

Immer wieder ins Spital... bis es finanziell nicht mehr geht

An einem Herbstmorgen fanden sie Frau E. bewusstlos in ihrer Wohnung. Eine Tafel Schokolade aufs Mal war zu viel gewesen für ihren Diabetes. Im Spital ging es ihr zwar wieder besser, wie üblich: In den letzten Jahren musste die geistig noch völlig wache 90-Jährige, die selbstständig in ihrer grossen Wohnung lebte, immer mal wieder wegen Erkrankungen oder Stürzen vorübergehend ins Spital. Doch diesmal brauchte ihr Körper länger. Fast zwei Monate waren vergangen, da meldete sich die Krankenkasse: Nur noch wenige Tage wäre ihr Aufenthalt im Akutspital gedeckt. Jetzt müsse sie in ein Pflegeheim umziehen oder mehrere Hundert Franken pro Tag selber bezahlen.

Das Spitalbett frei machen für jemand anderen

Die Angehörigen waren bestürzt. Innert weniger Tage mussten sie eine Lösung finden. Frau E. wollte nichts anderes als zurück in ihre Wohnung, aber dafür war sie zu schwach. Zum Glück war ein Zimmer in einem Alterspflegeheim unweit ihres Wohnorts frei. Die Familie überzeugte Frau E., es doch einmal im Heim zu versuchen. Nach erheblichem Widerstand willigte sie ein, es blieb ihr auch keine andere Wahl. Denn sie merkte ja selber, dass sie schon nur zum Stehen eine Stütze brauchte. Patientenverfügung? Darum hatte die eigenwillige Seniorin immer einen Bogen gemacht. Jetzt wollten die Pflegeverantwortlichen wissen, ob sie die alte Dame im Notfall erneut hospitalisieren sollten. Schlag auf Schlag musste die Familie ihre müde Mutter

mit solchen Fragen konfrontieren, dabei hätten sie die Besuchszeit lieber angenehmer verbracht. Und noch etwas drängte: Ein Depot für drei Monate Aufenthalt musste die Familie organisieren. Auch damit hatten sie nicht gerechnet.

Ab wann zahlt die Krankenkasse nicht mehr?

Wie Frau E., wissen viele Senioren nicht, dass die Finanzierung ihres Spitalaufenthalts auslaufen könnte. Entscheidend ist, ob der Arzt im Spital die medizinische Behandlung für abgeschlossen betrachtet. Wenn der Pflegebedarf im Vordergrund steht, dann kann auch eine andere Institution als ein Akutspital die Pflege sicherstellen. Die Obligatorische Krankenpflegeversicherung (OKP) übernimmt nur die Pflegekosten, nicht aber die Hotellerie, also Zimmer und Verpflegung. Dies gemäss dem Grundsatz, dass die Leistungen «wirksam, zweckmässig und wirtschaftlich» erbracht werden müssen. Es lohnt sich, rechtzeitig bei der Krankenkasse nachzufragen, mit welcher Deckung man rechnen darf: für Spitalaufenthalte und für den Fall, wenn Langzeitpflege nötig werden sollte.

Mehr dazu im Beobachter Artikel «Pflegekosten: Wer bezahlt für die Pflege im Alter?» vom 23. November 2012 und im Santésuisse-Blog www.monsieur-sante.ch «Pflege im Alter» vom 4. Dezember 2014. Bei Monsieur Santé gibt es auch weitere Aufklärung zu Fragen bezüglich Spitex oder Pflegeheim.

Selbstbestimmt in die Alterswohnung

Beatrice Rosenthal ist am Packen und Verkleinern ihres Haushalts. Die lebhaft pensionierte Pflegefachfrau hat sich entschlossen, jetzt umzuziehen: in eine Alterswohnung in der neuen Rauracher-Überbauung. Und das, obschon sie noch immer in der Pflege aushilft, Mahlzeiten ausführt, aktive Grossmutter ist und noch lange in ihrem bisherigen Zuhause bleiben könnte.

Lieber jetzt selber wählen

Frau Rosenthal fällt es nicht schwer, ihre alte Wohnung loszulassen. Sie freut sich aufs Einrichten, auf die ersten Gäste und das Einleben in einer neuen Umgebung. Bewusst hat sie sich ein Haus ausgesucht, wo sie auch jüngere Leute und Kinder antreffen wird. Die Wohnung ist natürlich hindernisfrei gebaut. Wenn sie einst Unterstützung oder Pflege brauchen sollte, wird sie diese ganz in der Nähe finden. – Aber warum richtet sie sich schon jetzt, als fitte 70-Jährige, auf diese ferne Zeit ein?

«Ich habe ganz viele Menschen erlebt, die diesen Schritt nicht rechtzeitig getan haben», sagt sie. Je älter sie wurden, desto mehr hingen sie an ihrem zu gross und zu unpraktisch gewordenen Heim. «Wenn es nicht mehr anders ging, wenn sie zu gebrechlich wurden und in ein Alterspflegeheim umziehen mussten, dann fielen sie in ein Loch: weil andere über sie bestimmten und sie nicht mehr wählen konnten.» Sie hingegen konnte ihren Umzug Schritt für Schritt planen, sich von der Nachbarschaft verabschieden und sich die neue Wohnungseinrichtung nach ihrem Geschmack aussuchen.



Auch Enkel finden Zügel-schachteln toll.

Foto: Beatrice Rosenthal

Lob und Unterstützung von Familie und Freundeskreis

«Was tut man bloss den Kindern an!» seufzt Frau Rosenthal. Sie hat es oft erlebt, dass sich die Angehörigen aufrieben, weil sie es nicht übers Herz brachten, ihre hochbetagten Eltern aus der gewohnten Umgebung zu reissen. Rücksicht auf ihre Angehörigen war aber nicht der entschei-

dende Grund, weshalb sie jetzt schon handelte. Sie freut sich einfach, noch einmal etwas Neues anzupacken. Der Umzug in ihre Alterswohnung ist für sie eine neue, lustvolle Herausforderung, der sie stellt und die sie meistern möchte. Am 21. Februar wird gezügelt. Dann fängt für sie ein neuer spannender Lebensabschnitt an.

SURIE-Club – mit Spass ins Internet!



Im SURIE-Club werden Erfahrungen geteilt.

Foto: Andreas Wieland

Seit Jahresbeginn entdecken «Silver Surfers» montags im SURIE-Club hilfreiche Apps und neue Lieblingsseiten im Internet. Ein Interview mit Heinz von Arx, Gründer des SURIE Clubs und Leiter von iPad-Kursen.

Herr von Arx, hätten Sie gedacht, dass schon am zweiten Anlass mehr als 30 iPad-Nutzer/innen in den SURIE-Club kommen würden?

Nein, das hätte ich nie gedacht. Die Leute kommen, weil sie interessiert sind, die Vielfalt des Internets zu erleben. E-Mail oder Skype sind Pflichtprogramme. Kinder und Grosskinder wünschen das. Aber mein Zug nach Genf, meine Lieblingsmusik von Vivaldi, die Nachrichten auf SRF, die BaZ im Bett, mein Trambillet in die Stadt, mein Diätprogramm auf Fingerdruck – das sind persönliche Erlebnisse. Solche Anwendungen diskutieren wir im SURIE-Club bis ins Detail.

Warum, glauben Sie, kommen so viele Frauen – die vorher vielleicht noch gar keine Erfahrung mit Computern hatten?

Eine schwierige Frage. Vielleicht deshalb, weil wir das Erlebnis mit Apps und Internet und nicht die Technik in den Vordergrund stellen.

Was läuft im SURIE-Club?

Unter der Leitung eines Moderators oder einer Moderatorin erlangen die Leute an kleinen Tischen Praxis zum Erlernen. Keine Frage ist falsch.

Alles wird diskutiert und erläutert. Nach einer Stunde wird das Thema gewechselt. Am Anfang war es etwas steif. Auch wir mussten lernen. Jetzt wird es kurzweilig und vielseitig. Weil nur Angemeldete Platz finden, gibt es einen grossen Stammtisch, wo fachsimpelt wird.

Herr Wieland und Sie können ja nicht alle Interessierten bedienen. Helfen sich die Gäste untereinander?

In unseren iPad-Kursen gibt es Damen, die ihren Kolleginnen links und rechts weiterhelfen. Wir möchten einzelne Teilnehmer/innen so weit bekommen, dass sie im SURIE-Club moderieren können.

Ihre zwei nächsten iPad-Kurse für Fortgeschrittene waren sofort nach der Ausschreibung ausgebucht. Wann gibt es weitere Kurse in Riehen?

Wir fühlen uns heute darin bestärkt, dass unser Konzept ankommt:

1. Grundlagen in der Theorie zu vermitteln,
2. Praxis im SURIE-Club zu erreichen und
3. einzelne Kursteilnehmer als Moderatoren zu gewinnen. Daran arbeiten wir noch zwei Monate und können dann darüber berichten.

SURIE-Club, immer am Montag, 16–18 Uhr, im Begegnungszentrum FEG, Erlensträsschen 47, Riehen. Anmeldung erwünscht, über www.silverurfersriehen.ch, SURIE-Club.

Die Zukunft anpacken

Man schiebt sie gern vor sich hin: die letzten Dinge, die zu regeln sind, bevor es zu spät ist. Dabei sollte man nicht nur an den Tod denken, sondern an die Phase davor: den Übergang vom selbständigen Leben zum fragilen Alter. Selbstbestimmte, frühzeitige Vorsorge macht den Kopf frei für anderes und entlastet die Angehörigen. Vorbereiten kann man ganz vieles: von der angepassten Wohnsituation bis zum Legat. Unterstützung findet man zum Beispiel bei diesen Stellen:

Hausarzt/Hausärztin

Er oder sie ist erste Ansprechperson: für die Patientenverfügung und weitere Anweisungen im Fall einer schweren Erkrankung. Der Hausarzt beobachtet aber auch, wann eine externe Betreuung angebracht sein könnte. Oder ob ein Verdacht auf Demenz näher abgeklärt werden sollte. Die Hausärztin ist nicht nur für ihre Patienten da, sondern auch für deren Angehörige, die oft mit leiden, aber sich nicht zu handeln getrauen.

Pro Senectute beider Basel

Die Beratungsangebote umfassen Finanzen, Steuern, Recht, Wohnen im Alter, Gesundheit und Lebensgestaltung einschliesslich privater Probleme. Die Dienstleistungen werden teilweise in Rechnung gestellt, mit Rücksicht auf geringe Einkommen. Die nächste Beratungsstelle befindet sich in Basel am Luftgässlein 3; man meldet sich telefonisch an bei 061 206 44 44. www.bb.pro-senectute.ch

Pro Senectute Schweiz

Reichhaltig und übersichtlich ist die neue Webseite www.prosenectute.ch. Unter der Rubrik «Ratgeber» findet man, nebst vielem anderem, Infos zum Vorsorge-Dossier «Docupass», das alle wichtigen Dokumente vereint: Patientenverfügung, Vorsorgeauftrag, Anordnung für den Todesfall, Testament und die Vorsorgeausweis-Karte. Unter «Engagement» gibt es aktuelle Infos zur Alterspolitik und einen EL-Rechner für die Berechnung von Ergänzungsleistungen.

Forum 55+

Seniorenorganisationen und das Gesundheitsdepartement Basel-Stadt publizieren auf der Internetplattform www.aelterbasel.ch aktuelle Infos zum Altern in Basel in den Bereichen Gesundheit und Mobilität, Wohnen und Freizeit, Finanzen und Sicherheit, Betreuen und Pflegen und

Forum 55+. Nebst vielen gut aufbereiteten Tipps und Checklisten findet man hier auch Links zu weiteren nützlichen Webseiten und Broschüren und zu gesellschaftlich und politisch aktiven Vereinigungen.

Seniorweb

Über 100 Freiwillige betreiben die interaktive, dreisprachige Internetplattform für die Generation 50plus, www.seniorweb.ch. Hier geht es um Lernen, Wissen und Teilen. Von Computerkursen und -support bis zu Kulturtipps und politischen Kolumnen, die lebhaft kommentiert werden, findet man viele Anregungen. Zum Beispiel die Buchempfehlung der Politikerin Judith Stamm zu Denise Battaglias Nachschlagewerk «Leben, Tod und Selbstbestimmung» aus der Beobachter-Edition 2016.

BKB-Senioren-Finanzberatung

Die Basler Kantonalbank verfügt über ein Team von pensionierten BKB-Mitarbeitenden, die für die Beratung von Seniorinnen und Senioren da sind und sich die nötige Zeit nehmen. Die Beratung ist für die Kundschaft kostenlos. Anmeldung über Telefon 061 266 33 66. Dieses Angebot steht in Partnerschaft mit der Pro Senectute beider Basel. In deren Akzent Magazin informieren BKB-Finanzexperten regelmässig über aktuelle Themen.

HomeInstead-Senioren-Ratgeber

Die Seniorenbetreuung Home Instead veröffentlicht Ratgeber-Broschüren auch zu emotional beladenen Themen. Zum Beispiel die Broschüre «40/70 Regel». Darin geht es um den Umgang mit älter werdenden Eltern. Inklusiv Gesprächsanfänge für sensible Seniorenthemen wie: nachlassende Fahrtauglichkeit, Medikamentendurcheinander oder Kommunikation unter Geschwistern. Zu bestellen unter www.homeinstead.ch > Ratgeber.

Gespräche mit Angehörigen

Haben sie keine Scheu, mit Ihren Familienangehörigen und Freunden über Ihre Pläne und Wünsche, Bedenken und Ängste zu sprechen. Indem Sie sich mutig und aktiv auch schwierigen Fragen stellen, tragen Sie dazu bei, dass das Altern kein Tabuthema bleibt und man unbefangen darüber reden kann. Das Alter ist eine bedeutende, zu gestaltende Phase im Leben, die jeden persönlich und die gesamte Gesellschaft angeht.

VERANSTALTUNGEN

SONNTAG, 19. FEBRUAR UND 19. MÄRZ 14–15 und 15–16 Uhr im Spielzeugmuseum Riehen, Baselstrasse 34: Behind the scenes. **Kurzeinführung in die Ausstellung «Das Glück ist kugelform».**

DONNERSTAG, 16. MÄRZ UND 20. APRIL 14.30–17.30 Uhr im Saal Landgasthof Riehen: **Seniorentanz**. Mit Live-Musik tanzen oder nur luege und lose. Eintritt Fr. 10.–.

SAMSTAG, 18. MÄRZ 9–12 Uhr im Meierhof, Kirchplatz 7: **Workshop zur Auseinandersetzung mit der Arbeitsintegration von Geflüchteten**. Für alle, die sich für die Arbeitsintegration von asylsuchenden Menschen interessieren und sich einsetzen wollen. Auch Pensionierte sind angesprochen.

DONNERSTAG, 30. MÄRZ BIS SONNTAG, 2. APRIL UND 7./8./9. APRIL 20 Uhr im Haus der Vereine, Kellertheater, Eingang Erlensträsschen: **Seniorentheater Riehen Basel – s Maischterwärgg**. Lustspiel von Silvia Brauchli, Regie Christa Kapfer. Ticketvorverkauf: Infothek Riehen, Fr. 18.–. **Samstag, 8. April: Nachmittagsvorstellung** um 16 Uhr.

DONNERSTAG, 20. APRIL 10–11.30 Uhr in der Bibliothek Niederholz und 15–16.30 Uhr in der Bibliothek Dorf: **Bibliothekskaffee 60+**. Informationen zu Internet, E-Books, E-Reader und mehr, bei Kaffee und Gutzi. www.gemeindebibliothekriehen.ch.

SONNTAG, 23. APRIL 14 Uhr ab Fondation Beyeler: **Geführter Spaziergang «24 Stops»** entlang dem Rehberger-Weg. Fr. 10.– inkl. Rückfahrt mit einem Shuttle. Anmeldung auf 24stops.info.

Montag, 24. April 14 Uhr im Union, Klybeckstrasse 95, Tram 7: **Café Balance: Schlaganfall und Herzinfarkt – Behandlung damals und heute**. Mit Prof. Dr. med. Andreas Hoffmann, Kardiologe.

SONNTAG, 30. APRIL 7–10.30 Uhr ab Vorplatz Naturbad Riehen: **Morgenexkursion Beobachten und Bestimmen der Vögel** im Rebberg Riehen und am Tüllingerhügel. Gesellschaft für Vogelkunde und Vogelschutz Riehen. Eintritt frei, ID oder Pass mitnehmen.

DIENSTAG, 16. MAI 14.30 Uhr im Gemeindehaus Riehen, Bürgersaal: **Café Balance. Diabetes mellitus – aus mit dem süssen Leben?** Mit Prof. Dr. med. Marc Donath, Chefarzt Endokrinologie, Diabetologie und Metabolismus am Universitätsspital Basel. Nach dem Vortrag kann man das Café Balance kennenlernen.

IMPRESSUM

Verantwortlich für die Texte und Bilder auf dieser Seite sind Barbara Dolanc und Barbara Gronbach, Fachstelle Alter, Riehen. Die nächste Seniorensseite in der Rieher Zeitung erscheint am 19. Mai. Ihre Veranstaltungen und Aktuelles für Seniorinnen und Senioren melden Sie bitte an barbara.gronbach@riehen.ch.