



## Demenz: das grosse Vergessen

Die Bernerin Nelly Nyffenegger hat viele Erinnerungen verloren – aber nicht ihre Lebensfreude. Dank der Unterstützung der SPITEX BERN wohnt sie trotz fortgeschrittener Demenz zu Hause mit ihrem Mann.

### Sparen auf Kosten der Patienten

Die SPITEX BERN reagiert auf die Sparentscheide des Kantons. Geschäftsführer Philip Steiner verspricht: «Wir lassen nicht zu, dass unsere Kunden ihre Selbstständigkeit verlieren!»

# Eine Demenz, zwei Schicksale



Philip Steiner, Geschäftsführer SPITEX BERN

Die Diagnose «Demenz» ist eine Hiobsbotschaft – für den Menschen, der sie erhält, genauso wie für seine Angehörigen. Ein Schicksal, das sie gemeinsam zu tragen haben. Je weiter aber die Krankheit fortschreitet, desto mehr werden daraus zwei Schicksale: Während Demenzkranke in eine Welt mit fehlenden Erinnerungen entschwinden, sind ihre Angehörigen mit einem geliebten Menschen konfrontiert, dessen Persönlichkeit sich zunehmend verändert, oft so sehr, dass er den Partner oder seine Familie nicht mehr erkennt. Beide Seiten tragen eine enorme Last, wenn auch eine ganz unterschiedliche.

Die unterschiedlichen Schicksale machen eine differenzierte Betreuung nötig. Es braucht fundiertes Fachwissen, viel Erfahrung, Fingerspitzengefühl und ein grosses Einfühlungsvermögen sowohl für den Demenzkranken als auch für die Angehörigen. All das bringen die Mitarbeitenden des Mind-Care-Teams der SPITEX BERN mit.

*«Ich habe grossen Respekt vor der Leistung aller Betroffenen – Demenzkranken, Angehörigen und Spitex-Mitarbeitenden»*

Persönlich habe ich sehr grossen Respekt vor der Leistung aller Betroffenen: Respekt dem Demenzkranken gegenüber – für seinen Umgang mit dem Schicksal, dass er sein Umfeld und seine Erinnerungen schrittweise verlieren wird. Respekt den Angehörigen gegenüber, die einen lieben Menschen zusehends verlieren, ohne je zu erfahren, wie er sich dabei wirklich fühlt. Und Respekt unseren Mitarbeitenden gegenüber, die im Umgang mit beiden Schicksalen stets professionell und mit grossem persönlichem Engagement arbeiten.

Im Jahr 2014 werden wir in der Stadt Bern gemeinsam mit der tilia Stiftung ein Kompetenzzentrum für Demenz eröffnen. Durch die Kombination von Betreuung, Forschung und Ausbildung unter einem Dach wollen wir noch besser auf die Bedürfnisse der Demenzkranken und ihrer Angehörigen eingehen können. Mehr dazu lesen Sie ab Seite 12.

Ich wünsche Ihnen eine interessante Lektüre!

Philip Steiner, Geschäftsführer SPITEX BERN



## Impressum HEIMSPIEL – Offizielles Organ der SPITEX BERN – [www.spitex-bern.ch](http://www.spitex-bern.ch)

**Herausgeberin** SPITEX BERN Verein für ambulante Dienste der Stadt Bern, Könizstrasse 60, Postfach 450, 3000 Bern 5, Tel. 031 388 50 50. Verantwortlich: Katharina Bieri, Tel. 031 388 50 55, [katharina.bieri@spitex-bern.ch](mailto:katharina.bieri@spitex-bern.ch) **Redaktion und Herstellung** Gesamtverantwortung: Rub Graf-Lehmann AG, Bern, Peter Rub. **Autorinnen und Autoren:** Katharina Bieri, Philip Steiner (SPITEX BERN), Helena Jansen, Reto W. Kressig, Martin Kuster, Res Mettler, Urs P. Mosimann. **Redaktion:** Zoebeli Communications AG, Bern, Martin Kuster. **Bilder:** Pia Neuenschwander, Bern. **Korrektur und Herstellung:** Druckerei Rub Graf-Lehmann AG, Bruno Grütter, [www.rubmedia.ch](http://www.rubmedia.ch). **Preis** Einzelverkauf Fr. 3.40, für Mitglieder der SPITEX BERN im Mitgliederbeitrag inbegriffen. **Druckauflage** 11500 Exemplare. **Copyright** Abdruck nur mit Genehmigung der Herausgeberin.

# Aktuelles aus der SPITEX BERN

## Herbstliche Flussfahrt für Geniesser

Einfach einmal die Seele baumeln lassen – was eignet sich dafür besser als eine ausgedehnte Flussfahrt? Zum Beispiel auf einem der Passagierschiffe auf dem Basler Rhein. Gelegenheit dazu bot der Kundenausflug 2011 der SPITEX BERN im vergangenen September. 170 Kunden genossen das gemütliche Beisammensein auf dem prächtigen Schiff, während sie an Frachtschiffen, Rheintaxis, Kreuzfahrtschiffen und Wohnbooten vorbeiglitten. Den Wind in den Haaren, die Sonne im Gesicht: Es war ein wunderbarer Ausflug ins herbstliche Dreiländereck.

## Umweltfreundlich und sicher unterwegs

Die SPITEX BERN hat ihre Fahrzeugflotte aufgestockt und sich dabei zum zweiten Mal für Citroën entschieden. 23 Autos ergänzen seit Dezember 2011 den Fahrzeugbestand. Für das Modell C1 des französischen Automobilherstellers sprachen die Energieklasse A, die Grösse und die Wendigkeit. Zudem war die SPITEX BERN mit den bisherigen Dienstleistungen der Citroën (Suisse) SA Bern sehr zufrieden.



Im Dienste ihrer Kundinnen und Kunden ist die SPITEX BERN rund um die Uhr unterwegs.

## Spiel Golf und tue Gutes

«Feiern und geben.» Unter diesem Motto fand am 16. September 2011 die dritte Charity-Golf-Competition in Walleried statt. 60 erfahrene Golfer schwangen ihre Schläger unter stahlblauem Himmel. Daneben absolvierten zahlreiche Debütanten den Einführungskurs mit anschliessender Putting-Competition. So sind 12 000 Franken zugunsten der Kinderspitex und der spitalexternen Onkologie- und Palliativpflege der SPITEX BERN zusammengekommen.



Rahel Gmür, Präsidentin, und Philip Steiner, Geschäftsführer der SPITEX BERN, nehmen von Mitorganisator Marcel Durst (Mitte) den Check entgegen und bedanken sich bei allen Teilnehmenden und Sponsoren für die grosszügige Unterstützung.



Der Erlös aus der Charity-Golf-Competition kommt auch der Kinderspitex zugute.

## Heimspiel März 2012

### 4 Schwerpunkt: Demenz

- 6 Die Erinnerungen verblassen, die Freude bleibt



Nelly Nyffenegger ist dement – trotzdem haben sie und ihr Mann viel zu lachen.

- 9 «Die demente Person so nehmen, wie sie ist»



Spitex-Mitarbeiterin Marianne von Moos erklärt, wie sie mit Demenzkranken umgeht.

- 12 Demenzkranke und Forscher unter einem Dach



Im Osten Berns beginnt diesen Frühling der Bau des pionierhaften Zentrums Schönberg.

- 14 Mitten in der Nacht eine Lasagne essen

### 19 Gerontechnologie: Hightech für Senioren

### 20 Kostenbeteiligung Spitex: «Die Sparmassnahmen gefährden die Gesundheit der Patienten»

### 22 Mitglied werden: Die SPITEX BERN zählt auf Sie



*Nelly Nyffenegger (90) lebt trotz fortgeschrittener Demenz mit ihrem Mann in der gemeinsamen Wohnung – unterstützt von Spitex-Mitarbeiterin Marianne von Moos (links).*

# Das grosse Vergessen

**In der Schweiz sind heute über 100 000 Menschen dement. 2050 werden es laut Experten dreimal so viele sein. Sie finden kaum alle Platz in Heimen. Damit werden das grosse Engagement der Angehörigen, die Demenzkranke betreuen, und die professionelle Unterstützung durch die Spitex noch wichtiger.**

VON MARTIN KUSTER (TEXT) UND PIA NEUENSCHWANDER (BILD)

**D**emenz sei «ein würdeloser Zustand, dem ich mich entschlossen habe, entschieden entgegenzutreten». So schrieb es Gunter Sachs in seinem Abschiedsbrief, bevor er sich letztes Jahr das Leben nahm. Der Industriellenerbe hatte sich in seiner Einschätzung dieser Krankheit getäuscht. Denn auch mit einer Demenz lässt es sich würdevoll leben – mit vielen schönen Momenten. Das beweist zum Beispiel Nelly Nyffenegger. Sie ist eine von über 15 000 Personen im Kanton Bern, die gemäss Schätzung der Schweizerischen Alzheimervereinigung an Demenz erkrankt sind. Ab Seite 6 lesen Sie, wie es Nelly Nyffenegger mit der Unterstützung ihres Mannes Robert und der SPITEX BERN schafft, trotz aller Schwierigkeiten ein glückliches Leben zu führen. Sie lebt – wie die Mehrheit der Betroffenen in der Schweiz – zu Hause.

**Mit der steigenden Lebenserwartung** wird in den nächsten Jahren auch die Zahl der Demenzkranken zunehmen. Nach Expertenmeinung werden sich die Zahlen bis 2050 verdreifachen: schweizweit von 100 000 auf 300 000 Personen. Eine enorme Herausforderung für unsere Gesellschaft. Menschlich, aber auch finanziell. Schon heute betragen die durch Demenzerkrankungen entstehenden Kosten im Schweizer Gesundheitswesen knapp sieben Milliarden Franken pro Jahr. Die unentgeltliche Betreuung durch Freiwillige ist dabei zum Marktwert von rund drei Milliarden eingerechnet. Wie stark die Kosten in Zukunft ansteigen werden, hängt entscheidend davon ab, wie viele Betroffene auf die Unterstützung durch Angehörige werden zählen können. Dabei ist anzunehmen, dass die Betreuung zu Hause künftig noch schwieriger sein wird als heute, denn die Kinder wohnen immer

weiter entfernt von den Eltern, zunehmend leben Menschen allein und Frauen sind eher berufstätig. Gefragt ist die optimale professionelle Unterstützung der Angehörigen. Zum einen ist es entscheidend, die Angehörigen bei der Betreuung zu entlasten, zum anderen brauchen auch die Freiwilligen selbst persönliche Unterstützung, um die schwierige Situation meistern zu können.

**Hier kommt die Spitex ins Spiel.** Die SPITEX BERN ermöglicht rund 500 Menschen in verschiedenen Stadien der Demenz ein Leben im vertrauten Umfeld. Mit ihren umfassenden Leistungen für Betroffene und Angehörige erfüllt die Spitex auch eine volkswirtschaftlich bedeutsame Aufgabe: Wir werden es uns kaum leisten können, die prognostizierten 300 000 Demenzkranken grösstenteils in teuren Heimen unterzubringen. Doch ohne Einrichtungen für Menschen mit weit fortgeschrittener Demenz, die nicht mehr zu Hause leben können, wird es nie gehen. Dabei sind neue Konzepte gefragt. Zum Beispiel eigene Dörfer für Menschen mit Demenz. Ermutigt durch die positiven Erfahrungen im ersten Demenzdorf in Holland, plant das Oberaargauische Pflegeheim auf seinem Areal in Wiedlisbach den Bau eines Dorfes für 100 Menschen mit Demenz im fortgeschrittenen Stadium. Die Menschen sollen so leben können, wie sie es von früher gewohnt sind. Es wird im Dorf deshalb so aussehen wie vor 50 Jahren. Menschen aus der Stadt werden in Stadtwohnungen, solche vom Land in Landhäusern wohnen. Sie können im Dorfladen einkaufen, das dorfeigene Kino oder Theater besuchen und in einem eigenen Restaurant fein essen gehen. Innerhalb der geschlossenen Dorfumgebung können sich die Demenzkranken frei bewegen – und erhalten die notwendige Betreuung rund um die Uhr. ■

## Was ist Demenz?

Demenz bezeichnet eine Abnahme der Hirnleistung bei klarem Bewusstsein. Damit ist «Demenz» ein Sammelbegriff für über 50 verschiedene Erkrankungen. Die häufigste ist Alzheimer mit rund der Hälfte der Fälle. Bei dieser Krankheit sterben nach und nach Nervenzellen im Gehirn ab. Die Ursache dafür ist noch nicht vollständig geklärt. Die zweithäufigste Form ist die vaskuläre Demenz. Sie ist die Folge von Durchblutungsstörungen im Gehirn, wie bei einer Streifung oder einem Hirninfarkt. Schliesslich gibt es auch die sogenannte sekundäre Demenz, die als Folge von anderen Krankheiten auftritt, wie zum Beispiel Parkinson oder Aids. Mischformen sind häufig.

Das grösste Risiko, an Demenz zu erkranken, ist das Alter. Während bei den 65- bis 69-Jährigen rund jeder Hundertste betroffen ist, ist es bei den 85- bis 89-Jährigen fast jeder Vierte. Allerdings: Wer sich im Alter nicht mehr so gut an alles erinnern kann wie früher, muss noch lange nicht an Demenz leiden. Mit verschiedenen medizinischen Testverfahren können Ärzte eine Demenzerkrankung klar von einer «normalen» Altersvergesslichkeit unterscheiden.

## Wie verläuft eine Demenz?

Durchschnittlich dauert eine Demenzerkrankung zehn Jahre. Je nach Art der Demenz gibt es Unterschiede im Verlauf. Gemeinsam ist allen Erkrankungen, dass die Betroffenen laufend mehr Unterstützung benötigen. Der Verlauf einer Demenz lässt sich in drei Stadien unterteilen.

### 1. Vergessensstadium

Das Kurzzeitgedächtnis nimmt ab. Neues zu lernen fällt zunehmend schwer. Im oberflächlichen Kontakt können die Betroffenen ihre Defizite häufig recht gut überspielen. Oft kommen psychische Probleme hinzu, die man kaum von den Symptomen einer Depression unterscheiden kann. Betroffene reden weniger flüssig, und sie haben immer wieder Mühe, das richtige Wort zu finden. Die Betroffenen sind meist noch in der Lage, unabhängig zu leben. Hilfe benötigen sie in der Regel zunächst lediglich bei komplizierten Tätigkeiten wie dem sicheren Umgang mit Geld, Rechnungen und Überweisungen.

### 2. Verwirrtheitsstadium

Auch alltägliche Aufgaben – wie zum Beispiel einzukaufen oder später auch sich anzuziehen – können die Betroffenen nun nicht mehr selbstständig ausführen. Durch die Lücken im Gedächtnis – nun ist auch das Langzeitgedächtnis betroffen – schwindet das Wissen, um Informationen und Eindrücke einordnen zu können. Die Betroffenen verlaufen sich, weil sie die Fähigkeit zur Orientierung verlieren. Ohne ständige Betreuung würden sie die Körperpflege vernachlässigen und nicht richtig essen. Sie gehen mit Trippelschritten und fallen immer wieder um. Auch Verhaltensstörungen treten auf. So können friedfertige Menschen Wutausbrüche haben, für die es in den Augen Aussenstehender keinen Grund gibt.

### 3. Hilflosigkeitsstadium

Die Betroffenen erkennen nun auch die engsten Angehörigen nicht mehr. Sie haben Mühe, ihr Essen zu kauen und zu schlucken, sind inkontinent und teils bettlägrig. Die Sprache geht fast oder ganz verloren. Oft befinden sich die Betroffenen in einem in sich selbst zurückgezogenen Zustand. Eine intensive Betreuung rund um die Uhr wird nötig. Die Demenzkranken werden immer schwächer und damit anfällig für andere Krankheiten wie zum Beispiel Lungenentzündungen, die schliesslich zum Tod führen. Die Demenz an sich ist keine Todesursache.

Den Verlauf einer Demenzerkrankung kann man als Rückentwicklung vom Erwachsenen zum Säugling verstehen. Das bedeutet, dass auch schwer demente Menschen in ihrer Welt glücklich sein können – ein Baby erlebt schliesslich viel Freude, auch wenn es diese nicht in Worte fassen kann.



Robert Nyffenegger hilft seiner Nelly, sich für den Spaziergang durchs verschneite Quartier warm anzuziehen.

# Die Erinnerungen verblässen, die Freude bleibt

**Vor zweieinhalb Jahren erhielt Nelly Nyffenegger die Diagnose «Demenz». Viele Erinnerungen aus ihrem Leben hat sie seither verloren. Geblieben sind ihr die Freude am Lachen und die Liebe zu ihrem Mann.**

VON HELENA JANSEN, MARTIN KUSTER (TEXT) UND PIA NEUENSCHWANDER (BILD)

**N**elly Nyffenegger lacht gern und viel. Wenn Besuch kommt. Wenn sie von ihrem Mann ein Glas selbst gepressten Orangensaft erhält. Wenn er sie scherzhaft «Fräulein» nennt. Oder ganz einfach, weil sie nicht weiss, was sie sagen soll. Nelly Nyffenegger ist 90 Jahre alt. Sie ist dement, und es geht ihr gut.

**In der ordentlich aufgeräumten Stube** in der Wohnung am Rande von Bern ist es gemütlich warm. Grüne Polster, bunte Kissen. Ans Fenster trommelt leise der Regen. Nelly Nyffenegger sitzt auf dem Sofa, mit den schmalen Fingern hält sie die Hand ihres Mannes. «Ohne ihn könnte ich nicht sein», sagt sie und lächelt. 65 Jahre lang sind sie verheiratet. Sie waren unterwegs, sie haben gelacht und gestritten. Es gibt gemeinsame Erlebnisse, an

die sich Nelly Nyffenegger erinnern kann. Das meiste hat sie aber vergessen.

**Erinnerungen, die seine Frau verloren hat**, pflegt der 93-jährige Robert Nyffenegger umso sorgfältiger. Zum Beispiel jene an ihre erste Begegnung bei der Arbeit in einem Tea Room in Bern: «Ich habe sie gesehen, und es machte Ping!» Robert Nyffenegger klatscht in die Hände und lacht. Heute liegt auf einem kleinen Gestell neben dem Sofa ein Gratulationsschreiben zur eisernen Hochzeit.

**Er berichtet von den Ferien**, früher im Tessin. «Als ich noch Auto fuhr, waren wir 28 Mal immer im gleichen Hotel in Vira Gambarogno.» Jeden Tag wanderten sie in den Bergen rund um

Locarno. «Das war schön!», sagt Robert. Im Alter ist das Reisen schwieriger geworden. Geblieben sind die gemeinsamen Spaziergänge. «Nicht nur herumhocken, das bringt nichts», sagt Robert Nyffenegger. Zackig sind die beiden unterwegs. Die Beine machen noch mit.

**Unterhalb des kleinen Kastens** mit den Kegelmeisterschafts-Medaillen von Robert Nyffenegger hängt ein gerahmtes Bild. Es zeigt eine junge Frau mit Sonnenbrille und einem Affen auf dem Arm. Nelly Nyffenegger hebt den Blick und zögert: «Das ist meine Tochter.» Sie erkennt Bekannte auf der Strasse und Gesichter auf alten Fotos. Neue Gesichter zu behalten, fällt ihr schwer. Sie bleiben nicht im Gedächtnis haften. Die Diagnose «Demenz» erhielt die Wahlbernerin vor zweieinhalb Jahren. Seither hat sich das Leben bei Nyffeneggers verändert. In ihren vier Wänden hat die ehemals tüchtige Hausfrau das Zepter aus der Hand gegeben. Heute ist es der Ehemann, der einkauft, wäscht und aufräumt. Kein Problem bereitet ihm das Kochen: «Zwölf Jahre lang war ich Chefpatissier in einer Confiserie in Bern – ich stand schon immer in Küchen.» Das Engagement im Haushalt sei eine Selbstverständlichkeit, sagt Robert Nyffenegger. Er hat heute noch eine Aufgabe, die ihn erfüllt. Seine Frau folgt allen Anweisungen ihres Gatten. Sie holt Wein und Mineralwasser aus dem Keller, leert den Briefkasten, wäscht und trocknet ab. So viel wie möglich lässt Robert Nyffenegger seine Frau selbstständig erledigen.

**Nachts schläft Robert Nyffenegger ruhig.** Er hat niemals Angst, dass seine Frau unbemerkt aufstehen könnte. Zum Beispiel, um den Kochherd einzuschalten – oder um «sonst etwas Dummes» anzurichten. Seine Frau kann auch gut für einen Moment alleine in der Wohnung sein, wenn er eine Besorgung erledigt. Das gibt Freiraum und macht vieles einfacher.

**Robert Nyffenegger will nicht jammern.** «Aber manchmal tut es weh.» Etwa, wenn die Tochter wie jedes Jahr einen Adventskranz mit nach Hause bringt und die Mutter dies sofort wieder vergisst. «Gopfertori», ist es Robert Nyffenegger da herausgerutscht: «Du warst doch in der Sekundarschule!» Aber mit mangelnder Schulbildung hat die Vergesslichkeit seiner Frau rein gar nichts zu tun, das weiss auch Robert Nyffenegger. Er müsse lernen, mit der Vergesslichkeit seiner Frau umzugehen, sagt ihm der Hausarzt. Das ist nicht einfach. «Manchmal verstehe ich das alles nicht. Wie kann man bloss so werden?»

**Drei Mal pro Woche** erhält Robert Nyffenegger Unterstützung von der SPITEX BERN. Eine Betreuerin heisst Marianne von Moos – Nelly Nyffenegger kann sich das Gesicht gut merken. Auch die anderen Spitex-Mitarbeiterinnen, die sie pflegen, kennt sie gut. Braucht die 90-Jährige vorübergehend eine intensivere Betreuung, schaut die Spitex auch einmal öfter vorbei. Robert Nyffenegger ist froh um die Hilfe. «Die Zusammenarbeit klappt sehr gut.»

**Die Spitex-Mitarbeiterin Marianne von Moos** pflegt Nelly Nyffenegger seit Beginn ihrer Erkrankung. «Frau Nyffenegger ist eine sehr angenehme Kundin», sagt sie. «Man merkt, dass sie sich in der Beziehung mit ihrem Mann glücklich fühlt.» Als erfahrene Fachfrau Gesundheit weiss sie, wie wichtig das

Beziehungsnetz für Demenzkranke ist. Beziehungen machen glücklich, auch wenn die Erinnerung an Vergangenes verloren geht. «Dank des grossen Engagements ihrer Angehörigen musste Frau Nyffenegger ihr vertrautes Umfeld nicht verlassen.» Zu Hause wohnen, bei den geliebten Menschen, das schafft Geborgenheit. «Weil wir regelmässig vor Ort sind, wissen wir stets, wie es den Nyffeneggers geht, und können bei Bedarf sofort reagieren.» Marianne von Moos nimmt Nelly Nyffenegger nicht alle Arbeiten ab, sondern erklärt ihr geduldig, was sie tun soll: «Ich gebe ihr zwar den Waschlappen, benutzen soll sie ihn aber selber», erklärt die Spitex-Mitarbeiterin. Beim Anziehen stellt sich Nelly Nyffenegger immer auf die gleiche Weise hin. «Sie arbeitet mit, ist dabei. Schliesslich ist es ihr Körper. Das ist wichtig für sie.»

**Mit der Demenzerkrankung** von Nelly hat bei Nyffeneggers viel Schweres Einzug genommen. Aber die Freude am Leben ist ihnen geblieben. Zum Beispiel an Tagen wie heute. Besuch ist da, und sogar eine Fotografin wird empfangen. «Wir kommen im Kino! Du wirst ein Filmstar», scherzt Robert Nyffenegger, und seine Frau lacht rotwangig mit. Sie versteht nicht alles, was der Gatte ihr sagt. Liegt es an ihrer Demenzerkrankung oder schlicht am Gehör? Sie weiss es selber nicht genau: «Ich verstehe einfach nicht alles. Oder meine Ohren sind blöd», sagt Nelly Nyffenegger – und lacht. ■



Nelly Nyffenegger ist dement – und glücklich.

# BETAX

Mobilität für Behinderte

Gratisnummer  
0800 90 30 90

## Professioneller Fahrdienst für Menschen mit eingeschränkter Mobilität.

Wir bieten Fahrdienste für

- PatientInnen
- gehbehinderte Personen (mit PW von Betax)
- Menschen im Rollstuhl



Profitieren Sie jetzt:  
günstige Tarife  
bei Ausflugs- oder  
regelmässigen  
Fahrten.

© www.eckraum.ch

Stöckackerstrasse 60 | 3018 Bern | T Büro 031 990 30 80 | [www.betax.ch](http://www.betax.ch)  
Durch Spenden Mobilität schenken: PC 60-433110-1

## Ist Ihr letzter Wille geregelt?

Seit über 125 Jahren hilft die Heilsarmee bedürftigen Menschen mit Essensabgaben, Besuchsdiensten, Notschlafstellen und vielem mehr.

Mit einem Testament zugunsten der Heilsarmee können auch Sie direkt den Menschen in Not helfen.



Helfen ist zeitlos.

Bestellen Sie unseren Gratis-Testament-Ratgeber oder verlangen Sie ein kostenloses Erstgespräch mit unserem Fachmann in Erbschaftsangelegenheiten.

Stiftung Heilsarmee Schweiz, Ursula Hänni, Tel. 031 388 06 39  
[ursula\\_haenni@swi.salvationarmy.org](mailto:ursula_haenni@swi.salvationarmy.org), [www.heilsarmee.ch](http://www.heilsarmee.ch)



0800 80 55 66  
Gratisnummer

Gfeller Elektro AG  
3032 Hinterkappelen  
[www.gfeller.ch](http://www.gfeller.ch)

**gfeller** 100 Jahre  
elektro & telematik



# «Die demente Person so nehmen, wie sie ist»

**Spitex-Mitarbeiterin Marianne von Moos, Fachfrau Gesundheit, erklärt, wie sie mit demenzkranken Menschen umgeht.**

VON MARTIN KUSTER (INTERVIEW) UND PIA NEUENSCHWANDER (BILD)

## **Frau von Moos, was raten Sie Betroffenen und Angehörigen nach der Diagnose «Demenz»?**

Marianne von Moos: Das ist ein grosser Einschnitt ins Leben. Sie müssen herausfinden, was die betroffene Person noch selbst tun kann, was Angehörige zu übernehmen in der Lage sind und wofür externe Hilfe sinnvoll wäre. Wichtig ist, dass die Betroffenen sagen können, wenn ihnen etwas zu viel wird. Und dass sich Demenzkranke und Angehörige so früh wie möglich über das jeweilige Krankheitsbild informieren. Schliesslich sollten Entscheide für die Zukunft getroffen werden: Idealerweise bestimmen die Betroffenen selbst, welche Betreuungssituation sie wünschen, wenn ihre Demenz weiter fortgeschritten sein wird.

## **Wie sollen sich die Angehörigen im Alltag verhalten?**

Die Angehörigen sollen sich selbst bleiben und sich nicht verstellen. Statt die verloren gegangenen Fähigkeiten der Demenzkranken anzusprechen, ist es besser, die noch vorhandenen zu unterstreichen. Zudem sollte man Demenzkranke nicht mit Erwartungshaltungen und hochgesteckten Zielen überfordern.

## **Wie kommuniziert man am besten mit dementen Menschen?**

Entscheidend ist, die demente Person so zu nehmen, wie sie ist, und ihr zuzuhören. Das sogenannte «Validieren» ist eine Art der Kommunikation mit dementen Menschen. Man hängt dort ein, wo die Menschen im Moment sind, taucht in ihre Welt ein. Wenn also eine Betroffene in ihrer Vorstellung jemanden sieht, nützt es nichts, zu widersprechen, da sei niemand. Sondern besser fragen: «Was macht er?» So fühlt sich die Betroffene gespürt und verstanden. Das Widersprechen kann Demenzkranke völlig durcheinanderbringen.

## **Worauf sollte man bei der Kommunikation ausserdem achten?**

Die Sprache muss klar und einfach sein. Wenn ein Betroffener nicht mehr gut reden kann oder Mühe hat, etwas zu verstehen, sind Fragen sinnvoll, die er nur mit Ja oder Nein beantworten kann.

## **Wie lässt es sich verhindern, dass Demenzkranke davonlaufen? Durch Einsperren?**

Auf keinen Fall. Schliesslich haben viele Betroffene einen starken Bewegungsdrang. Und sie müssen Gelegenheit haben, diesen auszuleben. Wenn Demenzkranke von sich aus das Haus verlassen und dann den Heimweg nicht mehr finden, wird in der Regel eine Betreuung rund um die Uhr nötig.

## **Welche Angebote gibt es für Angehörige, denen die Betreuungsarbeit über den Kopf wächst?**

Eine Möglichkeit ist beispielsweise, dass die Spitex öfter kommt. Dass sie neben der Pflege auch hauswirtschaftliche Dienstleistungen erbringt. Oder dass sie für die demenzkranke Person ein- oder zweimal pro Woche den Transport in eine Tagesklinik organisiert und sie, wenn nötig, auch dorthin begleitet. Das gibt den Angehörigen Zeit, etwas für sich selbst zu tun, sich zu regenerieren. Irgendwann ist es aber so weit, dass die Angehörigen merken, dass es zu Hause einfach nicht mehr geht.



«Statt die verloren gegangenen Fähigkeiten der Demenzkranken anzusprechen, ist es besser, die noch vorhandenen zu unterstreichen», rät Marianne von Moos.

**...FÜR MEHR MOBILITÄT**






- Beratung
- Vermietung
- Verkauf
- Gratistest
- Lieferdienst
- Servicecenter
- Wohnberatung

Hilfsmittelstelle Bern • Kornweg 15  
3027 Bern  
Tel. 031 991 60 80

Pflege und Betreuung ist eine Basis zum Erfolg.



**rubmedia**  
graf-lehmann

Druckerei Murtenstrasse 40, 3001 Bern  
Verlag Fon 031 380 14 80, Fax 031 380 14 89  
Neue Medien info@rubmedia.ch, www.rubmedia.ch

www.citroen.ch

SEI DER  
**WIND**  
nicht das  
FÄHNCHEN



Ab Fr. **25'990.-** oder Fr. **229.-/Monat**  
Geschenk: Navigationssystem eMyWay\*

**CITROËN DS4 LIMITIERTE SERIE**

CREATIVE TECHNOLOGIE

**CITROËN**

**Citroën (Suisse) SA, Bern**  
Freiburgstrasse 447, 3018 Bern  
Tel. 031 998 33 11 www.citroen-bern.ch

Autopartner von **YB**

**Schweizerisches Rotes Kreuz**   
Bern-Mittelland

menschlich. stark. engagiert.

**Der Rotkreuz-Notruf**  
sorgt rund um die Uhr  
für Ihre Sicherheit



Fragen Sie nach den Anmeldeunterlagen:  
**031 384 02 00**

Esther Hirschi und Priska Andreani  
beraten Sie gern.

Effingerstrasse 25, CH-3008 Bern  
Tel. 031 384 02 00, Fax 031 384 02 02  
info@srk-bern.ch, www.srk-bern.ch

# Der Gang zum Arzt: je früher, desto besser

**Die Früherkennung einer Demenzerkrankung kann für die Lebensqualität der Betroffenen und für jene der Angehörigen entscheidend sein. Eine Diagnose ermöglicht es, sich auf ein Leben mit Demenz einzustellen. Beim ersten Verdacht lohnt sich deshalb der rasche Besuch beim Hausarzt.**

VON RES METTLER

Sophie K. (72) ist in letzter Zeit etwas vergesslich geworden. Wieder einmal hat sie ihre Lesebrille verlegt und erst nach längerem Suchen gefunden. Und als sie gestern für ihren Ehemann den Einkaufszettel schreiben wollte, musste sie am Namen ihrer Lieblings-Konfitüre herumstudieren. Das heisst nicht, dass Sophie K. dement ist. Vielleicht liegt auch nur eine Altersvergesslichkeit vor. Auf eine Demenz weisen folgende Warnzeichen hin: Der Betroffene wiederholt immer wieder die gleiche Frage und erzählt dieselbe Geschichte. Er kann alltägliche Tätigkeiten wie Kochen oder Kartenspiel nicht mehr ausführen oder den Fernseher nicht mehr bedienen. Er ist nicht mehr sicher im Umgang mit Geld und Rechnungen. Der Betroffene findet viele Gegenstände nicht mehr und verdächtigt Angehörige, die Sachen weggenommen zu haben. Er vernachlässigt sein Äusseres, bestreitet dies aber. Er antwortet auf Fragen, indem er die Frage wiederholt.

**Bei Verdacht auf eine Demenz** sollte man frühzeitig den Hausarzt aufsuchen. In einem ersten Schritt spricht der Arzt mit der betroffenen Person und ihren Angehörigen über Veränderungen, die sie im Alltag wahrgenommen haben. Danach führt er kleine Tests durch, mit denen er in 20 Minuten die wichtigsten Hirnleistungsfunktionen überprüft. Im Uhrentest etwa muss die betroffene Person versuchen, eine Uhr mit allen Zahlen und Zeigern korrekt zu zeichnen. Und im sogenannten Mini-Mental-Status-Test beantwortet die Person Fragen: Welches Jahr haben wir? In welchem Land leben wir? Sie löst eine einfache Rechenaufgabe: 100 minus 7 minus 7 minus 7. Sie muss einen vollständigen Satz schreiben, eine Figur abzeichnen und weitere Aufgaben lösen. Wenn der Verdacht einer Demenzerkrankung vorliegt, untersuchen Spezialisten, um welche Art von Demenz es sich handelt.

**Heute können Mediziner** eine Demenzerkrankung schon früh erkennen. Dies ist zum einen wichtig, um eine Therapie frühzeitig zu beginnen – wobei heute die medizinischen Behandlungsmöglichkeiten den Verlauf einer Demenz nur in sehr bescheidenem Mass positiv beeinflussen können. Zum anderen ist eine Früherkennung wichtig, weil sie Klarheit schafft. Elmar P., Partner einer Alzheimer-Betroffenen, drückt dies so aus: «Am schlimmsten war die Zeit vor der Diagnose.

Irgendwie wussten wir ja alle, dass etwas nicht mehr stimmte. Aber wirklich etwas unternahmen konnten wir erst, als die Ärztin klipp und klar das Wort «Alzheimer-Krankheit» aus-

## Wer eine Demenz früh erkennt, kann sein Leben besser planen.

sprach. Jetzt gehen wir ganz anders aufeinander zu.» Eine frühe Diagnose ermöglicht es dem Betroffenen zudem, wichtige Dinge noch selbst regeln zu können. So hat beispielsweise Nelly K. nach ihrer Diagnose ihr Testament nach ihrem eigenen Willen verfasst. In einer Patientenverfügung hat sie geschrieben, wie sie zukünftig betreut werden möchte. Und wer eine Demenz früh erkennt, kann sein Leben besser planen: Nach der Alzheimerdiagnose hat sich Moritz P. (63) entschieden, seinen grossen Traum, eine Chinareise, bereits im nächsten Jahr zu verwirklichen. ■

*Die Fallbeispiele stammen aus der Broschüre «Vergesslich? Eine Abklärung hilft weiter.» der Schweizerischen Alzheimervereinigung.*

### Risikofaktoren und Prävention

Hauptrisikofaktor für eine Demenz ist das hohe Lebensalter. Dazu kommen Depressionen, ein hoher Blutdruck, ein hoher Homocysteinspiegel (Gefässverkalkung), Nierenversagen, starkes Übergewicht und Diabetes. Diese Risikofaktoren lassen sich einschränken, indem man Sport betreibt, sein Körpergewicht kontrolliert, Freundschaften pflegt und Depressionen frühzeitig behandelt. Zudem deuten manche Studien darauf hin, dass eine richtige Ernährung und geistige Betätigung (Lesen, Schreiben, Kreuzworträtsel, Karten- oder Brettspiele, Gruppendiskussionen oder Musizieren) vorbeugend wirken.



Der Spatenstich zum Demenzzentrum Schönberg (v. l. n. r.): Hansjürg Schwander (Bernische Pensionskasse), Peter Gubler (Verwaltungsratspräsident Zentrum Schönberg AG), Regierungsrat Philippe Perrenoud, Rahel Gmür und Ursina Sager (Verwaltungsrätinnen Zentrum Schönberg AG), Jacky Gillmann (Verwaltungsratspräsident Losinger Marazzi AG), Stadtpräsident Alexander Tschäppät, Burgergemeindepräsident Rolf Dähler, Architekt Dan Hiltbrunner (Büro B).

# Demenzkranke und Forscher unter einem Dach

Im Osten Berns entsteht das schweizweit erste Zentrum, in dem gleichzeitig demente Menschen leben und Wissenschaftler angewandte Versorgungsforschung zu Demenz und Palliative Care betreiben. Ende Januar erfolgte der Spatenstich zum Bau des Kompetenzzentrums für Demenz und Palliative Care, hinter dem die SPITEX BERN und die tilia Stiftung stehen. Im Frühling 2014 soll das Zentrum Schönberg den Betrieb aufnehmen.

VON MARTIN KUSTER (TEXT) UND PIA NEUENSCHWANDER (BILD)

Am Rand eines breiten Feldes mit hellbrauner Erde und tiefen Pfützen lehnen neun grellorange-farbene Schaufeln an einem Baustellenzaun. Rechts, weiter unten, rauschen die Autos auf der A6 vorbei. Auf der anderen Seite der Autobahn ist das gewellte Dach des Zentrums Paul Klee zu sehen. An diesem verregneten Januarmorgen findet der Spatenstich zu einem Projekt statt, von dem der Berner Gesundheitsdirektor sagt, es sei eine wegweisende Pionierarbeit. «Wir legen heute nicht nur einen Grundstein, sondern setzen auch einen

Meilenstein in der kantonalen Alterspolitik», erklärt Philippe Perrenoud – und greift sich eine der neun Schaufeln, um mit anderen Projektbeteiligten die ersten Erdklumpen für das Kompetenzzentrum für Demenz und Palliative Care auszuheben.

**Initianten und spätere Betreiber** des Kompetenzzentrums sind die SPITEX BERN und die tilia Stiftung für Langzeitpflege. Das Projekt entspricht der alterspolitischen Strategie des Kantons und wird von der Gesundheits- und Fürsorgedirektion

unterstützt. Das neue, 250 Meter lange Gebäude wird zum einen ein Pflege- und Betreuungszentrum und zum anderen ein Wissenszentrum beheimaten. Die beiden Bereiche sind eng miteinander verzahnt, um einen intensiven Erfahrungs- und Wissensaustausch in der täglichen Arbeit zu ermöglichen.

**Das Pflege- und Betreuungszentrum** wird ein umfassendes Angebot an stationären, teilstationären und ambulanten Pflege- und Betreuungsleistungen bieten. Das Angebot richtet sich in erster Linie an Menschen mit Demenz und an Personen mit einer schweren, unheilbaren Erkrankung. Aber auch pflegende Angehörige sollen Hilfe und Unterstützung erhalten. Im stationären Bereich werden unter anderem eine Wohngemeinschaft für Menschen mit einer leichten Demenzform und Wohngruppen für Personen mit fortgeschrittener Demenz eingerichtet. Als Teil des obersten Stockwerks wird ein einladender Dachgarten gebaut, mit einer Fläche so gross wie zwei Tennisplätze. Dank schützenden Wänden und Fenstern werden sich die Demenzkranken darin frei bewegen können. Als teilstationäres Angebot kommt eine neuartige Tagesstätte hinzu, in die Angehörige ihre erkrankten Partner oder Eltern bringen können, und zwar nicht nur am Tag, sondern bis in die Nacht hinein, und das an sieben Tagen in der Woche. Zum ambulanten Bereich gehören eine Interventionsequipe, die pflegende Angehörige in Krisen unterstützt, und eine Beratungs-Hotline.

**Das Wissenszentrum** wird sich in seiner Forschungs-, Bildungs- und Beratungstätigkeit zunächst schwerpunktmässig mit folgenden Fragen befassen: Wie können pflegende Angehörige entlastet und gestärkt werden? Wie gehen Pflegepersonen und Angehörige am besten mit schwierigem und herausforderndem Verhalten der erkrankten Menschen um? Wie wirkt sich der Migrationshintergrund eines Menschen auf dessen Bedürfnisse in Betreuung und Pflege aus? Wie lassen sich die steigenden

Gesundheitskosten in einer alternden Gesellschaft finanzieren? Und wie bemessen wir den Pflege- und Betreuungsbedarf, den ein Mensch benötigt? Das Wissenszentrum wird nicht nur die Erkenntnisse und Erfahrung aus dem Pflegealltag im gleichen Gebäude in die Forschungstätigkeiten aufnehmen, sondern auch mit anderen Institutionen in diesem Themenbereich zusammenarbeiten, zum Beispiel mit den Fachbereichen Gesundheit und Soziale Arbeit der Berner Fachhochschule und mit den Universitären Psychiatrischen Diensten Bern (UPD).

## Das Zentrum ist Teil des neuen Stadtquartiers Schönberg Ost, in dem auch 400 Wohnungen gebaut werden.

**Nachdem die Projektbeteiligten** beim Spatenstich Ende Januar nur ein paar Zentimeter gegraben haben, werden im April die Bagger auffahren. Mitte 2013 soll dann der Innenausbau beginnen. Ausserdem wird entlang der Autobahn ein hoher, bewachsener Erdwall errichtet, der vor dem Lärm der Autobahn schützen wird. Falls alles nach Plan läuft, werden im April 2014 die Bewohner und die Wissenschaftler einziehen. Das Zentrum ist Teil des neuen Stadtquartiers Schönberg Ost, in dem in den nächsten Jahren auch 400 Wohnungen gebaut werden. Leute aus dem Quartier und Bewohner des Betreuungs- und Pflegezentrums werden Gelegenheit haben, sich auszutauschen, zum Beispiel im Restaurant oder im Nachtcafé des Zentrums. ■



Das 250 Meter lange Gebäude bietet Raum für ein Pflege- und Betreuungszentrum sowie ein Wissenszentrum.

Bild: Büro B Architekten und Planer AG, Bern



Im Garten des geschützten Wohnbereichs können Demenzkranke ihren Bewegungsdrang ausleben, ohne sich zu verirren.

Bild: tilia Stiftung

## Mitten in der Nacht eine Lasagne essen

**Demenzkranke Menschen haben nicht die gleichen Bedürfnisse wie die anderen Bewohner eines Pflegeheims. Das tilia Pflegezentrum in Ittigen hat deshalb einen geschützten Wohnbereich geschaffen, speziell für Menschen mit Demenz. Hier ist die Umgebung den Bewohnern angepasst – und nicht umgekehrt.**

VON RES METTLER

**E**in Mann mit schneeweißen Haaren sitzt auf dem Bett in seinem Zimmer und redet aufgeregt auf eine Betreuerin ein. Was er sagen möchte, bleibt sein Geheimnis. Wenige Schritte weiter, im Garten, wandert eine Frau ruhelos umher. Die beiden gehören zu den Bewohnern des tilia Pflegezentrums in Ittigen, die an einer mittelschweren bis schweren Demenz oder an einer anderen Krankheit mit schweren kognitiven Beeinträchtigungen leiden. Diese Menschen haben spezielle Bedürfnisse und brauchen andere Strukturen und Betreuungsangebote als die restlichen Bewohner des Zentrums. Zudem kann ihr Verhalten in einem «gemischten» Wohnbereich zu Konflikten führen. Zum Beispiel, wenn ein Demenzkranker mitten in der Nacht aufsteht, um etwas verloren Geglaubtes zu suchen und auf diese Weise schlafende Mitbewohner weckt.

**Das tilia Pflegezentrum** hat deshalb einen abgetrennten, sogenannten geschützten Wohnbereich geschaffen: Räume wurden umgebaut, neue Pflegeangebote ins Leben gerufen und die

Mitarbeitenden für die Arbeit mit Demenzkranken geschult. Hinzu kamen zahlreiche weitere, kleine Veränderungen, die Demenzkranken zugutekommen. Die Grundidee: Im geschützten Bereich soll die Umgebung den Bewohnern angepasst werden – und nicht umgekehrt.

**Eine Dame mit elegantem Hut** geht quer durchs Wohnzimmer, verschwindet im Gang und taucht bald darauf auf der anderen Seite des Wohnzimmers wieder auf. Im geschützten Wohnbereich kann sie ihren Bewegungsdrang ausleben. Alle Gänge sind breit genug, damit die Bewohner gut aneinander vorbeikommen. Vor dem Haus erstreckt sich zudem ein weitläufiger Garten mit Rundweg, der mit einem Zaun abgegrenzt ist. Auch hier können sich die Bewohner frei bewegen, ohne sich zu verirren.

**Um drei Uhr nachts** wärmt eine Betreuerin einem Bewohner einen Teller Lasagne in der Mikrowelle auf. Demente Menschen können sich oft nicht genügend lange konzentrieren, um eine

ganze Mahlzeit zu sich zu nehmen. Deshalb gibt es als Hauptmahlzeit in der Regel nur eine halbe Portion. Damit die Bewohner trotzdem satt werden, wärmen ihnen die Betreuerinnen zwischendurch etwas auf. Oder sie geben dem Demenzkranken das Essen im Gehen ein, wenn er nicht ruhig an einem Tisch sitzen kann. Auf einem Bartisch im Wohnzimmer steht zudem eine Schale, stets gefüllt mit Äpfeln, Bananen und Schokolade. Hier können sich die Bewohner jederzeit bedienen. Weil manche Demenzkranke einen gestörten Tag-Nacht-Rhythmus haben, können sie auch mitten in der Nacht eine aufgewärmte Mahlzeit oder etwas zu trinken bekommen. Auch hier gilt: Die Umwelt ist den Bedürfnissen der Bewohner angepasst.

**Aus dem Musikzimmer dringt der Klang** einer Gitarre. Eine Gruppe singt «Ramseys wei ga grase». Das Pflegezentrum hat ein breites Therapieangebot, mit dem die Bewohner auf unterschiedliche Weise aktiviert werden. Montags steht die Maltherapie auf dem Programm, dienstags die Musiktherapie. Wenn die Bewohner den Pinsel in die Hand nehmen oder alte Lieder anstimmen, vergessen sie ihre Sorgen. Ihre Kreativität wird gefördert, genauso die Konzentrationsfähigkeit und das Erinnerungsvermögen. Musik- und Maltherapie dienen zudem der Selbstbestätigung und fördern Beziehungen, Freude und Wohlbefinden. Ein weiteres Angebot ist die sogenannte basale Stimulation: Mittels sinnesanregender Aktivitäten, wie zum Beispiel Lichttherapie, tauchen die Bewohner ein in eine Welt mit Geräuschen, Gerüchen, Licht, Gefühlen und Berührung. Grundsätzlich wird die Aktivierung im Alltag des Pflegezentrums grossgeschrieben. Die Bewohner werden so ermutigt, sich mit dem Geschehen um sie herum auseinanderzusetzen und sich einzubringen. Aktivierungen können beispielsweise eine Handmassage oder ein Spaziergang sein, gemeinsames Singen, ein Unterhaltungsspiel mit anderen Bewohnern oder gemeinsames Backen.

**Am Sonntagmorgen** riecht es im ganzen Wohnbereich nach Butterzopf, am Mittwochnachmittag nach Kuchen. Mit dem feinen Geruch werden die Bewohner dazu angeregt, mehr zu essen. Dem gleichen Zweck dienen die Beerensträucher im Garten, die zum Naschen einladen. Die Hochbeete erleichtern es

## Die Umwelt ist den Bedürfnissen der Bewohner angepasst.

den Bewohnern, die Erde zwischen den Fingern zu spüren oder Blumen und Kräuter zu pflanzen. Der Duft und der intensive Geschmack der Gartenkräuter wecken Erinnerungen an den eigenen Garten, den man früher hegte und pflegte. Auch zwei Katzen, die im geschützten Wohnbereich zu Hause sind, tragen zu einer heimeligen Atmosphäre bei. Und die Demenzkranken lieben es, sie zu streicheln.

**Eine Bewohnerin und eine Seelsorgerin** stecken die Köpfe zusammen. Sie beten. Menschen, die an einer Demenz leiden, reagieren oft stark auf altvertraute religiöse Handlungen und Symbole. Singen, Vorlesen eines Psalms oder ein vertrautes Gebet können auch demente Menschen auf einer tiefen seelischen Ebene berühren, trösten oder stärken. Die Seelsorgerin besucht deshalb regelmässig die Bewohner im geschützten Wohnbereich. Für deren körperliches Wohl sorgen zudem Physiotherapie und ärztliche Betreuung. Auch freiwillige Mitarbeitende leisten einen wichtigen Beitrag zum Wohlbefinden der Menschen im tilia Pflegezentrum Ittigen. Zentral ist für alle, dass sich die Bewohner sicher, geschätzt und geliebt fühlen, auch wenn sie wegen ihrer fortgeschrittenen Demenzerkrankung nicht mehr zu Hause leben können. ■



Der geschützte Wohnbereich ist ganz auf die speziellen Bedürfnisse von Menschen mit Demenz ausgerichtet: Sie sollen sich sicher, geschätzt und geliebt fühlen.

Bild: tilia Stiftung

VEREIN BETREUUNG BETAGTER  
3027 BERN · 031 997 17 77  
WWW.NOTRUFDIENST.CH

**notrufdienst**  
MEDIZINISCHE HILFE AUF KNOPFDRUCK

**SICHERHEIT ZUHAUSE**



**Bümpliz-Apotheke + Drogerie**  
Bernstr. 72 (vis-à-vis Post)  
Tel. 031 992 10 62  
3018 Bern-Bümpliz

**Bachmätteli-Apotheke**  
Bümplizstr. 128  
Tel. 031 991 22 11  
3018 Bern-Bümpliz

Dr. H. + K. Gurtner AG  
[www.buempliz-apotheke.ch](http://www.buempliz-apotheke.ch)

**Gratis Hauslieferdienst**

**Domizilbehandlung auf Verordnung des Arztes** sowie weitere physiotherapeutische Massnahmen.

**Für Informationen besuchen Sie unsere Homepage.**

Physiotherapie Team **PhysioMobile**  
Bernstrasse 65a  
3122 Kehrsatz  
031 961 90 60

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

Bei uns stehen **SIE** im Mittelpunkt

PHYSIOFALTIK INDIVIDUELL PRÄVENTIV

**DR. F. + B. LEDERMANN**  
**SCHLOSS-APOTHEKE**

Könizstrasse 3 CH-3008 Bern  
Tel. 031 381 88 36 Fax 031 381 95 59  
[www.schloss-apotheke-bern.ch](http://www.schloss-apotheke-bern.ch)

**GRATIS HAUSLIEFERDIENST**



**Rehabilitationshilfen**

- Rollstühle und Scooter
- Geh-Hilfen
- Bad-, WC- und Duschhilfen
- Therapiegeräte
- Transferhilfen
- Miet-Service
- Pflegebetten

Besuchen Sie unsere 200 m<sup>2</sup> grosse Ausstellung!  
Verlangen Sie unsere Dokumentation.


Binder Rehab AG | Heim- und Spitalbedarf  
5612 Villmergen | 056 618 32 32 | [BinderRehab.ch](http://BinderRehab.ch)

Mobil in die Zukunft! Scooter ab 2950.-



**BINDER REHAB**

**senevita**  
Betreutes Wohnen und Pflege



**LEBENSQUALITÄT IM ALTER**

Zuhause ist, wo man sich aufgehoben fühlt. Die individuellen Wohn- und Betreuungsangebote von Senevita schenken Lebensqualität im Alter.

**Senevita AG** | Seftigenstrasse 362 | Postfach 175  
CH-3084 Wabern | Telefon +41 31 960 99 99  
[kontakt@senevita.ch](mailto:kontakt@senevita.ch) | [www.senevita.ch](http://www.senevita.ch)

**infodraht 0844 144 144**

**Anlauftelefon für pflegende und betreuende Angehörige.**  
Nutzen Sie den infodraht! Wir helfen Ihnen weiter.

Wir sind von Montag bis Freitag zwischen 9 und 12 erreichbar.  
Anruf, Beratung und Vermittlung sind gratis

Effingerstrasse 25, CH-3008 Bern  
Tel. 031 384 02 00, Fax 031 384 02 02  
[info@srk-bern.ch](mailto:info@srk-bern.ch), [www.srk-bern.ch](http://www.srk-bern.ch)

**Schweizerisches Rotes Kreuz**  
Bern-Mittelland  
**menschlich. stark. engagiert.**

„Das Leben ist, was wir selbst daraus machen.“  
Dr. med. Y. Maurer

Herzlich willkommen an einem GRATIS-Info-Abend

**Dipl. Psychologischer Patienten-Coach IKP**

Psychologisches Coaching hilft Patienten, mit schwerwiegenden Diagnosen umzugehen, die Krankheit zu verstehen, eigene Ressourcen und Selbstheilungskräfte zu mobilisieren. Erweitern Sie Ihre Kompetenz in **Psychologie, Coaching** und **Persönlichkeits-Entwicklung**.

Mehr Infos?  
Tel. **044 242 29 30**  
[www.ikp-therapien.com](http://www.ikp-therapien.com)

Ausbildungsinstitut für Ganzheitliche Therapien IKP, in Zürich und Bern.

**IKP**  
Seit 30 Jahren anerkannt

**Gratis – Probeliegen 30 Nächte – Gratis**

**BAZOKA-SAF-Bettauflage rosa**

Bekannt im SPITAL + SPITEX  
Linderung von Schmerzen,  
im Bett – im Wohnwagen – im Boot usw.

Info + Beratung: Tel. 044 262 05 72



# Lebensqualität trotz Demenz

**Sinkt durch Demenz die Lebensqualität? Nicht unbedingt. Die kognitiven Fähigkeiten nehmen zwar ab, aber neue Dinge werden wichtig: Regelmässige Besuche, Musik und Berührungen können zu einer guten Lebensqualität beitragen.**

VON PROF. DR. MED. RETO W. KRESSIG

**W**as ist Lebensqualität? Ist sie abhängig von den kognitiven Fähigkeiten einer Person? Wenn ja, dann sinkt die Lebensqualität von Demenzkranken, während ihre kognitiven Fähigkeiten schwinden. Befragungen haben ergeben, dass bei Personen, die sich in einem Frühstadium der Demenz befinden, die verminderten kognitiven Fähigkeiten einen einschneidenden Einfluss auf die Lebensqualität haben.

**Doch wir Menschen sind nicht nur** Kognition und Intellekt. Wir haben auch emotionale und soziale Kompetenzen. Gerade diese Fähigkeiten sind auch in späten Demenzkrankheitsstadien immer noch weitgehend intakt. Pflegeheimbewoh-

**Durch die Betreuung können Demenzkranke emotionale und soziale Werte pflegen, die massgeblich zu einer neu definierten, guten Lebensqualität beitragen.**

ner in fortgeschrittenen Stadien beurteilen ihre Lebensqualität denn auch als gut. Für ihre subjektive Empfindung der Lebensqualität stehen plötzlich andere Werte als kognitive Fähigkeiten im Vordergrund. Durch die Betreuung in einem Pflegeheim können Demenzkranke emotionale und soziale Werte pflegen, die massgeblich zu einer neu definierten, guten Lebensqualität beitragen.

**Hier liegen denn auch** bei fortgeschrittener Demenz viele Ressourcen, die mit gezielten Interventionen gefördert werden können und damit die Lebensqualität positiv beeinflussen. So wirken sich regelmässige Besuche von Angehörigen und Freunden auf das physische, psychische und soziale Wohlbefinden von demenzkranken Heimbewohnern positiv aus. Gruppenaktivitäten unter Einsatz nonverbaler Kommunikationstechniken – Musik, Berührung, visuelle Stimulation usw. – sind für die psychische und soziale Lebensqualität von grosser Bedeutung. Solche Aktivitäten tragen wesentlich dazu bei, Stimmung, Zufriedenheit, Wohlbefinden und das Selbstwertgefühl zu steigern und ein positives Gefühl der Zugehörigkeit zu schaffen. ■



Prof. Dr. med. Reto W. Kressig

Bild: Universität Basel

## Wer ist Prof. Dr. med. Reto W. Kressig?

Reto W. Kressig ist Professor und Chefarzt für Geriatrie an der medizinischen Fakultät der Universität Basel. Er lehrt an der medizinischen Fakultät, leitet als Chefarzt am Universitätsspital Basel die Akutgeriatrie, bestehend aus der Akutgeriatriischen Universitätsklinik, der Memory Clinic und dem Basel Mobility. Er hat zahlreiche wissenschaftliche Arbeiten über Gangbiomechanik, körperliche Aktivität, funktionelle Unabhängigkeit und Sturzprävention bei älteren Menschen verfasst. Er ist Redaktionsmitglied mehrerer internationaler geriatrischer Fachzeitschriften und Sekretär der European Academy for Medicine of Aging.

# Erlebnisberichte, Filme und Adressen

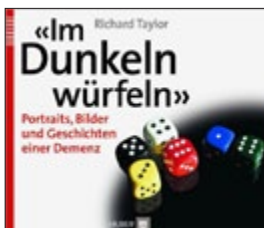
**Persönliche Berichte von Menschen, die selbst oder deren Angehörige erkrankt sind, geben der Demenz ein Gesicht. Beratung und viele weiterführende Informationen erhalten Betroffene bei ihrem Hausarzt, bei der Alzheimervereinigung und bei Pro Senectute.**



## Gute Nacht, Liebster

Hilda und Hans sind seit dreissig Jahren verheiratet. Doch langsam beginnt Hans, sich zu verändern. Zuerst wundert sich Hilda über ihn, findet sein Verhalten manchmal unverschämt. Als ein Neurologe ihn dann fragt: «Wie heissen ihre Töchter?», weiss Hans die Antwort nicht. Die erschreckende Diagnose: Demenz. Schon bald kann er seiner Frau Hilda kein Partner mehr sein und wird zum Schwerstpflegefall. Obwohl die Belastung fast unmenschlich erscheint, entscheidet Hilda, dass sie sich zu Hause um ihren Mann kümmern wird. In diesem sehr persönlichen Buch spricht sie über ihren Alltag, ihre Ängste und ihre intimsten Gedanken.

*Katrin Hummel: Gute Nacht, Liebster. Demenz. Ein berührender Bericht über Liebe und Vergessen. Verlag Bastei Lübbe.*



## Im Dunkeln würfeln

«Manchmal, vor allem wenn ich müde bin, klingen meine Sätze für mich, als würde ich im Dunkeln würfeln. Ich weiss, ich habe gewürfelt, ich höre es auf dem Tisch klacken, aber ich weiss nicht, was ich gewürfelt habe, weil ich im Dunkeln stehe.» Richard Taylor beschreibt mit ernüchternder Offenheit und mit eindringlichen Bildern, wie er die Symptome seiner Demenzerkrankung erlebt und wie seine Umgebung auf ihn reagiert. Damit bringt er die Wünsche und Forderungen zum Umgang mit den Erkrankten auf den Punkt.

*Richard Taylor: «Im Dunkeln würfeln». Portraits, Bilder und Geschichten einer Demenz. Verlag Hans Huber.*



## Der alte König in seinem Exil

Arno Geiger hat ein tief berührendes Buch über seinen Vater geschrieben, der trotz seiner Alzheimerkrankheit mit Vitalität, Witz und Klugheit beeindruckt. Die Krankheit löst langsam seine Erinnerung und seine Orientierung in der Gegenwart auf, lässt sein Leben abhandenkommen. Arno Geiger erzählt, wie er nochmals Freundschaft mit seinem Vater schliesst und ihn viele Jahre begleitet. Arno Geigers Buch ist lebendig und oft komisch. Er erzählt von einem Leben, das es immer noch zutiefst wert ist, gelebt zu werden.

*Arno Geiger: Der alte König in seinem Exil. Hanser Verlag.*



## Eines Tages ...

In drei ineinandergreifenden Geschichten erzählt der Spielfilm «Eines Tages ...» von Menschen, die sich dem Thema Demenz im Alltag stellen: Eines Tages spürt Frieder, dass er «schwarze Löcher» in seiner Erinnerung hat; seine Frau und die Kollegen vermuten, er habe ein Burn-out. Annette und Leon suchen einen Weg für die Betreuung ihrer demenzkranken Mutter, doch ihre Vorstellungen davon gehen weit auseinander. Und Jakob lebt schon lange in seiner eigenen Welt. Seine Frau Margot umsorgt ihn liebevoll und vergisst dabei völlig ihr eigenes Leben.

Die DVD-Box beinhaltet neben dem Spielfilm zwei weitere DVDs mit Themenfilmen, die Angehörigen von Demenzkranken konkrete Hilfestellung bieten.

*DVD-Box «Demenz-Filmratgeber für Angehörige» mit dem Spielfilm «Eines Tages ...». Mehr Informationen und Bestellmöglichkeiten im Internet unter [www.einestages.lvr.de](http://www.einestages.lvr.de).*

## Beratung und weiterführende Informationen

### Hausarzt

Der Hausarzt ist der erste Ansprechpartner. Er begleitet seine Patienten über Jahre hinweg und kann somit Veränderungen erkennen und einschätzen.

### Alzheimervereinigung

Die Schweizerische Alzheimervereinigung berät und unterstützt Menschen mit Demenz, Angehörige und andere Betreuende sowie Fachleute im Gesundheitswesen.

*Schweizerische Alzheimervereinigung Bern*  
Kornhausplatz 7, 3011 Bern, Tel. 031 312 04 10,  
E-Mail: [bern@alz.ch](mailto:bern@alz.ch), Internet: [www.alz.ch/be](http://www.alz.ch/be)

### Pro Senectute

Pro Senectute, das schweizerische Kompetenz- und Dienstleistungszentrum in den Bereichen Alter, Altern und Generationenbeziehungen, bietet eine Vielzahl von Serviceleistungen und Kursen an.

*Pro Senectute Region Bern*  
Muristrasse 12, 3000 Bern 31  
Tel. 031 359 03 03  
E-Mail: [region.bern@be.pro-senectute.ch](mailto:region.bern@be.pro-senectute.ch)  
Internet: [www.pro-senectute-regionbern.ch](http://www.pro-senectute-regionbern.ch)

# Hightech für Senioren

**Die Forschungsgruppe für Gerontechnologie und Rehabilitation an der Universität Bern verbindet Altersforschung mit Hightech. Ihr Ziel: selbstständiges und selbstbestimmtes Leben im Alter erhalten.**

VON PROF. DR. MED. URS P. MOSIMANN

Viele Menschen haben den Wunsch, im Alter so lange wie möglich autonom und mit guter Lebensqualität zu Hause leben zu können. In der Forschungsgruppe für Gerontechnologie und Rehabilitation suchen wir nach Lösungen, um mit neuen technischen Systemen die Autonomie zu fördern. Damit wollen wir zum einen den Wünschen der Betroffenen gerecht werden. Zum anderen soll die neue Technologie die Pflegekräfte entlasten, sodass deren Kompetenzen möglichst vielen Pflegebedürftigen zugutekommen.

Die Forschungsgruppe wurde zusammen mit den Kollegen Prof. Dr. med. René Müri und Prof. Dr. sc. Tobias Nef im Mai 2010 gegründet. Es handelt sich um eine interdisziplinäre Forschungszusammenarbeit der Direktion Alterspsychiatrie der Universitären Psychiatrischen Dienste Bern, der Abteilung für Kognitive und Restorative Neurologie der Universitätsklinik für Neurologie und des ARTORG-Forschungszentrums für Biomedizinische Technik. Der interdisziplinäre Ansatz ist eine wichtige Voraussetzung, um die medizinischen und ingenieurwissenschaftlichen Probleme ganzheitlich untersuchen und ihre Wechselwirkungen verstehen zu können.



Prof. Dr. med. Urs P. Mosimann

## Projekt 1: Mobilität im Alter

Das Autofahren ist für viele ältere Menschen ausserordentlich wichtig. Ein Verlust der Fahrfähigkeit hat häufig einschneidende Konsequenzen auf das Sozialleben und auf die Bewältigung der täglichen Aufgaben. Weil im Alter der Umstieg auf die öffentlichen Verkehrsmittel schwierig sein kann, soll die Fahrfähigkeit so lange wie möglich erhalten bleiben. In zwei Forschungsprojekten untersuchen wir, wie mittels assistierender Technologien das Autofahren im Alter sicherer gemacht werden kann. Dazu haben wir einen Fahrsimulationsraum aufgebaut, in dem wir die Zusammenhänge zwischen Hirn- und Fahrleistung sowie geeignete Trainingsprogramme untersuchen.

## Projekt 2: Assistenztechniken für Pflege und Betreuung

Ziel dieses Forschungsprojekts ist die Verbesserung der Betreuung von Demenzkranken zu Hause. Dazu entwickeln wir ein technisches Assistenzsystem, das die Belastung der Betreuenden reduziert. Das System verwendet Umgebungssensoren, welche die Aktivitäten des Demenzkranken messen. Durch die Analyse der Sensordaten ist das System in der Lage, Angaben über das Wohlbefinden und die Sicherheit des Patienten zu machen. Insbesondere können damit aussergewöhnliche Situationen erkannt und im Bedarfsfall die Betreuenden informiert werden. ■

Wie kann ich als **Testperson** die Forschung unterstützen?

Falls Sie bereit sind, als Testperson an einer Studie der Forschungsgruppe für Gerontechnologie und Rehabilitation mitzuwirken, freuen sich Rahel Bieri und Nicole Gruber auf Ihren Anruf auf die Telefonnummer 031 632 88 92. Hier erhalten Sie ausserdem weitere Informationen zur Forschungsgruppe.

Wer ist **Prof. Dr. med. Urs P. Mosimann**?

Urs P. Mosimann ist ausserordentlicher Professor für Alterspsychiatrie an der Universität Bern und Direktor Alterspsychiatrie bei den Universitären Psychiatrischen Diensten Bern. Im Zentrum seiner Forschungsinteressen stehen die Entwicklung und Evaluierung von Assistenztechniken für Menschen mit Demenz sowie die Entwicklung von neuen Konzepten für ambulante und stationäre Therapien in der Alterspsychiatrie.



*Ohne die hauswirtschaftlichen und sozialbetreuerischen Leistungen der Spitex würden viele Patienten ihre Selbstständigkeit verlieren, befürchten Rahel Gmür und Philip Steiner.*

## «Die **Sparmassnahmen** gefährden die Gesundheit der Patienten»

**Der Kanton Bern spart auf Kosten der Spitex-Patienten: Ab dem 1. April 2012 müssen sie 20 Millionen Franken mehr aus der eigenen Tasche bezahlen. Zum einen haben der Grosse Rat und die Regierung die Kostenbeteiligung an den hauswirtschaftlichen und sozialbetreuerischen Leistungen erhöht. Zum anderen hat die Regierung – gegen den Willen des Grossen Rates – die Patientenbeteiligung bei der Pflege eingeführt. Für Rahel Gmür, Präsidentin, und Philip Steiner, Geschäftsführer der SPITEX BERN, stehen die Sparentscheide in krassem Widerspruch zum Grundsatz der Berner Gesundheitspolitik «ambulant vor stationär».**

VON MARTIN KUSTER (INTERVIEW) UND PIA NEUENSCHWANDER (BILD)

### **Frau Gmür, was bedeuten die Sparentscheide für die Patientinnen und Patienten?**

Rahel Gmür: Sie sind von diesen Entscheiden unterschiedlich stark betroffen. Die grosse Mehrheit von ihnen wird eine finanzielle Mehrbelastung von bis zu 120 Prozent im Monat selbst tragen müssen. Sie und ihre Angehörigen werden deshalb genau prüfen, welche Leistungen der Spitex notwendig und welche verzichtbar sind. Viele Patienten werden in erster Linie auf die hauswirtschaftlichen und sozialbetreuerischen Leistungen verzichten. Damit geht der präventive Nutzen dieser Dienstleistungen verloren. Das Anliegen, den Betroffenen die bestmögliche Lebensqualität zu ermöglichen, ist somit stark gefährdet.

### **Weshalb sollte jemand krank werden, bloss weil die Spitex seine Wohnung nicht mehr putzt?**

Gmür: Wir sind kein Putzdienst! Die hauswirtschaftlichen und sozialbetreuerischen Leistungen der Spitex müssen immer von

einem Arzt verordnet werden. Trotzdem werden sie in der breiten Bevölkerung noch immer häufig mit einfacher Reinigungsarbeit verwechselt. Dabei geht es um viel mehr: Wir betreuen und begleiten Menschen in ihrem Alltag zu Hause. Eine Spitex-Mitarbeiterin zeigt zum Beispiel einer Patientin mit körperlichen Einschränkungen, wie diese wieder selbstständig staubsaugen oder das Bett machen kann. Oder sie bereiten gemeinsam eine Mahlzeit zu, die dem gesundheitlichen Zustand der Patientin entspricht. Für die Psyche der Betroffenen ist es enorm wichtig, den eigenen Haushalt mit externer Unterstützung bewältigen zu können. Studien zeigen denn auch, dass diese Art von Prävention das Fortschreiten der jeweiligen Krankheit in vielen Fällen verlangsamt.

Philip Steiner: Deshalb muss die Versorgung zu Hause, seien es die medizinische Pflege oder die hauswirtschaftlichen und sozialbetreuerischen Leistungen, aus einer Hand kommen. Wir wollen so für unsere Kundinnen und Kunden der Ansprechpartner für alle

Bereiche der ambulanten Betreuung bleiben. Dies deshalb, weil die Gesundheit eines Menschen von vielen Aspekten abhängig ist und positiv beeinflusst werden kann. Eine wirkungsvolle Betreuung bedeutet, den Betroffenen ein möglichst hohes Mass an Selbsttätigkeit zu ermöglichen. Dies ist unser oberstes Ziel. Ein Putzinstitut nimmt den Betroffenen nur die Arbeit ab. Damit geht auch die Selbstständigkeit verloren.

**Die Spitex-Leistungen werden aber weiterhin subventioniert, und ein Putzinstitut ist auch nicht gratis. Wieso sollte also jemand wechseln?**

Steiner: Auf den ersten Blick mag das Billigangebot eines Putzinstituts vielleicht verlockend erscheinen. Aber schon beim zweiten Blick stellt man fest, dass sich das Angebot der Spitex nicht mit jenem eines Putzinstituts vergleichen lässt: Die Spitex macht eben nicht nur schnell sauber, sondern kümmert sich gleichzeitig um den Kunden. Wir arbeiten vor allem daran, seine Gesundheit zu verbessern, indem wir ihm helfen, ein Stück Selbstständigkeit zurückzugewinnen oder zu erhalten. Und das kann kein Putzinstitut. Als einzige Alternative zur Spitex bleiben fast nur die Angehörigen.

Gmür: Ich mache mir grosse Sorgen. Denn Angehörige und andere Bezugspersonen wie Freunde und Bekannte haben in der Regel immer weniger Zeit, sich um betroffene Menschen in ihrem engen Umfeld zu kümmern. Ich befürchte, dass viele Menschen ohne die hauswirtschaftlichen und sozialbetreuerischen Leistungen verwahten werden ...

Steiner: ... und deshalb arbeiten wir derzeit sehr intensiv an Lösungen, mit denen wir den Kostenanstieg für die Betroffenen abfedern können. Wir lassen nicht zu, dass sich unsere Kundinnen und Kunden nur des Geldes wegen in ihrer Selbstständigkeit einschränken müssen! Die Betroffenen werden von uns kontaktiert, und wir werden Lösungen haben.

**Was sind weitere Folgen, wenn weniger Personen von der Spitex betreut werden?**

Gmür: Ohne die Anleitung und Betreuung verlieren die Patienten innert kurzer Zeit die noch vorhandenen Fähigkeiten. Frühzeitige Heimeintritte sind die Folge. Nehmen betroffene Personen jedoch die hauswirtschaftlichen und sozialbetreuerischen Leistungen in Anspruch, könnten sie möglicherweise noch fünf weitere Jahre zu Hause leben. Vorzeitige Heimeintritte – und notfallmässige Spitalerlieferungen – würden so vermieden. Nun werden aber die vermeintlichen Sparmassnahmen rasch zu massiven Mehrkosten führen.

**Die Kostenbeteiligungen sind nach Einkommen abgestuft; ärmere Menschen werden weiterhin finanziell unterstützt. Sind Vermögende nicht selbst schuld, wenn sie auf die Spitex-Angebote verzichten?**

Gmür: Ab April muss jemand mit einem steuerbaren Jahreseinkommen von nur 50 000 Franken, inklusive Vermögensverzehr, den vollen Tarif für die hauswirtschaftlichen und betreuerischen Leistungen bezahlen. Ich habe doch sehr gestaunt, dass es Politiker gibt, die solche Personen für vermögend halten. Wir hatten uns für eine Einkommensgrenze von 150 000 Franken starkgemacht.

**Der Kanton muss sparen. Wieso sollte nicht auch die Spitex ihren Beitrag dazu leisten?**

Gmür: Wir haben immer dargelegt, dass wir Hand bieten für Sparmassnahmen, dass wir bereit sind, mit zwei bis fünf Prozent weniger Mitteln vom Kanton zu arbeiten. Aber die nun beschlossenen über 20 Prozent sind ein gewaltiger Einschnitt. Niemand muss verhältnismässig so viel zum Entlastungspaket beitragen wie die Spitex-Patienten! Und dies, obwohl der Anteil der Spitex am Gesamtbudget des Kantons nur gerade 0,83 Prozent beträgt.

**Herr Steiner, welche Folgen haben die Kostenbeteiligungen für den Betrieb der SPITEX BERN?**

Steiner: In gewissen Bereichen wird der Entscheid des Kantons Auswirkungen haben. Zum Beispiel müssen wir mit einem empfindlichen Rückgang der Nachfrage nach hauswirtschaftlichen und sozialbetreuerischen Leistungen rechnen. Und wenn dies eintritt, können wir nicht alle Mitarbeitenden im gleichen Ausmass wie heute weiterbeschäftigen. Dass die höheren Kostenbeteiligungen schon im April eingeführt werden, ist ein zusätzliches Problem. Wenn wir mehr Zeit zur Verfügung hätten, könnten wir den Nachfragerückgang besser durch die normalen Fluktuationen und Pensionierungen abfedern. Der Kanton Bern handelt also doppelt unsozial: Die Sparentscheide wirken sich sowohl auf die Patienten als auch auf die Spitex-Mitarbeitenden negativ aus. Derzeit arbeiten wir deshalb nicht nur intensiv an Lösungen für die betroffenen Kundinnen und Kunden, sondern haben schon letztes Jahr begonnen, uns durch effizientere Prozesse besser aufzustellen. Das gehört zu unseren zentralen Hausaufgaben. So wollen wir die Auswirkungen auf die Mitarbeitenden so gering wie möglich halten.

**Haben sich denn schon Patienten bei Ihnen gemeldet, die aus Kostengründen weniger Spitex-Leistungen in Anspruch nehmen werden?**

Gmür: Bis jetzt haben wir kaum Absagen erhalten. Die Reaktionen werden aber kommen, wenn die Patienten mit der ersten höheren Rechnung das Ausmass der Mehrbelastung vor Augen haben. Es wird Patienten geben, die zehnmal so viel wie heute werden bezahlen müssen und sich dies beim besten Willen nicht leisten können.

**Mit einem Rückgang in welcher Grössenordnung rechnen Sie?**

Steiner: Das ist schwierig abzuschätzen. Aber wir werden alles daran setzen, alle Kundinnen und Kunden weiter betreuen zu dürfen. Dabei sollen uns zum einen die Lösungen helfen, die wir derzeit für unsere Kunden erarbeiten, zum anderen die laufende Optimierung unserer Prozesse.

**Was unternehmen Sie, damit die Berner Politik auf ihre Sparentscheide zurückkommt?**

Gmür: Diese kurzfristig ausgerichtete Politik auf Kosten der Spitex-Patienten wird den Kanton in Kürze einholen. Davon bin ich überzeugt. Die Spitex steht nun in der Pflicht, die neue Ausgangslage sorgsam zu beobachten und die Auswirkungen mit gutem Datenmaterial zu dokumentieren. Dies bedingt, sämtliche Folgekosten und weiteren Kennzahlen genau zu erheben, um diese dann mit den Politikern und der Regierung neu zu diskutieren. ■

# Die SPITEX BERN zählt auf Sie

**Die SPITEX BERN leistet Hilfe zur Selbsthilfe. Damit Kundinnen und Kunden jeden Alters in der eigenen Wohnung bleiben und ihre Lebensqualität erhalten können. Als nicht profitorientierte Organisation ist die SPITEX BERN auf Beiträge und Spenden aus der Bevölkerung angewiesen. Einzelpersonen und Firmen sind als Mitglieder herzlich willkommen!**

**M**it einer Mitgliedschaft leisten Sie einen wertvollen Beitrag zur Unterstützung der SPITEX BERN. Sie ermöglichen damit die Betreuung von kranken, alleinstehenden, sich von einer Krankheit erholenden und hilfebedürftigen Menschen jeden Alters in den eigenen vier Wänden. Neben Pflege und Hauswirtschaft bietet die SPITEX BERN weitere Dienstleistungen an. Dank Spenden gibt es heute die spitalexterne Onkologie- und Palliativpflege, die krebserkrankten Menschen eine umfassende Betreuung zu Hause ermöglicht. Seit 2006 besteht eine Kinderspitex, die Kinder in ihrem gewohnten Umfeld fachkompetent unterstützt und Eltern berät. Der Nachtdienst bietet Kunden in schwierigen Lebenslagen Sicherheit und Unterstützung während der Nacht. Mind Care ist ein Angebot für demenzerkrankte oder psychisch kranke Menschen. Der Expressdienst garantiert eine schnelle und unkomplizierte Übernahme des Kunden nach einem Spitalaufenthalt. Und mit einer individuellen Gesundheitsberatung erhalten Menschen ab 55 Jahren die Chance, gesund älter zu werden.

## Vorteile einer Mitgliedschaft

- Einladung zur jährlichen Mitgliederversammlung: Sie können die Geschäftspolitik verfolgen, Ihre Meinung dazu einbringen und haben die Möglichkeit, interessante Gespräche zu führen und Erfahrungen auszutauschen.
- Einmal jährlich wird Ihnen der Jahresbericht zugestellt. Sie erhalten damit umfassend Einblick in die Verwendung der Spenden und erfahren spannende Fakten.



*Dank der Kinderspitex können die Kleinen nach einem Spitalaufenthalt rasch nach Hause zu ihrer Familie.*

## Wie werde ich Mitglied bei der SPITEX BERN?

Benützen Sie den Anmeldetalon auf der Seite gegenüber, oder melden Sie sich bei uns; wir geben Ihnen gern Auskunft und stellen Ihnen den Jahresbericht, die Statuten und das Anmeldeformular zu:

SPITEX BERN  
Marketing  
Könizstrasse 60, Postfach 450, 3000 Bern 5  
Telefon 031 388 50 55, Fax 031 388 50 40  
E-Mail: pr@spitex-bern.ch

Weitere Informationen finden Sie im Internet unter [www.spitex-bern.ch](http://www.spitex-bern.ch) > Spenden > Mitglied werden.

## Mitgliederbeitrag der SPITEX BERN

Einzelperson: CHF 25.– pro Jahr  
Firma: CHF 120.– pro Jahr

Wenn Ihr einbezahlter Betrag den Mindestbeitrag für Mitglieder übersteigt, werden Sie automatisch Gönnerin oder Gönner und unterstützen damit spezielle Projekte zugunsten hilfebedürftiger, behinderter und kranker Menschen.

## Die SPITEX BERN in Zahlen

- Betreute Kundinnen und Kunden im Jahr 2011: 4674
- Anzahl Kundinnen und Kunden am 31.12.2011: 1926
- Verrechnete Stunden 2011: 288 369, davon 71% Pflege und 29% Hauswirtschaft
- Einsätze 2011: 411 250; alle 1,3 Minuten ein Einsatz
- Durchschnittliche Einsatzdauer 2011: 42 Minuten
- Mitarbeitende per 31.12.2011: 449 (283 Vollzeitstellen)

Anzeige

# Einfach sicher.



Das neue **emporiaESSENCEplus** ist ein elegantes und einfach zu bedienendes Handy mit integrierter Notfalltaste auf der Rückseite. Auf Knopfdruck kann jederzeit Alarm ausgelöst und Hilfe angefordert werden. Der ideale Begleiter für unterwegs.

**emporiaESSENCEplus**

1.-\*

[www.swisscom.ch/emporia](http://www.swisscom.ch/emporia)



\* Bei Abschluss eines neuen Swisscom Abos NATEL® liberty standard CHF 35.-/Mt. Ohne Abonnement CHF 199.-. Mindestvertragsdauer 24 Monate. Exkl. SIM-Karte CHF 40.-.

**Talon Mitgliedschaft** (einsenden an SPITEX BERN, Marketing, Könizstrasse 60, Postfach 450, 3000 Bern 5)

- Ich werde Einzelmitglied der SPITEX BERN (Jahresbeitrag CHF 25.-)
- Unsere Firma wird Kollektivmitglied der SPITEX BERN (Jahresbeitrag CHF 120.-)
- Ich möchte die SPITEX BERN mit einer Spende unterstützen. Bitte nehmen Sie mit mir Kontakt auf.

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Organisation/Firma: \_\_\_\_\_

Strasse, Nummer: \_\_\_\_\_ PLZ, Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ E-Mail: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

**Spendenkonto** Postkonto 30-16100-8



Neben Selbstbestimmung und einer respektierten Privatsphäre ist für ältere Menschen eine sichere Umgebung mit gepflegter Ambiance wichtig. Domicil bietet ihnen ein Zuhause, das diese Werte lebt.

**So vielfältig wie die Menschen sind, ist auch unser Wohn- und Dienstleistungsangebot.**

Vom unabhängigen Leben in den eigenen vier Wänden bis zur liebevollen intensiven Pflege bieten unsere 16 Häuser in Bern alles für ein erfülltes und aktives Leben im Alter.

Beim Domicil Infocenter erhalten Sie alle gewünschten Auskünfte. Telefon 031 307 20 20.

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

Ihr Zuhause im Alter.

## weiterbilden – weiterpflegen

Nachdiplomkurs, Start im März 2012  
**Neuro Nursing Care**

### Inhalte

- Neurologische Syndrome und deren Behandlung
- Symptommanagement in der neurologischen Pflege
- Pflegerische Beratungskompetenz in der Neurologie

Vorankündigung Einzelmodul

**Von der klinischen Einschätzung zur pflegerischen Handlung im gerontologischen Bereich**

Start im Mai 2012, Dauer: 8 Tage

Weitere Informationen und Anmeldung unter:



**SBK Bildungszentrum**  
Dienerstrasse 59  
8004 Zürich

Tel. 044 297 90 70  
info@sbk-biz.ch  
[www.sbk-biz.ch](http://www.sbk-biz.ch)

**Nova  
Taxi**

**Nova  
Taxi** 0800 879 879  
0 313 313 313

**WERTKARTE**

- Passt in jedes Portemonnaie, das ideale Geschenk für Freunde
- Die Karte ist gratis und kann aufgeladen werden
- Pro CHF 100.– profitieren Sie von CHF 5.– Rabatt

**0 313 313 313**