

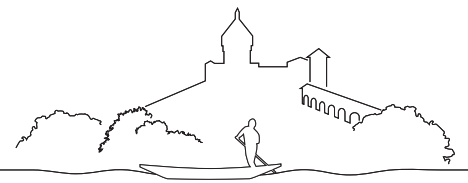
# ALTER.SH

Informationen für Einwohnerinnen  
und Einwohner über 65  
17. AUSGABE  
SOMMER 2024



## ÜBERGÄNGE GESTALTEN

- Vorstellung der Koordinationsstelle
- Entlastungsangebote
- Erfahrungsberichte der Spitex und Partnerorganisationen



### Liebe Leserin, lieber Leser

Sie haben es sicherlich bemerkt: Seit unserer letzten Ausgabe von ALTER.sh ist einige Zeit vergangen. Und ja, Sie haben es richtig in Erinnerung: Der Titel dieser Ausgabe ist der gleiche wie das letzte Mal – Übergänge. Dies ist nicht etwa unserer Fantasielosigkeit geschuldet, sondern Absicht. Denn bei der ersten Ausgabe zum Thema Übergänge ist eine so grosse Fülle an Themen zusammengekommen, dass klar war, dass es dazu zwei Ausgaben geben wird. Und andererseits waren es einige Übergänge im Bereich Alter, die unsere Aufmerksamkeit gefordert haben und uns dazu bewegen, eine Ausgabe zu überspringen. Die Koordinationsstelle Alter steht unter der neuen Leitung von Martina Keller, die den Übergang in ihre neue Aufgabe erfolgreich bewerkstelligt hat – wovon auch zeugt, dass Sie nun die 17. Ausgabe dieser Broschüre in Händen halten. Die

Koordinationsstelle Alter ist bei allen Fragen rund ums Alter für Sie da, auch wenn es darum geht, Wege zu finden, um Übergänge erfolgreich zu gestalten.

Übergänge sind oft mit einem Abschied von Vertrautem verbunden und erfordern ein sich Einlassen auf Neues. Auf neue Personen, eine neue Umgebung, neue Abläufe. Je sanfter ein Übergang gestaltet werden kann, umso weniger wird er von den Betroffenen und ihren Angehörigen als einschneidend empfunden. Wir haben es uns auf die Fahne geschrieben, ältere Menschen und ihre Angehörigen bei ihren Übergängen zu begleiten und zu unterstützen. Nebst unserem Angebot der Koordinationsstelle Alter bieten wir zum Beispiel im Alterszentrum Emmersberg Kurzzeit- und Ferienaufenthalte an – zur Entlastung von pflegenden Angehörigen und um ihnen ein wenig Freiraum zu geben, aber auch zur Unterstützung von alleinstehenden Menschen in ihrer Alltagsgestaltung und damit zur Vorbeugung von Einsamkeit. Ein Übergangsangebot, das die Kurzzeit- und Ferienbewohnerinnen und auch ihre pflegenden Angehörigen stärkt. Auch wenn es die Unterstützung durch die Spitex braucht oder bei einem Eintritt in ein Alterszentrum, helfen unsere engagierten Mitarbeitenden behutsam, den Übergang möglichst sanft zu gestalten. Mehr dazu lesen Sie – nebst vielen weiteren Angeboten – in dieser Ausgabe. Ja, auch herausfordernde Übergänge können neuen Auftrieb geben, können

uns stark machen. In jeder Lebenssituation hilft dabei, nicht alleine zu sein, auf Unterstützung und Begleitung zählen zu können – nicht nur durch Angebote von öffentlichen oder privaten Institutionen, sondern auch von Menschen im persönlichen Umfeld. Halten wir also Augen und Ohren offen und sind wir da für Menschen, die uns brauchen, um einen Übergang zu meistern. Zu erkennen, wenn jemand Hilfe braucht und für einander da zu sein ist das, was unsere Gesellschaft zusammenhält.

Ich wünsche Ihnen eine interessante Lektüre.

Christine Thommen, Stadträtin,  
Sozial- und Sicherheitsreferentin,  
zuständig für den Bereich Alter

#### IMPRESSUM

**Redaktion:** Seraina Rissi, Leitung Bereich Alter; Martina Keller, Leitung Koordinationsstelle Alter; Andreas Schiendorfer, freier Journalist

**Textbeiträge:** Rotes Kreuz Schaffhausen; Krebsliga Schaffhausen; Pro Senectute Region Schaffhausen

**Druck/Layout:** Druckwerk AG, Schaffhausen

**Auflage:** 6269 Exemplare

**Kontakt:** koordinationsstelle.alter@stsh.ch  
Kirchhofplatz 15  
8201 Schaffhausen

## IN DIESER AUSGABE

### Interview mit Martina Keller

«Meine Funktion ermöglicht es mir, Brücken zu bauen» 3-4

### Alterszentrum Emmersberg

Entlastung dank einer familiären Atmosphäre 5-6

### Partnerorganisation: Pro Senectute Region Schaffhausen

Je früher, desto besser – für alle 7

### Alterszentrum Kirchhofplatz

Ein wichtiger Teil unserer Gesellschaft 8-9

### Spitex Region Schaffhausen

Erfahrungsbericht von Felicitas Aadorfer 10-11

### Partnerorganisation: Rotes Kreuz

Vom Bankwesen zur Freiwilligentätigkeit 12

### Partnerorganisation: Krebsliga/SEOP

Übergänge in der Palliative Care 13

### Koordinationsstelle Alter

«Wir sind für sie da und beraten sie gerne» 14-15

### Gut zu wissen

Veranstalter und ihre Angebote 16

# «MEINE FUNKTION ERMÖGLICHT ES MIR, BRÜCKEN ZU BAUEN»

Seit August 2023 leitet Martina Keller die Koordinationsstelle Alter der Stadt Schaffhausen. Vorher ist sie in der Intensivmedizin tätig gewesen. Wie steht Martina Keller zum Thema Übergang? Wie hat sie ihren persönlichen Übergang gemeistert?

**ALTER.SH:** Frau Keller. Das Thema der neuen Ausgabe von ALTER.sh lautet «Wie Übergänge gelingen». Aufmerksamen Leserinnen und Lesern dürfte dieses Motto bekannt vorkommen. Wieso ist es wichtig, dieses Thema ein zweites Mal aufzugreifen und zu vertiefen?

**Martina Keller:** Übergänge begleiten und prägen uns über die gesamte Lebenszeit hinweg. Die Kindheit, das Erwachsenenleben und auch das Alter stellen ganz verschiedene Lebensabschnitte dar und beinhalten für uns alle wichtige und grundlegende Übergänge. Aber auch in

«In schwierigen Situationen da sein zu können, zuzuhören und zu unterstützen und zu begleiten, bedingt zwischenmenschliche Eigenschaften.»

Martina Keller

der Natur sind Übergänge zu finden, in den verschiedenen Jahreszeiten, oder auch der Übergang vom Tag zur Nacht. Wie wir Übergänge wahrnehmen, beeinflussen, gestalten und schlussendlich mit Leben füllen, ist sehr individuell und von der jeweiligen Situation beeinflusst. Meine Funktion ermöglicht es mir, gemeinsam mit meinem Team und dem

gesamten Sozial- und Gesundheitsbereich der Stadt Schaffhausen eine Brücke zu bauen und mit einem sehr breiten Angebot Übergänge bestmöglich zu begleiten und gemeinsam mit allen Beteiligten zu gestalten.

**Tatsächlich besteht das Leben aus lauter Übergängen. Müssen wir generell bewusster mit dem Thema Übergang umgehen?**

**Martina Keller:** Ja, ich denke schon. Die persönliche Auseinandersetzung ist oft geprägt von verschiedenen Gefühlen und einem ganz persönlichen Weg, den man verbunden mit eigenen Erfahrungen und dem aktuellen Übergang wählt. Dies kann ein Loslassen bedeuten, einen Zwischenbereich vom «Alten zum Neuen» und ein «Sich-wieder-Einfinden», wenn der Übergang gemeistert ist. Mir hat es stets geholfen, bewusst und achtsam mit Übergängen umzugehen und sie in meinem Wirken mitzugestalten. Sehr geschätzt habe ich bei gelungenen Übergängen auch immer die wertvolle Unterstützung aus meinem Umfeld, privat wie auch beruflich.

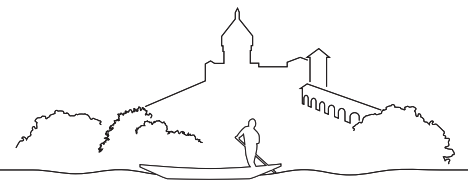
**Mit dem Stellenantritt als Leiterin der Koordinationsstelle Alter der Stadt Schaffhausen ist es im August 2023 auch für Sie selbst zu einem einschneidenden Übergang gekommen. Vorher haben Sie fast 15 Jahre lang auf der Intensivpflege gearbeitet, zuletzt als Leiterin Pflege im Zentrum für Intensivmedizin des Kantons Spitals Winterthur. Was hat Sie zum beruflichen Wechsel nach Schaffhausen bewogen?**

**Martina Keller:** Meine berufliche Neuorientierung stellte einen bewussten, aber



In der Natur, womöglich am Wasser, gelingt der Übergang vom Berufs- zum Privatleben am besten. Foto: zVg

intensiven Übergang dar. Die langjährige Tätigkeit in der Intensivmedizin hat mich immer sehr erfüllt und mir grosse Freude bereitet. Bis zum heutigen Tag stellt sie einen wichtigen Teil meiner Biografie dar, und ich möchte diese Zeit keinesfalls missen. Ich hatte in all diesen Jahren die Möglichkeit zu lernen, zu wachsen und mich beruflich, aber auch privat zu entwickeln. Nach der Pandemiezeit, die mir und meinem Team in der Intensivmedizin viel abverlangt hat, kam der persönliche Wunsch auf, noch einmal einen komplett neuen und anderen beruflichen Weg einzuschlagen. Unter allen möglichen Optionen hat mich meine aktuelle Stelle besonders angesprochen, und ich bin wirklich sehr glücklich mit meiner Entscheidung. Mich persönlich weiterentwickeln und mir neues Wissen aneignen zu können, war und ist sehr wichtig für mich. Ich schätze die Möglichkeiten meiner aktuellen Funktion mitsamt den gebotenen Rahmenbedingungen.



### Welche persönlichen Eigenschaften und Kompetenzen konnten und können Sie als besonders wichtige Pluspunkte in ihre aktuelle Aufgabe einbringen?

**Martina Keller:** Mein intensivmedizinisches Fachwissen wie auch meine generelle Berufs- und Führungserfahrung sind hilfreich bei der Ausübung meiner Funktion. Besonders wichtig – und für mich erfüllend – ist mein Interesse am Menschen und den damit verbundenen individuellen und sehr verschiedenen Lebensumständen. In schwierigen Situationen da sein zu können, zuzuhören und zu unterstützen und zu begleiten, bedingt zwischenmenschliche Eigenschaften. Aber auch im Austausch zu bleiben und wertschätzend miteinander umzugehen, sind wichtige Kompetenzen für mich in der Ausübung meiner Aufgabe.

### Gibt es Teilbereiche, wo Sie persönlich auch noch dazulernen wollen?

**Martina Keller:** Wie bereits erwähnt, ist es mir wichtig, Neues zu lernen und mich weiterzuentwickeln. Deshalb bin in der Koordinationsstelle an der richtigen Stelle. Sie beinhaltet eine Vielzahl an Themen, in denen ich vieles dazu oder neu lernen kann. Dies stellt für mich keine Belastung, sondern eine Bereicherung dar.

### Welche Bilanz ziehen Sie persönlich nach fast einem Jahr in Schaffhausen. Ist der Übergang geglückt – und abgeschlossen? Sie machen jedenfalls einen sehr zufriedenen Eindruck...

**Martina Keller:** Danke. Ja, aus meiner Sicht ist der Übergang geglückt, und ich bin in Schaffhausen tatsächlich sehr zufrieden. Als abgeschlossen würde ich meinen Übergang aber nicht bezeichnen, ich bin auf dem Weg und freue mich auf die kommende Zeit.

### An einer derart anspruchsvollen Stelle gibt es immer einen gewissen Handlungsbedarf. In welchen Bereichen ist er aus Ihrer Sicht am grössten?

**Martina Keller:** Unsere aktuelle Zeit ist, gerade mit Blick auf das Alter, geprägt

von vielen Bereichen und Themen, die gestaltet werden müssen – und gestaltet werden können. Ich freue mich über meine Mitwirkungsmöglichkeit bei diesem Prozess. Beispielsweise in der Erarbeitung und Umsetzung neuer

Freiheit und Horizonterweiterung für mich. Es gibt viele Städte und Länder, die ich sehr mag. Zahlreiche in der Schweiz, aber auch viele im Süden Europas, in Italien, Spanien und Griechenland. Mein Lieblingstiere werden vielleicht

«Mir gefällt die schöne Atmosphäre der Altstadt mit den vielen Plätzen und die offene, freundliche Art der Bevölkerung in Schaffhausen, der geschichtliche Hintergrund, der an vielen Ecken und Gebäuden ersichtlich ist.»

Martina Keller

Konzepte. Zusätzlich sind immer häufiger flexible Lösungen und Ansätze gefragt. Mit diesem Phänomen setzen sich die Verantwortlichen bereits intensiv und umfassend auseinander.

**«Leben im Alter» – so lautet einer der politischen Schwerpunkte der Stadt Schaffhausen. Das ist erfreulich, sagt letztlich aber doch noch wenig aus. Können Sie uns andeuten, worum es dabei geht?**

**Martina Keller:** Die Stadt ermöglicht ein altersfreundliches und selbstbestimmtes Leben, dazu gehört, möglichst lange im gewohnten Umfeld bleiben zu können. Dies wiederum setzt ein breites Angebot an Unterstützungsmöglichkeiten und Veranstaltungen voraus. Auch die Unterstützung von pflegenden Angehörigen und Freiwilligenarbeit gehören im Bereich Alter dazu.

**Zuletzt noch ein paar persönliche Fragen: Liebste Freizeitbeschäftigung? Aktuelle Lektüre? Lieblingstier? Lieblingsfarbe? Lieblingssport? Lieblingsstadt?**

**Martina Keller:** Ich verbringe gerne Zeit in der Natur, gemeinsam mit meiner Familie. Wenn ich dazu komme, bin ich beim Schwimmen oder auf dem Vitaparcours im Wald anzutreffen. Reisen bedeutet

etwas überraschen: Die Seeotter. Sie sind gerne im Wasser und an der Wärme – wie ich. Aber auch unsere Katze ist ein Liebling von mir. Farben mag ich alle sehr gern, aber wenn ich mich entscheiden muss, wähle ich die Farbe Gelb. Sie symbolisiert Licht und Leichtigkeit für mich. Lesen bedeutet mir viel. Alle meine Lieblingsbücher aufzuzählen, würde eindeutig den Rahmen sprengen. Ich kann nicht einmal eine bevorzugte Art der Lektüre nennen. Ich lese gerne Sach- und Fachbücher, aber auch Zeitung und Biografien oder Romane.

**Und was gefällt Ihnen an Schaffhausen und seinen Bewohnerinnen und Bewohnern so gut, dass Sie hier noch viele Jahre arbeiten möchten?**

**Martina Keller:** Mir gefällt die schöne Atmosphäre der Altstadt mit den vielen Plätzen und die offene, freundliche Art der Bevölkerung in Schaffhausen, der geschichtliche Hintergrund, der an vielen Ecken und Gebäuden ersichtlich ist, sowie die Nähe zum Rhein. Die Zusammenarbeit der verschiedenen Bereiche in der Stadt ist geprägt von Wertschätzung und gegenseitiger Unterstützung. Das macht die Arbeit in der Stadt Schaffhausen zu etwas Besonderem.

Interview: Andreas Schiendorfer

# ENTLASTUNG FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE DANK EINER FAMILIÄREN ATMOSPHÄRE

Im Alterszentrum Emmersberg werden Kurzzeit- und sogar Ferienaufenthalte angeboten. So können pflegende Angehörige entlastet werden und erhalten in ihrer anspruchsvollen Pflege und Betreuung willkommenen Freiraum.

Ich werde von Judith Alder, der Leiterin des Alterszentrums Emmersberg, und zwei Mitarbeiterinnen der Abteilung für Kurzaufenthalte im Künzleheim herzlich und mit einem offenen Lachen empfangen – und zunächst einmal durch die ganze Abteilung geführt. Wie ansprechend und freundlich sie gestaltet ist! Die Zimmer sind hell und grosszügig eingerichtet, und der Gemeinschaftsbereich wirkt behaglich und einladend. Man spürt sofort, hier finden Begegnungen statt. Auch der Gartenbereich lädt zum Verweilen ein und ist, der Jahreszeit entsprechend, wunderbar grün. Die an diesem Nachmittag im Kurzaufenthalt anwesenden Personen sitzen gemeinsam mit einer Pflegefachfrau am Tisch. Sie malen und unterhalten sich und lassen sich durch den überraschenden Besuch nicht aus der Ruhe bringen. Die Atmosphäre wirkt gelöst, richtiggehend gemütlich. «Eine familiäre Atmosphäre liegt uns sehr am Herzen», erzählt Sonia Dal Maso, als wir uns zum Gespräch an einen Tisch setzen. «Damit unser Angebot angenommen wird und richtig zum Tragen kommt, ist es wichtig, dass alle sich bei uns wohl und aufgenommen fühlen.» Die hauptsächliche Ansprechperson für Gäste und Angehörige innerhalb des Teams von Harald Hettich weiss, wovon sie spricht. Sie bringt eine langjährige und grosse Erfahrung aus ihrer bisherigen Tätigkeit in den verschiedensten Bereichen des Gesundheitswesens mit sich. Im Alterszentrum Emmersberg ist sie seit 2016 tätig und weiss daher, worauf es ankommt. Die angesprochene familiäre Atmosphäre, welche die Abteilung spürbar prägt, kommt nicht von ungefähr. Sie gründet auf einer bewussten und intensiven Beziehungsarbeit, die Sonia Dal Maso



Blüten aus der Natur erfreuen in doppelter Hinsicht. Zum einen sprechen sie alle unsere Sinne an, zum andern erlauben sie es uns, selbst kreativ aktiv zu sein. Foto: zVg

und das ganze Team aktiv leben und einbringen. Hilfreich ist dabei, dass das Team aus lauter Mitarbeitenden besteht, welche eine Aus- und Weiterbildung im Pflegebereich mitbringen. Die Abteilung verfügt nur über eine begrenzte Anzahl Zimmer, welche der heutigen Nachfrage kaum noch gerecht werden. Die Überschaubarkeit des Teams, aber auch der Abteilung ermöglichen es, zu allen Personen, welche den Kurzaufenthalt in Anspruch nehmen, eine konstante Beziehung aufzubauen und zu erhalten.

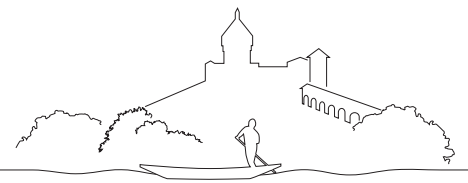
## ANGEHÖRIGE VERDIENEN UNTERSTÜTZUNG

Ein vielseitiges Entlastungsangebot vermag alle Bedürfnisse der betagten Gäste und ihrer Angehörigen abzudecken.

Möglich ist zunächst ein Tagesaufenthalt, doch auch einzelne Übernachtungen und sogar Ferienaufenthalte gehören zum Angebot. Es kann und soll zur Entlastung in Anspruch genommen werden. «Die Angehörigen verdienen unsere Unterstützung», erläutert Sonia Dal Maso. «Pflegende und betreuende Angehörige leisten einen sehr wichtigen und immens grossen Beitrag für die älteren Menschen, das gesamte Umfeld und die Gesellschaft. Insgesamt leistet der Kurzaufenthalt einen Beitrag, der es unseren Betagten ermöglicht, länger zu Hause und in ihrem gewohnten Umfeld zu bleiben.»

Und im Gespräch weist sie auf einen weiteren, nicht zu unterschätzenden Vorteil des Kurzaufenthalts sein: Er unterstützt alleinstehende Personen in

## KURZZEITAUFWENTHALT, ALTERSZENTRUM EMMERSBERG



der Gestaltung ihres Alltags und beugt so deren Einsamkeit vor.

### GEMEINSAME TAGESGESTALTUNG

«Unser Zauberwort heisst: gemeinsam», erzählt die erfahrene Pflegefachfrau, als wir auf den konkreten Tagesablauf zu sprechen kommen. «Wir kochen und essen gemeinsam. Das Miteinander beim Vorbereiten und Einnehmen wird sehr geschätzt.» Nicht weiter braucht betont zu werden, wie wichtig regelmässige, warme Mahlzeiten für das Wohlbefinden der betagten Mitmenschen sind – und wie leicht geht das Essen zu Hause vergessen, weil das Hungergefühl abnimmt oder, schlimmer noch, die Möglichkeiten zum Einkaufen und Kochen nicht mehr gegeben sind.

Das Miteinander beschränkt sich nicht auf das Essen, sondern zieht sich durch den ganzen Tag. Bereichernde Aktivierungsmöglichkeiten sind bei gemeinsamen Spaziergängen im Freien möglich, im Gemeinschaftsraum werden Lieder gesungen, mit Brettspielen auf unterhaltsame Weise das Gedächtnis trainiert, man erfreut sich am gemeinsamen kreativen Gestalten oder wenn einem eine Geschichte vorgelesen wird. «Auch die Teilnahme an allen Unterhaltungsveranstaltungen, welche das Alterszen-

trum anbietet, ist möglich», betont die Emmersberg-Mitarbeiterin.

### FLEXIBILITÄT IST GEFRAGT

Noch einmal kommen wir auf das Betreuungsangebot zu sprechen. Zunehmend sind flexible und auf die jeweilige Situation angepasste Angebote wichtig. Dies bestätigt auch Sonia Dal Maso. «Mit unserem Kurzzeltaufenthalt leisten wir diesbezüglich einen wichtigen Beitrag. So kann ein Tagesaufenthalt zwischen sechs und maximal zwölf Stunden in Anspruch genommen werden. Innerhalb dieser Zeitspanne, aber auch bezüglich des gewünschten Wochentages, bieten wir, wann immer möglich, Unterstützung und entsprechende Möglichkeiten, um einen gelungenen Übergang zu ermöglichen und zu begleiten.»

Für Übernachtungen stehen möblierte Zweibettzimmer mit Bad, Radio und TV zur alleinigen Nutzung zur Verfügung. Ferienaufenthalte werden von fünf Tagen bis maximal zwei Monate pro Jahr angeboten.

Ganz wichtig ist es, die individuellen Bedürfnisse der Kurzzeitgäste und ihrer Angehörigen kennenzulernen. Deshalb nehmen sich die Pflege- und Betreuungspersonen im Falle einer Anmeldung die nötige Zeit für das persönliche Gespräch, um auf alle Anliegen und Fragen

eingehen zu können. Dies geschieht als Team und auch gemeinsam mit der Zentrumsleitung und der Leitung Pflegedienst des Alterszentrums Emmersberg. Die Kosten eines Kurzzeltaufenthalts können der Kostenübersicht des Alterszentrums Emmersberg auf der Webseite entnommen oder auch direkt angefragt werden.

### ARBEIT, DIE FREUDE BEREITET

Zum Abschluss meines Einblicks in den Kurzzeltaufenthalt möchte ich von Sonia Dal Maso wissen, was ihr an ihrer Tätigkeit am meisten Freude bereitet: «Wenn die Personen, welche bei uns sind, gerne zu uns in die Betreuung kommen und sich aufs Wiedersehen freuen. Wenn Freundschaften innerhalb der Gruppe entstehen, und ein Miteinander mit gegenseitiger Unterstützung zustande kommt. Auch eine positive Rückmeldung, ein glückliches Lächeln ist ein schöner Lohn für uns.»

Mit einem Lächeln und vielen schönen und wertschätzenden Eindrücken mache ich mich auf den Weg zurück in die Koordinationsstelle. Was für ein schöner Einblick in die Welt des Kurzzeltaufenthaltes im Emmersberg.

Martina Keller,  
Leitung Koordinationsstelle Alter

Die grüne Umgebung des Alterszentrums auf einem gemeinsamen Spaziergang zu erleben oder auch einmal für einige Momente für sich alleine zu geniessen – das sind schöne Momente des Lebens. Foto: zVg



Blick in ein Zimmer im Alterszentrum Emmersberg: Hier können die Gäste die Hotellerie erleben, werden umsorgt und können doch ihre Selbständigkeit möglichst beibehalten. Foto: zVg



# JE FRÜHER, DESTO BESSER – FÜR ALLE

Pro Senectute Kanton Schaffhausen bietet einen Entlastungsdienst für betreuende Angehörige mit Schwerpunkt Demenz-Erkrankungen an. Er entspricht einem Bedürfnis und wird auch rege in Anspruch genommen – tendenziell aber eher etwas zu spät.

Das Gespräch mit Claudia Bolli, Einsatzleiterin Entlastungsdienst für betreuende Angehörige, und Susanna Fontana-Scherer, Leiterin Hilfen zu Hause, ist lebhaft und spannend und verleitet uns immer wieder, etwas vom Kurs abzuweichen. Vermeintlich. Denn im Sozial- und Gesundheitswesen ist eine ganzheitliche Betrachtungsweise unabdingbar. So kommt man beispielsweise unweigerlich auf die Problematik zu sprechen, dass Betreuung von den Krankenkassen nicht finanziert wird. Menschen mit einer Demenz benötigen in der Regel mehr Betreuung als Pflege. Deshalb müssen die Betreuungskosten von den Betroffenen bezahlt werden. Dank einer Leistungsvereinbarung mit dem Kanton müssen die Kunden nur die Hälfte der Kosten tragen. «Wenn dies immer noch zu hoch ist, kann bei uns ein Finanzierungsgesuch einreicht werden. Ziel ist, dass der Entlastungsdienst für alle zugänglich ist», erklärt Susanna Fontana.

## GUTE AUFGABENVERTEILUNG

Dass Pro Senectute Kanton Schaffhausen eine Betreuung von Menschen mit einer Demenz anbietet, macht Sinn, denn so kann sich der Entlastungsdienst des Roten Kreuzes auf alle übrigen Situationen konzentrieren. «Unsere Mitarbeitenden, im Moment sind es zwölf, verfügen allesamt über Erfahrungen mit demenziell Erkrankten, haben eine Pflegehelfer-Ausbildung und bilden sich auch weiter», betont Claudia Bolli. «Die Angebote ergänzen sich sehr gut.»

Eine Herausforderung kann sein, wenn eine Person allmählich demenziell erkrankt und die Bezugspersonen immer stärker gefordert werden. Da gilt es, den richtigen Moment für den Einsatz des Entlastungsdienstes und allenfalls weitere Angebote zu erkennen. Der richtige Moment, das ist ohnehin das entscheidende Stichwort. «Um einen Menschen



Sie setzen sich für den Entlastungsdienst für pflegende Angehörige ein: Susanna Fontana-Scherer (rechts) und Claudia Bolli. Foto: schi

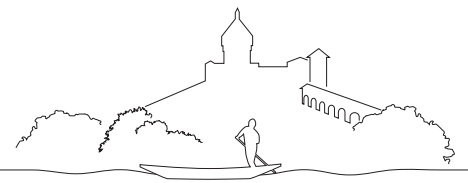
mit Demenz betreuen zu können, muss ein Vertrauensverhältnis aufgebaut werden. Deshalb bieten wir zum Beispiel auch keine einmalige Betreuung an. Das bringt niemandem etwas», erklärt Bolli. «Je nach Verlauf und Stadium der Demenzerkrankung besteht die Gefahr, dass der betreuenden Person Ablehnung entgegengebracht wird. Eigentlich kann man nicht früh genug den Entlastungsdienst ins Spiel bringen.»

## VIELE ERSTKONTAKTE UND NEUKUNDEN

Die Statistiken, die Susanna Fontana vorlegt, bestätigen diese Aussage: Die Einsätze haben wie in den fünf Vorjahren auch 2023 zugenommen und sind jetzt auf rund 1200 Stunden pro Jahr. Sie gehen zum grossen Teil auf langjährige Stammkunden zurück, die mit der betreuenden Person ein vertrauensvolles Verhältnis aufgebaut haben. Im Rahmen des Erstkontakts wird eine Bedarfsabklärung mit allen Beteiligten durchgeführt. Damit erhalten Betroffene, Angehörige und weitere Bezugspersonen

die Möglichkeit, sich für den Entlastungsdienst oder ein anderes Angebot zu entscheiden. Durch die gute Zusammenarbeit steht man in engem Kontakt mit verschiedenen Partnern wie Alzheimer, Spitex-Diensten und Heimen und kann aufgrund der vorhandenen Bedürfnisse die entsprechenden Angebote empfehlen. «Viele Angehörige kommen leider erst zu uns, wenn sie kurz vor dem Zusammenbruch stehen», bedauert Susanna Fontana. «Um die Angehörigen frühzeitig auf die Zusammenhänge aufmerksam zu machen, ist Aufklärung wichtig. Erfolgreich sind wir mit unserem Kommunikationskurs für Angehörige von Demenzerkrankten, welcher im Bereich Bildung & Sport bei Pro Senectute Kanton Schaffhausen angeboten wird.» Das Thema Sensibilisierung der Bevölkerung treibt auch Claudia Bolli um. Sie ist mit grosser Motivation an der Arbeit, dies in der Überzeugung, dass die Entlastung der pflegenden Angehörigen in Zukunft noch wichtiger wird.

Andreas Schiendorfer



# «ALTERSZENTREN SIND EIN WICHTIGER TEIL UNSERER GESELLSCHAFT»

Im Alterszentrum Kirchhofplatz ist es zu einem gelungenen Wechsel gekommen: Simon Kuppelwieser hat die Leitung an Martin Holenstein übergeben. Zum Abschied führten wir mit Simon Kuppelwieser ein Gespräch zum Thema Übergänge.

«Rührend war es anzusehen, als selbst an Demenz erkrankte Bewohnerinnen und Bewohner spontan sich beim Nachbarn einhängten, um zu schaukeln. Manch ergrautes Haupt erinnerte sich an den Text und sang kräftig mit», schreibt Armin Schmidlin in den «Schaffhauser Nachrichten» über das letztjährige Herbstfest im Alterszentrum Kirchhofplatz. Und bei anderer Gelegenheit doppelt er nach: «Der Dank gebührt der Leitung und der Administration genauso wie dem Pflegedienst, der Nachtwache und dem technischen Dienst. Aber auch das Dekorationsteam, die Küchen- und Cafeteriacrew und Ergo- und Physiotherapeuten tragen dazu bei, dass wir uns hier wohl und wie zu Hause fühlen.

Genauso wie das gemütliche Beisammensein in der Cafeteria.» Armin Schmidlin schreibt gerne Leserbriefe, auch kritische, wenn etwas aus seiner Sicht nicht stimmt. Was er mit seinem Dank zum Ausdruck bringt: Im Alterszentrum Kirchhofplatz herrscht derzeit ein hervorragender Teamgeist. Die Bewohnenden spüren das und fühlen sich hier wie zu Hause. Eine solch familiäre Atmosphäre ist jedoch alles andere als eine Selbstverständlichkeit und muss immer wieder neu erarbeitet werden. Um dies nach einer eher schwierigen Phase sicherzustellen, wurde Simon Kuppelwieser von der Stadt Schaffhausen auf den 1. Januar 2019 als Leiter des Alterszentrums ange-

stellt, um – als eine Art Übergangslösung für gut fünf Jahre – mit seiner Erfahrung Ruhe und Stabilität in den Betrieb zu bringen, um den Kulturwandel bei der Leitung von Alterszentren vom Heimvater zum Manager im richtigen Tempo in die richtigen Bahnen zu lenken. «Ich bin nicht der Financier, sondern derjenige, der die Mitarbeiter gerne weiterentwickelt», erklärte er bei Stellenantritt. Er wolle für die Mitarbeitenden und die Heimbewohner stets präsent sein. Und das war er denn auch.

## ZUSAMMENLEBEN VON DREI GENERATIONEN

Von seinen eigenen Leistungen spricht Simon Kuppelwieser nicht gerne, viel lieber von den Alterszentren selbst und seinen Bewohnenden. Erkennt man von aussen vielleicht nur «Betagte», die man kaum zu unterscheiden vermag, so ist die gelebte Praxis eine andere: Je nach Wohnform und Aufenthaltsdauer leben hier bis zu drei Generationen zusammen, mit unterschiedlichen Erfahrungswelten und Bedürfnissen. «Das funktioniert umso besser, wenn dieses Zusammenleben von Toleranz und Respekt geprägt ist», meint Simon Kuppelwieser und betont: «Ein Alterszentrum ist ein wichtiger Teil des Zusammenlebens in unserer Gesellschaft.»

Der Eintritt in ein Altersheim sei immer auch ein Abschied, von den gewohnten Lebensabläufen, vom gewohnten Wohnumfeld. Häufig, wenn auch nicht immer, stelle der Heimeintritt den letzten Umzug im Lebensverlauf dar. Deshalb rät der erfahrene Heimleiter den Schaffhauser Seniorinnen und Senioren, sich bewusst – und möglichst frühzeitig – damit auseinanderzusetzen. Die Frage, «was wollte ich noch erledigen

Simon Kuppelwieser moderiert das traditionelle Herbstfest – mit vielen begeisterten Teilnehmerinnen und Teilnehmern, die wir aber aus Datenschutzgründen nicht zeigen. Foto: zVg





## ALTERSZENTRUM KIRCHHOFPLATZ



Das Alterszentrum Kirchhofplatz an der Stelle des ehemaligen Frauenklosters St. Agnes bildet mitten in der Altstadt eine grüne Oase der Ruhe.  
Foto: zVg

und organisieren», könne eine zentrale Rolle einnehmen und Unsicherheit und Ängste auslösen, wenn man diesem Prozess nicht genügend Zeit einräume. «Je besser man vorbereitet ist, desto selbstbestimmter und geplanter kann nachher der Übergang erfolgen.»

Auch von der städtischen Altersbetreuung her betrachtet, ist man bestrebt, diesen einschneidenden Schritt sensibel zu begleiten, abhängig von der Eintrittsart und unter Einbezug des familiären und sozialen Umfelds der neuen Heimbewohner. Je mehr Vorlaufzeit besteht, desto einfacher ist es.

Allerdings kommt es – wegen der auch von der Stadt Schaffhausen unterstützten Tendenz, möglichst lange in den eigenen vier Wänden zu wohnen – immer häufiger zu ungeplanten, notfallmässigen Heimeintritten, die für alle Beteiligten stets eine besondere Herausforderung darstellen. «In solchen Momenten ist es besonders wichtig, dass es gelingt, eine Vertrauensbasis zu schaffen, mit den Betroffenen, dessen

Umfeld und allen involvierten Bezugspersonen», betont Kuppelwieser – und auch hier verläuft der Prozess einfacher, wenn sich die Betroffenen schon einmal mit dem Thema Heimeintritt befasst hatten.

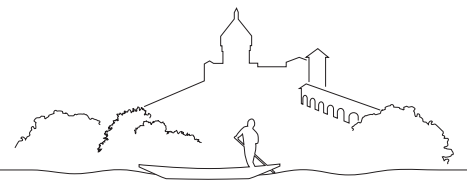
Eine Stütze ist es, wenn die Abläufe des Heimeintritts möglichst strukturiert erfolgen, etwa mit klar definierten Bezugspersonen, aber auch mit Gesprächen vor – und eben auch nach dem Eintritt. Es kann hilfreich sein, den Eintritt auch aus der Rückschau noch einmal zu beleuchten – was war hilfreich? Wo hat etwas gefehlt? Wo gibt es weiterhin Unterstützungsbedarf? So lernt man sich besser kennen, so wird Vertrauen gefördert.

### PENSIONIERUNG ALS ÜBERGANG

Auch für Simon Kuppenwieser hat im Frühjahr ein neuer Lebensabschnitt begonnen. Nach zwei Monaten der Übergangszeit mit der Einarbeitung seines Nachfolgers Martin Holenstein muss er sich und sein Leben neu ausrichten. Nun kommt ihm zugute, dass er sich von

Berufs wegen immer wieder mit diesem Thema zu befassen hatte und beispielsweise ganz bewusst immer wieder die eigene Komfortzone verlassen hat. Ihm war stets wichtig, sich selbst zu hinterfragen und sich dadurch noch besser kennenzulernen, mit allen Stärken und Fehlern. Zentral ist dabei das Gespräch mit seinem privaten Umfeld, die Absprache mit seiner Familie. Was er in den nächsten Monaten genau machen wird, lässt er noch offen: «Ich will Zeit mit meiner Familie verbringen, in der ersten Zeit bewusst nichts machen und dann Ferien zu planen.» Aber genauso, wie er sich für den nächsten Lebensabschnitt geistige und körperliche Gesundheit wünscht, ist ihm klar, dass er sich weiterhin als Teil der Gesellschaft einbringen möchte. Mit anderen Worten: Man wird Simon Kuppenwieser in der einen oder anderen Form wieder begegnen. Und darauf freuen wir uns.

Martina Keller,  
Leitung Koordinationsstelle Alter



# «LEBT NICHT NUR IN DER ZUKUNFT, SONDERN LEBT AUCH DEN AUGENBLICK»

«Ich habe meinen Mann so lange als möglich allein betreut, nun aber bin ich sehr froh um die Unterstützung des Spitex-Teams Herblingen», erklärt Felicitas Aadorfer. Sie ist ein Beispiel von vielen. Die Spitex Region Schaffhausen betreute 2023 über 1300 Klientinnen und Klienten – mit Empathie und Engagement.

«Wir müssen unser Gespräch nun beenden», sagt Felicitas Aadorfer freundlich, aber bestimmt. Gleich komme eine Nachbarin auf Besuch, damit sie selbst Zeit finde, um das Grab ihres Sohnes auf dem Waldfriedhof zu besuchen. Die 83jährige Frau heisst nicht Felicitas Aadorfer, aber das gewählte Pseudonym macht Sinn: Vor über 50 Jahren ist die junge Familie berufsbedingt aus dem Kanton Thurgau nach Schaffhausen gezogen, und Felicitas macht einen ausgesprochen glücklichen und freundlichen Eindruck. Dies ist alles andere als selbstverständlich, denn sie musste mehrere Schicksalsschläge verkraften.

## UNGLÜCK SCHWEISST FAMILIE ZUSAMMEN

Der härteste war wohl der frühe Unfalltod des Sohnes. Darauf gehen wir im Rahmen dieses Gesprächs über die Spitex nicht näher ein, doch man merkt: Durch dieses Unglück ist die Familie noch näher zusammengerückt. Familie, das sind zwei in Schaffhausen und Löhningen lebende Töchter, das sind fünf inzwischen erwachsene Enkelinnen und Enkel. «Sie kommen uns oft besuchen», so Felicitas. «und sie sind immer da, wenn wir sie brauchen.»

Sie selbst hat sich in ihrem Leben fast ausschliesslich auf ihre Familie konzentriert, dies umso mehr als sich ihr Mann, nennen

wir ihn Rudolf, im Laufe der Zeit vom Maschineningenieur zum Personalsachverständigen umschulte. Sie gönnten sich eine herrliche Atriumwohnung in Herblingen an bevorzugter Lage, das heisst mit schöner Aussicht, in der Nähe der öffentlichen Verkehrsmittel und vor allem mit Nachbarn, mit denen sie bestens auskommen.

«Viele unserer Reise- und Ferienwünsche hoben wir uns auf die Zeit nach der Pensionierung auf. Wir hatten so viele Pläne», sinniert sie nachdenklich. «Wenn ich anderen etwas raten kann, dann dies: Lebt nicht nur in der Zukunft, sondern lebt auch den Augenblick.»

Da Felicitas Aadorfer nicht abgebildet werden möchte, zeigen wir hier drei typische Spitex-Situationen, die in völlig anderen Zusammenhängen gemacht worden sind. Foto: zVg



## SPITEX REGION SCHAFFHAUSEN



Ein freundliches Lächeln der Spitex-Mitarbeiterin hilft immer, auch wenn der Zeitdruck manchmal recht gross ist. Foto: zVg

### DER SCHOCK KURZ VOR DER PENSIONIERUNG

Kurz vor der Pensionierung erlitt Rudolf im Jahr 2002 einen Hirnschlag, erholte sich zwar erstaunlich gut, aber er war nun dauerhaft auf die Unterstützung anderer angewiesen, konnte nicht mehr sprechen, nicht mehr schreiben. Ein klassischer Fall für die Spitex! «Vielleicht, aber ich wollte das nicht», meint Felicitas, «ich wollte und will so selbstständig als möglich sein.» Und dank der Hilfe einiger Freundinnen und Nachbarn funktionierte das Ganze, trotz eines Rückschlags 2011, recht gut. Sie machten Besorgungen für Felicitas oder hüteten für einen Moment Haus und Mann, damit sie selbst rasch in die Stadt gehen konnte. «Wir konnten mit einem Carunternehmen noch einige sehr schöne Reisen miteinander geniessen», blickt Felicitas dankbar zurück und zählt einige Destinationen auf. Rom, Brüssel, Wien, halb Europa eben. Sie arrangierten sich mit der neuen Situation, meisterten gemeinsam diesen Übergang, umso besser als der Gatte abgesehen vom Sprachzentrum geistig wachsam blieb.

### SPITEX BIETET HILFE

Doch 2022 erleidet Rudolf – erstmals – einen epileptischen Anfall, stürzt und bricht sich drei Knochen. Bei der Untersuchung entdecken die Ärzte eine Metastase, ausgehend von der Prostata,

wie sich herausstellt. Die Medikamente, die er gegen Krebs und gegen Epilepsie einnehmen muss, vertragen sich nicht: Rudolf fällt 16 Tage ins Koma, leidet fortan unter dem sogenannten Lyell-Syndrom. Er hat zwar keine Schmerzen und ist durchaus zufrieden, doch die Haut ist verbrüht und droht auszutrocknen, wenn sie nicht regelmässig mit Spezialcremen behandelt wird.

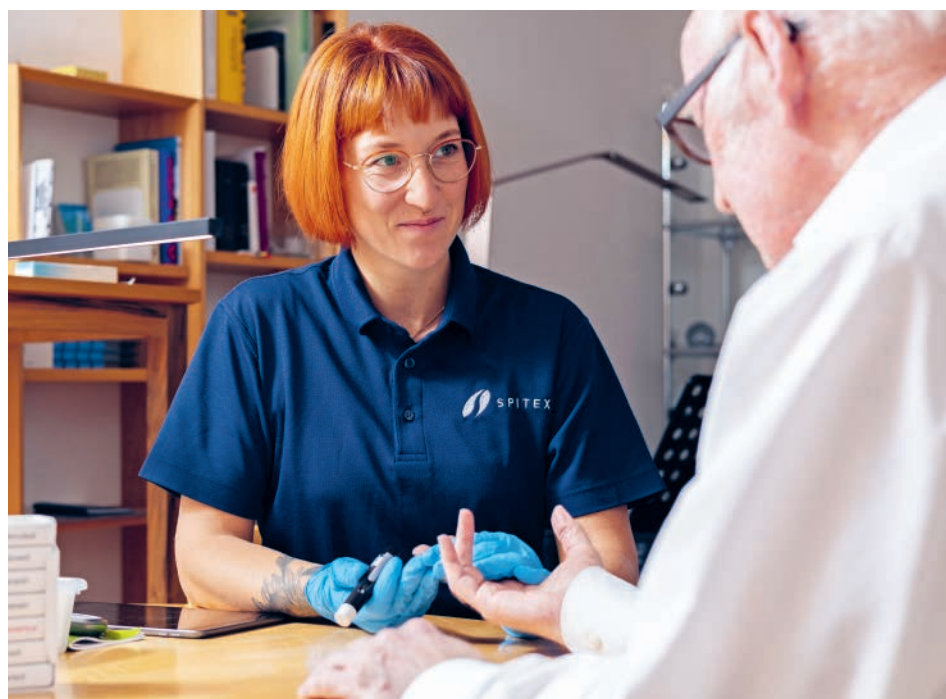
«In dieser Situation habe ich die Spitex

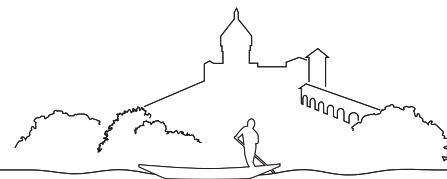
um Hilfe gebeten, und sie war sofort zur Stelle, schnell und unkompliziert», so Felicitas Aadorfer. «Seit rund zwei Jahren, mit einem kurzen Unterbruch, kommt die Spitex dreimal in der Woche, um meinem Mann beim Duschen zu helfen und ihn einzucremen. Und ich schätze es, dass ich nun telefonisch informiert werde, wenn sie einmal etwas später vorbeikommen.» Das Spitex Team Herblingen besorgt also die pflegerische Grundversorgung. Sehr zur Zufriedenheit der Aadorfers – und damit stehen sie nicht alleine, wie die beiden Labels der renommierten terz-Stiftung für hohe Zufriedenheit sowohl der Angehörigen als auch der Klienten beweisen.

Und der nächste Übergang ist vorgespurt, befindet sich doch das seit 56 Jahren verheiratete Paar auf der «La Résidence»-Warteliste. «Das hat aber keine Eile. Wir bleiben so lange wie möglich in unseren eigenen vier Wänden, und dank der Spitex ist das ja möglich», betont Felicitas Aadorfer. «Die Hilfe der Spitex im Haushalt benötigen wir noch nicht. Ich liebe es, neben dem Kochen auch den Haushalt selber im Schuss zu halten.»

Andreas Schiendorfer

Hygiene ist in manchen Situationen wichtig. Darum trägt diese Spitex-Mitarbeiterin (Einweg-) Handschuhe. Foto: zVg





# VOM BANKWESEN ZUR FREIWILLIGENTÄTIGKEIT IM BESUCHSDIENST

Oskar Christian Brütsch, Freiwilliger im Besuchsdienst des Schweizerischen Roten Kreuzes Kanton Schaffhausen, erzählt vom Übergang aus dem aktiven Berufsleben zur ehrenamtlichen Tätigkeit.

Nach einer langen Karriere im Bankwesen, die ihn schliesslich in den Schulbereich – er war Mitglied der Schulleitung im Berufsbildungszentrum Schaffhausen – führte, hat Oskar Christian Brütsch einen gelungenen Übergang vom aktiven Berufsleben zur freiwilligen Tätigkeit vollzogen. Wie kam es dazu? Während seiner Zeit im Berufsbildungszentrum übernahm er verschiedene Personalfunktionen, darunter auch Beratungsaufgaben für Anliegen des Personals und der Lernenden. In dieser Rolle kam er mit lokalen Institutionen für psychosoziale Interventionen in Kontakt, was zu seinem Engagement beim Schaffhauser Roten Kreuz führte. Zu Beginn übernahm er im Sozialen Mentoring eine Begleitsituation, seit 2022 engagiert er sich als Freiwilliger im Besuchsdienst.

Der Übergang vom Berufsleben zum Ehrenamt verlief für Brütsch problemlos und fliessend. Inzwischen spielt die Freiwilligentätigkeit eine bedeutende Rolle in seinem Leben. Sie ermöglicht ihm, seine beruflichen Erfahrungen und Zusatzausbildungen für einen guten Zweck einzusetzen und bedürftigen Menschen im Alltag zu helfen. Wichtig für ihn ist, dass er den Zeitbedarf und Aufwand abschätzen und weitgehendst selbst einteilen kann. Durch das Kursangebot für Freiwillige des SRK Kanton Schaffhausen fühlt er sich in seiner Arbeit unterstützt und gefördert.

Bei seinen Einsätzen erlebt Oskar Christian Brütsch oft besondere und berührende Momente. So besucht er regelmässig eine ältere Dame. Während ihrer Gespräche haben sie festgestellt, dass sie viele Personen gemeinsam kennen und



Freiwillige des Besuchs- und Begleitsdienstes des Schaffhauser Roten Kreuzes bringen Abwechslung in den Alltag alleinlebender Menschen, wecken Lebensfreude und verhindern Einsamkeit. Foto: SRK, Ruben Ung

Brütschs verstorbene Eltern einen langjährigen Kontakt zu einem Bruder der Dame hatten. Ihre Dankbarkeit für seine Unterstützung bereichern sein Leben und stärken seine persönliche Zufriedenheit und Lebensqualität.

Auch Oskar Christian Brütsch engagiert sich freiwillig beim SRK Kanton Schaffhausen. Foto: zVg



Für Personen, die sich auf einen ähnlichen Übergang vorbereiten, betont Brütsch den Wert der Freiwilligentätigkeit als Quelle persönlicher Befriedigung und Bereicherung. Die Möglichkeit, anderen zu helfen, ist für ihn von grossem Wert und gibt ihm die Zufriedenheit, etwas Sinnstiftendes zu tun.

Martina Canonica  
Leiterin Team Marketing / Fundraising  
SRK Kanton Schaffhausen

**SCHWEIZERISCHES  
ROTES KREUZ  
KANTON SCHAFFHAUSEN**

Zweigstrasse 2  
8200 Schaffhausen  
www.srk-schaffhausen.ch  
Tel. 052 630 20 30

# ÜBERGÄNGE IN DER PALLIATIVE CARE

Die Krebsliga Schaffhausen bietet seit 1987 an sieben Tagen pro Woche während 24 Stunden einen spitalexternen Onkologiepflagedienst (SEOP) an. Neu umfasst das Angebot auch einen Mobilien Palliative Care Dienst (MPCD) für nicht onkologische Patienten.

Palliative Care bietet eine ganzheitliche Betreuung für Patientinnen und Patienten mit schweren, lebensbedrohlichen Krankheiten und deren Familien. Die Essenz von Palliative Care besteht darin, die Lebensqualität der Patienten zu steigern, indem sie Symptome lindert, psychosoziale Unterstützung bietet und ihnen ermöglicht, ihr Leben so würdevoll und komfortabel wie möglich zu gestalten, während sie sich auf das Lebensende vorbereiten.

Übergänge in der Palliativversorgung beziehen sich auf den Wechsel des Patienten oder der Patientin von einer Behandlungsumgebung oder -phase in eine andere. Diese Übergänge können verschiedene Formen annehmen, wie beispielsweise von der Spitalbehandlung in die häusliche Pflege, von der aktiven Behandlung zur palliativen Versorgung oder von einer Phase der Krankheit zur terminalen Phase.

Für Menschen bedeuten Übergänge oft Unsicherheit, Angst, Stress und die Notwendigkeit, sich an neue Umgebungen, Routinen und Pflegepläne anzupassen. Diese Veränderungen können sowohl für Patienten als auch für ihre Familienmitglieder emotional belastend sein.

## VIER BESONDERE HERAUSFORDERUNGEN

Herausforderungen bei Übergängen in der Palliativversorgung können sein: Erstens Kommunikationsprobleme zwischen verschiedenen medizinischen Fachpersonen und Pflegediensten, zweitens fehlende Kontinuität der Versorgung und Informationsübermittlung, drittens nicht ausreichende Vorbereitung und Unterstützung der Patienten und ihrer Familien während des Übergangs und viertens mangelnde Ressourcen und Koordination für eine nahtlose Übergangspflege. Die SEOP palliative Schaffhausen hat den kantonalen Auftrag, diese Übergänge

beratend und unterstützend zu begleiten, sowohl in Pflegeinstitutionen als auch im häuslichen Setting.

Zu den zentralen Aufgaben gehört es, Patienten sowie Angehörige im Krankheits- und Sterbeprozess ganzheitlich zu beraten und zu begleiten. Dies geschieht in zahlreichen Gesprächen, in denen auch die Entscheidungsfindung eine wichtige Rolle spielt: Welche medizinische Interventionen möchte der Patient oder die Patientin noch haben, ist bei einer Verschlechterung eine nochmalige Verlegung ins Spital ins Auge zu fassen oder nicht, können die Angehörigen eine Betreuung zu Hause überhaupt noch stemmen und wenn ja, unter welchen Bedingungen... Auch in den Institutionen gehört diese Entscheidungsfindung zu den Aufgaben der SEOP palliative. Gemeinsam wird zum Beispiel an Rundtischgesprächen evaluiert, unter welchen Bedingungen der Bewohner oder die Bewohnerin in der Institution verbleiben können bzw. ob sie später wieder dorthin zurückkehren können und welche fachliche Unterstützung das Behandlungsteam von der SEOP palliative braucht.

Ein weiterer Bestandteil der Arbeit der SEOP palliative ist das Symptommanagement. Beschwerden wie Atemnot, Übelkeit oder Schmerzen werden durch verschiedene medizinische und pflegerische Massnahmen gelindert. Hierbei ist es wichtig, auch die Angehörigen und andere Fachpersonen gut anzuleiten und ihnen so Sicherheit zu geben.

## SPEZIALISIERTES FACHWISSEN

Das Team der SEOP palliative bringt das für diese Aufgaben erforderliche spezialisierte Fachwissen mit. Es setzt sich aus diplomierten Pflegefachfrauen zusammen, welche über eine Zusatzausbildung in Onkologie- und/oder spezialisierter Palliativpflege verfügen und auf eine mehrjährige Praxis zurückblicken können.

Die SEOP palliative arbeitet eng mit anderen Fachpersonen zusammen. Durch die Zusammenarbeit mit Haus- und Fachärzten, Spitalern, Spitex-Organisationen, gemeinnützigen Einrichtungen sowie unter Einbeziehung von freiwilligen Helfern, Freunden, Nachbarn und Seelsorgern kann eine umfassende und professionelle Pflege und Betreuung schwerkranker Menschen sichergestellt werden.

Lea Tanner

Leitung SEOP palliative Schaffhausen

## KREBSLIGA SCHAFFHAUSEN



**Lea Tanner**  
Dipl. Expertin  
Intensivpflege NDS HF  
CAS Palliative Care Level 2



**Iris Oehninger**  
Dipl. Pflegefachfrau HF  
MAS Palliative Care Level C  
Psychoonkologische  
Beratung



**Larissa Kränzlin**  
Dipl. Pflegefachfrau HF  
CAS Palliative Care Level 2

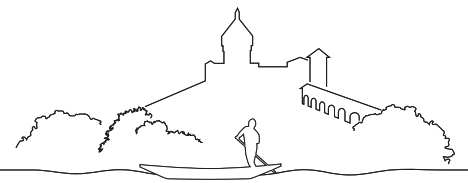


**Cindy Pletscher**  
Dipl. Pflegefachfrau HF  
CAS Palliative Care Level 2



**Nadina Schöpfer**  
Dipl. Pflegefachfrau HF

UNSER SEOP palliative Team ist an 7 Tagen pro Woche während 24 Stunden erreichbar: Tel. 052 742 02 43  
[www.krebsliga-sh.ch](http://www.krebsliga-sh.ch)



# «WIR SIND FÜR SIE DA UND BERATEN SIE GERNE»

Übergang gelungen: Dies gilt auch für die 2018 gegründete Koordinationsstelle Alter am Kirchhofplatz. Sie wird nun von der zweiten Beraterinnen-Generation geleitet – mit Engagement und Empathie, Kompetenz und Vernetzung. Und darum erfolgreich. Für alle.

«Muss das wirklich sein, ein Foto von uns?» fragt Susanna Kuhn-Bührer lachend. Und da sie weiss, dass es vertrauensbildend ist, wenn die Koordinationsstelle ein Gesicht erhält, fügt sie hinzu: «Dann wollen wir im Kiosk zum Fenster hinausschauen, damit die Bewohnerinnen und Bewohner der Stadt Schaffhausen wissen, dass sie bei uns willkommen sind.»

Tatsächlich wird das ebenerdige, reich gefensterete Büro im Haus Kirchhofplatz 15 im Volksmund «Kiosk» genannt – mit dem Unterschied, dass hier vieles gratis ist. «Das Wort 'gratis' will mir allerdings nicht so recht gefallen, es ist irreführend», wirft Martina Keller, Leiterin der Koordinationsstelle seit August 2023, in die muntere Runde. «Die Menschen aus der Stadt Schaffhausen, die mit ihren Anliegen zu uns kommen, können unsere Dienstleistung als städtische Fachstelle zu Recht kostenlos in Anspruch nehmen. Es bereitet uns Freude und Genugtuung, wenn sie sich mit ihrem Anliegen gehört und gesehen fühlen und wir sie aktiv unterstützen können.»

## VIELFÄLTIGE BERATUNGSTÄTIGKEIT

Weshalb wird die Koordinationsstelle aufgesucht? Wohnformen im Alter, Entlastungsangebote für betreuende Angehörige, Unterstützung in schwierigen Betreuungssituationen, Informationen zu Partnerorganisationen und so weiter und so weiter. Isabell Wieland, die dritte Beraterin im Bunde, zieht ein Papier mit den wichtigsten Aufgaben heraus. Ja, es sei nicht ganz einfach, dies alles in wenigen Worten zusammenzufassen, kommentiert sie. Vielleicht geht es umgekehrt besser. Bei welchen Fragen sind sie die falschen Ansprechpersonen? «Es gibt keine», so Isabell Wieland. «Für alle Fragen rund ums Alter sind wir die geeignete Anlaufstelle. Wir müssen nicht alle Lösungen selbst finden, sondern

können die Ratsuchenden an die jeweils zuständige Stelle weiterverweisen.» Ziel des gesamten Teams der Koordinationsstelle ist es, individuell auf die Bedürfnisse angepasst, ein tragfähiges Netz aufzubauen, um möglichst lang ein autonomes Leben zu Hause zu ermöglichen.

«Wir arbeiten mit allen Institutionen gut zusammen, sowohl mit den städtischen wie auch mit den privaten»

Susanna Kuhn-Bührer

Die interprofessionelle Vernetzung ist das A und das O bei Altersfragen, und um die Stadt Schaffhausen ist es diesbezüglich im Moment sehr gut bestellt. Dies bestätigt der Blick in die Runde der Beraterinnen. «Wir arbeiten mit allen Institutionen gut zusammen, sowohl mit den städtischen wie auch mit den privaten», bestätigt Susanna Kuhn-Bührer. «Unser Ziel ist es, für die Bewohnenden der Stadt Schaffhausen stets die bestmögliche Lösung zu finden. Dafür braucht es sämtliche Angebote auf dem Platz Schaffhausen.»

Die starke Drehscheibenfunktion der Koordinationsstelle kommt jedoch nicht von ungefähr, die drei Beraterinnen und insbesondere natürlich Martina Keller als Leiterin investieren ziemlich viel Zeit in die regionale



und nationale Vernetzungs- sowie die persönliche Weiterbildungsarbeit.

## PRIVILEG DES ZUHÖRENS

Viel Zeit von zu wenig Zeit? «Das ist eine Frage der Betrachtungsweise. Nach einer kleinen Aufstockung befinden wir uns in einer vergleichsweise privilegierten Situation», erklärt Martina Keller und ergänzt: «Wir dürfen uns im Gespräch mit den Ratsuchenden die nötige Zeit nehmen. Als ehemalige Pflegekräfte, die wissen, was Zeitdruck bedeutet, schätzen wir es ungemein, dass wir in unseren Beratungen nicht

## KOORDINATIONSSTELLE ALTER

ständig auf die Uhr schauen müssen. Und insgesamt geht die Rechnung wieder auf. Das genaue Zuhören und der Beziehungs- und Vertrauensaufbau sind oft schon wesentlicher Bestandteil der Lösung.» Die Koordinationsstelle Alter – eine eigentliche Erfolgsge-

ins Gesundheits- und Sozialwesen der Stadt Schaffhausen.

### SOLIDARITÄT IST GROSS

Und wenn sie als beinahe wunschlos Glückliche zum Schluss doch noch einen Wunsch anbringen könnten? «Die Stadt

Unterstützungsbedarf aufweisen.» «Mir persönlich ist das Thema Finanzhilfe für pflegende und betreuende Angehörige sehr wichtig», betont Susanna Kuhn-Bührer. Tatsächlich unterstützt die Stadt Schaffhausen pflegende und betreuende Angehörige mit einem beschränkten Einkommen seit Jahren finanziell. Dies als Zeichen der Wertschätzung dieses sehr grossen und wertvollen Engagements. «Die Finanzhilfe wird aber noch viel zu selten genutzt. Diesbezüglich müssen wir weitere Informationsarbeit leisten.»

«Das Beraten, Begleiten und Unterstützen in allen Fragen zum Thema Alter ist für uns keine Pflichtaufgabe, sondern ein echtes Anliegen.»

Martina Keller

Die Nachbarschaftshilfe wird ebenfalls von der Koordinationsstelle Alter betreut, weiss Isabell Wieland zu berichten. Mit rund 60 Freiwilligen und fünf Einsatzleitungen der einzelnen Quartiere wird hier die Solidarität zwischen den verschiedenen Generationen vorbildlich gelebt. Ganz nach dem Motto «vom Quartier fürs Quartier». «Generell ist eine grosse Solidarität zwischen den Generationen spürbar. Dies zeigt sich in unserer täglichen Arbeit wie auch in politischen Diskussionen», meint Martina Keller, und betont abschliessend noch einmal. «Das Beraten, Begleiten und Unterstützen in allen Fragen zum Thema Alter ist für uns keine Pflichtaufgabe, sondern ein echtes Anliegen. Wir machen das sehr gerne: Der Kiosk ist offen.»

Andreas Schiendorfer



Susanna Kuhn-Bührer, Martina Keller und Isabell Wieland (von links nach rechts) haben ihren "Koordinationsstellen-Kiosk" am Kirchhofplatz 15 geöffnet. Foto: schi

schichte? «Wir als Team sind dankbar um unser Miteinander, den respektvollen Umgang und die gegenseitige Unterstützung. Das funktioniert, weil wir als Team gut harmonieren.» Gleichzeitig sind sie sich bewusst, dass sie sehr stark von der Aufbauarbeit ihrer Vorgängerinnen profitieren, und auch von der engen Zusammenarbeit mit erfahrenen Kolleginnen und Kollegen im Bereich Alter und nicht zuletzt von der optimalen Einbettung

Schaffhausen hat unter anderem das "Leben im Alter" als politischen Schwerpunkt definiert. In diesem Zusammenhang wird sich weisen, welche zukünftigen Angebote an Wichtigkeit gewinnen und organisiert werden können», führt Martina Keller aus. «Davon verspreche ich mir viel. Denn immer häufiger sind flexible Lösungen gefragt. Beispielsweise wollen Ehepaare gerne zusammen in das Alterszentrum ziehen, obwohl sie einen unterschiedlichen Pflege- und

# ANGEBOTE UND VERANSTALTUNGEN FÜR DAS ALTER





Die persönlichen Situationen und Interessengebiete werden immer vielfältiger und anspruchsvoller, das Angebot wird immer reichhaltiger.

Bitte nehmen Sie zu den entsprechenden Themen direkt Kontakt zu den jeweiligen Organisationen auf und lassen Sie sich gerne beraten.

-  Gottesdienste
-  Mittagstisch (Bistro/ Restaurant intern & extern)
-  Kaffee und Kuchen (Cafeteria intern & extern)
-  Kunst und Kultur (Museen, Theater, Kino, Filmabend, usw.)
-  Spiel und Spass (Spielnachmittag-/ Abend, usw.)
-  Sport und Bewegung (Walking, Senioren-Yoga, usw.)
-  Bildung und Gestalten (Lesegruppe, Malkurse, Lismmergruppe, Schulungen, Senioren-IT, usw.)
-  Beratung und Betreuung (Betroffene und Angehörige)
-  Ferien und Freizeit (Ausflüge, Urlaub, usw.)
-  Selbsthilfegruppen und Seelsorge




## ALTERSZENTREN

**Alterszentrum Kirchhofplatz**     
[www.alterszentrum-kirchhofplatz.ch](http://www.alterszentrum-kirchhofplatz.ch)  
 Email: [alterszentrum.kirchhofplatz@stsh.ch](mailto:alterszentrum.kirchhofplatz@stsh.ch)  
 Tel. 052 632 37 00

**Alterszentrum Emmersberg**      
[www.alterszentrum-emmersberg.ch](http://www.alterszentrum-emmersberg.ch)  
 Email: [info-aze@stsh.ch](mailto:info-aze@stsh.ch)  
 Tel. 052 632 46 00


**Alterszentrum Breite**     
[www.alterszentrum-breite.ch](http://www.alterszentrum-breite.ch)  
 Email: [info@alterszentrum-breite.ch](mailto:info@alterszentrum-breite.ch)  
 Tel. 052 632 05 05


**La Résidence Alterswohnheim AG**      
[www.laresidence-sh.ch](http://www.laresidence-sh.ch)  
 Email: [info@laresidence-sh.ch](mailto:info@laresidence-sh.ch)  
 Tel. 052 644 82 82

**Kompetenzzentrum Schönbühl**     
[www.schoenbuehl-schaffhausen.ch](http://www.schoenbuehl-schaffhausen.ch)  
 Email: [info@schoenbuehl-sh.ch](mailto:info@schoenbuehl-sh.ch)  
 Tel. 052 630 00 90

## SPITEX

**Spitex Region Schaffhausen**   
[www.spitex-sh.ch](http://www.spitex-sh.ch)  
 Email: [info@spitex-sh.ch](mailto:info@spitex-sh.ch)  
 Tel. 052 632 51 51

**Sanateam**   
[www.sanateam.ch](http://www.sanateam.ch)  
 Email: [info@sanateam.ch](mailto:info@sanateam.ch)  
 Tel. 052 620 31 49

**Pflegeteam 2000**   
[www.pflegeteam2000.ch](http://www.pflegeteam2000.ch)  
 Email: [info@pflegeteam2000.ch](mailto:info@pflegeteam2000.ch)  
 Tel. 052 624 34 83

**Alpha Pflege**   
[www.alpha-pflege.info.ch](http://www.alpha-pflege.info.ch)  
 Email: [alpha-pflege@hin.ch](mailto:alpha-pflege@hin.ch)  
 Tel. 079 830 49 04

## KIRCHGEMEINDEN



### Evangelisch-Reformierte Kirche

**Buchthalen**  
[www.ref-sh.ch/kg/buchthalen](http://www.ref-sh.ch/kg/buchthalen)  
 Email: [sekretariat.buchthalen@ref-sh.ch](mailto:sekretariat.buchthalen@ref-sh.ch)  
 Tel. 052 625 02 03

**Herblingen**  
[www.ref-sh.ch/kg/herblingen](http://www.ref-sh.ch/kg/herblingen)  
 Tel. 052 643 36 89

**St. Johann und Münster**  
[www.ref-sh.ch/kg/sjm](http://www.ref-sh.ch/kg/sjm)  
 Email: [admin.sjm@ref-sh.ch](mailto:admin.sjm@ref-sh.ch)  
 Tel. 052 625 39 42

**Zwingli**  
[www.ref-sh.ch/kg/zwingli](http://www.ref-sh.ch/kg/zwingli)  
 Email: [zwingli@ref-sh.ch](mailto:zwingli@ref-sh.ch)  
 Tel. 052 643 31 68

**Steig**  
[www.ref-sh.ch/kg/steig](http://www.ref-sh.ch/kg/steig)  
 admin.steig@ref-sh.ch  
 Tel. 052 625 38 56


**Röm.-kath. Kirchgemeinde Pastoralraum Schaffhausen Reiat**  
[www.kath-schaffhausen-reiat.ch](http://www.kath-schaffhausen-reiat.ch)  
 Email: [landeskirche@sh.kath.ch](mailto:landeskirche@sh.kath.ch)  
 Tel. 052 630 10 60



**St. Konrad**  
 Email: [st.konrad@pfarreien-schaffhausen.ch](mailto:st.konrad@pfarreien-schaffhausen.ch)  
 Tel. 052 625 83 78

**St. Maria**  
 Email: [st.maria@pfarreien-schaffhausen.ch](mailto:st.maria@pfarreien-schaffhausen.ch)  
 Tel. 052 625 41 08



**St. Peter**  
 Email: [st.peter@pfarreien-schaffhausen.ch](mailto:st.peter@pfarreien-schaffhausen.ch)  
 Tel. 052 643 31 80




## VERBÄNDE & VEREINE





**Pro Senectute**      
[www.sh.prosenectute.ch](http://www.sh.prosenectute.ch)  
 Email: [info@sh.prosenectute.ch](mailto:info@sh.prosenectute.ch)  
 Tel. 052 634 01 01


**Krebsliga Schaffhausen**     
[www.schaffhausen.krebsliga.ch](http://www.schaffhausen.krebsliga.ch)  
 Email: [b.talamona@krebsliga-sh.ch](mailto:b.talamona@krebsliga-sh.ch)  
 Tel. 052 741 45 45

**Rheumaliga Schaffhausen**    
[www.rheumaliga.ch/sh](http://www.rheumaliga.ch/sh)  
 Email: [info.sh@rheumaliga.ch](mailto:info.sh@rheumaliga.ch)  
 Tel. 052 643 44 47


**Lungenliga Schaffhausen**    
[www.lungenliga.ch/lungenliga-schaffhausen](http://www.lungenliga.ch/lungenliga-schaffhausen)  
 Email: [info@lungenliga-sh.ch](mailto:info@lungenliga-sh.ch)  
 Tel. 052 625 28 03

**Rotes Kreuz Schaffhausen**     
[www.srk-schaffhausen.ch](http://www.srk-schaffhausen.ch)  
 Email: [info@srk-schaffhausen.ch](mailto:info@srk-schaffhausen.ch)  
 Tel. 052 630 20 30





**Kantonaler Rentnerverein Schaffhausen**      
[www.krsh.ch](http://www.krsh.ch)  
 Email: [eeeg1@gmx.ch](mailto:eeeg1@gmx.ch)  
 Tel. 079 475 17 87

**Demenz SH**   
[www.spitaeler-sh.ch](http://www.spitaeler-sh.ch)  
 Email: [demenz-sh@spitaeler-sh.ch](mailto:demenz-sh@spitaeler-sh.ch)  
 Tel. 052 634 34 34

**Alzheimer SH**     
[www.alzheimer-schweiz.ch/de/schaffhausen](http://www.alzheimer-schweiz.ch/de/schaffhausen)  
 Email: [info.sh@alz.ch](mailto:info.sh@alz.ch)  
 Tel. 052 741 60 41

**Benevol Schaffhausen**   
[www.benevol.ch/de/schaffhausen/benevol-schaffhausen](http://www.benevol.ch/de/schaffhausen/benevol-schaffhausen)  
 Email: [info@benevol-sh.ch](mailto:info@benevol-sh.ch)  
 Tel. 052 625 91 11

**Integres**       
[www.integres.ch](http://www.integres.ch)  
 Email: [info@integres.ch](mailto:info@integres.ch)  
 Tel. 052 624 88 67

**Quartierentwicklung**      
[www.quartierentwicklung-schaffhausen.ch](http://www.quartierentwicklung-schaffhausen.ch)  
 Email: [quartierentwicklung@stsh.ch](mailto:quartierentwicklung@stsh.ch)  
 Tel. 052 632 56 91

**Nachbarschaftshilfe**   
[www.stadt-schaffhausen.ch/dienste/101047](http://www.stadt-schaffhausen.ch/dienste/101047)  
 Email: [koordinationsstelle.alter@stsh.ch](mailto:koordinationsstelle.alter@stsh.ch)  
 Tel. 052 632 51 30

**SeniorenUni Schaffhausen**   
[www.senioreuni-sh.ch](http://www.senioreuni-sh.ch)  
 Email: [info@SeniorenUni-sh.ch](mailto:info@SeniorenUni-sh.ch)  
 Tel. 079 772 46 18