

Ein Tag im Tagesheim

Schach spielen? Denksportaufgaben lösen? Oder lieber ein Buch lesen? Am Vormittag regieren im zum Alterspflegeheim Wendelin gehörenden Tagesheim Lust und Laune. Auf den Tischen im geräumigen, von grossen Fensterfronten gerahmten Aufenthaltsraum stehen Schildchen, die festhalten, wo welche Aktivität stattfindet. Die Gäste des Tagesheims setzen sich dahin, wo es ihnen passt. Die Materialien liegen bereit. Im Laufe des Morgens bilden sich um die Tische herum so kleinere oder grössere Gruppen.

Ruhiger Auftakt

Rund zwanzig Frauen und Männer sind es derzeit, die hier je nach Abmachung zwei bis fünf Tage wöchentlich verbringen. Alle von ihnen wohnen in den eigenen vier Wänden und sind dabei auf Unterstützung durch ihre Angehörigen angewiesen. Die Jüngsten sind um die 70 Jahre alt.

Der Tag im Tagesheim startet jeweils zwischen halb neun und halb zehn. In diesem Zeitraum treffen die Gäste ein, einer nach dem anderen, selbständig oder im vom Heim organisierten Kleinbus. Für die Neuankommlinge gibt es zuerst mal einen Kaffee. «Wir starten langsam in den Morgen», sagt Tagesheimleiter Patrick Weber dazu. Alle können so in Ruhe auch innerlich ankommen im Kollektiv des Tagesheims, wo alles etwas anders ist als im vertrauten Zuhause.

Ein grosser Schritt

Wer neu ins Tagesheim kommt, macht damit einen grossen Schritt. «Der Entscheid fürs Angebot Tagesbetreuung fällt nie ganz leicht», so Patrick Weber, «auch den Angehörigen nicht.» Oft warten diese lange zu, bevor sie das Tagesheim zum ersten Mal kontaktieren. Bedenken stehen im Raum: Darf ich meinen Partner/meine Partnerin einfach so weggeben? Und diese/r fragt sich vielleicht: Werde ich nun abgeschoben? All dies muss vor dem Eintritt im Gespräch sorgfältig geklärt werden. Patrick Weber: «Die Be-



fürchtungen sind verständlich, aber unbegründet. Denn eigentlich bietet der Besuch des Tagesheims für alle nur Vorteile: Betreuende Angehörige erhalten Freiraum und finden zu neuem Schwung, und der unterstützungsbedürftige Mensch erhält bei uns vielfältige neue Impulse.» Für Interessierte sind Schnuppertage eine gute Gelegenheit, sich dem Modell Tagesbetreuung anzunähern.

Vom Gesellschaftsspiel bis zum Gedächtnistraining

Nach dem Mittagessen herrscht im Tagesheim eine Stunde Stille. Im Ruhe- raum stehen in langen Reihen bequeme, ausziehbare Sessel bereit, beschriftet mit den Namen der Gäste. Programm gibt es wieder ab zwei Uhr, dann starten geleitete Gruppenaktivitäten, an jedem Tag eine andere: Gesellschaftsspiele am Montag, Bewegungstraining am Dienstag, Gesprächsrunde am Mittwoch, Singen am Donnerstag und Gedächtnistraining am Freitag. Patrick Weber: «Unsere Gäste wählen die Wochentage, an denen sie zu uns kommen möchten, meistens nach dem Nachmittagsprogramm aus. Sie schätzen es, auch nachmittags selbstgewählten Aktivitäten nachgehen zu können. Autonomie ist bei uns ein

hohes Gut.» Wer trotzdem mal nicht mitmachen mag, der kann auch einfach passen, denn die Teilnahme an den Gruppenaktivitäten ist freiwillig. Nach dem gemeinsam eingenommenen Zvieri machen sich die Gäste dann allmählich auf den Heimweg.

Aufnahmebedingungen, Kosten, Dienstleistungen

Voraussetzung für den Besuch des Tagesheims ist ein Arztzeugnis, das die Betreuungs- resp. Pflegebedürftigkeit bestätigt. Die Krankenkassen und die Gemeinde beteiligen sich an den Kosten; der Anteil, der von den Kunden selber übernommen werden muss, beträgt CHF 45.50 pro Tag. Darin inbegriffen sind auch Dienstleistungen wie Medikamentenabgabe, regelmässige Pflegebedarfserhebung sowie leichte Grund- und Behandlungspflege. Ausserdem finden regelmässige Angehörigentreffen statt.

Ausführliche Informationen finden sich auf der Webseite der Institution, und Tagesheimleiter Patrick Weber erteilt gerne telefonisch Auskunft.

Wendelin Tagesheim, Inzlingerstrasse 46, Riehen. Tel: 061 645 22 22; Mail: info@th-wendelin.ch; www.th-wendelin.ch

Wohnassistenten: Zu Hause gut wohnen

Selbstständig und selbstbestimmt wohnen können, bis ins hohe Alter, hat viel mit der gesundheitlichen Situation, aber auch etwas mit guter Planung zu tun. Das von der Fachstelle Alter entwickelte Beratungsangebot «Wohnassistenten» wendet sich deshalb ausdrücklich nicht nur an Menschen, die bereits auf Unterstützung im Wohnalltag angewiesen sind, sondern auch an Angehörige der Generation 60 plus, die ihre Vorstellungen vom guten Wohnen im höheren Alter klären wollen. «Die Pensionierung ist ein geeigneter Moment, um sich diesbezüglich ein paar erste Gedanken zu machen. Dabei kann die Aussensicht einer Fachperson unterstützend wirken», sagt Irene Burri, die auf der Fachstelle Alter für das neue Angebot zuständig ist.

Gemeinsam Lösungen suchen

Ob 65 oder 85 – die Sozialarbeiterin ist für alle da, die so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden leben möchten und deshalb lang-, mittel- oder kurzfristig etwas ändern wollen respektive müssen. Irene Burri arbeitet mit ihnen auf Lösungen hin. Dabei bezieht sie ein schon vorhandenes soziales Netz ein oder beginnt wo nötig ein solches aufzubauen.

Die Problemstellungen sind vielfältig. Manche Personen sind seit drei oder vier Jahrzehnten nicht mehr umgezogen, es fehlt an Erfahrung, wenn es etwa um die Suche nach einer kleineren und hindernisarmen bzw. -freien Wohnung geht. Ratlos stehen manche diesem Unterfangen gegenüber.

Aber vielleicht ist ein Umzug ja gar nicht nötig und das jetzige Zuhause kann besser eingerichtet werden. Aber wie? An wen sich wenden? Und: Was würde das kosten?

Immer wieder stellt sich auch die Frage, ob der Zeitpunkt für den Wechsel ins Pflegeheim gekommen sei, weil die alltäglichen Verrichtungen nicht mehr so leichtfallen wie auch schon, weil die Mobilität ab- und das Alleinsein zunimmt. Irene Burri: «Mit punktueller Unterstützung können jedoch viele Menschen noch lange zu Hause bleiben und da glücklich sein.» Die Wohnassistenten spannen hier deswegen nun mit GGG Benevol zusammen (siehe Abschnitt «Freiwillige Begleiterinnen und Begleiter»).

Schritt für Schritt Richtung Veränderung

Irene Burri geht mit dem Angebot der Wohnassistenten regelmässig unter die Leute. Denn sie weiss: Wer sein Leben lang auf eigenen Beinen gestanden ist, dem fällt es häufig nicht leicht, Hilfe zu suchen und anzunehmen. Und oft ist auch unklar, wohin man sich wenden kann. Irene Burri: «Ich bin regelmässig in Riehen unterwegs, besuche zum Beispiel Mittagstische, mit dem Ziel, an den Treffpunkten älterer Menschen anwesend zu sein und so mit den Anbietenden und den Gästen ins Gespräch zu kommen.» Die Erfahrung zeige, dass bei diesen Gelegenheiten, vielleicht zum ersten Mal überhaupt, kleinere und grössere Wohnsorgen angesprochen würden. Der persönliche Kontakt hilft Bedenken und Ängste abzubauen. Und das ist wichtig. Denn das grosse Thema Wohnen lässt sich am besten mit kleinen Schritten angehen.

Freiwillige Begleiterinnen und Begleiter

GGG Benevol, das Kompetenzzentrum für Freiwilligenarbeit, berät und vermittelt Freiwillige und gemeinnützige Organisationen und führt als Einsatzorganisation eigene Freiwilligenprojekte. Im Rahmen des Projektes «Begleitung im Alltag für ältere Menschen in Riehen» gibt es nun die Möglichkeit, die Erfahrung aus bereits erfolgreich umgesetzten Freiwilligen-Projekten einzubringen. GGG Benevol sucht Freiwillige, die ältere Menschen in ihren Privatwohnun-

gen in Riehen in deren Alltag unterstützen. Sie werden durch GGG Benevol für diese Arbeit geschult und im weiteren Verlauf kontinuierlich begleitet und coacht. Der Fokus liegt auf gemeinsamen Tätigkeiten, wie Gesprächen, Spaziergängen und Einkäufen. Auch eine Begleitung zu Terminen wie etwa zum Arzt, zur Physiotherapie oder zum Coiffeur sind möglich.

GGG Benevol übernimmt im Auftrag der Wohnassistenten die Vermittlung und das Kennenlernen beider Beteiligten – denn neben organisatorischen Voraussetzungen ist es vor allem wichtig, dass die Chemie zwischen beiden Personen stimmt. GGG Benevol erstellt mit dem Zweierteam dann eine Einsatzvereinbarung, die den Rahmen künftiger Begleitungen definiert. Angedacht sind drei Stunden pro Woche, hier gibt es je nach Situation aber auch Spielräume.

Das Projekt «Begleitung im Alltag für ältere Menschen in Riehen» wird von der Gemeinde Riehen und GGG Benevol im Rahmen einer Pilotphase gemeinsam getragen. Dies ermöglicht eine professionelle Begleitung der Freiwilligen in ihrer Arbeit, ohne dass dadurch Kosten für die Nutzerinnen und Nutzer entstehen.

Wohnassistenten: Fachstelle Alter der Gemeinde Riehen, Irene Burri, irene.burri@riehen.ch, Tel. 061 646 82 30; 079 597 71 64. Mo bis Do 8–12 und 14–16.30 Uhr.

GGG Benevol: info@ggg-benevol.ch, Tel. 061 261 74 24. Mo bis Fr 9–12 und 14–17 Uhr.



Wolfgang Dirscherl, pixelio.de

Alte Liebe

150 Jahre alt ist sie vor Kurzem geworden: die Postkarte. Als am 1. Oktober 1869 in der österreichisch-ungarischen Monarchie die sogenannte «Correspondenz-Karte» eingeführt wurde, noch ohne Bildanteil, nur für Textnachrichten, war das eine Sensation: Allein in den ersten drei Monaten verkaufte die österreichische Postverwaltung drei Millionen Karten. Auch in Deutschland, wo die Karte im Sommer 1870 Einzug hielt, war die Nachfrage riesig.

Das SMS von damals

Weil damals in Städten wie Berlin die Post mehrere Male täglich ausgetragen wurde, funktionierte die Postkarte dort ähnlich wie unser SMS: Frühzeitig losgeschickt, liess sich mit ihr ein Rendezvous am Nachmittag desselben Tages einfädeln. Anfang der 1870er-Jahre brach der Postkarten-Boom dann auch in der Schweiz aus. Er sollte lange Zeit anhalten, wie eine Zahl von 1913 zeigt: In jenem Jahr wurden bei uns über eine Million Karten versandt.

Mit der Zeit gesellte sich das Foto zum Text. Zuerst schwarz- Weiss, dann koloriert, und schliesslich, dank der Erfindung eines für Orell Füssli tätigen Zürcher Lithographen, in strahlender Buntheit. Photochrom hiess das Verfahren, und die Aktiengesell-

schaft Photoglob & Co. vergab international die Lizenzen dafür.

«Gourmet-Kommunikation»

Ab 1960 setzte sich schliesslich der Vierfarbendruck durch. Die Photoglob AG gibt es bis heute, vieles ist anders als einst, aber nach wie vor ist sie bekannt als grösster Ansichtskartenverlag der Schweiz. Denn auch wenn der Siegeszug der bunten Grüsse per Post vorbei ist: Liebhaberinnen und Liebhaber finden sich nach wie vor. Gion Schneller, Geschäftsleitung Photoglob sprach unlängst in der Sendung «Kulturplatz» (SRF) von der Ansichtskarte als einer Form von «Gourmet-Kommunikation».

Die Schweizerische Nationalbibliothek in Bern sammelt und archiviert unter anderem auch Ansichtskarten; jährlich kann sie rund hundert Karten mit neuen Sujets bei sich ablegen. Und mit der von der Nationalbibliothek koordinierten Swiss Postcard App werden der Öffentlichkeit über tausend historische Ansichtskarten zur Verfügung gestellt, die sich per E-Mail oder SMS verschicken lassen. Selbstverständlich können sie auch ausgedruckt und per Post versandt werden!

Schweizerische Nationalbibliothek: www.nb.admin.ch, Suchbegriff: Ansichtskarten



Museum für Kommunikation Berlin.

VERANSTALTUNGEN

Freitag, 20. März, 15–16.15 Uhr, APH Wendelin, Inzlingerstrasse 50, Eingangshalle: «Café de Paris» – Musette und Tanz. Mit der Künstlerin Gisella. Eintritt frei. Kollekte. Tel. 061 645 22 22. www.aph-wendelin.ch

Samstag, 21. März, 14 Uhr, Altes Wettsteinhaus Riehen: Haus- und Baustellenführung – Landsitz und Museum im Wandel. Dauer: ca. 90 Minuten. Kosten: CHF 10.–. Keine Anmeldung erforderlich. riehen-tourismus.ch

Sonntag, 29. März, 15–16 Uhr, Alterspflegeheim Humanitas, Rauracherstrasse 111: Klassisches Konzert, mit der Künstlerin Aline König. Eintritt: für externe Gäste CHF 8.–. Tel. 061 645 20 40. http://humanitas.ch

Montag, 20. April, 14 bis ca. 20 Uhr, Basel: Öffentlicher Dialog zur Vision für ein seniorinnen- und seniorenfreundliches Basel. Nähere Informationen: Gesundheitsdepartement Basel-Stadt, alter@bs.ch, 061 267 61 80. www.gd.bs.ch

August und September: 60plus-Reisen nach Mallorca für Riehener Seniorinnen und Senioren. Nähere Informationen: Rihaba GmbH, Riehen, reisen@rihaba.ch, Tel. 079 356 37 46. www.rihaba.ch

Dieser Veranstaltungskalender gilt vorbehaltlich allfälliger behördlicher Einschränkungen im Zusammenhang mit dem Coronavirus. Informieren Sie sich jeweils kurz vor einem Anlass direkt beim Veranstalter über die Durchführung.

IMPRESSUM

Verantwortlich für die Texte und Bilder auf dieser Seite sind Ursula Binggeli und Barbara Gronbach, Fachstelle Alter, Riehen. Die nächste Seniorenseite in der Riehener Zeitung erscheint am 5. Juni 2020.

Ihre Veranstaltungen und Aktuelles für Seniorinnen und Senioren melden Sie bitte an barbara.gronbach@riehen.ch oder telefonisch über 061 646 82 23.

Pflege zu Hause – Beiträge der Gemeinde

Pflegen Sie zu Hause eine nahestehende Person? Unter bestimmten Bedingungen haben Sie Anspruch auf Gemeindebeiträge. Vorausgesetzt wird ein Pflegeaufwand, der die altersgemässe übliche Betreuung und Pflege um mehr als eine Stunde pro Tag übersteigt; auch muss die Pflege unentgeltlich erfolgen. Zu den von der kantonalen Pflegebeitragsverordnung anerkannten Einrichtungen gehören Tätigkeiten wie die Körperpflege, die Unterstützung beim An- und Auskleiden, beim Einnehmen der Nahrung oder beim Benützen der Toilette. Eine entsprechende Auflistung sowie weitere Details finden sich im Merkblatt über Gemeindebeiträge an die unentgeltliche Pflege zu Hause, das auf der Webseite der Fachstelle Alter heruntergeladen werden kann. Beantragen können Sie diese Beiträge bei der Pflegeberatung, Gemeindeverwaltung Riehen, Tel. 061 646 82 90.

www.riehen.ch/soziales/aelter-werden/pflege-und-betreuung-zu-hause

Neue Publikation

Mitte März erscheint ein von der Fachhochschule Nordwestschweiz im Auftrag verschiedener Stiftungen erarbeiteter «Wegweiser für gute Betreuung im Alter – Begriffsklärung und Leitlinien». Ab diesem Zeitpunkt steht die neue Publikation auch zum Download bereit, unter anderem auf der Website der Age Stiftung.

www.age-stiftung.ch

Coronavirus

Der Kanton Basel-Stadt orientiert auf www.coronavirus.bs.ch ausführlich über das Coronavirus (COVID-19).

Hotline des BAG: 058 463 00 00