

ALTER.sh

Informationen für Einwohnerinnen
und Einwohner über 65
5. AUSGABE SEPTEMBER 2017



ZUHAUSE ALT WERDEN

Palliative Care, Migration
Quartierentwicklung - Quartierbegehung
Agenda

EDITORIAL

DEN TAGEN LEBEN GEBEN – UND NICHT DEM LEBEN TAGE GEBEN

Kein Abschied ist gleich – jeder Abschied ist anders. Meist bedeutet Abschied nehmen, etwas hinter sich zu lassen, etwas verlassen. Jemand oder etwas bleibt zurück. Abschiede sind emotional und traurig. Das Hauptthema dieser Ausgabe heisst «Palliative Care», was mit Sicherheit eine Form von Abschied nehmen beinhaltet. Dass es keine einfache Art ist, sich meist über eine längere Zeit erstreckt und mit viel Trauer und Verarbeitung zu tun hat – das ist allen klar.



WERNER GASSER

Leiter des Alterszentrums Emmersberg

Der begriff Palliative Care ist schon vielen Menschen bekannt. Was er aber genau bedeutet oder eben nicht bedeutet, versuchen wir in dieser ALTER.sh-Ausgabe zu erklären.

Palliative Care (lat. cura palliativa «mit einem Mantel bedecken»; engl. care «Fürsorge, Versorgung, Betreuung, Aufmerksamkeit») ist das international anerkannte Gesamtkonzept zur Beratung, Begleitung und Versorgung schwerkranker Menschen jeden Alters mit einer nicht mehr zu heilenden Grunderkrankung. Es geht hierbei um das Sterben, ist aber mehr als nur eine

Sterbebegleitung – es ist eine Philosophie. Eine Lebensphilosophie oder eben eine Sterbensphilosophie. Der Patient entscheidet darüber, wie und wo er seine letzte Zeit verbringen will. Er entscheidet, ob er lebensverlängernde Massnahmen annehmen will oder ob er eine möglichst schmerzfreie Zeit mit einer möglichst grossen Lebensqualität wählt. Der bekannteste Spruch in diesem Zusammenhang ist: «Wir können dem Leben nicht mehr Tage geben, aber den Tagen mehr Leben». Er trifft genau den Sinn von Palliative Care.

Was sind die Bedürfnisse, welche die Menschen in der letzten Lebensphase haben? Keine Schmerzen zu haben, keine unnötigen Störungen erdulden zu müssen, nicht zu leiden, nichts essen zu müssen, was man nicht mag, liebe Menschen um sich zu haben und Wärme und Zuwendung zu bekommen. Vieles lässt sich problemlos einrichten, einiges nur unter bestimmten Voraussetzungen. Es braucht auf jeden Fall eine komplexe, verstehende Organisation und eine gute Koordination, um den «letzten Wünschen» nachkommen zu können.

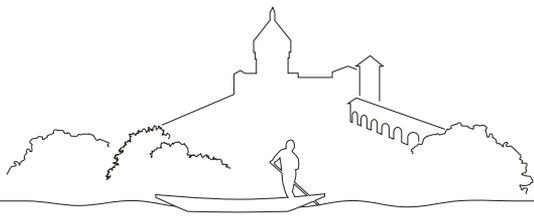
Was ist Palliative Care ohne Angehörige oder Freiwillige? Schwer möglich! Der Bereich dieser nicht professionellen Dienste bekommt eine sehr grosse Gewichtigkeit. Diese Personen sind enorm wichtig für die Sterbenden. Es ist ein grosses Vertrauen zu ihnen da.

Die Betreuungszeit nimmt in den letzten Tagen des Lebens zu und es wird schwierig für die Betriebe, eine Betreuung aufrecht zu erhalten, welche über 24 Stunden geht. Mit den Freiwilligen, mit Personen von Organisationen welche diese Dienste anbieten und Angehörigen kann eine 24-Stunden-Betreuung aufgebaut werden.

An dieser Stelle möchte ich allen, die sich in irgend einer Form in der Pflege und Betreuung engagieren (Angehörige, Freiwillige und auch Personen, welche sich in einer Organisation wie der «Vereinigung zur Begleitung Schwerkranker» arbeiten), meine Hochachtung aussprechen. Auch wenn Sie nicht oft gelobt werden für Ihr Engagement, es ist wirklich sehr wichtig.

Ich nehme auch Abschied und zwar als Redaktor des ALTER.sh. Diese 5. Ausgabe ist meine Letzte, die ich enger begleite. Ich gebe die Redaktionsleitung an Lotti Winzeler ab, welche als Leiterin der Koordinationsstelle die richtige Person für diese Aufgabe ist.

Vielen Dank allen Leserinnen und Lesern, welche sich für den Inhalt des ALTER.sh interessieren und vielen Dank an alle, die sich in irgendeiner Weise beteiligt haben, dass diese Zeitschrift zu einem Erfolg wurde. Bitte unterstützen Sie Lotti Winzeler im gleichen Mass wie mich, so dass der Erfolg weiterhin gewährleistet ist.



PALLIATIVE CARE

STERBEN IST PASSIVE HINGABE

Ein Erlebnisbericht einer freiwilligen Helferin der Vereinigung zur Begleitung Schwerkranker Schaffhausen und Umgebung



Loslassen ist ein lebenslanger Prozess. Anleitungen zum Sterben gibt es nicht, auch keine Strategien oder Gesprächsmethoden. Jede Seele kennt ihren Weg und geht ihn individuell. Körperliche Schmerzen können medizinisch gelindert werden. Ängste und Unsicherheiten am Lebensende bedürfen verständnisvollen Da-Seins und liebevoller Begleitung.

Ich erinnere mich an eine ältere Dame, die schon lange auf den Tod wartete. Eines Morgens, als ich sie nach ihrem Befinden fragte, schrie sie laut: «Ich möchte tot sein, tot, tot, tot...» Es klang verzweifelt und aggressiv. Sterben ist so ähnlich wie einschlafen. Ich habe mich zu ihr ans Bett gesetzt und sie gefragt, ob sie jemals auf autoritären Befehl hin habe einschlafen können? Die Frau verneinte. Da die Patientin innerlich erregt war, blieb ich bei ihr, ohne zu sprechen. Ich habe nur liebevoll ihre Hände gehalten. Sie wurde ruhiger und ruhiger. Plötzlich

kamen von ihr die Worte: «Lieber Gott, hilf mir bitte, bitte ...». Ich war zutiefst ergriffen. Die Stimme der Frau hatte sich verändert. Da war kein «ich will» mehr. Vertrauen war an die Stelle des Willens getreten. Die Patientin hatte sich dem Prozess des Sterbens übergeben und konnte geschehen lassen. Sie ist bald friedlich eingeschlafen.

Jeder Sterbende braucht eine andere Begleitung. Wenn wir geschehen lassen, können wir viele der Bedürfnisse Schwerkranker spüren.
Es kann ein Hände-Halten sein
Eine liebevolle Berührung
Eine aktive Mithilfe bei etwas Unerledigtem
Eine Segnung
Ein Lied
Ein Gebet
Oder nur ein stilles Dabei-Sein,
Ein Mit-ihm-Sein
E.M. (freiwillige Helferin)

VEREINIGUNG ZUR BEGLEITUNG VON SCHWERKRANKER SCHAFFHAUSEN UND UMGEBUNG

Wir bestehen seit 1998 und sind eine gemeinnützige, politisch und konfessionell neutrale Vereinigung. Kostenlos begleiten wir schwerkranke und sterbende Mitmenschen am Tag und in der Nacht.

Wir finanzieren uns über Mitglieder- und Gönnerbeiträge sowie Spenden. Diese Mittel werden ausschliesslich für die regelmässige Aus- und Weiterbildung unserer Freiwilligen sowie für Spesen eingesetzt.

KONTAKTADRESSE

Vereinigung zur Begleitung
Schwerkranker Schaffhausen
und Umgebung
Weinsteig 188
CH-8200 Schaffhausen
Telefon 079 914 05 23
kontakt@vereinigungsh.ch



DORIS GEIER
Einsatzleiterin

SCHWERPUNKTTHEMA

PALLIATIVE CARE

Interview mit der Präsidentin palliative-schaffhausen.ch, Frau Dr. Katja Fischer



Frau Dr. Katja Fischer, Sie sind Palliativmedizinerin, das heisst, dass Sie Menschen in besonderer Weise bis zu ihrem Lebensende begleiten. Können Sie uns eine kurze Beschreibung geben, was Palliative Care bedeutet?

Fischer: Palliative Care bezeichnet die lindernde, ganzheitliche Behandlung, Pflege und Betreuung von «unheilbar Kranken». Wenn eine Krankheit nicht mehr geheilt werden kann, wird «Linderung» und eine gute Lebensqualität umso wichtiger. Darum geht es bei Palliative Care. «Pallium» ist lateinisch und bedeutet «Mantel», er bietet Wärme und Schutz. «Care» ist Englisch und hat viele Bedeutungen: Fürsorge, Betreuung, Pflege, Behandlung und Begleitung. Es braucht viele Helfer, um einen Schwerkranken ganzheitlich zu unterstützen: Angehörige und Freunde, Freiwillige, Pflegende und Ärzte, Therapeuten, Psychologen und Seelsorger. Palliative Massnahmen führen zu einer optimalen Linderung: Wir tun alles, was möglich ist, damit das Leiden «bessert» – und eine Besserung ist immer möglich! Dafür braucht es spezielles Fachwissen aber auch Zeit

für Gespräche, gemeinsame Planung am Runden Tisch und Koordination der Fachleute und Helfer. Als Palliativmedizinerin leite ich das Pallivita Bethanien, ein grosses Hospiz in Zürich, halte Sprechstunden und berate Fachleute.

Können Sie uns sagen, warum Sie für Ihre berufliche Tätigkeit diesen Schwerpunkt ausgewählt haben?

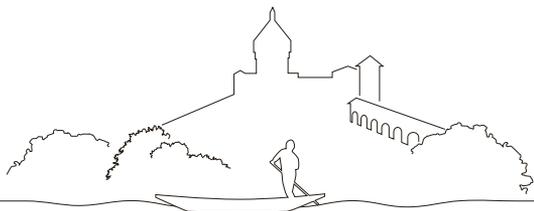
Fischer: Die Betreuung von Menschen am Lebensende wurde in der Spitzenmedizin und im Spital lange Zeit «ausgeblendet». An der Universität lernte ich praktisch nichts zu lindernden Massnahmen. Doch was tun, wenn der Patient seine Schmerztabletten nicht mehr schlucken kann? Was tun bei Atemnot? Bei Verwirrung? Bei Übelkeit? Bei Verzweiflung? In meinen Lehrbüchern stand rein gar nichts über «Linderung» oder darüber wie man Sterbende betreuen soll. Als Assistenzärztin im Spital war ich konfrontiert mit schwer leidenden Patienten und auch mit schlimmen Sterbesituationen – 40% der Menschen sterben bei uns in Spitälern. Zufällig wurde ich «auf die Sterbestation» versetzt. Die Palliativstation in St. Gallen war eine Pionierstation – und ich war tief beeindruckt und begeistert von den Möglichkeiten der Linderung. Die Patienten erhielten dort ihre Lebensqualität und ihre Würde zurück, die sie verloren hatten. Es war phantastisch zu sehen, was man noch alles tun kann, wenn gesagt wird: «Nun können die Ärzte nichts mehr tun». Man konnte immer helfen und lindern, egal wie schlimm es stand. Das wollte ich lernen und diese Unterstützung für alle Betroffenen verfügbar machen. Palliative Care sollte nicht nur in den vereinzelt Palliativstationen und Hospizen «erhältlich» sein, sondern in jedem Spital, in jedem Heim und in jeder Spitex.

Als Ärztin sind Sie zugleich die Vorsitzende des Vereins «palliative-schaffhausen.ch». Welche Anliegen vertritt dieser Verein und was würden Sie sich wünschen?

Fischer: Unser Verein setzt sich dafür ein, dass Palliative Care im Kanton Schaffhausen für alle verfügbar wird, unabhängig von Alter oder Wohnort, von Diagnose oder Betreuungsort. Unser Verein besteht seit 2016 und hat bereits über 70 Mitglieder, alles Gesundheitsfachleute unterschiedlichster Berufe, die sich um Schwerkranken kümmern. Es wird schon viel gemacht, doch überall gibt es noch Lücken in der Palliativversorgung. Ich wünsche mir eine optimale Versorgung von chronisch Kranken, Schwerkranken, Sterbenden und deren Familien, damit das Lebensende würdevoll und friedlich ist. Ein gutes Leben soll bis zuletzt möglich sein.

Momentan arbeitet der Kanton Schaffhausen an der Umsetzung des «Palliative Care Konzeptes für den Kanton Schaffhausen». Können Sie uns die Grundüberlegungen dieses Konzeptes, an dem Sie mitgearbeitet haben, nennen?

Fischer: Das Konzept will Bewährtes möglichst belassen, Bestehendes optimieren und Lücken schliessen. Die Massnahmen des Konzeptes stärken darum v.a. die Grundversorgung und gehen sehr sorgsam mit den Ressourcen um. Schlüsselpersonen der Heime, der Spitexen und der Spitäler werden geschult und beauftragt, Palliative Care in den Institutionen voran zu bringen. Hausärzte, Heimärzte und einzelne Spitalärzte werden in separaten Kursen von Palliativspezialisten geschult, somit sind alle auf dem selben Wis-



sensstand. Ein kleines mobiles Palliativ-Team – bestehend aus Arzt und Pflege – wird gebildet. Es soll zu Hause die Spitexen, Ärzte und Heime bei Bedarf beraten können. Ein weiteres Palliativ-Team wird im Spital gebildet und wird dort Fachleute und Betroffene unterstützen und beraten können. Ausserdem sollen 4–5 Hospizbetten in einem Pflegeheim entstehen. Dort soll ein kompetentes Palliativ-Team aufgebaut werden, mit viel Spezialwissen für Betroffene, die nicht mehr zu Hause betreut werden können, weil sie besonders viel an Unterstützung brauchen, mehr als ein normales Heim leisten könnte. Die Palliativ-Spezialisten sollen die Entwicklung von Strukturen und Qualität voranbringen. Das Schaffen neuer, vernetzter Dienstleistungen braucht viel an übergeordneter Koordination der beteiligten Institutionen und Fachleute. Es braucht Anpassungen nach ersten Schritten und ist ein Prozess, der geleitet werden soll. Dafür wird das ambulante Palliativ-Team auch einen Auftrag für Koordination erhalten. Damit machte man schon in St. Gallen sehr gute Erfahrungen.

Wenn Sie einen kritischen Blick auf das Konzept werfen: «Entspricht es den Erwartungen oder gibt es Bereiche, wo Sie als Medizinerin sagen: Da wäre anderes wünschenswert gewesen!»

Fischer: Das Konzept entspricht ganz den Vorgaben des Bundes. Es sollen neue Strukturen geschaffen werden, Spezialdienste, die Palliative Care überall verfügbar machen. Im kleinen Kanton Schaffhausen musste man natürlich besonders darauf schauen, dass die Massnahmen finanzierbar und damit umsetzbar sind. Ich bin jedoch zufrieden mit dem Konzept. Es wird die Versorgung in Schaffhausen nachhaltig verbessern und ist dennoch kostengünstig! Vor der Konzept-Umsetzung muss noch der Kreditantrag vom Kantonsrat genehmigt werden. An der Umsetzung werden alle Institutionen und sehr viele Gesundheits-

fachleute beteiligt sein. Ich bin zuversichtlich, dass die Umsetzung gelingen wird und die Betroffenen zukünftig die Unterstützung erhalten werden, die sie brauchen und das meist am Ort der Wahl, nämlich zu Hause oder im eigenen Heim.

Ein wesentlicher Bereich in Palliative Care ist die Zusammenarbeit der verschiedenen Berufsgruppen, um dem Sterbenden die bestmögliche Versorgung zu gewährleisten. In vielen anderen Kantonen gibt es so genannte Hospize, also Sterbe-Häuser, die sich spezialisiert haben auf die letzte Phase im Leben eines Menschen. Ist ein solches Haus für den Kanton Schaffhausen denkbar?

Fischer: Die Schaffhauser wünschen sich ein Hospiz. Seit Jahren gibt es immer wieder Bestrebungen ein solches zu gründen, bisher erfolglos, denn der Kanton ist eigentlich zu klein für ein eigenes Hospiz. Dennoch braucht es im Kanton «Hospizbetten». Leider werden Hospize manchmal als Sterbehäuser bezeichnet, was ich falsch finde. Hospize sind Orte des intensiven Lebens und nicht Orte des Sterbens. Im Hospiz kann man auch am Lebensende noch «gut leben». Wenn es aber an der Zeit ist kann man auch würdevoll, selbstbestimmt und «gut» sterben. Spezialisten sind dort verfügbar und tun alles, um ein ruhiges und friedliches Sterben zu ermöglichen. Meist stirbt man «ring», also ohne viel an Schmerzen oder anderen Beschwerden zu leiden. Manchmal zeichnet es sich jedoch ab, dass es schwierig werden kann. Dann braucht es ein «Hospizbett». Dort ist das Personal spezialisiert auf Schwerstkranke, die besonders schwer leiden und eine besonders intensive Behandlung und Pflege brauchen. Ins «Hospiz» kommen Patienten aus dem Spital, wenn die Behandlung dort abgeschlossen und eine weitere Betreuung weder zu Hause noch im Pflegeheim möglich ist. Auch können Schwerstkranke, die zu Hause plötzlich nicht mehr genügend

versorgt werden direkt ins Hospiz eintreten. Ob man in einer Krise lieber ins Spital soll oder direkt ins Hospiz, das entscheiden die Spezialisten zusammen mit dem Betreuungsteam vor Ort und den Betroffenen. Ein Aufenthalt im Hospiz ist nämlich nicht für alle Sterbenden vorgesehen. Nur für Kranke, deren schweres Leiden anderswo nicht genügend gelindert werden kann. Hospize sind also «Intensivstationen für Leidenslinderung» und keine Sterbe-Häuser, wo nichts mehr gemacht werden kann.

Eine persönliche Frage zum Schluss: Hat die tägliche Beschäftigung mit dem Sterben Ihre Sichtweise auf das Leben verändert?

Fischer: Ja, es macht mich zufrieden. Täglich werde ich daran erinnert, dass unser Leben endlich ist und erfahre immer wieder von Neuem, was den Menschen am Ende des Lebens wichtig ist: Beziehung, Freundschaft, gute Lebensqualität, Natur, Spiritualität, Musik, Humor... Jedem ist etwas Anderes wichtig. Es entstehen täglich echte, tiefgründige Begegnungen mit dem Gegenüber, die mich viel Lernen über das Leben, über das Sterben und über die Menschen. Es ist ein Privileg mit Sterbenden und deren Angehörigen sprechen zu dürfen und sie zu begleiten. Und es macht mich froh, wenn ich erlebe, dass Leiden gelindert werden kann.

Das Interview führte Wolfram Kötter.



WOLFRAM KÖTTER
Beauftragter für Palliativ Care
Kantonalkirche Schaffhausen

PALLIATIVE CARE

ALTERSZENTRUM EMMERSBERG

Unter der Leitung des Gesundheitsamtes erstellte der Kanton Schaffhausen das Palliative Care Konzept. Ich selbst durfte in der Arbeitsgruppe mitarbeiten und mich einbringen. Neben mir waren noch fünf weitere Vertreter von Heimen und der Spitex in der Gruppe. Trotz dieser hohen Zahl an Fachpersonen der Basis wurden hauptsächlich Themen gewälzt, welche die Ärzte und insbesondere diejenigen des Kantonsspitals betrafen.

Es wurden viele Fragen zum Status der Pflegebedürftigkeit und zur Klassifizierung der Patienten besprochen, auch über die Ausbildungsniveaus der Pflegenden, der Ärzte und des Betreuungspersonals. Da kamen mir folgende Fragen auf: Spielt es eine Rolle, ob es ein A- oder ein B-Patient ist? Kann ein Ausbildungs-Niveau eine Aussage über eine gute Pflege machen? Oder ist es nicht schlussendlich die Beziehung und das Vertrauen zu den Menschen oder zu einer Institution?

Ich habe mich schon vor vielen Jahren mit dem Thema Palliative Care befasst. Damals leitete ich das Altersheim Steig und es war mir ein grosses Anliegen, die Mitarbeitenden auf das Thema aufmerksam und sensibel zu machen, zu schulen und ein Angebot für interessierte Patienten bereit zu stellen. Das kam nicht einfach so. Es gab damals eine Phase, wo wir einige schwerst- kranke Patienten vom Spital zugewiesen erhielten, welche den Wunsch hatten, bei uns zu sterben. Daraus folgerte ich, dass wir vermutlich etwas richtig gemacht hatten und veranlass- te die Schulung. Als ich das Angebot "Palliative Pflege" offiziell ausschrieb und das Angebot auch publik machte, wollte kaum mehr jemand das Angebot nutzen. Dies stimmte mich nachdenk- lich.

Ich zog meine Schlüsse daraus: Men- schen mit einer schweren Krankheit möchten gut betreut sein. Im Innern

wissen sie, dass sie sterben werden, möchten aber nicht täglich daran erin- nert werden.

Den Prozess, dass sich Schwerst- kranke eingestehen konnten, dass sie ster- ben werden, erlebte ich meist als sehr schwierig und langwierig. Wenn der sterbens- kranke Mensch die Endlich- keit verdrängt und sich damit nicht auseinandergesetzt hat – obwohl er sich in seiner letzten Lebensphase befindet – war es unmöglich mit ihm über die Gestaltung des Sterbeprozesses zu reden.

Palliative Care wird in unseren Lang- zeitinstitutionen schon lange wahrge- nommen. Dank der Anerkennung, dass dieser Bereich einen eigenen Lehrstuhl beinhaltet und Weiterbildungen für alle Fachkräfte als auch für Freiwillige angeboten werden, können wir in Zu- kunft gezielter die Fort- und Weiterbil- dung unseres Personals wahrnehmen. Wir werden im Alterszentrum Emmers- berg jeden schwerst- kranken Menschen seinen persönlichen Bedürfnissen entsprechend behandeln, so dass es ihm wohl ist, dass seine Schmerzen

möglichst gelindert werden können und dass er eine möglichst grosse Le- bensqualität hat. Es ist uns ein grosses Anliegen, dass wir unsere Bewohne- rinnen und Bewohner nach Möglich- keit bei uns bis zum Ende begleiten können in ihrer gewohnten Umgebung zusammen mit ihren Angehörigen. Wir werden den Entscheid aber akzeptie- ren und die grösstmögliche Unter- stützung anbieten, wenn jemand zuhause oder in einer qualifizierten Palliativ- Pflegeinstitution seine letzten Tage verbringen will.



WERNER GASSER
Leiter Alterszentrum Emmersberg





PALLIATIVE CARE

ALTERSZENTRUM KIRCHHOFPLATZ

Begleitung der Angehörigen in Palliativ-Situationen

Die Palliative Care umfasst die Betreuung und die Behandlung von Menschen mit unheilbaren, lebensbedrohlichen und/oder chronisch fortschreitenden Krankheiten. Ihr Schwerpunkt liegt in der Zeit, in der die Behandlung der Krankheit als nicht mehr möglich erachtet wird und kein primäres Ziel mehr darstellt. Es wird angestrebt Patientinnen und Patienten eine ihrer Situation angepasste optimale Lebensqualität bis zum Tode zu gewährleisten und die nahestehenden Bezugspersonen angemessen zu unterstützen.

Ausgangslage: Die Angehörigen einer verstorbenen Bewohnerin konnten in einem abschliessenden Gespräch über die Begleitung in der Palliativ Situation Auskunft geben. Das Abschlussgespräch wird im Alterszentrum Kirchhofplatz (AZK) durch die Zentrumsleitung, Pflegedienstleitung oder Assistenz Zentrumsleitung geführt. Nachfolgend ein Beispiel.

AZK: Wir kondolieren Ihnen ganz herzlich zum Verlust Ihrer Mutter. Wie haben Sie die letzten Tage erlebt?

T.M: herzlichen Dank. Wir haben uns gut betreut gefühlt und konnten alles Wesentliche im Vorfeld besprechen, sowohl mit unserer Mutter als auch mit den Zuständigen des Alterszentrums.

AZK: Somit konnte alles im Sinne Ihrer Mutter und gemäss Patientenverfügung umgesetzt werden?

T.M: Die Patientenverfügung war sehr hilfreich, so konnten wir im Sinne unserer Mutter entscheiden und wussten immer was sie sich wünscht.

AZK: Wie wertvoll war für Sie das Familiengespräch mit der Stationsleitung?

T.M: Unsere Mutter fühlte sich von Anfang an im Alterszentrum zu Hause und konnte noch einige Zeit an den Aktivitäten im Hause teilnehmen. Als sich ihr Gesundheitszustand verschlechterte thematisierten wir in einem gemeinsamen Familiengespräch in welcher Form wir in der terminalen Phase mit einbezogen werden möchten. Es war uns sehr wichtig, dass wir in der Sterbephase bei unserer Mutter sein konnten. Die Mitarbeitenden der Pflege haben uns auch sehr gut betreut und eine schöne Atmosphäre geschaffen.

AZK: Sie hatten dadurch genügend Zeit zum Abschied nehmen?

T.M: Ja wir hatten die Zeit zum Abschied nehmen und unsere Mutter los zu lassen. Bei den Mitarbeitenden bekundeten einige Mühe damit, dass unsere Mutter im Sterben liegt, da sie doch auch eine Beziehung zu ihr aufgebaut hatten.

AZK: Deshalb benötigten die Mitarbeitenden auch Zeit zum sich von ihrer Mutter zu verabschieden, können Sie dies verstehen?

T.M: Als uns bewusst wurde, dass die

Mitarbeitenden das Bedürfnis verspürten sich von unserer Mutter zu verabschieden, berührte uns dies sehr und wir verstanden wie nahe die Mitarbeitenden unserer Mutter waren.

AZK: haben Sie noch Fragen zum weiteren Vorgehen?

T.M: Wir haben das Merkblatt erhalten und sind über die nächsten Schritte informiert, danke. Wie läuft es mit den Kosten für das Zimmer und der Räumung?

AZK: Sie bezahlen die Kosten für das Zimmer bis Sie das Zimmer geräumt und freigegeben haben. Mit der Unterschrift auf dem Formular, Zimmerfreigabe durch Erbberechtigte, erklären Sie sich damit einverstanden, dass alles was im Zimmer zurück bleibt, durch das AZ kostenpflichtig entsorgt werden kann.

T.M: Wir bedanken uns für die gute Pflege und Betreuung unserer Mutter bis zum Schluss und möchten der Abteilung gerne eine Znüni offerieren.

AZK: Auch wir möchten uns bei Ihnen bedanken für Ihr Vertrauen in uns und unsere Arbeit und die Wertschätzung für unsere Mitarbeitenden. Wir freuen uns, Sie auch in Zukunft in unserem Hause begrüßen zu dürfen und stehen Ihnen für Fragen und Anliegen jederzeit gerne zur Verfügung.

VERANSTALTUNGEN FÜR DAS ALTER

Schönbühl

www.schoenbuehl-sh.ch

SONNTAG, 15. OKTOBER 2017

14.30 Uhr, Auftritt Geschwister Biberstein

SONNTAG, 5. NOVEMBER 2017

14.30 Uhr, Vortrag «Route 66... Mit dem Post-Töff»

MITTWOCH, 6. DEZEMBER 2017

15.30 Uhr, Live Music Now
17.00 Uhr, Adventsfenster mit Samichlausbesuch

La Résidence

SONNTAG, 5. NOVEMBER 2017

15.45 Uhr, Konzert der Stadtmusik Harmonie Schaffhausen

SONNTAG, 12. NOVEMBER 2017

15.00 Uhr, Konzert des Salon Orchester, Schaffhausen

SONNTAG, 26. NOVEMBER 2017

10.00 Uhr, Ewigkeitssonntag Gottesdienst der ref. Kirche Herblingen

SONNTAG, 3. DEZEMBER 2017

09.00 Uhr, Buurezmorgä mit musikalischer Unterhaltung

SONNTAG, 10. DEZEMBER 2017

15.00 Uhr, Konzert
Esterhazy Ensemble

MONTAG, 25. DEZEMBER 2017

10.15 Uhr, Weihnachtsständli der Stadtmusik Harmonie

DIENSTAG, 26. DEZEMBER 2017

10.00 Uhr, Weihnachtsgottesdienst der ref. Kirche Herblingen

MONTAG, 1. JANUAR 2018

10.30 Uhr, Neujahrsapéro

FREITAG, 2. FEBRUAR 2018

14.00 Uhr, Fasnacht mit Tanz

Alterszentrum Emmersberg

www.alterszentrum-emmersberg.ch

SONNTAG, 1. OKTOBER 2017

15.00 Uhr, Don Yearba – Zaubershow

FREITAG, 3. NOV. 2017

15.00 Uhr, Stubete mit dem Trio Albisgruess

MITTWOCH, 8. NOVEMBER 2017

16.00 Uhr im Huus Emmersberg, 19.00 Uhr im Künzle-Heim, Dia-Vortrag Herr Schuler Thema «Brasilien»

VORTRÄGE FÜR DAS ALTER AUS DER MITTWOCHSERIE

MITTWOCH, 6. SEPTEMBER 2017

19.00 Uhr, Pflanzenheilkunde im Alter, Jörg Egger, Drogist, Kräuter-Drogerie Egger

MITTWOCH, 4. OKTOBER 2017

19.00 Uhr, «Alte Liebe rostet nicht ... und die Sexualität?», Dr. med. Peter Gehring, Psychiater und Sexualtherapeut, www.ziss.ch, Zuzana Schenk, MA Sexologie i.A.

MITTWOCH, 1. NOVEMBER 2017

19.00 Uhr, Reisen, Herr Bättig, Rolf Meier Reisen, Schaffhausen

Regionalgruppe palliative-schaffhausen.ch

www.pallnetz.ch

SAMSTAG, 14. OKTOBER 2017

14.30 Uhr, Weltpalliative-Tag zum Thema Pflegende und betreuende Angehörige, im Zwinglisaal

PALLIATIVE-CAFÉ

Im Zwinglisaal
Austausch für Betroffene, Angehörige und weitere interessierte Personen

MITTWOCH, 08. NOVEMBER 2017

18:00 Uhr, Unterstützung für pflegende und betreuende Angehörige

Quartierentwicklung

www.quartierentwicklung-schaffhausen.ch

SENIORENTREFF SILVANA

JEDEN FREITAG: TREFFPUNKT QUARTIERBÜRO SILVANA – HOCHSTRASSE 291
Von 14.00 bis 17.00 Uhr trifft man sich zum geselligen Beisammensein, zum Kuchen geniessen, zum Spielen ... eingeladen sind alle Senioren. Es finden regelmässig pro Quartal interessante Vorträge zu altersrelevanten Themen statt.

SENIORENRUNDE BREITE

JEDEN DIENSTAG: TREFFPUNKT ALTERSZENTRUM WIESLI
14.00 bis 15.00 Uhr begleiteter Spaziergang – Hinaus – Neuem begegnen
15.00 bis 16.00 Uhr Kaffee – Kuchen – Tischgespräche im Alterszentrum Wiesli. Sie dürfen gerne auch erst um 15.00 Uhr zur Runde stossen.
Schlecht Wetter: 14.00 Uhr Kaffee und Kuchen im Alterszentrum Wiesli.

Am letzten Dienstag im Monat entfällt der Spaziergang. Statt dessen gibt es einen Vortrag jeweils um 14.00 Uhr:

DIENSTAG, 26.09.2017

Google, Wikipedia & Co – Eine Einführung in die wichtigsten Online-Nachschlagewerke, Oliver Thiele (Bereichsleiter Bibliotheken Stadt Schaffhausen)

DIENSTAG, 31.10.2017

Der letzte Lebensabschnitt – Ein gedanklicher Impuls und gegenseitiger Austausch Wolfram Kötter (Pfarrer Zwinglikirche Schaffhausen)

DIENSTAG, 28.11.2017

Heidi – Ein Filmmachmittag mit einem Schweizer Klassiker

BEWEGEN UND BEGEGNEN IM QUARTIER NIKLAUSEN

Jeden letzten Montag im Monat, 14.00 Uhr, Treffpunkt Bushaltestelle Waldfriedhof ca. 1 Stunde lang bewegen, anschliessend Kaffee und Kuchen

Kirchgemeinde Buchthalen

www.ref-sh.ch/buchthalen

THEMENCAFÉ 2017 / 2018

jeweils am Donnerstag, 9.00 Uhr im HofAckerZentrum:

26. OKTOBER 2017

Safari vor der Haustür mit Urs Weibel

23. NOVEMBER 2017

Sicherheit im Alltag mit Cindy Beer

7. DEZEMBER 2017

Fröbelsterne falten mit Hildegard Semadeni

18. JANUAR 2018

Glocken lebendige Klangzeugen mit Walter Rüegg

15. FEBRUAR 2018

Diakonie heute mit Adriana Schneider

NACHMITTAG 60 PLUS

jeweils 14.00 Uhr im HofAckerZentrum
Donnerstag, 9. November 2017
Mittwoch, 13. Dezember 2017
Donnerstag, 11. Januar 2018

MITTAGSTISCH*

jeweils Donnerstag, 12.15 Uhr im HofAckerZentrum:

2. November 2017

7. Dezember 2017

4. Januar 2018

* auch Familien sind herzlich willkommen

Kirchgemeinde Herblingen

www.ref-sh.ch/kg/herblingen

VERANSTALTUNGSORT

jeweils Kirchgemeindehaus, Trüllli-Saal.
Für alle Veranstaltungen ist eine Anmeldung bis eine Woche vorher erforderlich.
Telefon 052 643 15 90

SPIELNACHMITTAGE

Jassen und andere Spiele mit Kaffeepause und Zvieri jeweils am Mittwoch
4. Okt. / 1. Nov. / 6. Dez. 2017 / 3. Jan. 2018, jeweils 14.00 Uhr

MITTAGSTISCH 12.00 UHR

jeweils Mittwoch 27. Sept. / 25. Okt. / 29. Nov. 2017
Unkostenbeitrag: Fr. 12.-/Person

SENIORENNACHMITTAGE

Mittwoch, 18. Okt., 14.00 Uhr
Ferienrückblick 2017 und Ausblick auf die Seniorenferien 2018

TRADITIONELLES HANDWERK

Aus dem Leben eines Steinbildhauers
Mittwoch 15. Nov., 14.00 Uhr

Kirchgemeinden Steig

www.ref-sh.ch/kg/steig

St. Johann –Münster

www.stjohann-muenster.ch

Zwinglikirche

www.zwinglikirche.ch

MITTWOCH, 25. OKTOBER 2017

14.30 Uhr, «Taxi-Dancer», im Zwingli
Die Männer und Frauen mit den roten Hosenträgern sind wieder da. Wir laden Sie ein, zu einem vergnüglichen Tanznachmittag. Roberto Zanolli und seine Taxi Dancer fordern Sie zum Tanz auf und sorgen für gute Stimmung.

Programm mit separater Ausschreibung zu beziehen über die städtischen Kirchgemeinden Buchthalen, Steig, St.Johann-Münster und Zwingli.

SENIORENNACHMITTAGE

jeweils 14.00 Uhr, in der Ochseschüür

MITTWOCH, 27. SEPTEMBER 2017

«Katharina von Bora», Bettina Krause

MITTWOCH, 29. NOVEMBER 2017

14.00 Uhr, «Filmmachmittag», Ochseschüür

MITTWOCH, 6. DEZEMBER 2017

12.15 Uhr «De Samichlaus chunnt»

Adventsfeier mit Mittagessen in der Ochseschüür. Programm mit separater Ausschreibung zu beziehen über die Kirchgemeinde St.Johann-Münster

MITTWOCH, 31. JANUAR 2018

14.00 Uhr, «Aetna und äolische Inseln – Siziliens faszinierende Feuerberge», Ochseschüür, mit Frau Barbara Schudel

MITTWOCH, 28. FEBRUAR 2018

14.00 Uhr, «Handy-Kursnachmittag», Ochseschüür, mit Konfirmandinnen und Konfirmanden

QUARTIERZMITTAG UM 12.00 UHR

Jeden Dienstag (ohne Schulferien) Anmeldung bis Montag 17.00 Uhr, 052 643 31 68 auf Beantworter sprechen oder per Mail n.russenberger@kgvsh.ch

SPIELNACHMITTAG UM 14.30 UHR

Jeden ersten Dienstag im Monat verschiedene Brett und Kartenspiele in geselliger Runde in der Zwinglikirche

LISMERGRUPPE UM 14.00 UHR

Jeden ersten Donnerstag im Monat in der Zwinglikirche

VORMITTAGSKAFFEE 9.00 UHR

jeweils Donnerstag, 14./28. Sept., 12./26. Okt. 9./23. Nov.

7./21. Dez., 11./25. Jan., 8./22. Feb. 2018
Gipfeli und Kaffee in gemütlicher Runde in der Zwinglikirche

Pastoralraum Schaffhausen – Reiat

www.kathschaffhausen.ch

Die Angebote für die Senioren sind vielfältig und stehen allen Interessierten offen. Sie werden regelmässig im Pfarreiblatt «forumKirche» www.forumkirche.ch und in einer halbjährlichen "Seniorenagenda" publiziert.

Rheumaliga Schaffhausen

www.rheumaliga.ch/sh

TREFFEN AUSSER HAUS IM SILVANA

jeweils am Montag 14.00–16.00 Uhr
Hochstrasse 291

DONNERSTAG, 26. OKTOBER 2017

Physiotherapie bei Hüftschmerzen mit Martin Holenstein und Orthopädische Chirurgie bei Hüftproblemen mit Dr. med. Kai-Uwe Lorenz in der La Residence, 19.00 Uhr

Information zu Bewegungskursen und Selbsthilfegruppen Tel. 052 643 44 47

Rotes Kreuz Schaffhausen

www.rotekreuz-sh.ch

FREITAG, 22. SEPTEMBER 2017

Heilkräuter in der Pflege
Miryam Hedinger
9.00–12.00 / 13.30–16.30 Uhr
Kosten CHF 190.–

FREITAG, 3. NOVEMBER 2017

Beschäftigung und Aktivierung
Silke Wahlich
13.30–17.00 Uhr
Kosten: CHF 80.–

Pro Senectute Schaffhausen

www.sh.pro-senectute.ch

BILDUNGS- UND SPORTKURSE PRO SENECTUTE KANTON SCHAFFHAUSEN

Die fortlaufenden Kurse haben am 14. August 2017 wieder begonnen. Die Senioren Agenda 2. Halbjahr 2017 ist am 22. August 2017 in der Jubiläumsbeilage «100 Jahre Pro Senectute» im Schaffhauser Bock erschienen. Zusätzliche Exemplare der Senioren Agenda können Sie unter 052 634 01 30 oder 35 bestellen oder direkt an der Geschäfts- und Beratungsstelle, Vorstadt 54, 8201 Schaffhausen, beziehen.

Tag des Alters

Sonntag, 1. Oktober 2017, 11.00–14.00 Uhr.
Die Taoist Tai Chi Gesellschaft Schweiz lädt zum Brunch ein. Information und Vorführungen um 11.30, 12.30 und 13.30 Uhr im Bistro des Familienzentrums, Kirchhofplatz 19 (altes Schulhaus) 8200 Schaffhausen

Anmeldung: switzerland@taoist.org oder Simone Piatti Tel. 077 470 89 41

PALLIATIVE CARE

PASSAGE SRK LEHRGANG PALLIATIVE CARE

Herr Leu, Sie haben den Lehrgang PASSAGE SRK zum Thema Palliative Care beim Roten Kreuz Schaffhausen besucht (siehe Kasten)

Was war Ihre Motivation zur Anmeldung?

Das Thema Alter und Tod hat mich schon immer beschäftigt und fasziniert. Vor einem Jahr durfte ich dabei sein, als meine Schwiegermutter gehen durfte. Das war eine sehr tiefe und schöne Erfahrung. Jetzt bin ich 58-jährig und bereite mich sukzessive auf meine Zeit nach der beruflichen Tätigkeit vor. Ich möchte mich in einem

anderen Bereich als meiner bisherigen Arbeitstätigkeit, sinnvoll einbringen. Mit dem Lehrgang PASSAGE SRK wollte ich ein umfassenderes Bild zum Thema Alter und Sterben erhalten.

Hatten Sie während dem Lehrgang AHA- Erlebnisse?

Es braucht unendlich viel Geduld, damit die begleitete Person, wenn möglich etwas noch selbst tun kann: das braucht viel Zeit und Einfühlungsvermögen. Viel einfacher wäre es, alles schnell selbst zu erledigen, das führt aber bei den Betreuten zu stärkerer Abhängigkeit, zu vermindertem Selbstwertgefühl und zu einem Gefühl von Ausgeliefertsein.

Wie erlebten Sie den Unterricht und die Gruppe sowie die Kursleiterin?

Ich empfand den Unterricht als sehr lehr- und abwechslungsreich. Theorie, Filme und praktische Übungen wechselten sich ab. In der Gruppe hatten wir es gut. Zum Glück gibt es heute E-Mail und WhatsApp, so werden wir uns weiterhin austauschen. Die Kursleitung war kompetent und motivierend. Sie ging auf Fragen der Teilnehmenden ein.

Sie haben praktische Einsätze geleistet. Erzählen Sie

Ich leistete meine praktischen Einsätze in einem Altersheim, wo ich mich um zwei demente Personen gekümmert habe. Ich habe ihnen beim Essen geholfen und Gesellschaft geleistet. Die hohen Ansprüche ans Essen und die teils negative Grundhaltung der Betreuten haben mich erstaunt. Sie waren allerdings beide sehr dankbar, dass jemand viel Zeit mit ihnen verbringen konnte.

Was war ihr persönlicher Nutzen, was der Nutzen für die betreuten Personen? Und werden Sie das erworbene Wissen weiter anwenden?

Mit dem Lehrgang habe ich ein viel umfassenderes und differenzierteres Bild vom Alter und den physischen und psychischen Beeinträchtigungen erhalten; er hat mich für das Leben von älteren Menschen sensibilisiert. Die betreuten Personen ästimmieren unseren Einsatz meistens sehr, sie freuen sich auf uns und sind dankbar dafür, dass wir uns um sie kümmern. Ich werde mein Wissen bei der «Vereinigung zur Begleitung Schwerkranker» gut anwenden und integrieren können.

Würden Sie den Lehrgang weiterempfehlen?

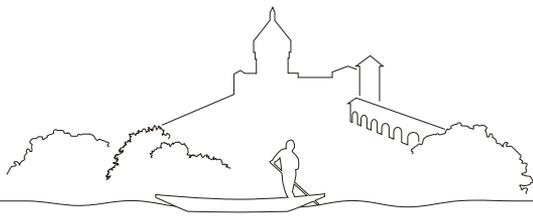
Ja, sehr. Unabhängig davon, ob man in der Pflege arbeitet oder nicht, war der Lehrgang PASSAGE beim Roten Kreuz Schaffhausen für alle 13 Teilnehmenden eine grosse Bereicherung.



PASSAGE SRK LEHRGANG IN PALLIATIVE CARE

- Bereit auf die Begleitung von Schwerkranken und deren Angehörigen vor
- Palliative Care versucht Lebensqualität und Wohlbefinden bis zum Tod zu ermöglichen
- Eine medizinische Vorbildung ist für die Teilnahme am Lehrgang nicht Bedingung – steht allen Interessierten offen

Mehr erfahren Sie auf der Webseite www.rotekreuz-sh.ch oder rufen Sie uns an Telefon: 052 630 20 30



AKTIV BLEIBEN IM ALTERSZENTRUM BREITE

ANGEBOTE FÜR SENIOREN



Im Alterszentrum Breite bieten wir in unseren beiden Häusern Wiesli und Steig ein breitgefächertes Aktivierungsprogramm an. Ob Turnen, Denkspass, Singen oder Spielnachmittage, alle Senioren aus dem Quartier Breite sind herzlich willkommen an diesen Veranstaltungen teilzunehmen. Und warum nicht, nach getaner «Arbeit», sich mit Gleichgesinnten in unserem gemütlichen Restaurant mit einem Kaffee, Tee, einem Stück Kuchen oder gar einem Gläschen Wein wieder zu stärken oder sich einfach zu einem interessanten Schwatz treffen?

GYMNASTIK

Jeweils mittwochs bieten wir Gymnastik-Lektionen an. Unter professioneller Leitung wird aufgewärmt, gedehnt, Gleichgewicht gefördert und Ballspiele gespielt. Man weiss ja, wie wichtig Bewegung ist, denn – «wer rastet, der rostet». Kommen Sie unverbindlich zu einer gratis Schnupper-Lektion vorbei. Wenn's Ihnen gefällt, können Sie bei der Administration ein 10er Abo für CHF 67.– erstehen.

DENKSPASS

Unter der Leitung unserer zertifizierten Gedächtnistrainerin werden mit verschiedenen Übungen die Gehirnzellen aktiviert.

Ob mit Rätseln oder Wortfindungsübungen – die Teilnehmenden werden dazu animiert, sich zu konzentrieren und in lockerer Umgebung geistige Aufgaben zu lösen. Wer Freude am Denken hat, ist zu einer unverbindlichen und kostenlosen Probelektion herzlich eingeladen.

Kosten: 10er Abo CHF 67.–, erhältlich bei unserer Administration.

SINGEN

Beim Singen werden die Stimmbänder wieder mal auf Hochtouren gebracht. Bei Volksliedern oder alten Schlagern lernt man neue Lieder kennen und die Gemütlichkeit kommt sicher auch nicht zu kurz. Kosten: gratis.

RESTAURANT

Das Restaurant ist täglich von 7.30 bis 18 Uhr geöffnet und lädt vor oder nach den Kursen ein zum gemütlichen Beisammensein.

AUF EINEN BLICK

HAUS WIESLI

- Gymnastik: Mittwochmorgen von 10.30–11.30 Uhr
- Denkspass: Jeweils montags von 9.00–9.50 oder 10–10.50 Uhr
- Singen: Donnerstagnachmittag von 15.00–16.00 Uhr

HAUS STEIG

- Gymnastik: Mittwochnachmittag
14–14.50 Uhr (Gruppe «Vital» = anstrengender)
15–15.30 Uhr (Gruppe «Smart» = leichter und kürzer)
- Denkspass: Freitagnachmittag von 14.30–15.30 Uhr
- Singen: Montagnachmittag von 14.30–15.30 Uhr

SPITEX REGION SCHAFFHAUSEN

INFORMATIONEN FÜR MIGRANTINNEN UND MIGRANTEN «WEGWEISEND»

Die Erfahrungen der Familie A. zeigen auf, wie wichtig es ist, dass Hilfe – und Entlastungsmöglichkeiten auch bei Migrantinnen und Migranten bekannt sind.

Die Erfahrungen der Familie A. zeigen auf, wie wichtig es ist, dass Hilfe – und Entlastungsmöglichkeiten auch bei Migrantinnen und Migranten bekannt sind.

Herr und Frau A. kommen aus dem Kosovo und leben seit den 80-iger Jahren in der Schweiz. Sie haben sieben Kinder, zwei leben mit ihren Familien ebenfalls in Schaffhausen. Seit der Pensionierung leben die beiden Rentner bei ihrem jüngsten Sohn. Wie alle Menschen (im Pensionsalter) haben sie auf einige gesunde Jahre gehofft. Doch kurz nach der Pensionierung erkrankte der Vater schwer und musste bald einmal rund um die Uhr betreut werden. Zusammen mit seiner Frau und den beiden Töchtern im Schulalter übernahm der Sohn diese anspruchsvolle Aufgabe. Sie sehen es als Selbstverständlichkeit an sich um die Eltern zu kümmern. Ihr Familienzusammenhalt und auch die Dankbarkeit gegenüber den Eltern sind für sie der Antrieb für diese anspruchsvolle Pflege. Erst nach fast sechs Jahren werden der Zeitaufwand, die zunehmende Erkrankung und nicht zuletzt auch finanzielle Sorgen zu einer enormen Belastung. Zudem kann auch die Mutter immer weniger zur Hilfe beisteuern. Ihr Gesundheitszustand verschlechtert sich zunehmend. Diese Sorgen verursachen immer mehr schlaflose Nächte und gleichzeitig verhindern die strengen Tage das Suchen nach einer tragbaren Lösung. Bis eines Tages die Tochter, beziehungsweise die Enkelin, die in der Zwischenzeit eine Lehre als Fachangestellte Gesundheit absolviert, die Spitex als Lösungsmöglichkeit aufzeigt.

Die Spitex übernimmt nun die tägliche Pflege, informiert über Hilfsmittel und stellt den Kontakt zur Beratungsstelle Gesundheitsförderung her. Nun können viele Fragen geklärt und die richtigen Stellen eingeschaltet werden. Mit dem Sozialdienst der Pro Senectute werden die finanziellen Angelegenheiten geklärt, sowie Antrag auf Hilflosenentschädigung gestellt. Diese Schritte waren eine enorme Erleichterung für die ganze Familie.

Mit dem Fortschreiten der Krankheit wurde eine Heimplatzierung ein Jahr später unumgänglich. Die Angehörigen schätzen die gute stationäre Pflege und sehen, dass sich dadurch der Zustand stabilisiert. An den Wochenenden holt der Sohn den Vater nach Hause damit seine, in der Zwischenzeit betreuungsbedürftige Mutter, ihren Mann sehen kann.

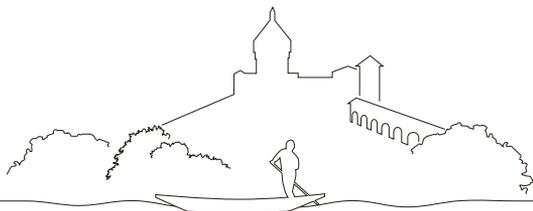


MARIANNE DE VENTURA
Fachstelle Gesundheitsförderung

DER «GESUNDHEITSWEGWEISER SCHWEIZ»

Der «Gesundheitswegweiser Schweiz», ein Ratgeber für Migrantinnen und Migranten, erklärt in 18 Sprachen unser Gesundheitssystem. Ein Ratgeber, der auch für Schweizerinnen und Schweizer hilfreich sein kann. Dieser Ratgeber liegt oft bei den Ärzten auf oder kann bei der Gesundheitsförderung der Spitex angefordert werden.





INTEGRES

RASSISMUS EIN STÜCK WEIT BEKÄMPFEN

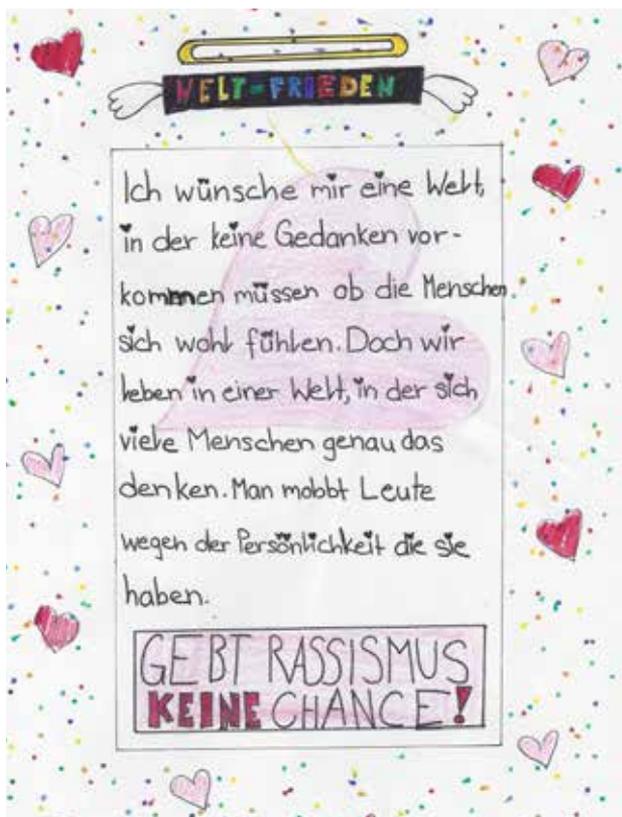
Ausgrenzung und Diskriminierung erfahren Kinder und Jugendliche genauso wie Erwachsene. Aus diesem Grund ist es wichtig das Thema bereits möglichst früh mit ihnen aufzugreifen und die positiven Aspekte von Vielfalt, Andersartigkeit oder Einzigartigkeit anzuschauen.

So wurde von der Integrationsfachstelle Schaffhausen mit einer 5. und 6. Klasse aus Neuhausen am Rheinfall ein Projekt zum Thema Jugend und Rassis-

mus durchgeführt. Mit Fachpersonen nahmen die Kinder an einem Workshop teil. Auf spielerische Weise und in Diskussionen wurde das komplexe Thema in verschiedene Aspekte unterteilt. Es ging um die Vielfalt der Identität, Ausgrenzung und Diskriminierung, Selbstbewusstsein und vieles mehr. Die Kinder erstellten dann Zeichnungen mit Aussagen zu diesem Thema. Dinge, die sie der Welt vielleicht schon lange einmal sagen wollten. Die Zeichnungen wurden während dem ganzen Juli in

verschiedenen Lokalen ausgestellt, so auch in den Alterszentren Emmersberg und Kirchhofplatz. Das Projekt wurde mit Kindern durchgeführt, sollte in einem zweiten Schritt jedoch aus dem Klassenzimmer herausbrechen. Menschen aus ganz verschiedenen Kreisen und Altersgruppen zu erreichen war ein zentrales Ziel dieses Projekts.

ISABELLE VON SIEBENTHAL
Mitarbeiterin Integres



Ich wünsche mir eine Welt, in der Respekt vor einander Standard ist.
Marta, 12.



Ich wünsche mir eine Welt, in der jeder ein Recht auf Freiheit hat



Miko, 12.

INTEGRATIONSFACHSTELLE SCHAFFHAUSEN – INTEGRES

Krebsbachstrasse 61
8200 Schaffhausen
Tel: 052 624 88 67

ÖFFNUNGSZEITEN

Montag 9–11 Uhr, 14–17 Uhr
Dienstag geschlossen
Mittwoch 9–11 Uhr, 14–17 Uhr
Donnerstag 14–17 Uhr
Freitag 14–17 Uhr

oder nach telefonischer
Vereinbarung

ALTERSFREUNDLICHE – QUARTIERE

QUARTIERBEGEHUNG BUCHTHALEN UND EMMERSBERG-GRUBEN

Mitte Mai haben rund 160 ältere Menschen an der 5. Quartierbegehung teilgenommen. Stadtrat Simon Stocker und das Team der Quartierentwicklung hatten dazu eingeladen. Die Altersfreundlichkeit wurde in beiden Quartieren mehrheitlich positiv bewertet.

Wer als älterer Mensch auf dem Emmersberg zuhause sei, schätze die Nähe zur Altstadt, das Angebot des Alterszentrums, den Schlemmersberg und Willis Brotladen, so eine Teilnehmerin. In Gruben trage der Coop als nahe Versorgungsmöglichkeit und informeller Treffpunkt zur Altersfreundlichkeit bei, sagte ein Teilnehmer aus diesem Teil des Quartiers. In Buchthalen sei die medizinische Versorgung das grosse Plus für ältere Menschen, meinte die Mehrheit der Teilnehmenden aus diesem Quartier.



Stadtrat Simon Stocker im Gespräch mit einem Teilnehmer der Quartierbegehung.

Fehlende Fussgängerstreifen, zugesperrte Quartierstrassen, ungenügende Beleuchtung, nur jede halbe Stunde ein Bus ins Stadtzentrum: an der Begehung kam auch Verbesserungsbedarf zur Sprache. Hier wurden die zuständigen Verwaltungsabteilungen bereits aktiv.

MOBILITÄT UND SICHERHEIT

Die Hinweise zu Stolperfallen, fehlenden Fussgängerstreifen und mangelhaften Stiegen oder Handläufen würden geprüft, informierte Baureferentin Katrin Bernath an der Nachfolgeveranstaltung zur Quartierbegehung. Bezüglich Fussgängerstreifen sei es so, dass in 30-er-Zonen üblicherweise darauf verzichtet werde. Einige der Teilnehmenden, die noch Velo fahren, hatten auch auf den schlechten Zustand der Buchthalerstrasse aufmerksam gemacht. Diese werde in den kommenden zwei Jahren saniert, kündigte die Baureferentin an.

«Zuparkierte Quartierstrassen und zu schnelle Autofahrer lösen bei älteren Menschen Unsicherheit aus. Und das schränkt die Lebensqualität ein», machte ein Teilnehmer deutlich, nach-

dem zahlreiche Strassen in diesem Zusammenhang aufgezählt worden waren. Die Stadt wolle gegen zuparkierte Quartierstrassen vorgehen, versicherte Romeo Bettini, der verantwortliche Bereichsleiter an der Nachfolgeveranstaltung. Eine Quartierparkverordnung sei bereits in Arbeit. Und in den genann-

ten Strassen würden die Geschwindigkeitsmessungen intensiviert, kündigte er an. Gleichzeitig machte er auf die Broschüre «Zu Fuss im hohen Alter» aufmerksam. Sie enthalte Tipps, mit welchen Massnahmen ältere Menschen ihr Sicherheitsgefühl erhöhen könnten, so der Sicherheitschef. Die Broschüre kann über die Quartierentwicklung bezogen werden.

Neben vielen positiven Rückmeldungen zur Beleuchtung wurde auch folgende Aussage dazu gemacht: "Sie ist viel zu dunkel und schlecht für ältere Leute". Man wisse bei SH Power von diesem Problem, sagte Tobias Volpon, der verantwortliche Abteilungsleiter an der Nachfolgeveranstaltung. Deshalb werde in den kommenden Jahren eine neue Generation von LED-Lampen eingeführt. Und Orte, wo eine Umrüstung der Lampen dringend sei, könnten schon jetzt der Quartierentwicklung gemeldet werden. Die Beleuchtung an der Wölflinshalde steige immer wieder aus, wurde an der Begehung auch bemängelt. Das sei die Folge von Vandalismus, so Tobias Volpon. Unterdessen haben er und sein Team die dortige Beleuchtung auf LED umgerüstet. Nun sollte sie für Vandalismus weniger anfällig sein.

DIENSTLEISTUNGEN DER POST

Viele Teilnehmende aus dem Quartier Buchthalen äusserten ihren Unmut darüber, dass die Poststelle geschlossen werden soll. Katrin Bernath, welche an der Nachfolgeveranstaltung Stadtrat Simon Stocker vertrat, zeigte Verständnis für diesen Unmut. «Das Thema ist sehr politisch, auf städtischer, kantonaler und nationaler Ebene», so ihre Ausführungen. Der Stadtrat sei im Gespräch mit der Post und setze sich dafür ein, dass kein Leistungsabbau stattfinde, versicherte sie. Und sie verwies auf Onlinedienste, mit denen bspw. das Empfangen



Die Quartierbegehungen stossen jeweils auf grosses Interesse und werden zahlreich besucht.

von Paketen zuhause nach Wunsch gesteuert werden könne. Die Quartierentwicklung organisiert für diesen Herbst eine Einführung in diese Dienste. Bei Interesse erhält man unter Telefon 052 632 56 91 weitere Informationen.

BUSBETRIEB

Die Schaffhauser Verkehrsbetriebe würden in vielen Punkten die Bedürfnisse älterer Menschen beachten, so das Fazit der Mehrheit der Teilnehmenden. Gleichzeitig gab es auch Kritik zum Rhythmus oder der Führung der Linien 4, 5 und 8. Die Betroffenen hatten unterdessen bereits Gelegenheit, ihre Anliegen eingehender mit Timo Wanner

und Christoph Wahrenberger von der VBSH und mit Janina Drews von der Quartierentwicklung zu besprechen. Die VBSH prüft nun mögliche Lösungen.

MÖGLICHKEITEN FÜR AKTIVITÄTEN UND SOZIALE KONTAKTE

«Es gibt viele Möglichkeiten im Quartier aktiv zu sein und Kontakte zu pflegen», brachte eine Teilnehmerin die lange Aufzählung von Angeboten und Veranstaltungen auf den Punkt. Für einige Teilnehmende fehlt aber in Buchthalen ein Treffpunkt. Wie ein solcher aussehen könnte, hat unterdessen eine Interessensgruppe unter der Leitung der Quartierentwicklung an einem ersten Austauschtreffen besprochen.

DER STADTMELDER – EINE NEUE MÖGLICHKEIT, MÄNGEL ZU MELDEN

Mängel, welche Lampen, Strassen, Signalisationen etc. betreffen, können neu auch über die App «mobileSH» und die Anwendung «Stadtmelder» mitgeteilt werden. Weitere Infos hierzu unter www.stadtschaffhausen.ch/Stadtmelder.

WEITERE INFORMATIONEN

Die Stabsstelle Quartierentwicklung gibt gerne detaillierte Auskunft zur Umsetzung der Massnahmen:



BEATRICE LAUBE
beatrice.laube@stsh.ch
Tel. 052 632 56 91



DIE NÄCHSTEN BEFRAGUNGEN

Im Herbst findet die Befragung der Seniorinnen und Senioren statt, die in der Altstadt und in Hemmental leben. Die Einladung hierzu wird per Post verschickt.

Alterszentrum Kirchhofplatz
Kirchhofplatz 15
CH-8200 Schaffhausen
Tel. 052 632 37 00

Alterszentrum Breite
Rietstrasse 75
CH-8200 Schaffhausen
Tel. 052 635 05 05

Alterszentrum Emmersberg
Bürgerstrasse 36
CH-8200 Schaffhausen
Tel. 052 630 46 00

SPITEX Region Schaffhausen
Rietstrasse 73
CH-8200 Schaffhausen
Tel. 052 630 15 15

IMPRESSUM

REDAKTION KOORDINATIONSSTELLE ALTER

KIRCHHOFPLATZ 15

8200 SCHAFFHAUSEN

lotti.winzeler@stsh.ch

TEL. 052 630 15 90

COVERBILD ©BILDERWERKSTATT MARTIN GLAUSER

DRUCK UNIONSDRUCKEREI SCHAFFHAUSEN

AUFLAGE 5800 EXEMPLARE

