viva!

Das Magazin für Lebensfreude im Alter. | Mai 2022.

Zukunft gestalten.
Veränderungen meistern.

Neue Wege gehen.

Leben.

Schöner wohnen und arbeiten im Viva Luzern Rosenberg.

Zeitzeugin.

Mit Offenheit und Charme der Veränderung begegnen.

Standpunkt.

Veränderungen bringen neue Impulse.

Packen wir es an.

Mut zur Veränderung.

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Seien wir ehrlich: Veränderungen rufen in uns oft ein sehr ambivalentes Gefühl hervor. Der Wunsch danach wird nicht selten begleitet von Ängsten. Das Bewährte hinter sich zu lassen, braucht Mut. Haben wir es aber geschafft, können wir dem Neuen Raum geben. So ist auch der Umzug in ein Betagtenzentrum mit grossen Veränderungen verbunden. Diese stellen nicht nur die künftigen Bewohnerinnen und Bewohner, sondern auch ihre Angehörigen und viele weitere Involvierte vor Herausforderungen.

Bei Viva Luzern sind wir stets darum bemüht, den Menschen das Ankommen in der neuen Umgebung so angenehm wie möglich zu gestalten. Dazu passt auch unser Leitsatz «im Alter Zuhause». Besonders wichtig ist uns, dass unsere Bewohnenden grösstmögliche Individualität und Autonomie geniessen können. Wie dies gelingen kann, zeigt unsere Reportage aus dem Betagtenzentrum Viva Luzern Wesemlin.

Veränderungen zeigen sich auf ganz unterschiedliche Weise. Und sie bewegen uns nicht nur heute, sondern auch morgen: Im Doppelinterview mit unserem Verwaltungsratspräsidenten Rolf Krummenacher und mir erfahren Sie, welche Neuerungen im Zusammenhang mit der Strategie 2030 auf unser Unternehmen zukommen.

Wir wünschen Ihnen viel Vergnügen beim Entdecken unserer neuen Ausgabe – und eine Extraportion Mut für die kleinen und grossen Veränderungen des Lebens.

Herzlich,

Andrea Wanner
Geschäftsführerin Viva Luzern

Inhalt.

Ein neuer Lebensabschnitt.

Der Umzug von der Privatwohnung ins Betagtenzentrum ist für alle Beteiligten ein grosser Schritt. Mit viel Offenheit und noch mehr Liebe erzählt das Ehepaar Haverkamp, wann es verspürte, dass etwas geschehen muss. Und wie es beiden gelang, am neuen Ort anzukommen. Dass das Ankommen nicht immer leicht ist, weiss auch Fritz Furrer, Sohn der Bewohnerin Verena Furrer. Es war viel Neues in kurzer Zeit. Das kennt auch Andrea Röthlin, Beraterin von Beratung Wohnen im Alter. Als Tor zu den Angeboten von Viva Luzern berät und informiert sie über die verschiedenen Wohnformen und begleitet die neu einziehenden Personen wie auch deren Angehörigen kompetent und mit viel Mitgefühl.

Strategie.

Die Strategie als Fundament für einen gesunden Weg in die Zukunft.

Leben.

Wohnlichkeit neu interpretiert im teilrenovierten Viva Luzern Rosenberg.

Galerie.

Hedwig Degonda, eine Bewohnerin, zeigt uns ihre Lieblingsplätze und -dinge.

Zeitzeugin.

Mit Offenheit und Charme lässt uns Annemarie Eberhard an ihrem Leben teilhaben.

Gesichter.

Roland Zweili, der Mann für alle Fälle im Viva Luzern Eichhof.

Standpunkt.

Vom Streben nach Veränderung und gleichzeitigem Schwertun, etwas loszulassen.

Impressum.

Herausgeberin Viva Luzern AG | Schützenstrasse 4 | 6003 Luzern | **Redaktion** Corina Beccarelli | **Redaktionelle Mitarbeit** Sonja Baumann | Ramona Helfenberger | Daniel Schriber | Reto von Wartburg | Andrea Wanner | **Artdirektion und Grafik** vonwartburg.ch | **Fotos** Daniel Schriber | Reto von Wartburg | Sandra Fischer | 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 2030.

Viva Luzern rüstet sich für die Zukunft.

Viva Luzern hat die Unternehmensstrategie überarbeitet. Rolf Krummenacher, Verwaltungsratspräsident, und Andrea Wanner, Geschäftsführerin, über das Warum und das künftige Angebot.

Viva Luzern hat im vergangenen Jahr die Unternehmensstrategie überarbeitet. Weshalb war dieser Schritt nötig?
Rolf Krummenacher: Verschiedene Gründe waren dafür ausschlaggebend, die beiden wichtigsten sind Veränderungen im Umfeld und in der Gesellschaft. Jeder und jede von uns wünscht sich, im Alter so lange wie möglich zu Hause leben zu können. Wenn der Umzug in ein Betagtenzentrum nötig wird, sollte es dem angestammten Zuhause möglichst ähnlich sein. Der Umzug in ein Betagtenzentrum wird nicht mehr wie früher von langer Hand geplant, sondern erfolgt häufig plötzlich. Beispielsweise nach einem Spitalaufenthalt aufgrund eines Sturzes. Wir werden immer älter. Damit verbunden häufen sich bestimmte Krankheitsbilder. Der Aufenthalt im Betagtenzentrum wird aufgrund des späten Umzugs kürzer, die Betreuung und Pflege dieser Personen aber komplexer. Das macht eine spezialisierte Pflege notwendig, beispielsweise in den Bereichen Demenz und Gerontopsychiatrie. Zudem bewegen wir uns nicht alleine am Markt. Um uns herum gibt es Mitbewerber, die auch einen guten Job machen. Die Knappheit von qualifiziertem Fachpersonal ist für alle Unternehmen in der Gesundheitsbranche Realität.

Andrea Wanner: 2015 verselbstständigten sich die städtischen Heime und Alterssiedlungen als eigennützige Aktiengesellschaft namens Viva

Luzern. Nach sechs Jahren und mit meinem Start als Geschäftsführerin war eine Strategieüberarbeitung angezeigt. Der Verwaltungsrat sah das ebenso. Mit der überarbeiteten Strategie reagieren wir auf die sich verändernden Bedürfnisse und bleiben als Anbieterin sowie als Arbeitgeberin attraktiv und zukunftsfähig.

Was sind die wichtigsten Punkte der überarbeiteten Strategie?
Rolf Krummenacher: Wir sind als Unternehmen nach wie vor fest in der Langzeitpflege verwurzelt und werden das auch bleiben. Was sich verändert, ist nicht das Was, sondern das Wie. Beispielsweise in Bezug die Infrastruktur. Die Menschen wünschen sich mehr Wohnlichkeit. Wir haben Gebäude an tollen Lagen in der Stadt Luzern. Wie beispielsweise Viva Luzern Dreilinden mit einer fantastischen Sicht auf den Vierwaldstättersee oder Viva Luzern Eichhof mit einem wunderbaren Park zum Spazieren und Verweilen. Die Grundsubstanz der Bauten ist in Ordnung, aber die Häuser haben teilweise noch Spitalcharakter. Wir müssen es schaffen, ein Gefühl von zu Hause zu vermitteln. Viva Luzern Rosenberg ist nach dem Umbau im Jahr 2021 ein Paradebeispiel. Die eingangs beschriebenen Trends in den Bereichen Alterswohnungen sowie Demenz und Gerontopsychiatrie müssen wir antizipieren.

Papier ist ja bekanntlich geduldig – was bedeutet die neue Strategie konkret für das Angebot und die Projekte von Viva Luzern?
Rolf Krummenacher: Damit wir die Strategie erfolgreich umsetzen können, benötigen wir personelle Ressourcen, eine gute Infrastruktur und finanzielle Mittel. Den verschiedenen Herausforderungen begegnen wir nicht alleine, sondern spannen mit unseren Partnern wie der Spitex Stadt Luzern, dem Luzerner Kantonsspital und weiteren zusammen. Damit folgen wir der Stossrichtung des Projekts der Stadt Luzern zur Verbesserung der integrierten Versorgung. Im Rahmen dessen wird bis 2023 die Zusammenführung von Viva Luzern, Spitex Stadt Luzern und Vicino Luzern geprüft.

Andrea Wanner: Wir haben im letzten Jahr analysiert, welcher Standort von Viva Luzern sich für welches Angebot eignet. Nun geht es darum, die entsprechenden Konzepte zu erarbeiten. Wir haben an allen Standorten von Viva Luzern geschützte Wohnbereiche für Menschen mit einer fortgeschrittenen Demenz und werden diese auch beibehalten. Aufgrund der gesellschaftlichen Entwicklung prüfen wir, ob sich Viva Luzern Wesemlin mit einem Haus für die Betreuung und Pflege von Menschen mit Demenz und deren Angehörige spezialisiert. Für gerontopsychiatrisch erkrankte Menschen existieren im Kanton Luzern zu wenig Plätze. Betroffene Menschen kommen bereits heute zu uns. Wir haben aktuell keine entsprechende Infrastruktur und keine speziell ausgebildeten Mitarbeitenden für diese Personengruppe. Deshalb prüfen wir im kommenden Jahr eine Spezialisierung im Bereich Gerontopsychiatrie. Das Angebot an Alterswohnungen bauen wir aus. Aktuell machen wir das Mietmanagement, und die Dienstleistungen erbringen verschiedene Anbieter. Die Wohnungen sind im Besitz der Stadt Luzern. Aus Sicht der Kundschaft ist das keine optimale Lösung, da nicht alles aus einer

> **„Damit wir die Strategie erfolgreich umsetzen können, benötigen wir personelle Ressourcen, eine gute Infrastruktur und finanzielle Mittel."**
>
> Rolf Krummenacher, Verwaltungsratspräsident Viva Luzern.

Andrea Wanner: «Unseren Mitarbeitenden ist bewusst, dass Viva Luzern sich für die Zukunft rüsten muss.»

Hand erbracht wird. Künftig stellen wir bei Viva Luzern selbst attraktive Wohnungen bereit – vor allem 2,5-Zimmer-Wohnungen, mit einem ansprechenden und altersgerechten Ausbaustandard inklusive Notruflösung. Je nach Bedarf können Dienstleistungen wie Reinigung direkt von Viva Luzern bezogen werden. In den nächsten Jahren sind zwei derartige Standorte vorgesehen. Haus Bernarda angrenzend an das Areal von Viva Luzern Dreilinden sowie Haus Diamant auf dem Areal Viva Luzern Eichhof. Weitere Objekte sind in Abklärung. Dabei handelt es sich um ein viel nachgefragtes Zwischenangebot von Daheim und stationärer Lösung.

Von welchem Zeithorizont sprechen wir hier?
Andrea Wanner: Die Veränderungen dauern mehrere Jahre und müssen für das Unternehmen verkraftbar bleiben. In der ersten Etappe in diesem Jahr starten wir mit der Konzeptarbeit in den Bereichen Demenz und Gerontopsychiatrie. Im Viva Luzern Eichhof verbessern wir bereits in diesem Jahr die Wohnlichkeit, indem wir alle Zweibettzimmer in Einzelzimmer mit Nasszelle umwandeln.

> **“Mit der überarbeiteten Strategie reagieren wir auf die sich verändernden Bedürfnisse und bleiben als Anbieterin sowie als Arbeitgeberin attraktiv und zukunftsfähig!”**
>
> Andrea Wanner, Geschäftsführerin Viva Luzern.

Was dürfen sich die Stadtluzernerinnen und Stadtluzerner und damit die Kunden von morgen von dieser Veränderung versprechen?
Andrea Wanner: Viva Luzern bleibt die Expertin und führende Anbieterin für das Wohnen, die Betreuung und die Pflege im Alter. Sei es nach dem Spital in Form einer Übergangspflege, stationär in der spezialisierten Pflege wie neu der Gerontopsychiatrie oder der bewährten Palliative Care oder beim Umzug in eine altersgerechte Wohnung.

Die Strategie hat einige Änderungen im Operativen zur Folge. Welche Konsequenzen haben diese für die Mitarbeitenden?
Andrea Wanner: Wir sind auch künftig auf qualifiziertes und motiviertes Fachpersonal angewiesen. Ich habe die Unternehmensstrategie den Mitarbeitenden an allen Standorten vorgestellt. Ihnen ist bewusst, dass wir uns für die Zukunft rüsten müssen. Die Freude und die Lust auf Veränderung sind spürbar.

Die gesamte Gesundheitsbranche sieht sich seit Jahren mit einem Mangel an Fachpersonal konfrontiert. Findet Viva Luzern künftig überhaupt genug qualifiziertes Personal?
Andrea Wanner: Die Rekrutierung von qualifiziertem Fachpflegepersonal ist schweizweit schwierig. Das spüren auch wir. Dank unserer Grösse können wir unseren Mitarbeitenden bereits heute

spannende Entwicklungsmöglichkeiten – fachlich oder in der Führung – bieten. Unsere Strategie macht uns auf dem Arbeitsmarkt interessant. Wir gewinnen unser Personal aber nicht nur auf dem freien Arbeitsmarkt, sondern bilden auch intern aus und weiter. Wir leisten hier einen grossen Beitrag.

Herr Krummenacher, Sie haben im Juni 2021 das Amt als Verwaltungsratspräsident von Viva Luzern übernommen. Zuvor waren Sie sieben Jahre als Mitglied im Verwaltungsrat von Viva Luzern. Wie zufrieden sind Sie mit der Entwicklung von Viva Luzern?
Rolf Krummenacher: Ich begleite die Geschichte der Heime und Alterssiedlungen der Stadt Luzern schon lange. Als damaliger Präsident der Sozialkommission habe ich mich früh dafür eingesetzt, dass die Heime und Alterssiedlungen mehr Handlungsfreiheit erhalten. Der Schritt in ein selbstständiges Unternehmen im Jahr 2015 hat sich bewährt. Wir müssen als Unternehmen noch schneller und flexibler werden und auch unternehmerischer denken. Wir haben den Anspruch, die führende Anbieterin in der Langzeitpflege zu bleiben. Die Voraussetzungen sind gut, deshalb schaue ich optimistisch in die Zukunft.

Viva Luzern ist das Zuhause für die ältere Bevölkerung von heute und morgen. Was sind Ihre persönlichen Wünsche für einen erfüllenden vierten Lebensabschnitt?
Rolf Krummenacher: Ich möchte so lange aktiv und selbstbestimmt leben, solange es mein Körper und mein Geist zulassen. Eine vertraute Umgebung ist mir für einen erfüllenden vierten Lebensabschnitt ebenfalls wichtig.

Andrea Wanner: So lange wie möglich in den eigenen vier Wänden verbleiben, das wünsche ich mir. Und bis zum Lebensabend meine lieb gewonnenen Gewohnheiten beibehalten können – wie den Zopf mit Honig am Sonntagmorgen.

Ramona Helfenberger.

Rolf Krummenacher.
Rolf Krummenacher ist seit 2021 Verwaltungsratspräsident von Viva Luzern und war zuvor sieben Jahre als Mitglied im Verwaltungsrat tätig. Der 66-jährige Stadtluzerner verfügt über jahrzehntelange Erfahrung im Management und in der politischen Landschaft der Stadt Luzern.

Andrea Wanner.
Andrea Wanner ist seit 2020 Geschäftsführerin von Viva Luzern. Zuvor war sie für die schweizweite Pflegeheimgruppe Senevita als Regionalleiterin Ost für 14 Betriebe in 6 Kantonen verantwortlich. Andrea Wanner ist 49-jährig und im zugerischen Hagendorn zu Hause.

Strategie 2030 in Kürze.

Viva Luzern steht für das Zuhause im Alter. Damit dies auch künftig so bleibt, hat der Verwaltungsrat gemeinsam mit der Geschäftsleitung die Unternehmensstrategie überarbeitet. Die Bevölkerung wünscht sich zunehmend, auch im hohen Alter möglichst lange in den heimischen vier Wänden zu leben oder in eine ähnliche Infrastruktur umzuziehen. Damit wird der Bedarf nach Plätzen in der klassischen Langzeitpflege in den nächsten Jahren weiter sinken, wobei gleichzeitig die Nachfrage nach ambulanten Dienstleistungen und Alterswohnungen steigt. Deshalb wird Viva Luzern die Kompetenz in der Demenz sowie der Gerontopsychiatrie ausbauen und das Angebot von Alterswohnungen erweitern.

Gerontopsychiatrie: In der Stadt Luzern besteht ein Mangel an stationären Plätzen in der Langzeitpflege für gerontopsychiatrisch erkrankte Menschen. Viva Luzern wird voraussichtlich bis ins Jahr 2023 ein neues Konzept zur Betreuung und Pflege dieser Personengruppe erarbeiten.
Demenz: Der Kanton erwartet zwischen 2015 und 2035 eine Verdopplung der Menschen mit einer Demenzerkrankung. Zusätzlich zu den bestehenden Plätzen an allen Standorten von Viva Luzern wird in den kommenden Jahren geprüft, ob sich Viva Luzern Wesemlin mit einem Haus für die Betreuung und Pflege von Menschen mit Demenz spezialisiert.
Altersgerechtes Wohnen: Das Angebot an Wohnungen mit Basis- und Wahlleistungen wird ausgebaut. Dabei wohnen ältere Menschen in einem Mietverhältnis in altersgerecht gestalteten Wohnungen und können bei Bedarf Betreuungs- und Pflegeleistungen beziehen. Die Basis- und Wahlleistungen wie beispielsweise Reinigung werden durch das in der Nähe liegende Betagtenzentrum gewährleistet, ambulante Pflegeleistungen in Kooperation mit der Spitex Stadt Luzern. Viva Luzern bietet ähnliche Modelle bereits an fünf Standorten in der Stadt Luzern an, der neuste Standort wurde im Guggi im Jahr 2020 eröffnet. Das bestehende Konzept wird ausgebaut und in den nächsten Jahren um das Haus Bernarda, angrenzend an das Areal Viva Luzern Dreilinden, und das Haus Diamant auf dem Areal Viva Luzern Eichhof erweitert.

Alles neu
im Viva Luzern
Rosenberg.

Schöner wohnen.

An einem sonnigen Freitagmorgen ist unser Redaktor von Cati Hürlimann, Betriebsleiterin Viva Luzern Rosenberg, eingeladen, mit ihr das teilrenovierte Haus zu besichtigen. Während dieser Begehung erfährt er viel darüber, warum sich sowohl die Bewohnenden als auch die Mitarbeitenden im neuen Wohn- und Arbeitsraum so wohlfühlen.

Schon beim Eintreten in den Viva Luzern Rosenberg stellt man fest, Cati Hürlimann – seit fast zwanzig Jahren die Betriebsleiterin an diesem Standort – hat nicht zu viel versprochen, als sie im Vorfeld sagte: «Der Rosenberg ist kaum mehr wiederzuerkennen!» Während ich auf Cati Hürlimann warte, die mich durch die komplett neu gestalteten Räumlichkeiten führen wird, nehme ich Platz auf einem wunderbar bequemen Sessel in der luftig gestalteten Lobby. Auf dem Tisch steht eine Rose, die mich anlächelt. Diese «Königin der Blumen» und Namensgeberin dieses malerischen Luzerner Quartiers wird uns später auf dem Rundgang noch des Öfteren begegnen.

Die Visitenkarte des Hauses.
Der Blick schweift zum Empfang. Alles noch einmal grosszügiger als vor dem Umbau. Warm anmutendes Holz kleidet den Tresen ein und die Mitarbeitenden scheinen auch mehr Platz, mehr Bewegungsfreiheit erhalten zu haben. Cati Hürlimann erklärt, warum es wichtig war, den Empfang beim Umbau so offen zu gestalten, wie er sich heute präsentiert: «Der Empfang, beziehungsweise die Person, die dort sitzt, ist meist der erste Kontakt, den man hat, wenn man den Rosenberg betritt. Der Empfang ist also quasi unsere Visitenkarte, er soll die Besucher willkommen heissen!»

Touchscreens statt Flyer.
Neben dem Empfang prangt ein grosser Bildschirm, auf dem diverse Informationen über den Viva Luzern Rosenberg zu sehen sind. «Dieses System nennt sich iPeak», erläutert Cati Hürlimann. «Die Bewohnenden und natürlich auch unsere Besucherinnen und Besucher können sich hier jederzeit über die Aktualitäten informieren. Auf einfachste Art und Weise kann ich hier beispielsweise schauen, welche Veranstaltungen anstehen oder was diese Woche auf dem Menüplan steht.»

Löcher gegen den Lärm.
Weiter geht's mit einem kurzen Abstecher ins «LaRose», das ebenfalls gänzlich neu gestaltete

“Ich fühle mich sehr wohl hier. Alles ist so neu und grosszügig. Besonders schätze ich es, jetzt mein eigenes Badezimmer zu haben.”

Antoinette Wolf, Bewohnerin Viva Luzern Rosenberg.

Restaurant, welches nicht nur den Bewohnenden, sondern auch der Öffentlichkeit zugänglich ist. Alles grosszügig und lichtdurchflutet. Hier fällt zum ersten Mal die speziell gestaltete Decke auf. Mit ihren «Löchern» erinnert sie in sympathischer Manier ein wenig an einen Emmentaler Käse. Cati Hürlimann erklärt, dass dieses Muster nicht nur einen ästhetischen, sondern vielmehr einen funktionalen Hintergrund hat. «Das Lochmuster absorbiert den Schall und sorgt ganz allgemein für mehr Ruhe in den Räumlichkeiten. Zudem erhöht sich damit die Sprachverständlichkeit – mit zunehmendem Alter ein nicht unwesentlicher Wohlfühlfaktor.»

Lebensrettende Details.
Wir ziehen weiter. Unterwegs macht Cati Hürlimann auch auf Umbaumassnahmen aufmerksam, welche zwar nicht augenfällig, aber für die heutigen Standards nicht minder wichtig sind: «Aufgrund feuerpolizeilicher Auflagen mussten wir beispielsweise diesen schweren Brandschutzvorhang einbauen lassen, der sich bei einem Alarm automatisch senkt und die Räumlichkeiten trennt, damit sich ein eventueller Brand nicht ausbreiten kann.» Sie zeigt dabei auf eine Rille in der Decke. Ich muss gestehen, dass ich nie auf die Idee ge-

Warme Farben, echtes Holz, viel Licht – so präsentieren sich die frisch umgebauten Einzelzimmer.

kommen wäre, dass sich dahinter, komplett unsichtbar, ein im Ernstfall vielleicht lebensrettender Brandschutzvorhang versteckt. Man lernt nie aus …

Grüne Oase im Rosenberg.
Ab in den Lift. Wir begeben uns in den ersten Stock. Als sich die Türen öffnen, komme ich aus dem Staunen kaum heraus. In der Ferne erblicke ich eine grüne Wand. Es schaut aus, als würden Pflanzen vom Boden bis zur Decke wachsen. Cati Hürlimann strahlt und meint: «Ja, das ist tatsächlich eine natürlich bepflanzte Wand. Aber diese Wand ist weit mehr als nur Dekoration – wir verbessern damit das Raumklima, denn die Wand wird im Hintergrund bewässert und die Pflanzen tragen auf natürliche Weise zu einem angenehmen Klima bei, indem sie Schadstoffe aus der Luft filtern und diese befeuchten. Im Sommer hat die Wand sogar einen leicht kühlenden Effekt.» Vor der bepflanzten Wand steht ein riesiger Esstisch. Cati Hürlimann führt aus, dass dieser Tisch quasi als «Familientisch» gedacht ist. «Hier treffen sich Menschen, die lieber in einer Gruppe essen. Es steht aber selbstverständlich jedem frei, zu entscheiden, ob er lieber in grösserer Gesellschaft, an einem kleineren Tisch oder auch alleine in seinem Zimmer speist – da sind wir vollkommen flexibel.»

Willkommen in der guten Stube.
Neben dem Familientisch befindet sich ein Aufenthaltsraum. Beim Vorbeigehen werden wir spontan von einer aufgeweckten Damengruppe begrüsst, welche gerade eine Jassrunde geniesst. In diesem wohnlichen Raum wird besonders deutlich, wie viel Liebe zum Detail die eigens für den Umbau engagierte Innenarchitektin bei der Einrichtung investiert hat: Bilder, Dekorationsgegenstände, Pflanzen – alles passt perfekt zusammen und man fühlt sich auf Anhieb wie in der «guten Stube».

Schmalere Gänge, grössere Nasszellen.
Wir winken noch einmal in die freundliche Damenrunde und machen uns auf, die nächsten

“Ich hatte mein ganzes Leben mit Immobilien zu tun und darf sagen: Das Architektenteam hat hier perfekte Arbeit geleistet – es ist schlicht grossartig geworden!”

Josef Spielmann, Bewohner Viva Luzern Rosenberg.

Kleine Wohlfühloasen im Alltag – neu verfügen alle Zimmer über grosszügige eigene Nasszellen.

Cati Hürlimann: «Die Räume strahlen eine beruhigende Harmonie aus – das berührt mich.»

Räume zu erkunden. Beim Durchschreiten der Gänge macht Cati Hürlimann darauf aufmerksam, dass diese vor dem Umbau noch fast doppelt so breit waren. «Als der Rosenberg vor 34 Jahren gebaut wurde», erklärt sie, «baute man die Gänge bewusst so breit, dass man mit zwei Rollstühlen aneinander vorbeikam. Das war aber nicht mehr zeitgemäss, weil man sich auf den überbreiten Gängen manchmal fast in einer Art ‹Spitalsituation› wiederfand. Die Verschmälerung der Gänge erlaubte uns – neben der Verbesserung der Atmosphäre –, die Nasszellen der Einzelzimmer zu erweitern. Gleichzeitig erscheinen die Gänge nun strukturierter und alles wirkt viel wohnlicher. Und nicht zuletzt können sich die Bewohnenden durch den bewussten Farbeinsatz in den Gängen jetzt viel besser orientieren.»

Mehr Licht. Mehr Wohlbefinden.
Wir gehen weiter. Als nächstes interessantes Detail fallen die unterschiedlichen Lichtfarben der grossflächigen Deckenlampen auf. «Auch das ist ein Novum», erzählt Cati Hürlimann. «Die gesamte Deckenbeleuchtung ist automatisch gesteuert und ändert im Verlauf des Tages nicht nur die Intensität, sondern auch die Lichtfarbe. Dies geschieht ganz sanft und kaum merklich, hat aber einen positiven Effekt auf den Biorhythmus unserer Bewohnenden und Mitarbeitenden. Ich gebe zu, dass wir anfangs noch ein wenig skeptisch waren. Heute dürfen wir aber sagen, dass das System bestens funktioniert und wir sehr positiv überrascht sind.»

Ein «Käfeli» zum Schluss.
Am Ende unseres Rundgangs lädt mich Cati Hürlimann noch auf einen Kaffee im hauseigenen Restaurant «LaRose» ein. In einem sehr offenen Gespräch fasst sie noch einmal zusammen, wo der Fokus beim Umbau lag: «Bei allen Entscheidungen hatten wir stets das Thema der Wohnlichkeit vor Augen. Alles sollte einladend, behaglich und schön sein – und die Bewohnenden an ihr Zuhause und nicht an ein Spital, an eine Station erinnern. Dabei galt es auch, die Balance zwischen Praxistauglichkeit und Wohnlichkeit zu finden. Oder anders ausgedrückt: Nicht alles sollte maximal praktisch für die Pflegenden, dafür aber besonders schön für die Bewohnenden werden. Dieser Spagat ist uns gelungen.»

Und dann erzählt mir Cati Hürlimann noch vom grössten Glücksmoment, den dieser Umbau mit sich brachte: «Der Tag, als die Bewohnerinnen und Bewohner nach gut vierzehn Monaten Umbau wieder zur Tür hereintraten, war wohl einer der bewegendsten in meinem Berufsleben! Zu sehen, wie viel Freude ihnen die Rückkehr in die modernisierten Räumlichkeiten macht – das war das grösste Geschenk!»

Reto von Wartburg.

Es wird getüftelt, geflickt, geliehen und geborgen. Alles mit dem Ziel, etwas gegen den stetig steigenden Ressourcenverschleiss und die wachsenden Abfallberge zu unternehmen. Wir stellen drei Luzerner Projekte vor.

Mitmachen erlaubt!

Flicken statt wegwerfen.

LEIHBAR LUZERN.
Borgen für die Welt von morgen.
Leihläden, auch bekannt als «Bibliotheken der Dinge», entstanden in den letzten Jahren auf der ganzen Welt und erfreuen sich grosser Beliebtheit. Hier können Alltagsgegenstände, die nur gelegentlich gebraucht werden, ausgeliehen werden. Mit dem Motto «Nutzen statt Besitzen» soll vermieden werden, dass Gebrauchsgegenstände nutzlos im Schrank liegen bleiben, stattdessen wird ein bewusster Umgang mit Ressourcen gefördert. Die Leihbar Luzern wird mehrheitlich von freiwilligen Helfern/-innen betreut.

REPAIR CAFÉ LUZERN.
Reparieren in geselliger Runde.
Einige Menschen haben handwerkliche Talente, andere defekte Dinge. Die 2009 in Holland entstandene Idee der Repair Cafés bringt beide Gruppen zusammen. Freiwillige Experten helfen bei der Reparatur von Alltagsgegenständen, die sonst im Abfall landen würden. Die Besucher bringen ihre defekten Gegenstände mit und machen sich gemeinsam mit einem Fachmann oder einer Fachfrau an die Arbeit. Werkzeug und Material ist vorhanden. Ausserdem kann beim Fachsimpeln Kaffee und Kuchen genossen werden.

FLICKWERK@TÜFTELWERK.
Flicken statt wegwerfen!
Der Stuhl wackelt, der Toaster heizt nicht mehr und aus dem Föhn kommt nur noch kalte Luft? Leider landen heutzutage viel zu viele wertvolle Alltagsgegenstände wegen eines leichten Defekts im Abfall. Dabei wäre in den meisten Fällen eine Reparatur nicht nur sinnvoll, sondern auch günstiger als ein Neukauf. Im Tüftelwerk Luzern stehen ehrenamtliche Reparaturexperten mit Rat und Tat zur Seite, um kaputten Geräten, Möbeln, Spielsachen etc. wieder neues Leben einzuhauchen.

Gute Sache! Mehr Infos?

LEIHBAR LUZERN: www.leihbar-luzern.ch
REPAIR CAFÉ LUZERN: www.repair-cafe-luzern.ch
FLICKWERK@TÜFTELWERK: www.tueftelwerk.ch/flickwerk

Vom Zügeln und Ankommen.

«Es war an der Zeit, etwas zu unternehmen.»

Der Umzug von der Privatwohnung ins Betagtenzentrum ist für alle Beteiligten ein grosser Schritt. Wie dieser gelingen kann, zeigt das Beispiel von Margrith und Kurt Haverkamp aus dem Viva Luzern Wesemlin.

Eigentlich sollten wir mit Margrith und Kurt Haverkamp in einem Interview über das Geheimnis der Liebe sprechen – schliesslich haben die beiden etwas geschafft, was nur wenige Paare von sich behaupten können: Sie sind seit 65 Jahren glücklich miteinander verheiratet. Und auch wenn die Schmetterlinge im Bauch im Laufe der Jahre vielleicht etwas weniger geworden sind: die tiefe Verbundenheit zwischen den beiden ist sofort spürbar. Als sie für den Fotografen unseres Magazins auf einem Sofa im Eingangsbereich des Betagtenzentrums Viva Luzern Wesemlin posieren sollen, legt Kurt Haverkamp ganz selbstverständlich den Arm um die Schultern seiner Frau. Sie erwidert die Geste mit einem Lächeln und schliesslich mit einem Küsschen auf die Wange. «Von Ihnen beiden können wir noch viel lernen», freut sich der Fotograf. Alle Anwesenden lachen herzhaft. Und alle wissen: Er hat Recht.

Nach einem Schlaganfall kam die Unsicherheit. «Dass wir einander noch haben, ist unser grösstes Geschenk», bestätigt wenig später Margrith Haverkamp. Mittlerweile sind wir in ihrem Apparte-

ment im 3. Stock im Haus Morgenstern des Betagtenzentrums. Im Juli sind es zwei Jahre, seit Margrith und Kurt Haverkamp im Viva Luzern Wesemlin ein Zwei-Zimmer-Appartement bezogen haben. Zuvor lebten sie während rund zwanzig Jahren in einer geräumigen Eigentumswohnung im Büttenenquartier. «Wir hatten uns ein schönes Plätzchen eingerichtet und waren sehr glücklich in unserer Wohnung», sagt Margrith Haverkamp – und seufzt dabei sanft. Sie macht kein Geheimnis daraus, dass es ihr nicht leichtfiel, von ihrem alten Zuhause Abschied zu nehmen. Im Gegenteil: «Im ersten Moment war es traurig, himmeltraurig sogar. Aber es war trotzdem der richtige Entscheid.» Nachdem Margrith Haverkamp vor einigen Jahren kurz vor Weihnachten einen Schlaganfall erlitt, war vieles nicht mehr wie zuvor. Sie hatte je länger je mehr Mühe zu atmen und wurde immer ängstlicher. «Mir fehlten je länger je mehr die Kraft und auch der Mut. Irgendwann traute ich mich kaum mehr raus, weil ich Angst hatte, zu stürzen.» Als dann im Frühjahr 2020 die Pandemie begann, war dem Ehepaar irgendwann nicht mehr wohl, so ganz allein zu Hause. «Wir spürten: Jetzt ist es an der Zeit, etwas zu unternehmen», erzählt Kurt Haverkamp.

“ Irgendwann war uns nicht mehr wohl. So ganz allein zu Hause. Wir spürten: Jetzt ist es an der Zeit, etwas zu unternehmen. ”

Kurt Haverkamp, Bewohner Viva Luzern Wesemlin.

Die Töchter sind stets unterstützend dabei. Gemeinsam mit ihren beiden Töchtern, zu denen sie seit jeher ein sehr nahes Verhältnis pflegen, informierten sich die Haverkamps über die vor-

Kurt Haverkamp liebt es, in Reiseerinnerungen zu schwelgen.

handenen Möglichkeiten. Für die Unterstützung ihrer Liebsten war das Ehepaar dankbar. «Wir haben in unserem Leben immer alles mit unseren Töchtern besprochen. Und wir sind sehr froh, dass uns die beiden auch bei diesem grossen Schritt

“ Unsere Bewohnerinnen und Bewohner entscheiden wenn immer möglich selber, wie sie ihr Leben gestalten wollen. ”

Doris Fankhauser Vogel, Betriebsleiterin Viva Luzern Wesemlin.

zur Seite standen.» Gemeinsam entschloss sich die Familie, die geliebte Eigentumswohnung in der Büttenen zu verkaufen und sich für einen Platz bei Viva Luzern anzumelden. Dass sie sich gerade für den Standort Wesemlin entschieden, ist kein Zufall: Vor ihrer Zeit im Büttenenquartier lebten die Haverkamps mehr als 20 Jahre am Schibiweg, nur einige Minuten vom Betagtenzentrum Wesemlin entfernt. «Das Gebiet ist uns deshalb sehr gut bekannt», betont Kurt Haverkamp. Blind zusagen wollte das Ehepaar dennoch nicht: «Wir nutzten die Gelegenheit, um uns vor Ort ein Bild zu machen.» Im Rahmen einer Besichtigungstour erhielten die beiden Einblick in das Betagtenzentrum, das Restaurant, die Zimmer, die Umgebung. Zudem nutzten sie vor Ort die Gelegenheit, um verschiedene Fragen zu stellen. «Wir fühlten uns hier von Anfang an sehr willkommen», sind sich die beiden einig. Dass das Ehepaar während der Besichtigung sogar das eine oder andere bekannte Gesicht – eine frühere Arbeitskollegin, ein altes Schulgspändli – entdeckte, erleichterte den Entscheid zusätzlich. Vor dem Umzug stand jedoch noch eine richtig schwere Aufgabe an: das Räumen der alten Wohnung. «Glücklicherweise haben auch das unsere Töchter an die Hand genommen»,

sagt Margrith Haverkamp. Wieder seufzt sie: «Das ging alles sehr schnell, vielleicht etwas zu schnell für mich.» Viele der Möbel seien schon seit Generationen von der Familie benutzt worden. «Und dann, von einem Tag auf den andern, kommt fast alles weg.» Das sei nicht einfach gewesen.

Klein, aber wohnlich.
Heute sind Margrith und Kurt Haverkamp im Wesemlin angekommen, wie sie beide betonen. Sie haben sich eingerichtet, eingelebt und auch in der Gemeinschaft der Bewohnerinnen und Bewohner integriert. Er nimmt regelmässig an Boule-Partien mit einer Männergruppe teil, sie probiert immer wieder neue Aktivitäten aus. Auch selbstständige Unternehmungen rund ums Quartier oder in die Stadt machen die beiden ab und zu. Die beiden mögen es gesellig, gleichzeitig geniessen sie aber auch die Privatsphäre in ihren eigenen vier Wänden. Das Appartement ist vielleicht nicht besonders gross, aber es wirkt wohnlich, persönlich, heimelig. An den Wänden hängen Familienfotos und Kalender mit Naturbildern. Der runde Holztisch und weitere persönliche Stücke sorgen für eine gemütliche Atmosphäre.

“Und hier im Viva Luzern Wesemlin haben wir wirklich sehr gute Hilfe. Darüber bin ich sehr froh.”

Margrith Haverkamp, Bewohnerin Viva Luzern Wesemlin.

Sie sitzen gerne hier, um zu zweit oder mit Besucherinnen und Besuchern in alten Erinnerungen zu schwelgen. Am liebsten sprechen sie von ihren Reisen rund um die Welt. Als das Stichwort fällt, beginnt Margrith Haverkamp sogleich mit der nächsten Anekdote: Sie erzählt von ihrer Reise nach Uruguay, als sie eigentlich nur ihre Tochter besuchen wollte – und dann unverhofft Gast an deren Hochzeit war. Noch heute schwärmt das Paar zudem von einer mehrwöchigen Australienreise um die Jahrtausendwende. Und natürlich waren sie auch häufig in der Schweiz unterwegs: «Ob in Engelberg, im Wallis, im Bündnerland oder im Berner Oberland: Das Reisen war stets unsere gemeinsame Leidenschaft.» Dies belegen die zahlreichen Fotoalben, welche die beiden fein säuberlich in ihrem Bücherregal stehen haben. Auch neben ihren Reisen haben die beiden viel erlebt und zu erzählen. Sie liebt Sprachen und konnte ihre Leidenschaft in ihrem Beruf als Fremdsprachenkorrespondentin ausleben. Er ist weniger sprachbegabt, dafür umso besser mit den Händen. Zuerst arbeitete er lange als Käser – während einiger Zeit sogar in Holland und Dänemark –, und dann war er auch noch in einer Auto- und Motorradgarage am Kreuzstutz tätig.

Individualität wird grossgeschrieben.
Wer in seinem bisherigen Leben so aktiv war, denkt wenig überraschend gerne an frühere Zeiten zurück. Trotzdem haben sich die beiden auch mit ihrem neuen Lebensabschnitt im Wesemlin angefreundet. «Wir haben es gut hier», sind sie sich einig. «Wir sind vielleicht nicht mehr so schnell und fit wie früher, dafür haben wir nun immer jemanden, der auf uns aufpasst.» Diese Zusammenfassung würde wohl auch Doris Fankhauser unterschreiben. Die Betriebsleiterin von Viva Luzern Wesemlin ist beim Interview mit Margrith und Kurt Haverkamp dabei und hört dem Gespräch aufmerksam zu. «Wir versuchen bei Viva Luzern eine Willkommenskultur zu leben», sagt Fankhauser. Lebensfreude sei schliesslich keine Frage des Alters, sondern der Lebensquali-

«Wir geniessen die Gemeinschaft, die Unterstützung, aber auch die Privatsphäre im Viva Luzern Wesemlin.»

tät. Um diese möglichst hoch zu halten, legt der Betrieb zum Beispiel Wert auf eine grösstmögliche Individualität und Autonomie der Bewohnerinnen und Bewohner. Dazu gehört auch eine hohe Wahlfreiheit. «Unsere Bewohnerinnen und Bewohner entscheiden wenn immer möglich selber, wie sie ihr Leben gestalten wollen», betont Doris Fankhauser. «Wir ermuntern sie, an unseren Aktivitäten teilzunehmen, respektieren aber auch, wenn jemand lieber für sich bleiben möchte.» Ein besonderes Augenmerk lege die Betriebsleitung zudem auf die Neuankömmlinge. «Uns ist es wichtig, dass sich die Leute von Anfang an wohlfühlen.» Die Betriebsleiterin weiss: Ein guter Start legt den Grundstein für ein positives Zusammenleben.

Kurt und Margrith Haverkamp feiern dieses Jahr beide ihren 90. Geburtstag. Wie ist es, Herr und Frau Haverkamp, das Leben im Alter? «Man macht weniger und vergisst dafür mehr», sagt Margrith Haverkamp und schmunzelt. Manchmal ärgert sie sich darüber, aber ihren Lebensmut hat sie deswegen nicht verloren. «Uns geht's gleich wie allen anderen auch.» Heute sind die beiden froh, dass sie nicht alleine sind, dass sich immer jemand um ihr Wohl kümmert. «Im Alter muss man schauen, dass man Hilfe hat», sagt Margrith Haverkamp. «Und hier im Wesemlin haben wir wirklich sehr gute Hilfe. Darüber bin ich sehr froh.» Das Schönste aber sei, dass sie nach all den Jahren immer noch ihren geliebten Kurt an ihrer Seite habe. «Auch wenn er nicht mehr so gut hört und auch wenn wir manchmal etwas gar nahe aufeinandersitzen – ich bin dankbar, dass wir uns haben.» Das bestätigt auch ihr Ehemann, der sich sonst eher zurückhaltend gibt. «Wir kommen gut aus miteinander. Das macht das Ankommen im Betagtenzentrum sicher einfacher.»

Daniel Schriber.

«Gemeinsam das Neue angehen.»

Mit dem Umzug ins Betagtenzentrum beginnt für die neuen Bewohnenden eine neue Lebensphase. Dass diese Situation auch für die Angehörigen fordernd sein kann, zeigt die Geschichte von Fritz Furrer.

Noch bis vor wenigen Monaten lebte Verena Furrer, 87, zufrieden in ihrer Alterswohnung im Luzerner Tribschenquartier. Obwohl die hochaltrige Frau vor fünf Jahren ihren Ehemann verloren hatte, war sie noch immer mit Lebensfreude unterwegs. «Sie ging selber einkaufen, kochte selbstständig und war stets für einen Schwatz zu haben», erzählt Fritz Furrer, Verena Furrers Sohn. Zudem unternahmen die beiden regelmässig Ausflüge ins Grüne. «Am besten gefiel es ihr am Sarnersee.» Doch dann, Mitte November 2021, ging es plötzlich schnell. «Beinahe von heute auf morgen ging es bergab mit ihr», berichtet Fritz Furrer. Auf einmal war die Seniorin nicht mehr in der Lage, ihr Fernsehgerät zu bedienen oder andere alltägliche Dinge zu erledigen. Zudem rief sie häufig Dutzende Male bei ihm und seinen beiden Geschwistern an – manchmal mitten in der Nacht. «Wenn wir dann ans Telefon gingen, blieb es am anderen Ende still.» In den folgenden Tagen und Wochen verschlechterte sich ihr Zustand zunehmend. «Sie wirkte verwirrt und immer schwächer.» Kurz vor Weihnachten zog Fritz Furrer die Notbremse: «Ich hatte Angst und konnte meine Mutter nicht mehr allein lassen.» Also entschied er sich, die Ambulanz zu rufen.

Fritz Furrer: «Wir wissen unsere Mutter in guten Händen.»

Gemeinsam das Neue angehen.
Nach einigen Tagen im Spital und diversen medizinischen Untersuchen war klar, dass Verena Furrer nicht mehr in ihre Wohnung zurückkehren können würde. Gemeinsam mit dem Sozialdienst des Spitals besprach die Familie Furrer die vorhandenen Möglichkeiten. Bereits kurze Zeit später wurden die Geschwister darüber informiert, dass im Viva Luzern Dreilinden ein Zimmer für ihre Mutter zur Verfügung stehe. Nach einer Besichtigung vor Ort sagten die Angehörigen zu – und so kam es, dass Frau Furrer am 30. Dezember ins Betagtenzentrum zog. «Am Tag des Umzugs haben wir noch einen Sessel, einen Korpus, Fotos sowie weitere persönliche Gegenstände ins Zimmer gebracht, damit sich unsere Mutter auch in der neuen Umgebung bald heimisch fühlt.»

Die Ankunft im Dreilinden war für die Neuzuzügerin anspruchsvoll: Ihre gesundheitliche Situation sowie die aktuellen Umstände um die Coronapandemie erschwerten ihr Ankommen. Und natürlich war die Situation auch für die Angehörigen nicht nur einfach. «Es war sehr viel Neues in sehr kurzer Zeit», erzählt Fritz Furrer.

Vorfreude auf den nächsten Ausflug.
Mittlerweile habe sich die Situation entspannt, sagt Fritz Furrer. Dies nicht zuletzt auch dank der Unterstützung der Betriebsleitung und der involvierten Mitarbeitenden. «Trotz der anspruchsvollen Situation war der Kontakt zu Viva Luzern stets sehr angenehm: Wir wurden freundlich aufgenommen, stets offen informiert und kompetent begleitet. Wir fühlten uns zu jeder Zeit ernst genommen.» Fritz Furrer ist froh, dass seine Mutter nun rund um die Uhr professionell betreut wird. «Ich weiss, dass sie nicht allein ist – das beruhigt.» Zudem freut sich Fritz Furrer schon darauf, seine Mutter bald wieder einmal auf einen Ausflug auszuführen. «Am liebsten an den Sarnersee. Das wäre schön.»

Daniel Schriber.

«Der Umzug ist der Start eines neuen Lebensabschnittes.»

Die Fachstelle Beratung Wohnen im Alter ist das Tor zu den Angeboten von Viva Luzern. Beraterin Andrea Röthlin erklärt, welche Fragen vor dem Umzug in ein Betagtenzentrum unbedingt geklärt werden sollten.

Andrea Röthlin, in welchen Situationen treten die Leute mit der Stelle Beratung Wohnen im Alter in Kontakt?
Oftmals rufen uns Angehörige an, wenn sie feststellen, dass die Eltern mit dem Alltag nicht mehr zurechtkommen. Nicht selten eilt es dann bereits. Es kommt aber auch vor, dass ältere Menschen direkt auf uns zukommen, weil sie erkannt haben, dass ein Umzug sinnvoll sein könnte. Ein grosser Teil wird zudem über die Spitäler an unsere Stelle verwiesen. Das ist dann der Fall, wenn Personen infolge eines Unfalls oder einer Krankheit ins Spital müssen und anschliessend nicht mehr nach Hause können, weil sie auf Unterstützung angewiesen sind.

Wie laufen die Erstgespräche am Telefon ab?
Zunächst klären wir die Dringlichkeit des Umzugs. In Fällen, in denen jemand am liebsten sofort ins Betagtenzentrum möchte, bietet Viva Luzern Eichhof eine Sofortaufnahme für pflegebedürftige Menschen, die jedoch keine akute Spitalversorgung benötigen. Dieser Kurzaufenthalt schafft Zeit, gemeinsam ein langfristiges Zuhause zu finden.

> **“ Unsere Bewohnerinnen und Bewohner wohnen im Betagtenzentrum. Es ist ihr Zuhause, in dem sie sich frei bewegen. ”**
>
> Andrea Röthlin, Beraterin Wohnen im Alter Viva Luzern.

Optimal sind solche «Hauruck»-Aktionen aber sicher nicht?
Natürlich ist es allen Beteiligten lieber, wenn mehr Zeit da ist. Wenn sich jemand vorstellen kann, innerhalb von zwei bis drei Monaten in ein Betagtenzentrum zu ziehen, laden wir sie zu einem Gespräch an der Geschäftsstelle am Kasernenplatz ein. Bei Bedarf besuchen wir die Interessierten auch zu Hause.

Welche Fragen werden bei diesen Beratungsgesprächen geklärt?
Für uns ist es wichtig, die Lebenssituation sowie die Person einschätzen zu können und kennenzulernen. Wir sprechen über die gesundheitliche Situation, über Bedürfnisse und Gewohnheiten wie auch über wichtige biografische Eckpunkte ihres Lebens.

Wer nimmt an diesen Gesprächen teil?
Wir empfehlen, dass neben den Interessierten auch ein oder zwei Angehörige oder nahestehende Personen teilnehmen. Gerade wenn jemand bereits eine demenzielle Entwicklung hat, ist es für uns zwingend, dass wir auch mit den Angehörigen wichtige Fragen klären können. Dies im Wissen, dass dies auch zu Herausforderungen führen kann.

Was sind das für Herausforderungen?
Oftmals schätzen die Angehörigen und die Betroffenen die Situation unterschiedlich ein. Wenn die Kinder das Gefühl haben, ihr Vater oder ihre Mutter wäre im Betagtenzentrum besser aufgehoben, heisst das nicht, dass das Elternteil das auch so sieht. Unsere Aufgabe ist es, die Situation objektiv einzuschätzen, Fragen zu stellen, Prozesse anzustossen – und anschliessend Empfehlungen auszusprechen.

Gibt es Situationen, in denen die Angehörigen mit ihrer Einschätzung falsch liegen?
Unabhängig davon, wie die Angehörigen die Lage einschätzen, klar ist: Der Entscheid für einen Umzug in ein Betagtenzentrum liegt immer bei den Interessentinnen und Interessenten. Solange eine Person urteilsfähig ist, kann sie selber entscheiden, wie und wo sie leben möchte.

Wie bauen Sie Unsicherheiten ab?
Wir zeigen die Vorteile eines Umzugs, den Komfort und die Sicherheit auf. Viele nutzen die Gelegenheit, um vorab das Betagtenzentrum unverbindlich zu besichtigen, vielleicht vor Ort zu essen, die Atmosphäre kennenzulernen. Wichtig ist auch, abzuschätzen, ob ein Umzug wirklich das Richtige ist, oder ob das Zuhausebleiben mit ambulanter Unterstützung verlängert werden kann.

Irgendwann kommt der Tag des Umzugs: Wie reagieren die Menschen darauf?
Der Umzug ist der Start eines neuen Lebensabschnitts. Das ist für alle Beteiligten herausfordernd. Wer zuvor jahrelang in einer eigenen Mehrzimmerwohnung gelebt hat, wird sich platztechnisch einschränken müssen. So kann es sein, dass nicht alle Gegenstände mitgenommen werden können, weil schlicht der Platz dafür nicht reicht.

Welches sind – neben der räumlichen Einschränkung – weitere Gedanken und Sorgen, die Ihnen in Ihrem Alltag als Beraterin begegnen?
Viele machen sich Sorgen, dass sie durch den Umzug in ein Betagtenzentrum ihre Eigenständigkeit oder auch soziale Kontakte verlieren. Manche haben Angst, eingesperrt zu sein. Sie fragen, ob sie denn rein- und rausgehen dürfen, wie sie möchten.

Wie reagieren Sie darauf?
Werden solche Fragen gestellt, klären wir auf. Unsere Bewohnenden wohnen im Betagtenzentrum. Es ist ihr Zuhause, in dem sie sich frei bewegen. Wenn sie ausgehen wollen, dürfen sie das jederzeit. Trotzdem nehmen wir die Bedenken der Menschen ernst. Es entspricht der Tatsache, dass der Umzug eine grosse Veränderung darstellt. Deshalb geben wir alle unser Bestes, um das neue Zuhause so angenehm wie möglich zu gestalten.

Welche Rolle spielen die Finanzen?
Das ist ein grosses Thema. Viele Menschen haben Bedenken, dass sie sich das Leben im Betagtenzentrum nicht leisten können. Andere verfügen vielleicht über Erspartes, hatten damit aber eigentlich andere Pläne. Auch hier beraten wir.

Wie lange dauert es vom Erstgespräch bis zum Umzug ins Betagtenzentrum?
Viva Luzern verfügt über 800 Pflegeplätze. Aufgrund dieser Grösse wird jeweils innert kurzer Zeit immer irgendwo ein Platz frei. Bis ein Zimmer im gewünschten Standort verfügbar wird, dauert es in der Regel zwei bis drei Monate. Wenn es so weit ist, informieren wir die potenziellen Bewohnenden. Sie gehen für eine Besichtigung vorbei und entscheiden sich danach definitiv.

Daniel Schriber.

Die fünf häufigsten Fragen vor dem Umzug.

1. Wie gross ist Ihre Warteliste?
Wartelisten im klassischen Sinne gibt es nicht. Viva Luzern berücksichtigt bei der Vermietung der Zimmer die Dringlichkeit. Diese wird je nach gesundheitlicher und persönlicher Situation der interessierten Person beurteilt.

2. Kann ich an meinen Wunschstandort?
Ja, unter Umständen müssen Sie jedoch länger warten, bis in dem gewünschten Betagtenzentrum ein Platz frei wird. Die gesundheitliche Situation kann dazu führen, dass zuerst eine Zwischenlösung in einem anderen Standort angeboten wird, wenn zum aktuellen Zeitpunkt kein freies Zimmer im Wunschheim zur Verfügung steht.

3. Bekomme ich ein Einzelzimmer?
Ja. Wer ein Einzelzimmer möchte, erhält auch eines. Es kann jedoch vorkommen, dass zum Zeitpunkt des Umzugs kein Einzelzimmer frei ist. In diesem Fall bieten wir als Alternative einen Platz in einem Zweierzimmer an.

4. Was kann ich von zu Hause mitnehmen?
Pflanzen, ein Sofa, TV-Apparat usw. Alles, was Sie wollen und Platz hat. Zur Grundausstattung aller Zimmer gehören ein Pflegebett sowie ein Nachttisch.

5. Was kostet mich der Aufenthalt im Betagtenzentrum?
Die Kosten für einen Aufenthalt in einem Betagtenzentrum von Viva Luzern bestehen aus Grund- und Betreuungsleistungen sowie aus Pflegeleistungen. Detaillierte Infos zu Preisen und möglichen Finanzierungsleistungen finden Sie unter vivaluzern.ch > wohnen-im-alter > kostenuebersicht oder bei uns an der Beratungsstelle (Tel. 041 612 70 40).

Andrea Röthlin
Beraterin
Wohnen im Alter Viva Luzern.

Der Cappuccino im Restaurant Venus schmeckt grossartig – für mich immer wieder ein Genuss.

“Was mir guttut...”

Hedwig Degonda zeigt uns ihre Lieblingsplätze und -dinge in ihrem Zuhause im Viva Luzern Wesemlin.

“Was mir guttut ...”

Ich bin so oft es nur geht draussen im Innenhof – da kann ich so richtig auftanken.

Ich liebe meine Kopfhörer – damit kann ich so laut fernsehen, wie ich mag.

Wenn ich meine Ruhe brauche, ziehe ich mich in die hauseigene kleine Kapelle zurück.

Ich habe sechs Kinder grossgezogen – da gibt es schon mal das eine oder andere Familienfest.

Das Personal ist so lieb hier – man hat immer Zeit für einen kleinen Schwatz zwischendurch.

Im Innenhof des Viva Luzern Wesemlins hat es wunderschöne Hühner ...

Ich sammle Engel – das sind meine Glücksbringer.

Stricken ist meine ganz grosse Leidenschaft.

Meine Töchter und Söhne kommen mich regelmässig besuchen – da gibt es immer viel zu lachen.

Vorsorge im Alter.

Ob Erkrankung, Unfall oder Tod: Wer dafür Vorkehrungen trifft, stellt sicher, dass sein Wille weiter gilt und kann damit Angehörigen schwere Entscheidungen ersparen. Erfahren Sie an den kostenlosen Infoveranstaltungen mehr über Patientenverfügung, Vorsorgeauftrag und Co.

Kennen Sie das? Sie sitzen mit Freunden in geselliger Runde und das Thema «Vorsorge im Alter» wird angesprochen. Ein mulmiges Gefühl kommt in Ihnen auf – Sie wollten doch schon längst Ihre eigene Vorsorgeplanung angehen. Denn schliesslich ist Ihnen wichtig, dass Sie im Falle eines Falles alle nötigen Vorkehrungen getroffen haben, damit Ihr Wille bekannt ist und Angehörige entlastet werden. Aber leichter gesagt als getan.

Viva Luzern veranstaltet am 27. Oktober 2022 im Betagtenzentrum Staffelnhof ein Referat mit Simon Gerber, Bereichsleiter Sozialberatung und Mitglied der Geschäftsleitung von Pro Senectute Kanton Luzern. Er weiss, welche Hürden genommen werden müssen, wo Fragen auftauchen und wie jede und jeder zur Patientenverfügung und zum Vorsorgeauftrag kommt. Zudem erfahren Sie mehr zu den Wohnangeboten von Viva Luzern. Die Veranstaltung dauert circa eineinhalb Stunden, steht allen offen und ist kostenlos.

Infos.

Donnerstag, 27. Oktober 2022, 18.15 Uhr: Viva Luzern Staffelnhof.
Anmeldung unter vivaluzern.ch/vorsorge oder telefonisch unter 041 612 70 00.

Referent.
Simon Gerber ist Bereichsleiter Sozialberatung und Mitglied der Geschäftsleitung von Pro Senectute Kanton Luzern. In seiner Funktion wird er immer wieder mit den Fragen zu den Vorsorgedokumenten konfrontiert: «Das Interesse ist enorm. Oftmals aber wissen die Personen nicht, wo sie beginnen sollen. In meinem Referat zeige ich Herangehensweisen auf, wie die Dokumente verfasst und erstellt werden können.»

Gesund
und lecker.

Pastinaken-Apfel-Suppe.

Pastinake: Ein fast vergessenes Gemüse, das es in sich hat. René Meier, Küchenchef Vivatus im Viva Luzern Dreilinden, weiss, wie daraus eine herrlich feine Suppe wird.

Zutaten für 4 Personen.

Suppe:

200 g	Pastinaken, in kleinen Stücken
1	mehligkochende Kartoffel, in kleinen Stücken
200 g	Äpfel, z. B. Cox Orange, geschält, in Stücken
1 Stk.	Zitronenschale
	Butter (vegane Alternative: Oliven- oder Rapsöl)
1 dl	Weisswein oder Bouillon
7 dl	Bouillon
1,5 dl	Rahm (vegane Alternative: Flora Plant)
	Salz, Pfeffer, Zucker

Pastinaken-Chips:

	Rapsöl
1	Pastinake, in dünne Scheiben gehobelt
	wenig Salz

Zubereitung.

Suppe: Pastinaken, Kartoffel, Äpfel und Zitronenschale in Butter andämpfen und mit Wein sowie der Hälfte der Gemüsebouillon ablöschen. Zugedeckt bei kleiner Hitze sehr weich kochen, Zitronenschale beigeben, pürieren. So viel Bouillon wie nötig dazugeben, kurz aufkochen. 1 dl Rahm dazugiessen, würzen.

Chips: Öl in einer kleinen Pfanne 1 cm hoch einfüllen, erhitzen. Pastinakenscheiben portionenweise 1 bis 2 Minuten schwimmend ausbacken, bis sie goldgelb sind. Auf Küchenpapier auslegen, salzen.

Anrichten.

Suppe in tiefen Tellern anrichten. Rahm halb schlagen, in der Mitte anrichten, obenauf die Chips servieren. Wer möchte, kann etwas Zimt darüberstreuen, eine gebratene Riesencrevette dazu servieren oder 2 bis 3 Tropfen weisses Trüffelöl beigeben.

Zeitzeugin.

Mut zur Veränderung.

Offenheit und eine Prise Charme.

Annemarie Eberhard ging Veränderungen schon früh mutig an. Bereits als Jugendliche schlug sie im Tanner Tobel bei Rüti immer wieder neue Wege ein – auf Froschjagd oder auf der Suche nach einem Schatz, den man bis heute nicht gefunden hat.

Sie nahm ihr Leben selber in die Hand und ging ihren Weg: Annemarie Eberhard absolvierte in Dübendorf die Lehre als Papeteristin in einer Buchbinderei. Offiziere des nahe gelegenen Militärflugplatzes gingen bei ihr ein und aus, um sich Karten zu kaufen oder Orientierungstafeln auf Metall prägen zu lassen. So entdeckte Frau Eberhard ihre künstlerische Ader und fand Zugang zur Schreibkunst. Hochwertige Papiere, wertvolle Füllfederhalter und edle Materialien schätzt sie noch heute. Die Passion fürs Haptische teilte sie mit ihrem Mann Albert, der als Tiefdrucker tätig war – ein Kunsthandwerk, das heute in der Schweiz aus Kostengründen leider nicht mehr ausgeübt wird, erklärt Frau Eberhard.

Als sie in einer Grosspapeterie in Zürich arbeitete, nahm ihr Mann eine Stelle in Rorschach an. Später rief man ihn nach Luzern. Und so kamen sie vom Zürcher Oberland über die Bodenseeregion an den Rotsee nach Luzern. Für Annemarie Eberhard war immer klar, dass sie ihren Mann überallhin begleitete. Schliesslich hätten sie es miteinander immer schön gehabt – selbst ins Ausland wäre sie ihm gefolgt. Im persönlichen Gespräch mit Annemarie Eberhard erfahren wir mehr über ihr bewegtes Leben.

Frau Eberhard, welche Veränderungen haben Ihr Leben geprägt?
Ich erinnere mich noch gut an den Ton der Bombengeschwader, die während des Weltkriegs über uns flogen. Das Feuer ennet dem Bodensee vor Augen, mussten wir die Fenster verdunkeln. Dazu nutzten wir Papier mit Pech im Innern, damit kein Licht durchscheinen konnte. Später instruierten sie uns, die Abdeckungen wieder zu entfernen, da die Bomberpiloten die Orientierung verloren und nicht wussten, über welchem Gebiet sie flogen. Nach dem Krieg hat sich das Leben nochmals komplett verändert. Für Lebensmittel wie Butter, Zucker, Schokolade oder Hörnli kriegten wir diese «Märkli» vom Staat. Ohne diese ging gar nichts. Sie waren ein rares Gut, aber wir wussten uns selber zu helfen: Da wir Teigwaren nicht so gerne mochten, tauschten wir sie in der Nachbarschaft gegen Marken für Milch. Der Umzug nach Luzern war auch prägend. Ein bisschen Mut war nötig, alles hinter sich zu lassen. Wir hatten aber immer die Gewissheit, dass die neue berufliche Herausforderung meines Mannes und der damit verbundene Umzug eine Bereicherung für uns beide sein wird. Hier hat es uns immer gefallen. Die Luzerner waren allerdings zu Beginn sehr distanziert und zugeknöpft. Es vergingen etwa drei Jahre, bis wir das Gefühl hatten, angenommen zu werden. Man darf es fast nicht sagen, aber die Fasnacht habe ich nie verstanden. Wir kannten diesen Brauch rund um den Zürichsee schlicht nicht.

> **“Die Welt dreht sich immer schneller. Wir sollten wieder etwas bewusster, vielleicht auch etwas langsamer werden.”**
>
> Annemarie Eberhard, Bewohnerin Viva Luzern Tribschen.

Was ist nötig, um Anschluss in einer neuen Umgebung zu finden?
Offen sein für Neues, offen auf andere zugehen! Wichtig ist, selber aktiv zu werden und nicht darauf zu warten, bis andere auf einen zukommen. Ich kam oft dank meiner Offenheit durch und liess wenn nötig auch meinen Charme spielen. Das widerspiegelt sich auch hier im Tribschen: Bewohnerinnen, Besucher und auch die Pflegerinnen suchen häufig den Kontakt zu mir, um ihre Sorgen loszuwerden, ein paar Gedanken auszutauschen oder einfach, um wieder einmal herzhaft zu lachen. Ratschläge gebe ich nicht, aber ich nehme mir gerne die Zeit für ein Gespräch und habe ein offenes Ohr.

Nicht allen fällt es leicht, sich auf Unbekanntes einzulassen. Haben Sie einen Tipp für diese Menschen?
Die Angst ist ein schlechter Ratgeber. «Heitere Beck nomol» – manchmal rutscht mir ein alter Ausdruck auf «Züritüütsch» heraus –, die Gefahr, etwas zu verpassen, ist doch viel grösser, als dass etwas schieflaufen könnte! Veränderungen sind

Annemarie Eberhard erzählt von ihrem bewegten Leben zwischen Rüti, Rorschach und Luzern.

wichtig für die persönliche Weiterentwicklung. Um nicht der Routine zu verfallen, sollten Menschen Neues ohne Vorurteil auf sich zukommen lassen. Denn dann läuft wieder etwas! Erst danach, wenn sie sich darauf eingelassen haben, können sie entscheiden, ob die Veränderung in ihr Leben passt. Falls nicht, kann man ja wieder aufhören.

Wie gehen wir mit Veränderungen um, die wir nicht selbst beeinflussen können?
Nach dem Tod meines Sohnes Peter vor zwei Jahren durchlebten meine Schwiegertochter und ich eine schwierige Zeit. Peter war künstlerisch tätig und schrieb Bücher. Sibylla, seine Frau, begleitete ihn immer an die Ausstellungen. Dies fehlte ihr sehr. Sie hat danach zu ihrem früheren Hobby zurückgefunden und begann wieder zu reiten. Das zeigt: Man muss nicht immer bei Null beginnen. Manchmal ist es ratsam, sich an das zu erinnern, was einem früher schon Freude bereitete.

Was denken Sie: Mit welchen Veränderungen wird sich unsere Gesellschaft in Zukunft auseinandersetzen müssen?
Je schneller die Welt sich dreht, desto mehr beginnen wir uns zurückzubesinnen. Dann schätzen die Menschen zum Beispiel wieder schönes Papier. Ich selbst nutze hochwertiges Büttenpapier mit Wasserzeichen und schreibe Briefe mit meiner schwungvollen Handschrift. Ein von Hand beschrifteter Umschlag fällt auf und die Freude darüber ist nachhaltiger. Denn der Empfänger weiss, dass sich der Absender bewusst Zeit dafür genommen hat. Es scheint mir wichtig, dass wir Dinge etwas langsamer angehen. So entsteht ein Gegentrend zur rasanten Digitalisierung. Heute hängt alles vom Strom ab. Ich hoffe, der wird uns nicht ausgehen. Wir erlebten in Rom einmal einen Zusammenbruch. Nichts ging mehr, weder die Toilettenspülung noch die Rollläden. Nein, die digitalen Technologien sind nicht das Nonplusultra.

Die Sprache ist auch vielen Veränderungen unterworfen und entwickelt sich stets weiter. Meines Erachtens beherrschen die Jungen die Sprache gar nicht mehr richtig. Als ich einmal im Bus ein Gespräch unter Jugendlichen mithörte, habe ich die Ausdrücke nicht mehr verstanden. Wir redeten in jungen Jahren auch viel, nutzten jedoch vermehrt deutschstämmige Ausdrücke. Worte wie «Pfiffendeckel» nutze ich heute noch, wenn ich in Fahrt komme. Das ist kein Fluchwort. Wahrscheinlich stammt es vom pfeifenden Schnellkochtopf und heisst so viel wie: Jetzt aber los!

Sonja Baumann.

Zur Person.
Annemarie Eberhard ist 1930 geboren und wuchs in Rüti im Zürcher Oberland auf. Den eingangs erwähnten Schatz hat sie auf ihren Streifzügen im Tanner Tobel nicht gefunden. Dafür hat sie bereits mit 16 Jahren ihren zwei Jahre älteren Schatz Albert kennengelernt. Ein paar Jahre später heirateten sie und gingen 59 Jahre lang gemeinsame Wege. Nach dem Umzug an den Rotsee in Luzern kam Sohn Peter auf die Welt. Heute lebt sie im Viva Luzern Tribschen.

Neues entdecken.

Unterhaltungstipps von Irène Erni-Fellmann.

Buch: «Der Gesang der Flusskrebse».
Ein fesselndes Buch, das mich nicht mehr losgelassen hat. Auf den ersten Seiten wird klar, dass der Tod von Chase Andrews irgendwie im Zusammenhang stehen könnte mit seiner Beziehung zu Catherine/Kya Clark, dem «Marschmädchen». Ein Buch, das ich allen empfehle, die bereit sind, sich einzulassen auf die verblüffenden Geheimnisse der menschlichen Natur. Autorin: Delia Owens. Verlag: Wilhelm Heyne, München.

Podcast: «Echo der Zeit».
Täglich die wichtigsten Nachrichten, Berichte, Reportagen, Interviews und Analysen über das aktuelle Zeitgeschehen. Zu finden auf srf.ch/audio, Spotify.

Film: «Le Mans 66 – Gegen jede Chance».
Die wahre Geschichte um das Rennen in Le Mans im Jahr 1966 wird in grossartigen Bildern dargestellt. Der menschliche Faktor macht dieses Rennsportdrama zu einem Film, den man gesehen haben muss. Erhältlich bei Netflix.

Podcast: «Die Lösung».
Anhand von echten Fällen werden Probleme besprochen, die jede und jeder von uns kennt: Wie gehe ich mit Misserfolg um? Wie sage ich meinen Liebsten, was ich fühle? Wie kann ich Trauer verarbeiten? Empathisch und professionell sprechen Fiebi und Lena mit Betroffenen und liefern Ratschläge auf Augenhöhe. Zu finden auf Spotify und beim Bayerischen Rundfunk.

Hörbuch: «Stay away from Gretchen: Eine unmögliche Liebe».
Die Geschichte um eine unmögliche Liebe wird rückblickend aufgerollt. Greta ist alt und dement und ihr Sohn, ein berühmter Fernsehmoderator, kommt langsam hinter ihr trauriges Geheimnis. Eine berührende Geschichte mit feinen Nuancen und Lebenswegen, die sich trotz widrigster Umstände immer weiterentwickeln. Ein liebevolles Buch mit schicksalhaften Wendungen, hörenswert von der ersten bis zur letzten Zeile. Erhältlich bei Audible, Amazon und weiteren.

Film: «Die Frau in Gold».
Helen Mirren als Maria Altmann und Ryan Reynolds als E. Randol Schoenberg brillieren in diesem Film um die juristischen Auseinandersetzungen für die Rückführung des berühmten Klimt-Gemäldes «Goldene Adele» aus Österreich nach Amerika. Ein spannender, überraschender Plot, zwar historisch verkürzt, aber nichtsdestotrotz durch eine überzeugende Helen Mirren auch mehrmals sehenswert. Erhältlich bei Netflix.

Irène Erni-Fellmann.
Leiterin Personalentwicklung
Viva Luzern.

Es ist erstaunlich, wie viele Menschen sich einsam fühlen. Und gleichzeitig so bezeichnend für das Thema: Denn Einsamkeit ist für Aussenstehende oft nicht sichtbar.

Herausforderungen beim Älterwerden.

Einsamkeit hat viele Gesichter.

Obwohl Einsamkeit jeden treffen kann, ist sie in unserer Gesellschaft ein Tabuthema. Im Dokumentarfilm «Einsamkeit hat viele Gesichter» geben sieben Menschen einen Einblick in ihr Leben und erzählen, wie sich Einsamkeit für sie anfühlt und wie sie damit umgehen. Die dazu lancierte Website hilft Betroffenen wie auch Angehörigen weiter.

Das Projekt.
«Einsamkeit hat viele Gesichter» ist ein Sensibilisierungsprojekt im Bereich Einsamkeit im Alter. Initiiert und umgesetzt wurde das Projekt von Romana Lanfranconi und Alexa Meyer, Herausgeberin ist der Verein Familien- und Frauengesundheit, FFG-Videoproduktion.

Dokfilm anschauen?

Der Film ist online zu sehen auf: www.einsamkeit-gesichter.ch

«Abends gehe ich immer zufrieden nach Hause.»

Technische Anliegen aller Art sind bei Roland Zweili und seinem Team in guten Händen. Der Leiter Technik und Unterhalt im Viva Luzern Eichhof gewährt uns Einblick in seinen nicht ganz gewöhnlichen Arbeitsalltag.

Routine kommt hier praktisch nie auf. Sei es ein Keyboardständer, den wir kurzerhand mit Rädern eines ausgemusterten Bürostuhls transportfähiger machen oder ein zu grosses Möbelstück, das wir halbieren, ohne auf das vom Bewohner lieb gewonnene Mittelteil verzichten zu müssen. In meinem Team treffen Metallbauschlosser, Sanitär, Gärtner, Reinigungsfachleute und gelernte Automechaniker zusammen. Alle mit demselben Ziel: auf die unterschiedlichen Bedürfnisse der Menschen einzugehen und die bestmögliche Lösung für alle zu finden. 08/15-Tage kennen wir nicht. Planbar ist ca. die Hälfte unserer Arbeitszeit. Das macht unsere Arbeit gleichzeitig interessant, abwechslungsreich und herausfordernd.

Wichtig ist, neben der technischen Grundausbildung ein Flair für Menschen zu haben und ihre unterschiedlichen Wünsche ernst zu nehmen. Sinnstiftung und die wertvollen zwischenmenschlichen Begegnungen – das war meine Motivation, als ich vor zwei Jahren diese Stelle antrat. Unsere Aufgabe? Die letzten Jahre eines Menschen möglichst schön zu gestalten. Dafür erhalten wir eine unglaubliche Wertschätzung. Nach einem Wasserschaden mussten wir einmal das Zimmer einer Bewohnerin komplett räumen. Wir leisteten einen Extraeffort für die schnellstmögliche Rückkehr und bemühten uns, die wertvollen Ausstellungsstücke an Zinnkrügen gleich wie zuvor zu platzieren. Die Dankbarkeit dieser Bewohnerin war gigantisch!

> **„Ich erfahre hier viel Wertschätzung und Vertrauen. Das möchte ich meinem Team weitergeben."**
>
> Roland Zweili, Leiter Technik+Unterhalt im Viva Luzern Eichhof.

Neue Bedürfnisse, Vorschriften oder Technologien verändern unser Berufsbild permanent. Ich weiss, wo die Kompetenzen meiner Mitarbeitenden liegen. So hat es sich eingebürgert, dass sich die Lernenden um die digitalen Anliegen der Bewohnenden kümmern, weil sie intuitiver mit neuen Geräten umgehen. Abends gehe ich immer zufrieden nach Hause. Das widerspiegelt auch mein Privatleben – schon mehrmals habe ich gehört, dass ich ein neuer Mensch sei, seit ich hier arbeite.

Sonja Baumann.

Den Mutigen gehört die Welt.

Wir Menschen leben in einem ständigen Widerspruch: Zum einen streben wir nach Veränderungen. Zum anderen tun wir uns schwer damit, Altbewährtes loszulassen. Der Zwiespalt macht vielen Menschen zu schaffen, unabhängig vom Alter. Doch wer den Mut hat, Neues anzunehmen, und der Vergangenheit nicht nachtrauert, wird meist positiv überrascht.

Der Mensch ist ein Gewohnheitstier. Und dies mit gutem Grund. Gewohnheiten bringen Struktur in unser Leben und erleichtern unseren Alltag. Statt immer wieder neu zu entscheiden, setzen wir auf Wiederholungen. Automatismen werden zur Routine und diese manchmal auch zur Tradition. Es gibt Menschen, die morgens immer zur gleichen Zeit aufstehen, andere brauchen ihren Espresso nach dem Mittagessen. Immer. Ich selbst starte nie ohne mein Mokkajoghurt in den Tag. Und das bereits seit meiner Kindheit. Gewohnheiten geben uns Sicherheit und Stabilität; sie lösen ein gutes Gefühl aus. Die Suche nach diesem guten Gefühl ist es auch, was uns dazu bringt, eine bestimmte Handlung immer und immer wieder auszuüben, bis sie zur Gewohnheit wird.

Doch genau diese Macht der Gewohnheit wird uns dann schmerzlich bewusst, wenn es darum geht, sich umzustellen, auf Liebgewonnenes zu verzichten und Laster abzulegen. Oder wie halten Sie es mit den guten Vorsätzen zum Jahreswechsel? Genau. Das Beispiel zeigt: Auch wenn wir eine Veränderung selbst ins Rollen bringen, fällt es uns nicht unbedingt leichter, damit umzugehen. Umso schwerer ist es, Ereignisse zu akzeptieren, die ungefragt in unser Leben treten – sei es eine Trennung, Arbeitslosigkeit oder die Pandemie, die uns seit zwei Jahren beschäftigt. Auch die Welt um uns herum verändert sich. Manche Menschen gehen von uns – neue Freundschaften entstehen. Genauso verhält es sich mit der Natur, den Jahreszeiten, mit Modetrends oder der Technik … Kurzum: Die Veränderung ist ein zentrales Element des Lebens.

“Auch wenn wir nicht immer Freund von Veränderungen sind, so kommt doch keiner darum herum. Und das ist gut so – sie bringen Abwechslung und neue Impulse. Ohne sie würden wir immer nur auf der Stelle treten.”

Andrea Wanner, Geschäftsführerin Viva Luzern.

Positives erkennen und Chancen nutzen.
So gesehen ist das Leben voller Überraschungen – positiver wie negativer. Und auch wenn wir nicht immer Freund von Veränderungen sind, so kommt doch keiner darum herum. Und das ist gut so – sie bringen Abwechslung und neue Impulse. Ohne sie würden wir immer nur auf der Stelle treten. Entwicklung und Wachstum wären unmöglich. Entscheidend ist, was wir aus einer solchen Situation machen. Wenn sich etwas ändert, können wir darunter leiden und darüber jammern. Hadern ist zwar eine menschliche Reaktion, aber langfristig nicht wirklich hilfreich. Stattdessen können wir überlegen, welche Chancen und neue Möglichkeiten sich uns dadurch bieten.

Ich bin überzeugt, eine positive Grundeinstellung führt zu seelischer Ausgeglichenheit und fördert die Gesundheit. Das Gute ist: Wir alle können lernen, Veränderungen als etwas Positives zu erkennen. Wohl braucht es Mut, die Angst vor dem Unbekannten zu überwinden – doch dieser wird oftmals belohnt. Manchmal wird man auch zum eigenen Glück gezwungen, blickt zurück und sagt: «Hätte ich nicht gedacht, aber das war eine richtig gute Entscheidung.»

Wandel in der Langzeitpflege.
Vielleicht kennen Sie das Zitat von Heraklit: «Die einzige Konstante im Leben ist die Veränderung.» Rasch ist man geneigt, diese Weisheit für allgemeingültig zu erklären. Für mich persönlich stimmt das aber nur bedingt – denn neben den Gewohnheiten, die mich zu dem Menschen machen, der ich bin, stellt gerade auch die Langzeitpflege eine wichtige Konstante in meinem Leben dar. Tatsächlich habe ich mich schon früh und ganz bewusst für diesen Bereich der Gesundheitsbranche entschieden. Zum einen, da mir der Kontakt zu älteren Menschen am Herzen liegt, und zum anderen, weil ich als Macherin gut in den Dienstleistungsbereich passe. Wo Heraklit allerdings recht hat, ist, dass sich auch diese Konstante einem Wandel ausgesetzt sieht.

Tatsache ist: Die Ansprüche an das Leben und Wohnen im Alter verändern sich. Menschen leben länger in den eigenen vier Wänden, und der Eintritt in ein Betagtenzentrum erfolgt bei einem Durchschnittsalter von 84 Jahren häufig sehr unverhofft. Und dieser Schritt ist einschneidend. Alles ist neu: die lieb gewonnene Umgebung, Zimmer statt Wohnung, das Essen und Personal, das auch mal wechseln kann.

“Gefragt sind moderne Wohnformen mit individuell ausgesuchten Services und Spezialisierungen in Bereichen wie der Demenz oder der Gerontopsychiatrie. Für mich als Geschäftsführerin von Viva Luzern ist klar: Den Mutigen gehört die Welt.”

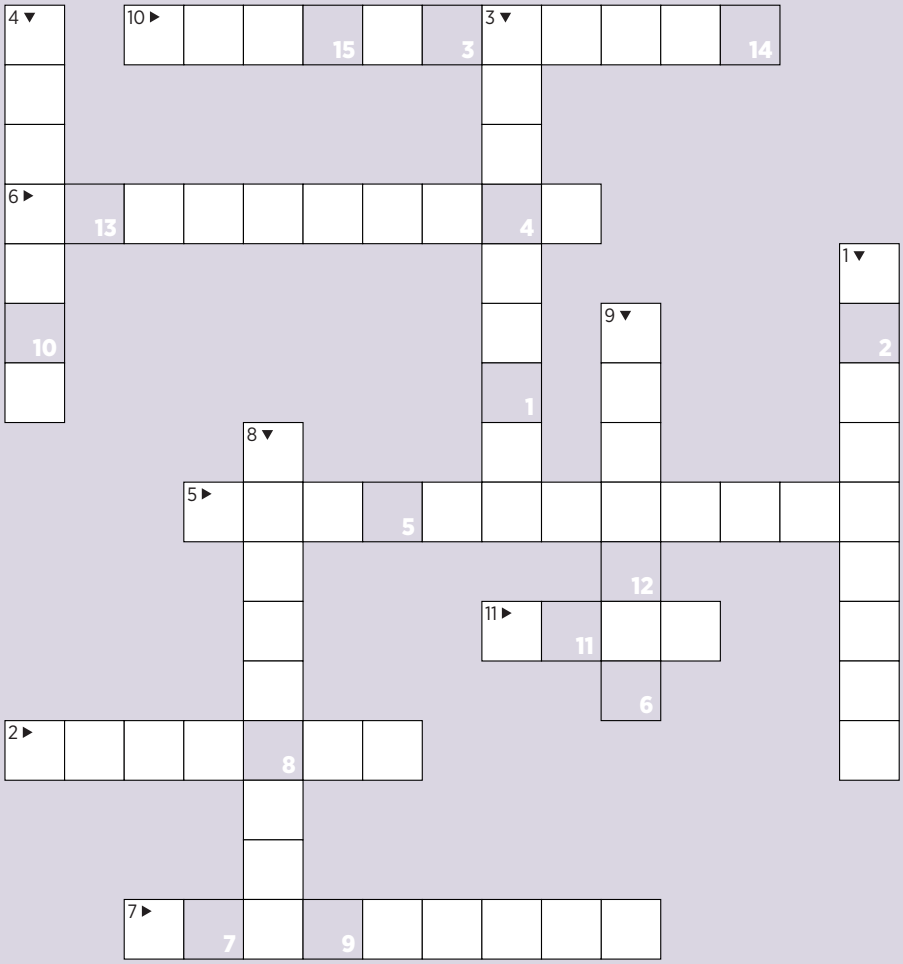
Andrea Wanner, Geschäftsführerin Viva Luzern.

Ich habe grosse Hochachtung davor, wie unsere Bewohnenden all dies meistern. Entsprechend wichtig ist, dass wir unser Angebot konsequent nach ihren Bedürfnissen ausrichten. Gefragt sind moderne Wohnformen mit individuell ausgesuchten Services und Spezialisierungen in Bereichen wie der Demenz oder der Gerontopsychiatrie. Für mich als Geschäftsführerin von Viva Luzern ist klar: Den Mutigen gehört die Welt. Das heisst auch, dass wir über unseren Schatten springen, mutig bleiben und uns immer weiterentwickeln – und zwar so, dass sich die Stadtluzernerinnen und Stadtluzerner auch künftig bei uns im Alter zu Hause fühlen können.

Andrea Wanner.

Kreuz + quer.

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



1. Welches Betagtenzentrum von Viva Luzern wurde teilrenoviert?
2. Welche Tiere wohnen im Innenhof des Viva Luzern Wesemlins?
3. Welches Ausflugsziel gefällt Verena Furrer am besten?
4. Womit kann man dem steigenden Ressourcenverbrauch entgegenwirken?
5. Welchen Beruf übte Annemarie Eberhard aus?
6. Welches Getränk ist für Hedwig Degonda immer ein Genuss?
7. In welchem Quartier der Stadt Luzern wohnte das Ehepaar Haverkamp vor dem Umzug?
8. Ein fast vergessenes Gemüse.
9. Wem gehört die Welt?
10. Wie heisst das Haus, in dem das Ehepaar Haverkamp wohnt?
11. Wie viele Kinder hat Verena Furrer?

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. Juli 2022.

Vorname/Name

E-Mail

Strasse/Nr.

PLZ/Ort

Lösungswort:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15

gedruckt in der
schweiz

Lernen Sie uns kennen.

Viva Luzern bietet an verschiedenen Standorten in der Stadt Luzern ein vielfältiges Wohn- und Pflegeangebot an. Älteren und pflegebedürftigen Menschen geben wir Sicherheit und Geborgenheit – mit guter Pflege und Betreuung, Therapie und medizinischer Versorgung. Kommen Sie vorbei und lernen Sie unsere Betriebe näher kennen.

Daten Juni bis Oktober 2022.

Viva Luzern Dreilinden.
Mittwoch, 22. Juni
Mittwoch, 28. September

Viva Luzern Eichhof.
Mittwoch, 15. Juni
Mittwoch, 13. Juli
Mittwoch, 17. August
Mittwoch, 14. September
Mittwoch, 26. Oktober

Viva Luzern Rosenberg.
Freitag, 24. Juni
Mittwoch, 13. Juli
Mittwoch, 17. August
Mittwoch, 21. September
Mittwoch, 12. Oktober

Viva Luzern Staffelnhof.
Donnerstag, 8. September
Donnerstag, 10. November

Viva Luzern Tribschen.
Donnerstag, 9. Juni
Donnerstag, 22. September

Viva Luzern Wesemlin.
Dienstag, 30. August

Wohnen mit Dienstleistungen.
Titlis: Mittwoch, 22. Juni
Rank: Mittwoch, 13. Juli
Aquamarin und Smaragd:
Mittwoch, 17. August
Guggi: Dienstag, 27. September

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.

Anmeldung.

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

Schutzkonzept.

Führungen werden in Kleingruppen und unter Einhaltung der Schutzmassnahmen durchgeführt.

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