

# viva!

Das Magazin für Lebensfreude im Alter. | Oktober 2022.

# Betreuung und Pflege.

Individuelle  
Bedürfnisse  
im Fokus.

## **Leben.**

Zwischen Jassgruppe  
und Multimediakurs.

## **Zeitzeugin.**

Betreuung und Pflege –  
gestern und heute.

## **Standpunkt.**

Quo vadis, Betreuung  
und Pflege?



Betreuung  
und Pflege.

# Individuelle Bedürfnisse im Fokus.

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Lebensfreude ist keine Frage des Alters, sondern der Lebensqualität. Diese Überzeugung zieht sich bei uns durch sämtliche Bereiche. Denn so unterschiedlich die Hintergründe und Fähigkeiten unserer rund 1200 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter auch sind: Sie alle leisten einen wesentlichen Beitrag dazu, dass sich unsere gegen 800 Bewohnerinnen und Bewohner bei Viva Luzern wohlfühlen.

Ob in der Palliative Care, in der spezialisierten Demenzpflege, bei den verschiedenen Entlastungsangeboten oder bei der klassischen Langzeitpflege: In unserer Titelgeschichte erfahren Sie, was wir bei Viva Luzern unter einer umfassenden Betreuung und Pflege verstehen. Und wieso es so wichtig ist, dass alle Mitarbeitenden nach denselben Werten handeln.

Wenn Sie erfahren möchten, wie es in der Pflege früher war, empfehlen wir Ihnen das Interview mit unserer Zeitzeugin Marie-Louise Lüthi. Die 97-jährige Bewohnerin vom Viva Luzern Staffelnhof wirft einen Blick zurück und vergleicht die Pflege aus ihrer beruflichen Vergangenheit mit der heutigen.

Neben unseren Schwerpunktbeiträgen zum Thema Betreuung und Pflege haben wir natürlich auch in dieser Ausgabe wieder viele weitere spannende Geschichten und Beiträge für Sie parat. Wir wünschen Ihnen viel Spass bei der Lektüre – und weiterhin ganz viel Lebensfreude.

Herzlich,



Andrea Wanner

Geschäftsführerin Viva Luzern

# viva!



## **Lebensfreude bis ins hohe Alter.**

**Was ist eine gute Betreuung und Pflege im Alter? So unterschiedlich die verschiedenen Bedürfnisse jedes Individuums sind, so gross die Einigkeit bei Viva Luzern bei den wesentlichen Punkten. Ob Reinigungsfachfrau oder Seelsorger, alle Mitarbeitenden von Viva Luzern tragen dazu bei, dass sich Bewohnende und Mietende wie zu Hause fühlen – sei es auf der Abteilung der spezialisierten Palliative Care oder in einem klassischen Wohnbereich.**



## Strategie.

Hochwertige Betreuung und Pflege von älteren Menschen – was heisst das genau?



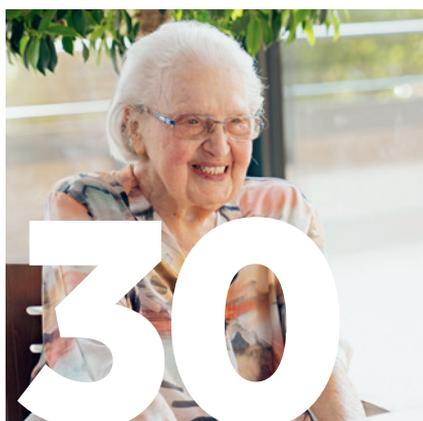
## Leben.

Drei Bewohnende, die eines gemeinsam haben: Persönliche Kontakte sind wichtig.



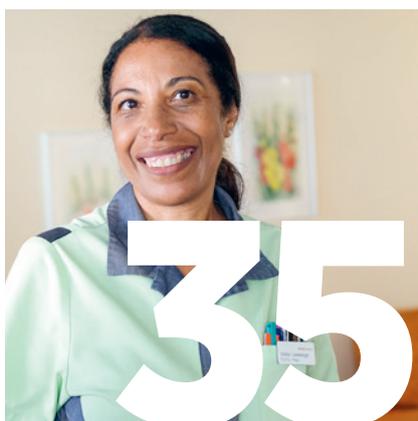
## Galerie.

Beat Bürke, ein Bewohner, zeigt uns seine Lieblingsplätze und -dinge.



## Zeitzeugin.

Eine ehemalige Pflegerin erzählt, worauf sie heute als Bewohnerin Wert legt.



## Gesichter.

Wafaa Lustenberger setzt ihre Lebenserfahrung im Viva Luzern Wesemlin ein.



## Standpunkt.

Überalterung, Fachkräftemangel, Pflegefinanzierung: Was kommt da auf uns zu?

## Impressum.

**Herausgeberin** Viva Luzern AG | Schützenstrasse 4 | 6003 Luzern | **Redaktion** Corina Beccarelli | Ramona Helfenberger  
**Redaktionelle Mitarbeit** Sonja Baumann | Ramona Helfenberger | Daniel Schriber | Reto von Wartburg | Andrea Wanner  
**Artdirektion und Grafik** vonwartburg.ch | **Fotos** Reto von Wartburg | Tamino Schnedl | iStockPhoto | **Korrektorat** korrigiert.ch  
**Druck** Brunner Medien AG | **Auflage** 6000 Exemplare | **Erscheinung** Zweimal jährlich | **viva! abonnieren** Telefon 041 612 70 00  
kommunikation@vivaluzern.ch | www.vivaluzern.ch

**Strategie.**

**Strategie 2030.**

**«Unsere Bewohnenden  
sollen so autonom  
wie möglich bleiben.»**

# Die hochwertige Betreuung und Pflege von älteren Menschen ist der Kernauftrag von Viva Luzern. Aber was heisst das genau? Und wie lassen sich die hochgesteckten Ziele im bisweilen hektischen Alltag erreichen? Verwaltungsrätin Marlies Petrig verrät im Interview, wo unser Unternehmen die Schwerpunkte setzt.

## **Marlies Petrig, was verstehen Sie persönlich unter guter Betreuung und Pflege im Alter?**

Für mich gibt es zwei Schlüsselbegriffe: Fachwissen und Aufmerksamkeit. Nur wenn unsere Mitarbeitenden über das nötige Fachwissen verfügen, können sie Tag für Tag den hohen Anforderungen gerecht werden. Der zweite Punkt betrifft die Aufmerksamkeit, die wir unseren Bewohnerinnen und Bewohnern schenken. Auch sie ist entscheidend für deren Wohlbefinden.

## **Können Sie das etwas konkreter ausführen?**

Egal ob Pflegefachfrau, Physiotherapeut oder Mitarbeiterin der Wohnbereichsgastronomie: Unsere Mitarbeitenden sind stets gefordert, im Umgang mit den Bewohnenden so präsent wie möglich zu sein. Nur so können wir wirklich wahrnehmen, welche Bedürfnisse diese haben. Und glauben Sie mir: Die Bewohnerinnen und Bewohner merken sofort, ob ihr Gegenüber wirklich präsent ist oder nicht.

## **Wie gelingt dies im hektischen Alltag?**

Wir müssen den Menschen zuhören, sie beobachten, uns jeden Tag aufs Neue auf sie einlassen. Aus dem Demenzbereich gibt es einen Leitsatz, der die Sache auf den Punkt bringt. Er lautet: See me, not my dementia. Nimm mich als Mensch wahr, nicht nur als demenzkranke Person.

## **Welches sind denn die Bedürfnisse der Bewohnerinnen und Bewohner von Viva Luzern?**

Natürlich haben wir eine Vorstellung davon, was unsere Bewohnerinnen und Bewohner brauchen. Noch wichtiger ist aber, dass es uns gelingt, diese Bedürfnisse direkt abzuholen. Es geht in der Pflege somit nicht darum, einfach ein Programm abzuspielen, sondern möglichst individuell auf die Situation der Bewohnenden einzugehen.

## **Wie ist das konkret zu verstehen?**

Wir sind überzeugt, dass der Alltag auch mit gesundheitlichen Einschränkungen und Unterstützung gelingen und bis zum Tod erhalten werden kann. Es geht somit nicht «nur» um die pflegerischen Leistungen sowie die Unterstützung bei der

Körperpflege: Echte Betreuung und Pflege geht noch viel weiter. In diesem Zusammenhang gibt es einige Begriffe, die sich aufdrängen.

“ **Unsere Aufgabe ist es, unseren Bewohnerinnen und Bewohnern im Rahmen unserer Möglichkeiten möglichst viel Raum und Abwechslung zu bieten.** ”

Marlies Petrig, Verwaltungsrätin Viva Luzern.

## **Wie zum Beispiel?**

«Unterstützung» ist einer davon. Betreuung und Pflege heisst, dass wir unsere Bewohnenden und ihre Angehörigen beim Übergang in ein Betagtenzentrum unterstützen. Dass wir sie bei diesem grossen Schritt begleiten und ihnen die Möglichkeit bieten, die neue Situation anzunehmen und das Beste daraus zu machen. Auch die Möglichkeit zur Teilhabe ist ein wichtiges Thema.

## **Was ist damit gemeint?**

Auch Bewohnerinnen und Bewohner von stationären Pflegeeinrichtungen haben ein Recht auf gesellschaftliche Teilhabe und soziale Kontakte. Unsere Aufgabe ist es, ihnen im Rahmen unserer Möglichkeiten möglichst viel Raum und Entwicklung zu bieten. Ob singen, malen, Zeitung lesen oder spazieren: Die Bewohnenden sollen möglichst selbst bestimmen können, wie ihr Alltag aussieht.

## **Wie geht man vor, wenn die Bewohnenden nicht in der Lage sind, ihre Bedürfnisse zu formulieren?**

Dieser Prozess hat viel mit Fachwissen zu tun. Dazu gehört beispielsweise, dass unsere Mitarbeitenden in der Lage sind, über eine klar definierte Schmerzeinschätzung die Schmerzqualität und -intensität bei den Bewohnenden einzuschätzen. Zudem spielt auch die Teamarbeit eine grosse Rolle. Bei Viva Luzern stehen viele verschiedene



Verwaltungsrätin Marlies Petrig im Gespräch mit unserem Autor.

Menschen und Berufsgruppen mit den Bewohnenden in Kontakt. Umso wichtiger ist, dass der Austausch innerhalb der und zwischen den Teams funktioniert. Dazu gehört zum Beispiel, dass wir regelmässig Fallbesprechungen und Reflexionen durchführen.

“ In der Pflege geht es nicht darum, einfach ein Programm abzuspielen, sondern möglichst individuell auf die Bedürfnisse der Bewohnenden einzugehen. ”

Marlies Petrig, Verwaltungsrätin Viva Luzern.

**Die Kommunikation scheint in verschiedener Hinsicht ein Schlüsselaspekt zu sein.**

Absolut. Ob innerhalb der Pflege- und Betreuungsteams, im Kontakt mit den Bewohnenden oder im Gespräch mit den Angehörigen: Diese Beziehungsarbeit ist essenziell. Zu diesem Thema gehört auch, dass sich das Informationsbedürfnis des Umfelds stark verändert hat. Viele Angehörige möchten heute regelmässig und detailliert über den Zustand ihrer Verwandten informiert werden.

**Beziehungsarbeit braucht viel Zeit, gleichzeitig nimmt der Druck im Pflegebereich zu. Beisst sich das nicht?**

Es ist in der Tat eine grosse Herausforderung. Erschwerend kommt hinzu, dass der Betreuungs- und Pflegebereich nie wirklich abgeschlossen ist.

Man könnte immer noch etwas mehr tun, nochmals fünf Minuten länger mit einem Angehörigen sprechen, noch ein weiteres Mal nach dem Befinden einer Bewohnerin fragen. Hier die richtige Balance zu finden, gehört zu den anspruchsvollsten Aufgaben unserer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

**Geht man heute stärker auf die Bedürfnisse der Bewohnenden ein als noch vor zehn oder zwanzig Jahren?**

Diese Bemühungen sind nicht neu. Aber durch die Entwicklung der Gesellschaft und die zunehmende Individualisierung hat sich unser Leistungsauftrag sicherlich verändert. Das liegt auch daran, dass wir es mit ganz unterschiedlichen Bewohnerinnen und Bewohnern zu tun haben: Manche kommen nur vorübergehend zu uns, andere bleiben dauerhaft, sind aber körperlich und geistig noch sehr fit – und wieder andere stehen kurz vor dem Lebensende. Heute ist die Anzahl an Ein- und Austritten viel höher als vor einer Dekade.

**Bleibt die Individualität bei so vielen verschiedenen «Zielgruppen» nicht zwangsläufig auf der Strecke?**

Ja und nein. Natürlich ist das Zusammenleben innerhalb einer Institution immer an Rahmenbedingungen geknüpft. Unsere Aufgabe ist es, die vorhandenen Spielräume möglichst kreativ zu nutzen.

**«Selbstbestimmung» ist ein Stichwort, das im Bereich mit Pflege- und Betagtenzentren immer wieder fällt. Was ist darunter genau zu verstehen?**

Es ist uns ein grosses Anliegen, dass unsere Bewohnerinnen und Bewohner so autonom wie mög-

lich bleiben können. Wir dürfen nicht vergessen, dass der Eintritt in eine Institution für die meisten nicht einfach ist. Viele haben diesen Schritt nicht in ihrer Lebensplanung vorgesehen. Umso wichtiger ist es, die Leute abzuholen und Sie dabei zu unterstützen, ihren Alltag möglichst selbstständig gestalten zu können.

**Der Fachkräftemangel ist in der Pflegebranche allgegenwärtig. Wie begegnet Viva Luzern dieser Herausforderung?**

Der Kampf gegen den Fachkräftemangel beginnt in jedem einzelnen Standort. Es gehört zu unseren wichtigsten Aufgaben, junge Berufsleute aus- und weiterzubilden. Zudem sollten wir stets unser Bestes geben, um unsere guten Arbeitsbedingungen zu erhalten und weiter zu verbessern. Letztlich geht es schlicht und einfach darum, eine attraktive Arbeitgeberin zu sein – mit allen Facetten, die dazugehören.

**Können Sie eine Massnahme nennen, die Viva Luzern zu einer attraktiven Arbeitgeberin macht?**

Ein tolles Beispiel ist die Schaffung der Position der geriatrischen Pflegeexpertinnen und -experten. Diese Kolleginnen und Kollegen stehen unseren Pflegeteams in besonders komplexen Situationen zur Seite und übernehmen eine Drehscheibenfunktion zwischen den Wohngruppen, den Ärztinnen und Ärzten und der Pflegeleitung. Die Schaffung dieser Position steigert nicht nur die Pflegequalität, sie stärkt auch unsere Attraktivität als Arbeitgeberin. Der Fachkräftemangel ist jedoch nicht unsere einzige Herausforderung.

**Was meinen Sie damit?**

In der Schweiz herrscht Vollbeschäftigung. Es gibt somit mehr offene Stellen als Arbeitslose. Dies führt dazu, dass zum andauernden Fachkräftemangel auch ein «Nichtfachkräftemangel» dazu kommt. Gerade im Pflegebereich müssen wir es schaffen, unsere Berufsmöglichkeiten noch besser und attraktiver zu gestalten.

**Wie kann das gelingen?**

Zum Beispiel, indem wir potenziellen Mitarbeitenden die spannenden Entwicklungsmöglichkeiten in unserem Unternehmen aufzeigen. Ich hoffe, dass wir bei Viva Luzern einen Beitrag dazu leisten können, um die Faszination der Berufe im Betreuungs- und Pflegebereich noch bekannter zu machen. Hierbei übernehmen unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter eine wichtige Aufgabe. Sie sind unsere wichtigsten Botschafter.

**Abschliessend ein Blick in die Zukunft: Wie werden sich die Herausforderungen im Bereich der Betreuung und Pflege entwickeln?**

Ich glaube, dass das Betagtenzentrum auch in Zukunft eine Daseinsberechtigung haben wird, die aktuellen Entwicklungen werden sich aber noch weiter verstärken. Das Thema «Wohnen mit Dienstleistungen» wird sicher weiter an Aktualität gewinnen. Die Ansprüche der Kundinnen und Kunden werden eher zunehmen als abnehmen.

**“ Viele Bewohnerinnen und Bewohner haben den Eintritt in ein Betagtenzentrum nicht in ihrer Lebensplanung vorgesehen. Umso wichtiger ist es, die Leute abzuholen und sorgfältig mit Ihnen umzugehen. ”**

Marlies Petrig, Verwaltungsrätin Viva Luzern.

**Wie bereitet sich Viva Luzern auf diese Entwicklungen vor?**

Wir beschäftigen uns intensiv mit den Herausforderungen der Zukunft. Dazu gehört unter anderem, dass wir über die nötige Infrastruktur verfügen. Wir sollten uns aber nicht nur über Bauprojekte unterhalten, sondern auch über unsere Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer. Ich bin überzeugt: Das Personal ist der Schlüssel zum Erfolg. Und das wird auch in Zukunft so bleiben. Genau deshalb sollten wir so viel wie möglich in diesen Bereich investieren.

**Daniel Schriber.**

## Über Marlies Petrig.

**Marlies Petrig wurde im Juni 2021 in den Verwaltungsrat von Viva Luzern gewählt. Sie verfügt über Erfahrung in unterschiedlichen Führungspositionen im Pflegebereich, aktuell als Mitglied der Geschäftsleitung und Leiterin Health Care Services im Kompetenzzentrum Pflege und Gesundheit (KZU) im Kanton Zürich.**

Ihre Verantwortungsbereiche umfassen dabei den Pflegedienst, die Therapien, den ärztlichen Dienst, das Qualitätsmanagement sowie das Care und Case Management. Seit 2018 ist Marlies Petrig als Vorsitzende der Pflegedienstkommission des Kantons Zürich beratend für die Gesundheitsdirektion und seit 2019 als Vizepräsidentin im Vorstand Langzeit Schweiz tätig. Marlies Petrig ist 56 Jahre alt und wohnt in Gutenswil im Kanton Zürich.

Leben.

Zwischen Jassgruppe  
und Multimediakurs.

**Ein vollge-  
packter Alltag.**

# Wie dürfen wir uns das Leben bei Viva Luzern vorstellen? Wir treffen drei Bewohnende mit unterschiedlichen Geschichten, die eines gemeinsam haben: Persönliche Kontakte sind wichtig und werden aktiv gepflegt.

**Laszlo Kummer** (85) begrüsst mich in seinem Zimmer im Viva Luzern Staffelnhof. Mein Blick fällt gleich auf die vielen Töpfe auf dem Fenstersims. Die Chilistauden wachsen in die Höhe, die einen noch grün, die anderen rot und reif für die Ernte. «Möchten Sie eine probieren?», fordert mich Laszlo Kummer schmunzelnd heraus. Er esse gerne scharf. Weil man nie wisse, ob die Schärfe der Chilis aus dem Reformhaus ausreiche, habe er kurzerhand mit seiner eigenen Chilizucht begonnen. Das eigens gemahlene Chilipulver steht immer auf

ckend: Laszlo Kummer liest täglich zwei Zeitungen und informiert sich über das aktuelle Weltgeschehen. Er nutzt das Aktivierungsangebot von Viva Luzern regelmässig. Seit einiger Zeit besucht er einen Englischkurs. Ein wenig Wehmut macht sich breit – es sei noch nicht sicher, ob der Kurs ab Ende August weitergeführt werde. Er würde sich dann mit dem Tonband im Selbstunterricht behelfen und sich weiterhin mit anderen Bewohnenden auf Englisch verständigen. Denn Sprachen liegen ihm: Neben seiner Muttersprache beherrscht er Deutsch und lernte durch seine Frau auch Griechisch.

“ **Ich habe hier mit der Malerei begonnen. Aber Picasso werde ich nicht in den Schatten stellen.** ”

Laszlo Kummer, Bewohner Viva Luzern Staffelnhof.

seinem Tisch im Restaurant bereit, um dem Essen die nötige Würze zu geben. 1937 in Ungarn geboren, besuchte er bereits als Zehnjähriger erstmals die Schweiz. Die Ferienaktion des Roten Kreuzes in Oberrieden blieb im Gedächtnis haften. Schon damals habe er davon geträumt, wieder einmal in die Schweiz zu kommen. Der Grund, wieso er 1956 zurückkehrte, war jedoch ein anderer: Während des Aufstands in seinem Heimatland flüchtete er zusammen mit seinem vier Jahre jüngeren Bruder, ohne die Eltern vorab zu informieren, und kam über Österreich in die Schweiz. Hier lernte er rasch durch Eigenfleiss Deutsch und arbeitete fortan als Spritzlackierer. Seit gut einem Jahr wohnt er im Viva Luzern Staffelnhof.

## **Körperliche und geistige Bewegung.**

Bereits in den frühen Morgenstunden fordert er seinen Körper: Nach dem Morgenturnen im Zimmer und dem anschliessenden Frühstück zieht es ihn hinaus zu einem Spaziergang, den er gleich nochmals mit Turnübungen verbindet. «Die Gelenke müssen beweglich und die Muskeln erhalten bleiben», erklärt er. Neben seiner Motivation zur Bewegung ist auch sein Wissensdurst beeindruckend:

## **Technologische und kreative Stunden.**

Seit Kurzem besucht Laszlo Kummer zudem den Multimediakurs und lernt den Umgang mit seinem eigenen Laptop. Hinzu kommt zur physischen und geistigen Fitness auch die Musse. Neuestens malt er Aquarellbilder. Dabei orientiert er sich an einem Einführungsbuch über die Malerei, das ihm seine Schwägerin geschenkt hat. «Vielleicht versuche ich es auch einmal mit Acrylfarben. Aber Picasso werde ich nicht in den Schatten stellen», meint er verschmitzt.

“ **Es ist wichtig, bewusst und aktiv den Kontakt zu anderen Menschen zu pflegen.** ”

Laszlo Kummer, Bewohner Viva Luzern Staffelnhof.

## **Kontaktpflege ist wichtig.**

Beim «Hirn-Jogging» und «Fit in den Tag» knackt er zusammen mit anderen Gruppenmitgliedern Rätsel und löst geistige Aufgaben. Einige wüssten mehr als andere, aber in der Gruppe finden sie immer gemeinsam einen Lösungsweg. Überhaupt pflegt er bewusst den Kontakt zu anderen Menschen. «Man darf sich nicht abkapseln», ist er überzeugt. «Es ist wichtig, dass wir untereinander unsere Gedanken austauschen, unterschiedliche Interessen teilen und zusammen aktiv sind.»



**Bethli Brunner: «Ich will auf Augenhöhe mit jemandem reden.»**

**Bethli Brunner** (84) hat eine eigene E-Mail-Adresse und bezahlt ihre Rechnungen mittels E-Banking. Sie googelt wenn nötig selber, um die ärztlichen Empfehlungen zu prüfen und um sich eine eigene Meinung zu bilden. Auch wenn sie es sich jedes Jahr kurz überlegt, das Angebot der Gewerkschaft zu nutzen – die Steuererklärung

**“ Wie es sich anfühlt, körperliche Unterstützung anzunehmen? Damit habe ich keine Mühe. ”**

Bethli Brunner, Bewohnerin Viva Luzern Eichhof.

füllt sie weiterhin selber aus. «Es ist mir wichtig, das Heft in die Hand zu nehmen», erklärt sie. «Solange man im Kopf gut beisammen ist, kann man doch noch alles selbst regeln.»

Sie sei vielleicht etwas zu früh ins Betagtenzentrum gezogen, meint Bethli Brunner. Nachdem sie jedoch innerhalb eines Monats notfallmässig drei Mal ins Spital musste, kamen Bedenken auf, dass man ihr eines Tages im Spital verkündete, nicht mehr nach Hause zurückkehren zu können. So rief

sie kurzerhand bei Viva Luzern an, sah sich die freie Wohnung im Haus Aquamarin am Silvester-tag 2020 an und verliebte sich gleich in ihr neues Zuhause, das sie einen Monat später bezog. «Die Aussicht auf das Stanserhorn, den Pilatus und im Winter insbesondere auf die Rigi ist wunderbar. In meiner Wohnung erhalte ich dieselbe Betreuung wie im Betagtenzentrum, und ich kann kommen und gehen, wie es mir passt», beschreibt sie. Sie sei immer noch viel auf der Gasse, gehe praktisch jeden Tag in die Stadt. Denn dort gebe es immer etwas zu tun, auch wenn es nur auf einen Kaffee mit einer Kollegin sei.

#### **Gedächtnistraining in der Gruppe.**

Spazieren sei nicht so ihr Ding. «Aber diese Woche habe ich mich ins Füdli geklemmt und bin von der Endstation Obergütsch zum Dattenberg gelaufen.» Statt der Bewegungstherapie besucht Bethli Brunner lieber das Gedächtnistraining und das Strick-Stübli. Es sei schade, dass diese Angebote nicht immer gleich rege genutzt würden, bedauert sie. «Von allen Häusern sind wir im wöchentlichen Gedächtnistraining nur zu siebt. Selbst in der Jassgruppe müssen wir zusehen, dass wir genügend Personen zusammenkriegen.»

#### **Hilfe annehmen und Ideen einbringen.**

Auf die Frage, wie es sich anfühle, einmal auf Unterstützung angewiesen zu sein, meint Bethli



Rosmarie Gossweiler: «Ich habe immer hart gearbeitet und genieße es hier umso mehr.»

Brunner: «Vorläufig benötige ich keine Unterstützung. Ich werde mich dann mit diesem Thema auseinandersetzen, wenn es so weit ist. Durch meine langjährige Tätigkeit beim Besuchsdienst der protestantischen Kirche und des Invalidenbunds – heute Procap – war ich viel mit körperlicher Beeinträchtigung konfrontiert. Hilfe anzunehmen, wird mir leichtfallen, wenn ich dann auch körperliche Unterstützung benötige.» Schwieriger werde es, wenn sie unterschätzt werde.

Es sei entscheidend, dass sie auch mit dem Betreuungspersonal auf Augenhöhe reden könne. «Es ist mir bewusst, dass die unterschiedlichen Bedürfnisse der Bewohnenden anspruchsvoll sind. Für die Mitarbeitenden ist es auch nicht einfach, herauszufinden, wie die einzelnen Personen ticken.» Umso mehr fühlte sie sich ernst genommen, als der Chef der Restauration einmal persönlich vorbeikam und nach Verbesserungsvorschlägen nachfragte. Bethli Brunners Idee, Essensgutscheine für das Bistro anzubieten, kam an. Nun geniesst ihr Besuch ein gemeinsames Essen, ohne zu erfahren, was es kostet.

**Rosmarie Gosswiler** (86) ist dankbar, dass nach ihrem akuten Spitalaufenthalt vor gut einem Jahr genau noch ein Zimmer im Viva Luzern Staffelhof frei war. Nach der Knieoperation, verbunden mit einem Herzstillstand während der Narkose, rieten ihr die Ärzte, sich ausreichend zu erholen. Die Entscheidung, anstelle eines dreiwöchigen Aufenthalts gleich langfristig hierherzuziehen, traf sie eigenständig: «In der alten Wohnung wäre die Unterstützung der Spitex nötig gewesen. Und ich wusste ja nicht, ob ich wieder einmal zurück ins Spital komme.»

## “ Die Verbundenheit mit dem Quartier hat mir geholfen, hier schnell Anschluss zu finden. ”

Rosmarie Gosswiler, Bewohnerin Viva Luzern Staffelhof.

### **Seit über 60 Jahren im Quartier.**

Hier habe sie ein neues Zuhause in einer vertrauten Umgebung gefunden. «Das habe ich mir verdient – nachdem ich ein ganzes Leben lang hart gearbeitet habe, geniesse ich es umso mehr», meint sie zufrieden. Sie spürt ein wenig Genugtuung, wenn sie an ihre Vergangenheit denkt: «Als Scheidungskind hatte ich eine harte Jugend. Bereits mit 8 Jahren zog ich mit meinem Vater von

Winterthur ins Appenzell. Nach 5 Schuljahren siedelten wir ins Toggenburg über, wo mein Vater ein zweites Mal heiratete. Mit 18 Jahren traf ich den Entschluss, den Koffer zu packen und zu meiner Mutter nach Luzern zurückzukehren.» Hier blieb sie, gründete zusammen mit ihrem inzwischen verstorbenen Mann eine fünfköpfige Familie und verbrachte die letzten 60 Jahre gleich in der Nähe des Staffelhofs.

### **Fotografieren mit dem Handy.**

«Das hat mir geholfen, hier schnell Anschluss zu finden. Ich zeige den Bewohnenden das Quartier, begleite sie zu Arztbesuchen oder Einkäufen und motiviere sie, die schöne Gegend zu Fuss zu entdecken», erzählt sie. «Ich lebe hier selbstständig und spaziere viel. In der hausinternen Physiotherapie zeigten sie mir Tricks, wie ich knieschonend laufe. Das Handy nehme ich immer mit.» Rosmarie Gosswiler lernt im Multimediakurs den Umgang mit dem Handy und möchte Fotos aufnehmen können. Denn im Dezember werde sie zum ersten Mal Urgrossmutter. Und dieses Ereignis will festgehalten werden!

### **Den Alltag spontan gestalten.**

Über das Aktivierungsprogramm informiert sie sich jeweils über die hausinterne Agenda oder am Bildschirm beim Empfang. «Vom umfangreichen Aktivierungsprogramm im Staffelhof bin ich angenehm überrascht. Ich entscheide spontan, ob es zu einem weiteren Jass reicht, wenn ich nicht gerade Besuch von einer Kollegin erhalte und zusammen mit ihr musiziere und zweistimmig auf der Zither spiele.»

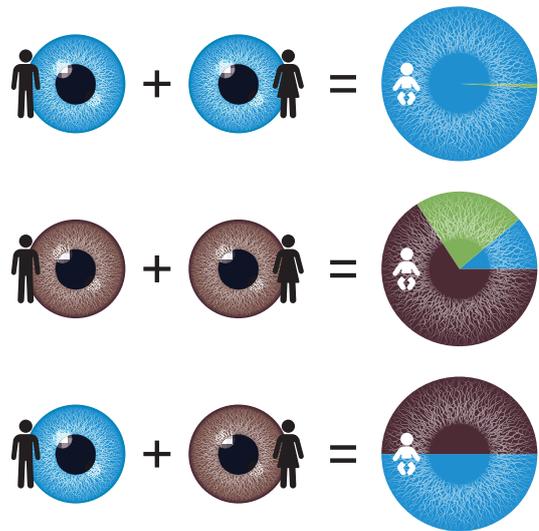
Rosmarie Gosswiler trifft sich einmal pro Woche mit einer Vertretung der Kirche zum Morgenbeten in der Kapelle und besucht samstags den Gottesdienst. Sie macht sich Gedanken darüber, einmal auf Hilfe angewiesen zu sein; insbesondere durch ihren an Demenz erkrankten Bruder. «Meine Geschwister meinten immer, als Älteste der drei Kinder sei ich die Rüstigste. Sollte ich dann doch einmal auf Unterstützung zählen müssen, wäre ich nicht stur und würde das so akzeptieren», meint sie und fügt gleich an: «Ich glaube nicht, dass ich einmal an Demenz erkrankte. Das ist ein Geschenk Gottes, da ich so viel gearbeitet habe.»

Tauchen medizinische Fragen bei ihr auf, wendet sie sich offen an das Personal, mit dem sie sich sehr gut verstehe. Schliesslich möchte sie informiert sein, welche Medikamente sie erhält. Aber zur Podologie geht sie weiterhin in das Geschäft ihrer Tochter im Ruopigen-Zentrum. «Dann bleibt das Geld in der Familie», meint sie schmunzelnd.

**Sonja Baumann.**

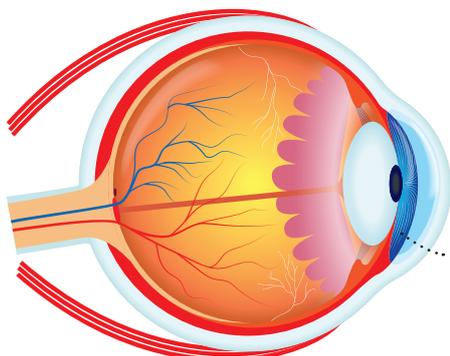
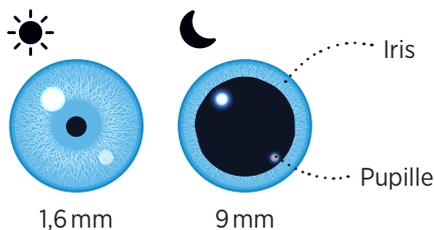
# Wieso haben Menschen unterschiedliche Augenfarben?

**Jeder Mensch hat eine andere Augenfarbe. Manche haben blaue Augen, andere graue, braune oder grüne. Verantwortlich für die unterschiedliche Farbe ist das Pigment Melanin, das auch bestimmt, ob unsere Haut und Haare eher dunkel oder hell sind. Viel Melanin ergibt braune Augen, ein tieferer Anteil von Melanin lässt die Augen blau, grau oder grün erscheinen.**

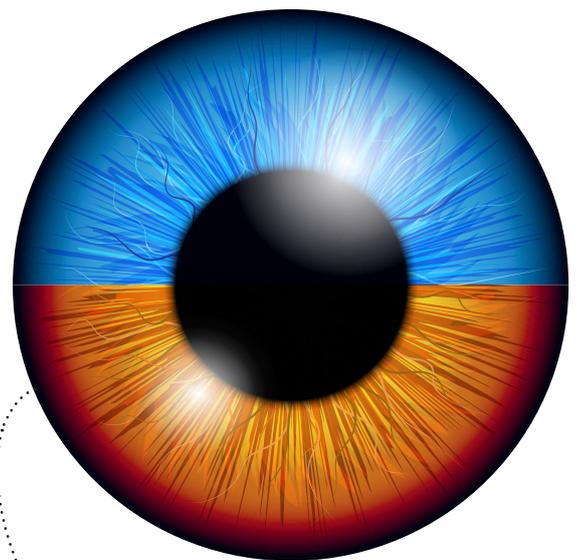


Die Gene, die von Mutter und Vater vererbt werden, bestimmen, welche Augenfarbe das Kind bekommt.

Der Irismuskel reguliert den Lichteinfall ins Auge: Ist es sehr hell, ziehen sich unsere Pupillen zusammen, bei Dunkelheit wird die Öffnung grösser.



Der farbige Teil unseres Auges nennt sich Iris oder Regenbogenhaut.



Im Mutterleib haben Menschen mitteleuropäischer Abstammung meist eine hellblaue Iris – die definitive Augenfarbe ist erst im Alter von etwa zwei Jahren bestimmt.

Betreuung und Pflege  
bei Viva Luzern.

# Lebensfreude – (k)eine Frage des Alters?

**Bei Viva Luzern kümmern sich rund 1200 Menschen um das Wohl von über 800 Bewohnerinnen und Bewohnern. So unterschiedlich die verschiedenen Herausforderungen und Bedürfnisse, so gross die Einigkeit bei den wesentlichen Punkten: Die individuellen Bedürfnisse der Bewohnenden stehen stets im Zentrum.**

Ein milder Spätsommerabend im Luzerner Maihofquartier. Auf einer Bank vor dem Haupteingang des Betagtenzentrums Viva Luzern Rosenberg unterhalten sich zwei Seniorinnen, ansonsten ist es ruhig. Auch die Jukebox, die in unmittelbarer Nähe zur Rezeption steht, bleibt verstummt. Die meisten Bewohnerinnen und Bewohner sind in ihren Zimmern und bereiten sich auf die bevorstehende Nacht vor. Das tut auch Sabine Schilliger. Es ist kurz vor acht Uhr abends, als uns die junge Frau die Tür öffnet. Die gelernte Fachfrau Betreuung arbeitet schon seit 14 Jahren bei Viva Luzern; vor 4 Jahren übernahm sie die Teamleitung Nacht

im Rosenberg. Seither arbeitet sie 17 bis 18 Tage pro Monat von 20.45 Uhr bis 7.05 Uhr. Was für andere kaum vorstellbar ist, macht die 31-Jährige mit viel Freude und Herzlichkeit.

#### **Mehr Zeit für die Bewohnenden.**

Sabine Schilliger hat in der Nachtarbeit ihre Berufung gefunden. «In der Nacht kann man viel mehr auf Betreuung setzen.» Was sie meint: Tagsüber passieren so viele Dinge in einem Betagtenzentrum. Angehörige kommen zu Besuch, die Aktivierung führt ihre Programme durch, Bewohnende gehen zum Coiffeur oder widmen sich



anderen Aktivitäten. «Dadurch ist die Zeit für die Bewohnenden enger gesteckt», sagt Schilliger. «In der Nacht kann ich mich voll und ganz auf die Bedürfnisse der Bewohnenden einstellen.» Dazu gehört zum Beispiel, dass die Bewohnerinnen und Bewohner ins Bett begleitet werden. «Manche trinken jeden Abend denselben Tee, andere möchten sich noch die Beine eincremen lassen – und wieder andere haben einfach noch etwas Redebedarf. Dann berichten sie uns, was sie tagsüber alles erlebt haben.» Wer nun glaubt, dass nachts im Betagtenzentrum meist Ruhe herrscht, der irrt. «Es läuft fast immer etwas», betont Schilliger.

#### «Viele Leute sterben nachts.»

In jeder Nacht gibt es Bewohnende, die nicht (ein) schlafen können. Andere leiden unter Schmerzen – und manchmal kommt es auch zu Stürzen oder anderen Notfällen. «In der Regel schaffen wir es zu zweit», sagt Sabine Schilliger. «Wenn man ein kleines Team ist, muss man sich aufeinander verlassen können», sagt die Teamleiterin. Ein grosses Thema sei zudem auch das Sterben. «Viele Leute sterben in der Nacht.» Natürlich sind Sabine Schilliger und ihr Team auch in diesen letzten Stunden für die Bewohnenden und ihre Angehörigen da. Und wenn dann jemand gegangen ist, gehört es

zu ihrer Aufgabe, die Verstorbenen zu waschen und schön anzuziehen. Diese Aufgabe kennt auch Petra Kägi nur zu gut. Kaum irgendwo sind der

“ Gerade die Arbeit mit Menschen mit einer Demenzerkrankung erfordert Kreativität und Ideenreichtum. ”

Regina Kreienbühl, Teamleiterin Demenzabteilung Viva Luzern Eichhof.

Tod und die Vergänglichkeit so präsent wie in der spezialisierten Palliative-Care-Abteilung von Viva Luzern Eichhof. Das wird auch beim Rundgang mit der Teamleiterin spezialisierte Palliative Care rasch klar. «Das ist unsere Abschiedsecke», sagt Kägi und zeigt auf eine Sitzzecke im 3. Stock des Betagtenzentrums. «Wenn jemand verstorben ist, zünden wir eine Kerze an, um von den Verstorbenen Abschied zu nehmen.» Auch heute brennt eine Kerze, daneben steht ein Foto von einer Patientin, die einige Tage zuvor verstorben ist. «Als ich hier begann, war es mir nicht bewusst, wie schnell die Leute kommen und gehen», erzählt Kägi. Im Laufe



Für Petra Kägi, Leiterin der spezialisierten Palliative-Care-Abteilung im Eichhof, ist klar: «Auch Humor ist bei uns ganz wichtig.»

der Zeit habe sie sich jedoch an diese Tatsache gewöhnt – und gelernt, mit dem omnipräsenten Thema umzugehen. «Ich versuche jeweils, möglichst schnell eine gute Beziehung zu den Patientinnen und Patienten aufzubauen.» Nach einem Todesfall gelte es, diese Beziehung aber auch wieder loszulassen.

### **Fokus auf die verbleibende Zeit.**

Während im Spital noch alles dafür getan wird, die Patientinnen und Patienten zu heilen oder zumindest deren Leben zu verlängern, geht es bei der Palliative Care in erster Linie darum, das Leiden der unheilbar kranken Menschen zu lindern und ihnen ein Sterben in Würde zu ermöglichen. Oder wie es Petra Kägi erklärt: «Wir fokussieren uns darauf, was den Leuten guttut.» Dazu gehöre zum Beispiel auch, dass niemand zum Essen gezwungen werde. Wenn auf der anderen Seite aber jemand Lust auf ein Extra-Schnitzel oder ein zusätzliches Glas Wein habe, werde versucht, auch diesen Wunsch zu erfüllen. «Spätfolgen gibt es schliesslich keine mehr. Wir tun ganz einfach alles dafür, um die ihnen noch bleibende Zeit möglichst angenehm zu gestalten.» Und auch wenn es für Aussenstehende überraschend klingen mag, sagt Kägi: «Auch Humor ist ganz wichtig auf unserer Abteilung.»

### **Kleine Handlungen, grosse Wirkung.**

Neben der körperlichen Pflege spielt in der Palliative Care auch die psychische Unterstützung eine wichtige Rolle. «Die seelischen und spirituellen Auseinandersetzungen, die hier stattfinden, sind häufig einschneidend», weiss Petra Kägi. Umso wichtiger sei deshalb die interdisziplinäre Zusammenarbeit der verschiedenen Teams. «Es braucht nicht nur die Pflege oder den Arzt, sondern uns alle.» Dazu gehöre der Seelsorger (siehe Seite 22) genauso wie die Reinigungsfachfrau, die sich ein paar Minuten Zeit nimmt, um mit einem Patienten ein Gespräch zu führen oder einfach mal die Hand zu halten. «Es sind oftmals kleine Dinge, die Grosses bewirken können.» Neben der klassischen Behandlung haben die Patientinnen und Patienten der Palliative-Care-Abteilung auch Zugriff auf alternative Therapiemethoden. So ist zum Beispiel jede Woche ein Therapiehund zu Besuch. «Punto», so der Name des Vierbeiners, geht zusammen mit seiner Betreuerin in jedem Zimmer vorbei. Auch Musik- oder Aromatherapien stehen im ganzen Haus zur Verfügung. Grosser Beliebtheit erfreut sich zudem der Snoezelraum, der den Bewohnerinnen und Bewohnern im Eichhof sowie im Wesemlin zur Verfügung steht. Dabei sitzen oder liegen die Bewohnenden in angeneh-



mer Atmosphäre in einem Raum, während sie bei stimmungsvoller Musik, warmen Lichtquellen und umgeben von Düften zur Ruhe kommen und entspannen. «Snoezelen soll schöne Erinnerungen wecken und zum Träumen animieren», erklärt Petra Kägi.

**“ In der spezialisierten Palliative-Care-Abteilung fokussieren wir uns darauf, was den Patientinnen und Patienten guttut. ”**

Petra Kägi, Teamleiterin spezialisierte Palliative Care  
Viva Luzern Eichhof.

**«Pflege ist mehr, als man vermutet.»**

Der neu geschaffene Sinnesraum ist ein gutes Beispiel für die Vielfalt der Angebote bei Viva Luzern. Aber worum geht es bei der Betreuung und Pflege ganz genau? Welche Faktoren stehen dabei bei der täglichen Arbeit im Fokus? Und wie kann sichergestellt werden, dass diese Ansprüche an allen Standorten gleichermassen erfüllt werden? Um diesen Fragen auf den Grund zu gehen, treffen wir Patricia Infanger in der Geschäftsstel-

le von Viva Luzern. «Wir verstehen Pflege viel breiter, als man gemeinhin vermutet», sagt die Leiterin Betreuung und Pflege sowie Geschäftsleitungsmitglied von Viva Luzern. «Ganz egal, ob jemand temporär oder dauerhaft bei uns lebt: Die Bewohnerinnen und Bewohner wünschen sich in erster Linie einen sinnvollen Alltag. Und wir sind da, um ihnen diesen zu ermöglichen – und das bis zum Tod», so Patricia Infanger.

**Angehörige werden stets miteinbezogen.**

Um die Lebensqualität der Bewohnenden möglichst hochzuhalten, ist es elementar, dass sich die Mitarbeitenden von Viva Luzern mit der Lebensgeschichte und den aktuellen Gewohnheiten der jeweiligen Personen auseinandersetzen. Eine wichtige Rolle spielen hierbei die Angehörigen. Mit dem Ziel der familienzentrierten Betreuung und Pflege sollen diese so gut wie möglich in den Prozess miteinbezogen werden. «Bei uns steht stets die Bewohnerin oder der Bewohner im Zentrum. Ihnen geht es jedoch nur gut, wenn es dem ganzen System gut geht.» Genau deshalb sei es so wichtig, die Angehörigen abzuholen, ihr Informationsbedürfnis zu befriedigen, sich mit ihren Sorgen und Ängsten zu befassen. «Je besser wir auf die Bedürfnisse der engsten Angehörigen und Vertrauten eingehen, desto grösser das Vertrauen, das sie unserer Institution schenken.» Für Infanger steht fest: «Auch wenn diese Beziehungspflege mit Aufwand verbunden ist, lohnt sich diese Arbeit.»

**Anpassungsprozess unterstützen.**

Ein weiteres Thema ist die Selbstbestimmung der Bewohnenden. «Wir setzen uns für grösstmögliche Individualität und Autonomie ein», betont Patricia Infanger. «Natürlich können wir nicht immer alle Wünsche ermöglichen.» Trotzdem wollen alle Menschen als Individuum und auf Augenhöhe wahrgenommen werden. Ein Beispiel: Manche wünschen sich möglichst viele soziale Kontakte, andere leben lieber zurückgezogener. «Unsere Aufgabe ist es, die verschiedenen Bedürfnisse zu eruieren, sie zu respektieren und dafür zu sorgen, dass sie so gut wie möglich gelebt werden können.» Grosser Wert werde auch auf die Entwicklung der Bewohnerinnen und Bewohner gelegt. «Der Umzug in ein Betagtenzentrum ist ein einschneidendes Ereignis im Leben von alten Menschen und ihrem Umfeld. Zudem müssen die Bewohnenden mit krankheitsbedingten Einschränkungen fertigwerden. Wir versuchen, diesen Anpassungsprozess zu begleiten, die vorhandenen Fähigkeiten zu erhalten oder sie bei Bedarf stellvertretend für unsere Bewohnenden zu übernehmen», erklärt Infanger. Zum Thema Entwicklung gehört auch die wichtige Fähigkeit, Veränderungen wahrzunehmen. Was, wenn eine Bewohnerin zum Beispiel plötzlich nicht mehr



Zu den Betreuungsangeboten bei Viva Luzern gehört auch der regelmässige Besuch des Therapiehundes Punto.

genug trinkt oder sich zurückzieht? «Solche Dinge müssen wir wahrnehmen und entsprechend darauf reagieren.»

### **Raum und Zeit für Reflexionen.**

Beim Thema Entwicklung denkt Patricia Infanger jedoch nicht nur an die Bewohnenden, sondern auch an das Personal. «Themen wie der Fachkräftemangel oder die Pflegefinanzierung stellen auch uns vor grosse Herausforderungen.» Die Gesellschaft habe eine klare Vorstellung davon, welche Leistungen ein Pflegeheim vollbringen soll – «doch leider deckt sich dieser Wunsch nicht mit

den Erhalt der beruflichen Kompetenzen bewusste Reflexionsgefässe zu schaffen. Dafür verfügen die Betriebe über verschiedene Instrumente und Hilfsmittel wie die standardisierte pflegerische Fallbesprechung oder die Reflexionsfragen nach einer ungeplanten Spitaleinweisung. Im Gespräch mit Patricia Infanger wird klar: Die Betreuung und Pflege von alten Menschen ist anspruchsvoll. Ob in der Palliative Care, in der spezialisierten Demenzpflege, bei den verschiedenen Entlastungsangeboten oder bei der klassischen Langzeitpflege: «Entscheidend ist, dass alle Mitarbeitenden an allen Viva-Luzern-Standorten nach denselben Werten handeln.» Hierbei würden auch die Vorgesetzten eine entscheidende Rolle als Vorbild übernehmen. «Nur wenn unsere bewohner- und angehörigenzentrierte Haltung von der Geschäftsführung, den Wohnbereichsleitungen und den Teams Tag für Tag vorgelebt wird, können wir unseren hochgesteckten Ansprüchen gerecht werden.» Dabei brauche es gar nicht immer «grosse Würfe». Im Gegenteil: «Wir sind immer nur so gut wie der einzelne Kontakt.»

### **Wertvolle Unterstützung im Alltag.**

In ihrem anspruchsvollen Alltag können die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter auch im Alltag auf fachliche Unterstützung zählen. Eine wichtige Aufgabe übernehmen hierbei zum Beispiel die geriatrischen Pflegeexpertinnen. Diese spezifisch

“ **Lebensfreude ist keine Frage des Alters, sondern der Lebensqualität.** ”

Patricia Infanger, Leiterin Betreuung und Pflege und Geschäftsleitungsmitglied Viva Luzern.

der Bereitschaft, das auch zu bezahlen.» «Unsere Teams sind täglich mit neuen und anspruchsvollen Situationen konfrontiert», weiss Patricia Infanger. Umso wichtiger sei es deshalb, dass auch im bisweilen hektischen Alltag die Möglichkeit besteht, sich auszutauschen oder für die Entwicklung und

ausgebildeten Mitarbeitenden zirkulieren im Haus, nehmen bei Bedarf vertiefte klinische Untersuchungen durch, coachen Pflegende in komplexen Situationen, unterstützen bei der Umsetzung von Neuerungen oder tauschen sich mit Ärztinnen und Ärzten aus. Mittlerweile arbeiten bei Viva Luzern 13 geriatrische Pflegeexpertinnen. Neben den unterschiedlichen Fachpersonen leisten auch zahlreiche freiwillige Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter einen wertvollen Beitrag zu einem erfolgreichen Betreuungs- und Pflegeangebot bei Viva Luzern. «Die Freiwilligen leisten unseren Bewohnenden Gesellschaft, ermöglichen ihnen schöne und abwechslungsreiche Momente und entlasten punktuell auch Angehörige», sagt Patricia Infanger. «Freiwilligenmitarbeit ermöglicht den Aufbau von zusätzlichen Beziehungen zwischen Menschen, innerhalb und ausserhalb unserer Institutionen. Sie gibt unseren Bewohnerinnen und Bewohnern die Möglichkeit, gemäss ihren Wünschen aktiv zu sein.» Mit ihrem Einsatz würden die Freiwilligen wesentlich zur Integration und Lebensqualität der Bewohnenden beitragen. Das Engagement der Freiwilligen könne und dürfe jedoch nie die bezahlte Arbeit ersetzen.

#### **Multikulturelle Teams als bereichernde Herausforderung.**

Wer Patricia Infanger zuhört, der realisiert: Theoretische Betreuungs- und Pflegekonzepte sind wichtig für die Orientierung und Ausrichtung, doch letztlich sind die rund 1200 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Schlüssel zum Erfolg. Wie in der Branche üblich, verfügen auch die Mitarbeitenden von Viva Luzern über ganz unterschiedliche Hintergründe. Das zeigt sich zum Beispiel in der Demenzabteilung im Viva Luzern Eichhof. Unter den rund 16 Teammitgliedern befinden sich Männer und Frauen aus 12 verschiedenen Nationen. «Die Führung erfordert viel Kreativität», sagt Regina Kreienbühl, Teamleiterin Betreuung und Pflege der Demenzabteilung. Die Rickenbacherin arbeitet seit bald vier Jahren bei Viva Luzern. Ihre Kolleginnen und Kollegen stammen aus Afghanistan, Kongo, Somalien, Brasilien, Ecuador, Italien, Rumänien, Serbien, Albanien, Portugal, Spanien, Deutschland und der Türkei. Oder kurz: aus allen Ecken der Welt. «Diese Vielfalt ist eine Bereicherung», sagt Kreienbühl. Sie ist überzeugt: «Die Vielfalt unseres Teams bringt in unserem Arbeitsalltag einen Mehrwert.»

#### **Bilder erleichtern die Kommunikation.**

Gerade die Arbeit mit Demenzkranken erfordere Kreativität und Ideenreichtum. «Je unterschiedlicher die Hintergründe der Mitarbeitenden, desto mehr verschiedene Herangehensweisen.» Die Vielfalt bringe aber auch Herausforderungen mit sich. So seien zum Beispiel die Deutschkenntnisse der Kolleginnen und Kollegen nicht immer gleich gut.

«Es kommt vor, dass ich nicht verstanden werde», sagt Kreienbühl. Irgendwann hat die 47-jährige Teamleiterin angefangen, viel mit Bildern zu arbeiten. «Wenn ich eine Schublade aufräume, fotografiere ich sie und hänge das Bild dazu. So wissen alle, wie es sein soll.» Regina Kreienbühl ist glücklich mit ihrem Job. «Dank meiner Arbeit konnte ich auch meinen persönlichen Horizont erweitern», sagt die Teamleiterin. Und sie betont: «Egal aus welcher Kultur jemand kommt, für mich steht immer der Mensch im Vordergrund.»

Wir haben nun einen Einblick in die verschiedenen Aspekte der Betreuungs- und Pflegeangebote von Viva Luzern erhalten. Mit all diesen und vielen weiteren Massnahmen setzt sich Viva Luzern für eine hochwertige Betreuung und Pflege sowie für ein wohnliches Klima ein. «Mit guter Betreuung und Pflege, Therapie und medizinischer Versorgung geben wir älteren und pflegebedürftigen Menschen Sicherheit und Geborgenheit», sagt Patricia Infanger abschliessend. Denn genau so, wie es auf der Website von Viva Luzern zu lesen ist, betont auch sie: «Lebensfreude ist keine Frage des Alters, sondern der Lebensqualität.»

**Daniel Schriber.**

## **Einheitliches Hygienekonzept.**

**Ein wichtiger Aspekt der Betreuung und Pflege betrifft auch die Hygiene. Sie ist von zentraler Bedeutung, um den Bewohnenden die bestmögliche Lebensqualität zu bieten und darüber hinaus auch den Schutz des Personals zu gewährleisten. Die Hygiene im Betagtenzentrum umfasst dabei viele verschiedene Themen – von der Vorbeugung von Infektionskrankheiten bis hin zum Umgang mit Lebensmitteln und Medizinprodukten.**

Neu verfügen sämtliche Betriebe von Viva Luzern über ein einheitliches Hygienekonzept. Zum neuen Konzept gehört auch ein Nachschlagewerk. Aktuell befindet sich das Projekt in der Umsetzungsphase. Künftig wird es in jedem Betrieb eine oder einen Hygieneverantwortliche/-n geben. Die verantwortlichen Personen werden zentral geschult, um ihr Wissen anschliessend in den Betrieben weitergeben zu können.

# «Auch die Seele braucht Pflege.»

**Zu einer ganzheitlichen Betreuung gehört auch, dass die Bewohnenden Zugang zu seelsorgerischen und aktivierenden Angeboten haben. Karin Blum, Teamleiterin Aktivierung, und Seelsorger Andreas Stalder erklären, welche Rolle das soziale und spirituelle Wohlbefinden bei Viva Luzern hat.**

### **Andreas Stalder, warum ist die seelische Unterstützung im Betagtenzentrum so wichtig?**

Wie in der Pflege und allen übrigen Berufsgruppen bei Viva Luzern geht es auch bei der Seelsorge zuallererst um das Wohl der Menschen. Dazu gehört das physische Wohlbefinden genauso wie das soziale und das spirituelle Wohlbefinden. Letztlich haben halt alle Menschen ganz individuelle Bedürfnisse. Gerade im Alter müssen wir umso mehr auf unser Wohl achten.

### **Warum?**

Andreas Stalder: Altwerden ist ein schwieriger Prozess. Alle Menschen bauen im Laufe ihres Lebens verschiedene Ressourcen auf. Diese können finanzieller, sozialer, kultureller oder spiritueller Art sein. Je älter man wird, desto mehr bröckelt alles zusammen wie ein Kartenhaus. Freunde und Angehörige sterben, der Job fällt plötzlich weg, das Geld wird weniger. Wir helfen den Bewohnenden dabei, das Kartenhaus neu aufzustellen oder zu erhalten.

Karin Blum: Genauso ist es auch bei der Aktivierung. Im Fokus steht stets das Streben, die körperlichen, geistigen, sozialen und emotionalen Ressourcen der Bewohnenden möglichst gut zu unterstützen. Die Menschen sollen sich in ihrer Umgebung wohlfühlen und ihren Alltag möglichst lange selbstständig bewältigen können.

### **Wie sieht ein typisches Aktivierungsangebot bei Viva Luzern aus?**

Karin Blum: Das Angebot ist enorm vielfältig. Besonders beliebt ist zum Beispiel unser wöchentliches Gedächtnis- oder Bewegungstraining. Dadurch erhalten Bewohnende eine Tages- und

Wochenstruktur. Darüber hinaus offerieren wir auch offene Gruppenveranstaltungen. Das Angebot reicht vom kreativen Gestalten über eine Backstunde bis zur gemeinsamen Diskussionsrunde. Neben den Gruppenaktivitäten bieten wir auch Einzelaktivierungen an. Das kann eine Klangschalenmassage sein oder eine Stunde in unserem neuen Snoezel-Sinnesraum.

### **Andreas Stalder, vermutlich reagieren nicht alle Menschen gleich auf den Seelsorger. Wie finden Sie den Zugang zu den Bewohnenden?**

Ich probiere es einfach immer wieder. Zudem bin ich fast immer mit meiner Gitarre unterwegs. Das gemeinsame Singen verbindet Menschen aus verschiedensten religiösen und kulturellen Hintergründen. Die Musik zaubert den Menschen oft ein Lachen ins Gesicht. Es gibt aber auch viele, die grossen Halt im gemeinsamen Beten, in der Kommunion sowie in anderen religiösen Ritualen finden.

### **Karin Blum, wie holen Sie die Bewohnenden für Ihre Aktivitäten ab?**

Dafür verfügen wir über unterschiedliche Kanäle, wie zum Beispiel Flyer und wöchentliche Ausgänge. Zudem machen wir die Bewohnenden im persönlichen Gespräch auf unsere Angebote aufmerksam. Auch die Angehörigen spielen eine wichtige Rolle. Sie können uns wertvolle Informationen liefern – etwa darüber, was ihre Liebsten früher für Hobbys und Talente hatten. Ganz grundsätzlich braucht es in der Aktivierung viel Offenheit, Neugier und Kreativität.

### **Und was, wenn jemand per se kein Interesse daran hat, sich aktiv am Leben im Betagtenzentrum zu beteiligen?**



Im Gespräch: Seelsorger Andreas Stalder ...



... und die Teamleiterin Aktivierung Karin Blum.

Karin Blum: Aktivierung bedeutet nicht Aktivismus. Selbstverständlich respektieren wir, wenn jemand nicht bei unseren Angeboten mitmachen möchte. Gleichwohl versuchen wir natürlich auch, auf diese Menschen zuzugehen, die im ersten Moment vielleicht noch zurückhaltend sind. Die Erfahrung zeigt, dass manche Bewohnerinnen und Bewohner im Betagtenzentrum richtig aufblühen. Andere wiederum bleiben lieber im Hintergrund und beobachten das Geschehen aus der Ferne.

**Inwiefern besteht ein Zusammenhang zwischen der Seelsorge, der Aktivierung und der Pflege?**

Andreas Stalder: Wenn Menschen glücklich sind, wirkt sich dies auch auf die physische Gesundheit aus. Somit ist Seelsorge eine tolle Ergänzung, die Hand in Hand mit der Pflege läuft.

**Gilt das auch für die Aktivierung?**

Karin Blum: Natürlich. Wir sind regelmässig an den Pflegerapporten und an Fallbesprechungen dabei. Darüber hinaus legen wir grossen Wert auf eine interprofessionelle Zusammenarbeit mit allen Berufsgruppen. So beispielsweise mit der Hotellerie, Technik, der Administration und vielen anderen. Wichtig ist uns zudem, dass die Aktivierung auch Kontakt nach aussen hat – also zum Beispiel zu den Angehörigen, dem Zivilschutz oder unseren freiwilligen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern.

**Apropos Freiwillige: Welche Rolle spielen sie im ganzen Prozess?**

Die Freiwilligen sind bei der Aktivierung angesiedelt und unglaublich wertvoll für uns. Aktuell können wir im Eichhof auf die Unterstützung von über 30 freiwilligen Helferinnen und Helfern

zählen. Oft handelt es sich dabei um Leute aus dem Quartier, um ehemalige Mitarbeitende oder Angehörige von ehemaligen Bewohnenden. Wichtig ist uns, dass die Freiwilligeneinsätze jeweils nicht nur für die Bewohnenden, sondern auch für die Freiwilligen selbst sinnstiftend sind. Deshalb versuchen wir bei der Einsatzplanung jeweils, so gut wie möglich auf die Wünsche und Talente der Freiwilligen einzugehen.

**Herr Stalder, welche Bedeutung spielt der Glaube bei Ihren täglichen Rundgängen?**

Für mich hat der Glaube primär mit Menschlichkeit zu tun. Natürlich ist das ein wichtiges Instrument für mich, aber ich besuche die Bewohnenden nicht mit der Intention, immer über Gott zu sprechen. Trotzdem gibt es natürlich häufig Situationen, in denen ich mit den Bewohnenden bete oder andere religiöse Rituale vollziehe. Hie und da werde ich aber schon eher als der Troubadour mit Gitarre denn als «Kirchenmann» angeschaut.

**Und das stört Sie nicht?**

Andreas Stalder: Überhaupt nicht. Wie heisst es doch so schön: Wer singt, betet doppelt. Das gemeinsame Singen tut den Menschen extrem gut und ist für mich eine tiefe Art der Spiritualität.

Karin Blum: Das kann ich nur bestätigen. Es ist immer wieder faszinierend, zu sehen, wie die Bewohnerinnen und Bewohner auf deine Musik reagieren. Gerade Menschen mit einer fortgeschrittenen Demenzerkrankung reagieren häufig erstaunlich stark. Plötzlich singen und tanzen sie zu alten Liedern mit. Einfach wunderbar!

**Daniel Schriber.**





# “Was mir guttut...”

Beat Bürke zeigt uns seine Lieblingsplätze und -dinge in seinem Zuhause im Viva Luzern Dreilinden.

**Galerie.**



**“Was mir guttut...”**

**Im lauschigen Garten meine Zeitung lesen – für mich ein Genuss.**



**Ich kenne inzwischen schon ganz viele Leute hier und werde immer freundlich begrüsst.**



**Die Bildschirme beim Eingang sind genial – man kann sich über viele Sachen informieren.**



**Ein lustiger Schwatz mit meiner Nachbarin auf dem Balkon macht immer Freude.**



Das Personal hier ist einfach grossartig!



Ein Traum! Die Aussicht von meinem Balkon.



Pascha, mein Lieblingskater, bewacht mein Zimmer.



Ich liebe es, Menschen zum Lachen zu bringen.



Wenn ich Zeit für mich brauche, ziehe ich mich in die hauseigene Kapelle zurück.

**Tradition in  
neuer Form.**

# Genuss kennt kein Alter.

**Kulinarische Höhenflüge für alle! Damit auch älteren Menschen mit Kau- und Schluckbeschwerden das Essen Freude bereitet, arbeitet Viva Luzern mit dem Konzept Smoothfood. Entdecken Sie ein traditionelles Menü von unserem Küchenchef Patrick Skowronek in neuer Form.**

Ob in Gemeinschaft oder allein: Essen soll Freude bereiten. Je nach Alter und Gesundheitszustand spielen unterschiedliche Themen verstärkt eine Rolle. «So ist beispielsweise eine erhöhte Proteinzufuhr für den Erhalt der Muskelkraft und der Knochengesundheit wichtig, um lange mobil und selbstständig zu bleiben», erklärt Patrick Skowronek, Küchenchef Viva Luzern Wesemlin. Er bekoht mit seinem Team dreimal täglich Menschen im durchschnittlichen Alter von 87 Jahren. Dementsprechend vertraut muss der Küchenchef mit ihren Bedürfnissen sein, denn: Das Essen ist ein zentrales und emotionales Thema. «Wir tauschen uns regelmässig mit unserer Kundschaft aus, ob sie mit der Kulinarik zufrieden ist.» Wie in der Betreuung und Pflege ist auch in der Gastronomie die sogenannte Biografie wichtig. Wer sein Leben lang am Sonntag ein kaltes Plättli zum Znacht hatte, möchte dies auch mit 90 Jahren bei Viva Luzern nicht missen. Skowronek erklärt: «Solche

Wünsche machen wir selbstverständlich möglich.» Auch die Atmosphäre spielt eine grosse Rolle. Ein schön gedeckter Tisch, angenehme Klänge und ein lieb gewonnener Gesprächspartner lassen ein Mittagessen doch gleich viel besser schmecken.

#### **Smoothfood heisst das Zauberwort.**

Mit zunehmendem Alter können körperliche Beschwerden das kulinarische Erlebnis trüben. Rund 45 Prozent der Menschen über 75 Jahre haben Schwierigkeiten beim Kauen und Schlucken. Smoothfood heisst das Zauberwort. Bei Smoothfood handelt es sich um eine Spezialkost, die auf Menschen mit diesen Beschwerden ausgerichtet ist. Das Essen wird in der Konsistenz angepasst und in eine ästhetisch ansprechende Form gebracht. Dahinter steht eine raffinierte Kochkunst, gepaart mit Fachwissen aus der Altersmedizin – damit ein beschwerdeloser Genuss am Essen wieder möglich wird.





**Cremige Randensuppe mit Meerrettich.  
Zarter Kalbsschulterbraten an Rotweinjus.  
Gebutterte Nudeln.  
Romanesco.**

**Suppe:**

1 EL	Rapsöl
1 St.	Zwiebel, fein geschnitten
350 g	Randen, roh, geschält, in Würfeln
½ KL	Meerrettich, fein gerieben
8 dl	Gemüsebouillon
2 dl	Vollrahm

**Schulterbraten:**

1,5 kg	Kalbsschulterbraten
3 EL	Rapsöl
1	Mirepoix (je 1 gewürfelte Karotte und Sellerie, ½ Zwiebel)

**Rotweinjus:**

1 EL	Rapsöl
1 St.	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1	Mirepoix
1 EL	Tomatenmark
4 dl	Kochwein rot
450 g	Bratensauce
1	Kräuterbündel (Rosmarin, Salbei)

**Nudeln:**

320 g	Nudeln, z. B. Marke Kernser
4 l	Wasser, leicht gesalzen
2 EL	Rapsöl oder Butter

**Romanesco:**

1 St.	Romanesco
4 l	Wasser, leicht gesalzen
40 g	Hartkäse, gerieben (optional)

**Zubereitung.**

**Suppe:** Rapsöl auf mittlerer Stufe erhitzen, Zwiebeln mitdünsten, Randenwürfel und Meerrettich mitdünsten. Mit Gemüsebouillon ablöschen. Für ca. 40 Minuten auf kleiner Stufe leicht köcheln lassen. Vollrahm begeben, abschmecken und mit Mixer fein pürieren. Smoothfood: Suppe je nach Grad der Kau- und Schluckstörung z. B. mit ThickenUp clear nachdicken.

**Braten:** Fleisch mit Salz, Pfeffer, Paprika würzen, in Rapsöl rundum anbraten, auf Ofengitter absetzen. Mirepoix im übrig gebliebenen Fett anrösten, alles im Römertopf im Ofen bei 90 °C mind. 4 Stunden garen.

**Sauce:** Rapsöl leicht erhitzen, Knoblauch und Mirepoix leicht rösten, Tomatenmark mitdünsten. Mit Rotwein ablöschen, zu ¾ einkochen und mit fertiger Bratensauce auffüllen, Kräuter begeben. Mindestens 2 Stunden auf kleiner Stufe kochen. Durch Sieb passieren und abschmecken. Smoothfood: Sauce je nach Grad der Kau- und Schluckstörung z. B. mit ThickenUp clear nachdicken oder mit Stabmixer schäumen.

**Nudeln/Romanesco:** Wasser aufkochen, salzen. Nudeln begeben, bissfest kochen, abgiessen und Öl unterheben. Wasser aufkochen, salzen. Romanesco am Stück begeben, gar kochen, abgiessen. Nach Belieben mit Reibkäse überbacken. Smoothfood: Die fertig gegarten Gerichte werden noch heiss jeweils im 1:1-Verhältnis mit Gemüsebouillon im Mixer sehr fein püriert. Pflanzliches Bindemittel, z. B. Gelea hot, begeben, gut durchmischen und in passende Formen füllen. Auf Raumtemperatur abkühlen lassen, in Mikrowelle oder Kombisteamer aufbereiten und servieren.

**Zeitzeugin.**

**Pflege gestern  
und heute.**

**«Eine gewisse Lebens-  
erfahrung ist als  
Pflegeperson hilfreich.»**

# Im Kloster entdeckte Marie-Louise Lüthi ihre Passion für den Beruf der Pflege. An Lebenserfahrung mangelt es der 97-Jährigen nicht. Heute ist sie im Viva Luzern Staffelnhof zu Hause, wo sie vor knapp fünfzig Jahren selbst Bewohnerinnen und Bewohner betreute und pflegte.

Früher in der Pflege tätig, nimmt Marie-Louise Lüthi (97) heute selber Unterstützung in Anspruch. Im Restaurant Aquarello im Viva Luzern Staffelnhof wirft sie einen Blick zurück und vergleicht die Pflege aus ihrer beruflichen Vergangenheit mit der heutigen.

## **Frau Lüthi, was hatte Sie dazu bewogen, einen Pflegeberuf auszuüben?**

Ich lebte früher in einem Kloster und verantwortete dort die Pflege. Schnell spürte ich, dass das mein Metier war, und ich wusste, dass ich auch ausserhalb des Klosters weiterhin in der Pflege bleiben wollte. Ich war bereits 40 Jahre alt, als ich die Lehre in der Psychiatrie in Zürich begann. Im Anschluss hätten wir eigentlich ein Praktikum absolvieren müssen. Da zu dieser Zeit unsere Mutter erkrankte, erlaubte mir der Lehrbetrieb, sie zu Hause zu pflegen. Später habe ich gehört, dass hier im damals neu eröffneten Staffelnhof eine Stelle frei sei. Ich bewarb mich als Pflegerin im Wohnheim. Da ich schon 50 Jahre alt war, wollte ich mich unbedingt persönlich vorstellen – die mussten doch wissen, dass ich nicht «so eine alte Trucke» war.

## **Wenn Sie heute nochmals vor der Berufswahl stehen würden, würden Sie sich wieder für die Pflege entscheiden?**

Ja! Und das aus Überzeugung. Mir gefällt es, für die Menschen da zu sein und ihnen helfen zu können. Im Vergleich zu einem akuten Aufenthalt in einem Spital steht der emotionale Umgang in der Pflege mehr im Vordergrund als die medizinischen Fakten. Mir persönlich ist es immer leichtgefallen, den Bewohnenden vertrauenswürdig zu zeigen, dass ich für sie da bin. Nach meiner beruflichen Tätigkeit wurde mir bewusst, wie viel Vertrauen mir seitens der Betriebsleitung geschenkt wurde.

## **Was hat sich in der Pflege verändert, wenn Sie sich an Ihre eigene Pflegearbeit zurückerinnern?**

Was mir am meisten auffällt: Das Personal verbringt sehr viel Zeit am Computer. Früher hielten

wir alles von Hand auf einem Blatt Papier fest, erfassten die Diagnosen und die von den Ärzten verschriebenen Medikamente. Heute scheint mir die Arbeit in der Pflege komplizierter. Ich bin mir nicht sicher, ob die Digitalisierung eine gute Entwicklung ist. Ich befürchte, dass damit weniger

“ **Als ehemalige Pflegerin sehe ich viel, was andere nicht sehen.** ”

Marie-Louise Lüthi, Bewohnerin Viva Luzern Staffelnhof.

Zeit für die persönliche Betreuung zur Verfügung steht. Mir scheint es einfach wichtig, dass die Pflege eine gesunde Balance zwischen dem persönlichen Kontakt mit den Bewohnenden und den digitalisierten Prozessen im Betrieb findet. Die Pflegenden sind aber immer sehr nett, das muss ich sagen.

## **Welche Voraussetzungen muss eine gute Pflegeperson mitbringen?**

Man muss Gutes tun wollen und den Menschen an erster Stelle setzen. Zudem glaube ich, dass eine gewisse Lebenserfahrung hilfreich ist, um die Empathie für unterschiedliche Menschen zu entwickeln und auf deren Bedürfnisse eingehen zu können. Betagte Menschen erleben eine grosse Veränderung im Leben und haben unterschiedlichste Ansprüche. Jüngere Menschen müssen das richtige Gespür für die Bewohnenden und deren Pflege zuerst aufbauen.

Besonders der Umgang mit der Intimpflege ist herausfordernd. Ältere Menschen haben ein Schamgefühl, das hohe Sensibilität verlangt. Wir lernten damals, die Bewohnenden zu waschen und danach sofort wieder zuzudecken. Ich kenne die Geschichte einer Bewohnerin hier: Bei ihrem Einzug war sie gegenüber der Pflege sehr fordernd und verweigerte die Unterstützung bei der Hygiene im Alltag. So liessen sie zu Beginn die eine oder andere Haarwäsche aus und tasteten



Zuhören und nicht gleich kontern – darauf legt Marie-Louise Lüthi viel Wert.

sich Schritt für Schritt vor. Mit der Zeit erlaubte die Bewohnerin mehr Nähe und liess sich von der Pflege immer mehr helfen. Da bewies das Personal viel Fingerspitzengefühl.

“ **Eine gute Beziehung mit dem Pflegepersonal basiert auf Vertrauen.** ”

Marie-Louise Lüthi, Bewohnerin Viva Luzern Staffelhof.

**Wie fühlt es sich für eine ehemalige Pflegefachfrau wie Sie an, selber Pflege anzunehmen?**

Heute lebe ich selbstbestimmt und benötige noch nicht so viel Hilfe. Das Pflegepersonal hilft mir bloss beim Ausziehen der Strümpfe. Aber wenn ich die Unterstützung für andere Bewohnende beobachte, beschäftigt mich das schon. Als ehemalige Pflegerin sehe ich viel, was andere nicht sehen. Wie werde ich selber einmal sein, wenn ich Hilfe annehmen muss? Bei diesen Gedanken kriege ich ein mulmiges Gefühl. Aber ich kann es ja nicht ändern. Man ist dann schon froh, Unterstützung und Betreuung zu erhalten.

**Wie haben sich die Bedürfnisse der Bewohnerinnen und Bewohner im Laufe der Zeit verändert?**

Früher hatten wir im ganzen Wohnheim nur eine an Demenz erkrankte Person. Heute ist das anders. Ich denke, das ist darauf zurückzuführen, dass die Menschen erst im höheren Alter hierherkommen. Im Hinblick auf die Privatsphäre werden sich die Ansprüche auch in Zukunft verändern. Die eigene Dusche im Zimmer – wie wir sie heute im gesamten Haus haben – wird selbstverständlich sein.

**Wie wichtig ist Ihnen der Beziehungsaufbau zwischen den Bewohnenden und der Pflege?**

Als Pflegemitarbeiterin lernte ich zuzuhören, freundlich zu sein und nicht gleich zu kontern. Darauf lege ich sehr viel Wert. Eine gute Beziehung mit dem Pflegepersonal basiert auf Vertrauen. Mit den einen oder anderen habe ich eine tiefere Bindung. Wie ich das herausfinde? Das sind meine langjährige Erfahrung und mein Gespür.

**Sonja Baumann.**

---

**Zur Person.**

Marie-Louise Lüthi ist mit fünf Schwestern in Langendorf SO aufgewachsen. 1976 zog sie von Berufes wegen nach Luzern. Das im selben Jahr fertiggestellte Betagtenzentrum Staffelhof wurde ihr Arbeitsort: Sie übernahm die Verantwortung für die Betreuung und Pflege. Selber hatte sie keine Kinder, ist aber so etwas wie «die dritte Grossmutter» für Kinder einer Familie, mit der sie einen sehr engen Kontakt pflegt.

# Neues entdecken.

## Unterhaltungstipps von Lendite Nuo.



### **Buch: «Meine Reise zu mir selbst».**

Das Buch «Meine Reise zu mir selbst» hilft, sich selbst neu zu entdecken und herauszufinden, wer man wirklich ist und wie die Vorstellungen von einem erfüllten Leben in die Realität umgesetzt werden können. Man lernt, sich selbst und die eigenen Gefühle und Gedanken besser zu verstehen und sich über die eigenen besonderen Fähigkeiten bewusst zu werden. Schritt für Schritt leitet einen das Buch an, wie man besser mit Stress umgehen, Gewohnheiten neu programmieren und mit gebündelter Energie mehr Selbstvertrauen ausstrahlen kann. Das Ganze wird auf praktische Art und Weise mit spannenden Übungen, aufschlussreichen Tests und aussergewöhnlichen Fragestellungen kombiniert. Theoretisches Wissen hilft zusätzlich bei der Selbstfindung, leitet den richtigen Weg zu mehr Selbstliebe und ermöglicht zahlreiche Erkenntnisse über sich selbst. Autorin: Sabrina Fleisch.



### **Film: «Bird Box – Schliesse deine Augen».**

Seit fünf Jahren treibt eine ominöse Kraft zahlreiche Menschen in den Selbstmord. Um zu überleben, begibt sich eine Mutter mit ihren Kindern auf eine Odyssee des Grauens. Erhältlich bei Netflix.



### **Youtubekanal: «Chakra Tunes» von Raphael Kempermann.**

Auf diesem Youtubekanal sind unzählige geführte Meditationen zum Hören zu finden, die einen im Herzen berühren sowie Hoffnung und Vertrauen schenken. Der Grundgedanke: Vertraue dem Weg deines Herzens – alles wird möglich und alles ist möglich. Die Erde ist ein Ganzes. Die Menschheit ist ein Ganzes. Der Kosmos ist ein Ganzes und ich selbst bin ein Teil davon (Carlos Castaneda, die Lehren des Don Juan). Zu finden auf Youtube.



### **Film: «Kogustaki Musize».**

In diesem Film geht es um einen geistig beeinträchtigten, liebenden Vater einer Tochter, der für einen Mord an der Tochter des Polizeipräsidenten verurteilt wird. Wird er seine Unschuld beweisen können? Erhältlich bei Netflix.



**Lendite Nuo.**

Stv. Teamleitung Hauswirtschaft  
im Viva Luzern Wesemlin.

**In der gegenwärtigen Situation können wir alle etwas tun, um den Energieverbrauch deutlich zu reduzieren. Im Alltag und mit ganz einfachen Massnahmen, etwa im Haushalt. Denn: Energie ist knapp. Verschwenden wir sie nicht.**

**Mitmachen erlaubt!**

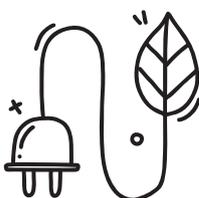
# Energie sparen im Alltag.



**TIPP 1:**

**Licht immer löschen.**

Stellen Sie sicher, dass in unbenutzten Räumen das Licht stets gelöscht wird. Konventionelle Halogenlampen verbrauchen viel mehr Strom als moderne LED-Technik. Rüsten Sie Ihr Zuhause mit LED-Lichtquellen aus.



**TIPP 2:**

**Geräte ganz abschalten.**

Lassen Sie Ihre Elektrogeräte nicht im Stand-by- oder Schlafmodus, sondern schalten Sie sie ganz ab. Das geht am einfachsten mit einem Netzschalter oder einer Steckdosenleiste. Mit einem Klick sparen so gleich mehrere Geräte Strom.



**TIPP 3:**

**Richtig gut lüften.**

Wer mit ständig schräg gestellten Fenstern lüftet oder schläft, lässt viel Wärme ins Freie entweichen. Öffnen Sie besser dreimal täglich alle Fenster fünf bis zehn Minuten für ein energiesparendes Stosslüften.

## Gute Sache! Mehr Infos?

**ENERGIESCHWEIZ: DAS FÖRDERPROGRAMM  
DES BUNDES IM BEREICH ENERGIE.**

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

[www.nicht-verschwenden.ch](http://www.nicht-verschwenden.ch)



«Menschen sind mir wichtiger als Zahlen.»

## In Marokko war sie als Juristin für Frauenrechte tätig. Heute setzt Wafaa Lustenberger ihr Wissen und ihre Energie im Viva Luzern Wesemlin ein.

Wafaa Lustenberger hat eine bewegte und bewegende Geschichte. Aufgewachsen in Marokko, hat sie ihren Mann – damals Journalist bei einer Schweizer Wochenzeitung – bei einem Interview kennengelernt. Zu dieser Zeit war sie praktizierende Juristin und stark für die Rechte von Frauen in ihrem Land engagiert.

### Nur Herumsitzen war keine Option.

Nach ihrem Umzug in die Schweiz musste sich die bestens ausgebildete und leidenschaftliche Anwältin beruflich neu ausrichten. «Der Anfang war total schwierig. Zwar wurde mein Diplom

zur Seite stand. Etwas später zog das Paar nach Luzern, in die Heimatstadt von Wafaa Lustenbergers Mann. «Hier unterstützte ich anfänglich meinen Partner in der Buchhaltung, was ich mir selber aneignete. Ich merkte aber schnell, dass das nichts für mich war – ich möchte mich lieber mit Menschen als mit Zahlen beschäftigen. Und vor allem kann ich nicht den ganzen Tag nur vor dem Computer sitzen, ich will etwas bewegen (lacht).»

### Die Berufung gefunden.

So kam es, dass sich Wafaa Lustenberger für den Pflegeberuf interessierte. Alles ging rasend schnell: Zuerst ein Kurs beim Schweizerischen Roten Kreuz im Bereich «Betreuung und Pflege». Und weil ihr der Beruf so gut gefiel, hängte sie gleich noch die Lehre als Fachfrau Gesundheit an. Das war vor zwei Jahren. Heute ist die aufgeweckte Frau nicht nur bestens im Viva Luzern Wesemlin integriert, sondern leitet obendrein ein ganzes Team und begleitet lernende Fachangestellte Gesundheit während der Ausbildung. «Ich bin meiner Arbeitgeberin Viva Luzern unglaublich dankbar, denn sie hat mich von A bis Z tatkräftig unterstützt und immer an mich geglaubt.»

“ Viva Luzern hat mich von A bis Z unterstützt und immer an mich geglaubt. ”

Wafaa Lustenberger, Fachfrau Pflege Viva Luzern Wesemlin.

als Juristin anerkannt, aber ich konnte leider kein Wort Deutsch.» Sie könne aber nicht einfach zu Hause sitzen: «Ich muss einfach immer etwas machen!» So führte sie der Weg zuerst nach Schaffhausen, wo sie in einem Frauenhaus arabischen Flüchtlingen kommunikativ und juristisch

**Reto von Wartburg.**

**Standpunkt.**



# Quo vadis, Betreuung und Pflege?

**Überalterung, Fachkräftemangel, Pflegefinanzierung: Schlagworte, die jeden Tag zu lesen sind. Immer mehr Menschen stellen sich deshalb die Frage: «Was kommt da auf uns zu?» Viva Luzern stellt sich den Herausforderungen und bietet Hand für Lösungen.**

Heute leben mehr als 70 Prozent der Luzernerinnen und Luzerner zwischen 85 und 94 Jahren im eigenen Haushalt.<sup>1)</sup> Eine Tatsache, die zeigt, dass sich die Bevölkerung zunehmend wünscht, auch im hohen Alter in den heimischen vier Wänden zu leben – möglichst autonom und selbstbestimmt. Dieses Bedürfnis ist tief verankert. Auch bei jenen, die letztlich doch in ein Betagtenzentrum eintreten. Sei es vorübergehend nach einem Spitalaufenthalt oder für die meist kurze, letzte Phase ihres Lebens. Was bleibt, ist der Wunsch nach einem sinnvollen Alltag, nach sozialer Teilhabe oder dem Gefühl der Geborgenheit. Ich finde es wunderbar, zu sehen, wenn uns dies gelingt. Erst letzthin

konnte ich beobachten, wie munter, vergnügt und angeregt eine Gruppe von Bewohnerinnen im Viva Luzern Eichhof aus einer Aktivierung kam. Doch so individuell der Mensch, so individuell sind auch seine Bedürfnisse. Es liegt an uns, die Rahmenbedingungen zu schaffen, damit jeder seine Zeit nach seinen Wünschen möglichst selbstständig gestalten kann. Dazu gehört Betreuung und Pflege, die über die medizinische Versorgung hinausgeht. Und ein Angebot an altersgerecht gestalteten Wohnungen, die bei Bedarf mit diversen Dienstleistungen ergänzt werden können. Eine solche Infrastruktur schlägt gleich zwei Fliegen mit einer Klappe: Zum einen entspricht die Kom-

bination von Privathaushalt mit Betreuungs- und Pflegedienstleistungen den Bedürfnissen der älteren Bevölkerung, und zum anderen ist diese Form von Wohnen im Alter kostengünstiger als

“ **Nur wenn wir als Gesellschaft alle gemeinsam ein Verständnis für das Leben im Alter haben, lässt sich eine bedürfnisorientierte Betreuung und Pflege auch finanzieren.** ”

Andrea Wanner, Geschäftsführerin Viva Luzern.

die bisherige, klassische Langzeitpflegeeinrichtung. Deshalb nutzen wir unsere quartierähnlichen Areale vermehrt für intermediäre Angebote, also Wohnen mit Dienstleistungen.

#### **Spezialkompetenzen stärken und Arbeitsbedingungen verbessern.**

Die Langzeitpflege wird aber auch in Zukunft bestehen. Die Entwicklung der Gesellschaft und die zunehmende Individualisierung bringt jedoch eine Akzentuierung im Pflegeangebot mit sich. Gerade in den Bereichen Demenz und Gerontopsychiatrie steigt die Nachfrage nach entsprechend spezialisierten Angeboten. Schliesslich leidet ein Viertel der über 65-Jährigen an einer psychischen Erkrankung wie einer Depression oder Abhängigkeit,<sup>2)</sup> und der Kanton Luzern erwartet zwischen 2015 und 2035 eine Verdoppelung der Menschen mit einer Demenzerkrankung.<sup>3)</sup> Wir sind also gefordert, dahin gehend unsere Kompetenzen zu stärken und künftig mehr Plätze für Menschen mit diesen Krankheitsbildern anzubieten. Diese Entwicklung haben wir mit der Unternehmensstrategie 2030 beschlossen. Mit dieser strategischen Ausrichtung bleibt auch das Arbeitsumfeld für unsere Mitarbeitenden interessant. Zwar kämpfen auch wir um Fachpersonal und halten den Pflegeberuf attraktiv, indem wir uns für die Ausbildungsinitiative, höhere Löhne und weiterhin gute Arbeitsbedingungen einsetzen. Das gelingt uns zuweilen gemeinsam mit unseren Sozialpartnern gut: So haben wir im Rahmen der Verhandlungen zum Gesamtarbeitsvertrag im letzten Jahr unsere Arbeitsbedingungen weiter verbessert. Beispielsweise schreiben wir neu unseren Mitarbeitenden pauschal und pro Tag Umkleidezeit gut und haben die Mindestlöhne erhöht.

#### **Neue Finanzierungsmodelle und Partnerschaften vorantreiben.**

Es braucht neue Finanzierungsmodelle, welche die Betreuungsleistungen mitberücksichtigen und so für mehr Entlastung bei den Bewohnerin-

nen und Bewohnern sorgen. Auch fehlen bislang klare, finanzielle Anreize für Spezialangebote wie Demenz, Palliative Care oder Gerontopsychiatrie. Als Mitglied im Branchenrat von Curaviva setze ich mich aktiv für die Klärung dieser Anliegen ein. Denn nur gemeinsam als Branche haben wir die nötige Schlagkraft, um auf solche Veränderungen bei Bund, Kantonen, Gemeinden und den Krankenkassen hinzuwirken. Daneben liegt es aber auch in unserer Verantwortung, uns mit unseren Partnern abzustimmen und Doppelspurigkeiten zu vermeiden, nicht zuletzt beim Angebot und den Spezialisierungen. Entsprechend suchen wir bewusst nach Synergien und kooperieren mit der Spitex, ebenso mit Spitälern und anderen Institutionen. So sorgen wir beispielsweise auch mit Einkaufskooperationen für bessere Konditionen in der allgemeinen Beschaffung.

#### **Gemeinsames Verständnis für das Leben im Alter.**

Das koordinierte Vorgehen ist ganz im Sinne der integrierten Versorgung. Im Rahmen dieses aktuell laufenden Projekts der Stadt Luzern wird die Zusammenführung der Spitex Stadt Luzern und Viva Luzern geprüft. Wo und wie auch immer die

“ **Es liegt an uns, die Rahmenbedingungen zu schaffen, damit jeder seine Zeit nach seinen Wünschen möglichst selbstständig gestalten kann.** ”

Andrea Wanner, Geschäftsführerin Viva Luzern.

ältere Bevölkerung in Zukunft wohnen und leben will – entscheidend ist, dass wir sie bei ihren Bedürfnissen abholen, die nötige Infrastruktur dafür bereitstellen und rasch auf neue Anforderungen reagieren. Dabei kommen wir wohl nicht darum herum, als Gesellschaft unsere eigenen Ansprüche an das Leben im Alter zu überdenken. Denn letztlich lässt sich eine bedürfnisorientierte Betreuung und Pflege nur dann finanzieren, wenn wir uns alle bewusst sind, was uns das lebenswerte Altern auch wert ist.

**Andrea Wanner.**

---

#### **Quellen.**

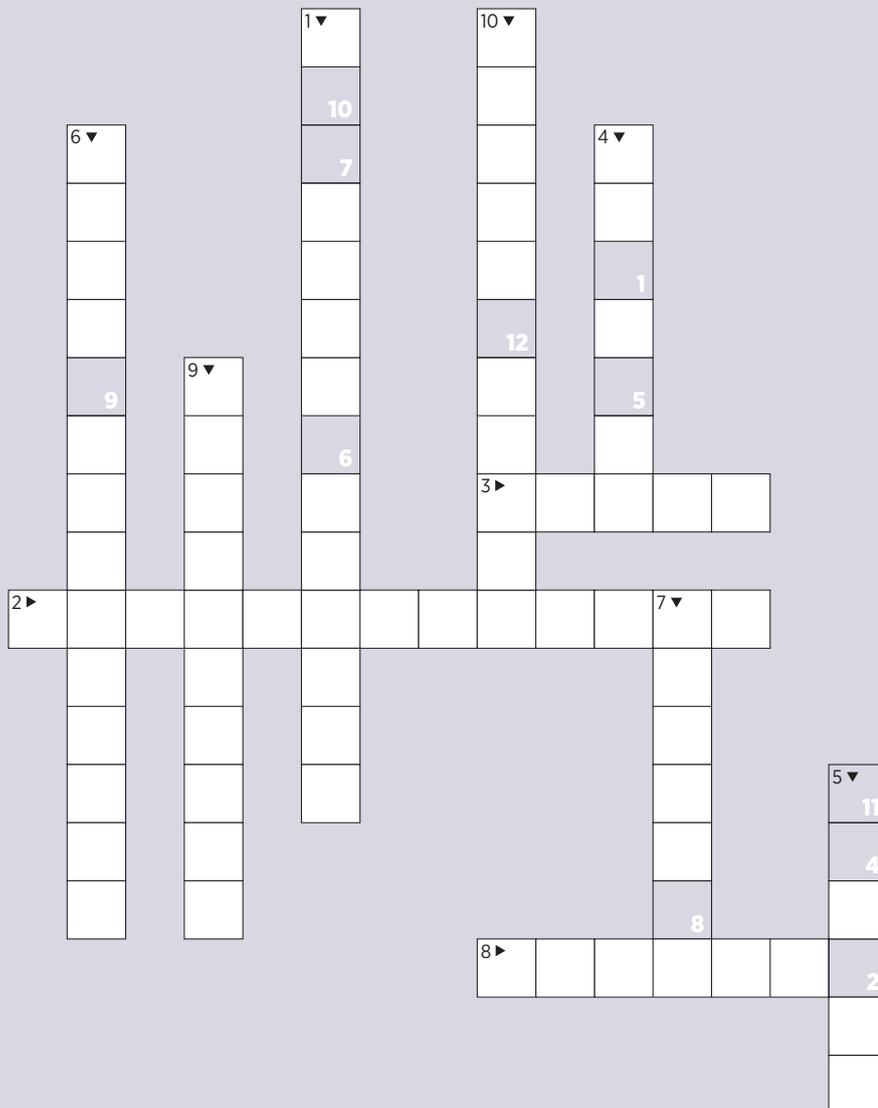
<sup>1)</sup> Bundesamt für Statistik, Bern

<sup>2)</sup> BFS Gesundheitsbefragung 2017, neurologen-und-psychiater-im-netz.org

<sup>3)</sup> Demenzstrategie Kanton Luzern

# Kreuz + quer.

**viva! lesen und gewinnen. Die Antworten auf unsere Fragen finden Sie in diesem Heft.**



1. Was ist für Marlies Petrig ein Schlüsselbegriff für gute Betreuung und Pflege?
2. Was ist Laszlo Kummer wichtig?
3. Was hat Rosmarie Gosswiler immer dabei?
4. Welches Pigment ist für unterschiedliche Augenfarben verantwortlich?
5. Welche Abteilung leitet Regina Kreienbühl?
6. Über was verfügen neu einheitlich alle Betriebe von Viva Luzern?
7. Was zückt der Seelsorger Andreas Stalder häufig auf seinen Rundgängen?
8. Wo zieht sich Beat Bürke zurück, wenn er Zeit für sich selbst braucht?
9. Wie nennt sich die pürierte Kostform?
10. An welchem Standort bei Viva Luzern war Marie-Louise Lüthi als Pflegerin tätig?

**Unter den richtigen Einsendungen verlosen wir:**

1. Preis: Gutschein Hirschmatt Buchhandlung von 20 CHF.
2. Preis: Gutschein Heini Conditorei von 20 CHF.
3. Preis: Docupass von Pro Senectute im Wert von 19 CHF.

**Senden Sie uns Ihr Lösungswort. Wir wünschen viel Glück!**

- Per E-Mail: kommunikation@vivaluzern.ch
- Per Post: Viva Luzern, Kommunikation und Marketing, Schützenstrasse 4, 6003 Luzern
- Einsendeschluss ist der 31. Dezember 2022.

Vorname/Name

Strasse/Nr.

PLZ/Ort

E-Mail

**Lösungswort:**

1	2	<b>B</b>	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	----------	---	---	---	---	---	---	----	----	----



# Lernen Sie uns kennen.

**Viva Luzern steht für das Zuhause im Alter. Ob kurzfristig, temporär oder ein neues Daheim – Sie wählen den Aufenthalt, der zu Ihren Bedürfnissen passt, und wir bieten Ihnen eine versierte Betreuung und Pflege in einem liebevollen und umsorgten Umfeld. Kommen Sie vorbei und lernen Sie unser Angebot kennen.**

## Unsere Betagtenzentren.

### **Viva Luzern Dreilinden.**

Dienstag, 22. November 2022  
Donnerstag, 9. Februar 2023  
Dienstag, 23. Mai 2023

### **Viva Luzern Eichhof.**

Mittwoch, 23. November 2022  
Mittwoch, 14. Dezember 2022  
Mittwoch, 25. Januar 2023  
Mittwoch, 15. Februar 2023  
Mittwoch, 15. März 2023  
Mittwoch, 26. April 2023  
Mittwoch, 10. Mai 2023

### **Viva Luzern Rosenberg.**

Mittwoch, 16. November 2022  
Mittwoch, 25. Januar 2023  
Mittwoch, 15. Februar 2023  
Mittwoch, 15. März 2023  
Mittwoch, 19. April 2023  
Mittwoch, 24. Mai 2023

### **Viva Luzern Staffelnhof.**

Donnerstag, 10. November 2022  
Donnerstag, 16. März 2023

### **Viva Luzern Tribtschen.**

Donnerstag, 9. Februar 2023  
Mittwoch, 10. Mai 2023

### **Viva Luzern Wesemlin.**

Mittwoch, 8. März 2023

## Programm.

### **14.00 Uhr**

Führung durch den Betrieb.

### **14.30 Uhr**

Fragerunde und Austausch bei Kaffee und Kuchen.

### **15.30 Uhr**

Ende der Veranstaltung.

## Führung.

Auf einem Rundgang durch unsere Betriebe zeigen wir Ihnen verschiedene Zimmertypen, die öffentlichen Räumlichkeiten sowie unsere Gastronomie.

## Unsere Wohnungen mit Dienstleistungen.

### **Viva Luzern Wohnen mit Dienstleistungen.**

Donnerstag, 2. März 2023  
Informationsnachmittag im Café |  
Restaurant Guggi, 14.00–15.00 Uhr

## Anmeldung.

Es ist keine Anmeldung erforderlich.  
Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

## Kontakt.

### **Beratung Wohnen im Alter.**

Kompetente Spezialistinnen stehen bei Fragen und Anliegen rund um Wohnen und Pflege im Alter zur Verfügung und vermitteln Pflegeplätze und Wohnungen mit Dienstleistungen.

Schützenstrasse 4  
6003 Luzern  
(Markt am Kasernenplatz)

Telefon 041 612 70 40  
beratung@vivaluzern.ch

Öffnungszeiten: Montag–Freitag,  
8.00–12.00/13.30–17.00 Uhr

## Mehr Infos.

[www.vivaluzern.ch/events](http://www.vivaluzern.ch/events)

