Pflegeplätze

Selbstbestimmtes Wohnen und Leben im Betagtenzentrum.

Im Gespräch mit jungen Menschen erstaunt es immer wieder, welche Bilder über Betagtenzentren vorherrschen. Bilder, die längst der Vergangenheit angehören. Denn heute werden im Betagtenzentrum Lebensräume geschaffen, die eine gute Lebensqualität ermöglichen, auch bei steigendem Pflegebedarf. Zunehmender Spardruck bei den Gemeinden darf diese gesellschaftliche Errungenschaft nicht gefährden.



Beat Demarmels, Geschäftsführer Viva Luzern AG

In weiten Teilen der Bevölkerung herrscht heute der Wunsch: «Nur nie ins Heim.» Dieser Wunsch ist verständlich. Es will ja auch niemand ins Spital. Über kürzere oder längere Zeit auf ärztliche und pflegerische Betreuung angewiesen zu sein, wünscht sich niemand. Und doch sind wir

alle froh, gibt es diese Einrichtungen. Eine immer weiter verbreitete Werthaltung in unserer westlichen Gesellschaft scheint jedoch zu sein, möglichst bis zum Lebensende über alles selber bestimmen zu können und von niemandem abhängig zu werden. Realität ist aber, dass im Alter mit schwächer werdenden Kräften und dem Verlust von Freunden und Angehörigen die Gefahr wächst, in der eigenen Wohnung zum Gefangenen zu werden und zu vereinsamen.

Wer von uns, der selber keine Angehörigen im Heim hat, hat ein Betagtenzentrum in den letzten Jahren von innen gesehen? Für viele besteht eine Hemmschwelle, nur schon in ein Heimrestaurant zu gehen oder einen der öffentlichen Anlässe oder Veranstaltungen im Heim zu besuchen. Es ist damit nicht verwunderlich, dass Bilder und Vorurteile über Betagtenzentren vorherrschen, die vorwiegend noch auf die erste Generation der Altersheime, der sogenannten «Verwahrnstanalten», zurückgehen.

«Wir gehen auf die Individualität unserer Bewohnerinnen und Bewohner ein und ermöglichen eine hohe Autonomie.»

Werte aus dem Leitbild der Viva Luzern AG



Mehr Privatheit, mehr Individualität

Die Realität sieht heute jedoch anders aus. Bereits die Gebäude verfügen über eine Raumaufteilung, die Privatheit und Rückzugsmöglichkeiten gewährleistet, die soziale Kontakte mit Mitbewohnerinnen und Freunden sowie vielfältige Beschäftigungsmöglichkeiten erlaubt,

viva luzern**Unser Leitbild**

Folgende Werte leiten unser Handeln bei der Viva Luzern AG:

Achtsamkeit

- Wir leben eine Kultur der Wertschätzung und schaffen eine Atmosphäre des Wohlbefindens.
- Wir begegnen einander mit Respekt, Toleranz und hören aktiv zu. Wir sprechen auch Schwierigkeiten offen an.
- Wir fokussieren uns auf Potenziale.

Verbindlichkeit

- Auf unser Wort ist Verlass. Wir halten uns an unsere Abmachungen.
- Wir stehen füreinander ein.
- Wir pflegen eine offene und transparente Kommunikation.

Lebendigkeit

- Wir gehen auf die Individualität unserer Bewohnerinnen und Bewohner ein und ermöglichen eine hohe Autonomie.
- Wir nutzen die Verschiedenartigkeit und Talente unserer Mitarbeitenden.
- Wir erkennen und setzen Trends.

Verantwortlichkeit

- Wir sind uns bei allen Entscheidungen unserer unternehmerischen Verantwortung bewusst.
- Wir erkennen Veränderungen als Chancen und gehen offen und flexibel mit ihnen um.
- Neuen Herausforderungen begegnen wir mit zukunftsorientierten, innovativen Lösungen.

Vom Verwaltungsrat am 22. September 2015 in Kraft gesetzt.

B. Dappeler
Beat Dappeler
Präsident des Verwaltungsrates

E. Wandeler
Elsbeth Wandeler
Vizepräsidentin des Verwaltungsrates

Im Alter zuhause.

die aber auch das öffentliche Leben aus dem Quartier und der Stadt hineinlässt. In den letzten Jahren wurde gleichzeitig viel unternommen, um die Tagesgestaltung auf die individuellen Bedürfnisse und Vorlieben der Bewohnerinnen und Bewohner auszurichten. Die Bewohner bestimmen heute ihren Tag selber. Sie entscheiden, wann sie aufstehen und frühstücken. Und ob sie vorher duschen oder nicht.

Interessanterweise führt dies in unseren regelmässig durchgeführten Zufriedenheitsbefragungen dazu, dass Angehörige sehr häufig antworten, dass sie sich während dem Besuch in unseren Betagtenzentren sehr wohl und willkommen fühlen.

Unser Leitbild definiert die Werte

Wir Menschen werden mit steigendem Alter zunehmend verschieden voneinander. Im Leitbild von Viva Luzern ist daher neben den Werten «Achtsamkeit», «Verbindlichkeit» und «Verantwortlichkeit» auch der Wert «Lebendigkeit» zentral. Denn dieser wird im Leitbild mit dem Satz verbunden: «Wir gehen auf die Individualität unserer Bewohnerinnen und Bewohner ein und ermöglichen eine hohe Autonomie.»

Natürlich brauchen die Betagtenzentren dazu auch genügend gut ausgebildete Mitarbeitende und eine angepasste Infrastruktur. Dies hat seinen Preis. Bei der in diesem Jahr anstehenden Reform des kantonalen Pflegefinanzierungsgesetzes und insbesondere bei der Überarbeitung der Verordnung sollten wir daran denken: Wir sind es unseren älteren Mitmenschen schuldig, dass diese auch in ihrer letzten Lebensphase, bei zunehmendem Bedarf an Pflege und Betreuung, möglichst selbstbestimmt leben können. ■

viva luzern
Events und Catering

CATERINGS
Ihr professioneller Partner
für Anlässe von 15 bis 1000 Gästen.

Viva Luzern AG · Events und Catering
6005 Luzern · 041 319 71 00 · catering-vivaluzern.ch

Wir sind die jungen Alten!

Die Spontaneität der Jugend verbunden mit der Erfahrung des Alters – das ist auch unser Erfolgsrezept.

Seit über 88 Jahren Medien mit Zukunft!

Brunner AG Druck und Medien
Arsenalstrasse 24, 6010 Kriens
www.bag.ch

BRUNNER
DRUCK UND MEDIEN

WAS ZÄHLT SIND BALANCE, STRUKTUR UND SIE.
#usmmakeityours

hb bürorama
Sedelstrasse 2
6004 Luzern
Telefon 041 210 12 63
info@hb-buerorama.ch
www.hb-buerorama.ch

USM
Möbelbausysteme
www.usm.com

Unsere öffentlichen Veranstaltungen.

Eichhof

Freitag, 20. Mai 2016

Dia-Vortrag mit Fredy Vogel

15.00 bis 15.45 Uhr im grossen Saal, Haus Rubin.

Fredy Vogel zeigt herrliche Aufnahmen von Schweizer Pässen und die schönsten Streifzüge zu deren Pflanzen. Reisen auch Sie gedanklich mit.

Sonntag, 3. Juli 2016

Musiknachmittag mit Claudio De Bartolo

14.30 bis 16.00 Uhr im Bistro, Haus Rubin.

Erleben Sie einen unvergesslichen Nachmittag mit einem der beliebtesten und erfolgreichsten Schweizer Künstler, bekannt aus TV und Radio. Mit natürlichem Charme unterstreicht er seinen professionellen, volkstümlichen Gesang.

Dreilinden

Mittwoch, 22. Juni 2016

Musik- und Tanznachmittag

14.30 Uhr, Aufenthaltsraum Pilatus. Geniessen Sie einen Tanznachmittag bei Kaffee und Kuchen mit dem Duo Agnes und Franz.

Sonntag, 26. Juni 2016

Ländlerbeiz mit «Waruma»

14.00 bis 16.00 Uhr, Café Lindentreff. Freuen Sie sich auf die lüpfige Ländlermusik von «Waruma» und auf die wunderbare Aussicht im Dreilinden.

Staffelnhof

Sonntag, 1. Mai 2016

Maifäscht

9.00 bis 17.00 Uhr, Restaurant Aquarello.

Marktstände, Festwirtschaft mit Frühstücksangebot, Sonntagsbraten und feinen Grilladen sowie Patisserie-Wagen. Für musikalische Unterhaltung sorgen das Heimatchörli sowie das Duo Romantica. Reinerlös zugunsten des Bewohnersfonds Viva Luzern Staffelnhof.

Sonntag, 4. September 2016

Jubiläumsfest 40 Jahre Staffelnhof

10.00 bis 17.00 Uhr, Restaurant Aquarello und Gartenterrasse. Jodelmesse mit Jodelklub Littau. Festwirtschaft mit kostenlosem Imbiss für Besucherinnen und Besucher. Nachmittags Kuchenbuffet. Besichtigungsrundgänge. Musikalische Unterhaltung mit dem Duo Ringos.

Rosenberg

Mittwoch, 18. Mai 2016

Klassisches Konzert

Motto: «Musik zwischen 1811 und 1911.» Das Luzerner Salon-Quintett unterhält Sie mit Melodien von Gioachino Rossini, Giacomo Puccini, Franz Liszt, Georges Bizet, Claude Debussy und Richard Strauss.

Sonntag, 11. September 2016

Vernissage mit der Luzerner Künstlerin Ursula Stalder

10.30 bis 11.30 Uhr im Saal. Ursula Stalder sammelt seit über 20 Jahren Schwemmmaterial an europäischen Küsten. Ihre ausgewählten Objekte setzt sie in unserer Ausstellung thematisch-spannend in Szene. Anschliessend Apéro.

Wesemlin

Freitag, 24. Juni 2016

Dreilandnostalgie-Ensemble

15.30 Uhr, Restaurant Venus. «Komm, mia bella» – bekannte Lieder mit dem Gesangstrio aus dem Dreiländereck bei Basel.

Samstag, 17. September 2016

2. Wäsmeli-Herbschtmärt

10.00 bis 16.00 Uhr, draussen vor dem Haupteingang. Marktstände aus dem Quartier fürs Quartier.

**Erleben Sie
Viva Luzern!**

Das vollständige Programm
finden Sie auf
vivaluzern.ch/veranstaltungen
Wir freuen uns auf Sie!