

Berns
erste
Zeitung
für

WOHNEN UND LEBEN IM ALTER



Im Fokus

Seite **2**

Wichtige Entscheide



**Leben im
Domicil**
Es soll hier
allen gut
gehen

Seite **5**



Menschen
Sie freuen
sich aufs neue
Domicil

Seite **6**



Lebensart
Gast und
Gastgeberin
zugleich

Seite **8**

Liebe Leserinnen und Leser

Wenn im Alter die Kräfte nachlassen, stehen oft schwierige Entscheide an – Entscheidungen, die dem geliebten und gewohnten Leben eine Wende geben können. Da ist Unterstützung und Hilfe nötig. Da sind aber auch Achtsamkeit und Wertschätzung gefragt – also Werte und Werthaltungen.

Ethik setzt sich bewusst auseinander mit Werten, Werthaltungen. Sie hinterfragt und reflektiert, liefert Instrumente und Hilfsmittel, um ethische Fragen zu klären. Ethik sucht nach dem guten und schönen Leben.

Werte sind individuell und geprägt, z.B. von Kultur, Familie, Arbeit. Domicil will aber als Unternehmen eine Werthaltung leben und hat sie deshalb definiert. Das Domicil Ethikforum wurde eingesetzt. Es hilft, schwierige und wichtige Entscheidungen zu treffen, und unterstützt und begleitet diese Entscheide. Kunden und Kundinnen von Domicil, Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen und auch Angehörige werden in schwierigen Situationen nicht alleingelassen.

Jürg Blatti,
Mitglied der Direktion
Domicil und
des Ethikforums



Wichtige Entscheide

«Bei wichtigen Entscheiden im Alter gilt es immer, den Respekt vor dem Willen der Betroffenen zu wahren.»
Ein Gespräch mit Dr. Lory, Chefarzt und Klinikleiter der Geriatrischen Universitätsklinik im Spital Ziegler in Bern.

Was ist im hohen Alter sinnvoll? Wie kann der Alltag bewältigt werden? Schwierige Fragen, bei denen die Geriatrische Universitätsklinik wichtige Entscheidungshilfen anbietet.

Domicil, Angelika Boesch:
Wo liegt der Schwerpunkt der heutigen Geriatrie?

Dr. Jon Lory: Die Altersmedizin hat sich in den letzten Jahren grundlegend verändert. Sie ist sehr vielfältig. Sie stellt aber nicht nur die einzelnen gesundheitlichen Probleme Betagter in den Mittelpunkt, sondern den ganzen Menschen.

Was beinhaltet diese Ganzheitlichkeit?

Der Medikamentenplan muss geprüft werden. Wie viele Medikamente sind sinnvoll? Es sind Fragen der Ernährung zu klären. Man muss in Erfahrung bringen, wie der psychische Zustand ist, ob z.B. Vereinsamung droht, wie die geistigen Fähigkeiten sind, ob sich evtl. eine Demenz abzeichnet. Es muss abgeklärt werden, wie hoch der Betreuungsbedarf ist. Das sind nur einige Beispiele.

Wie stellen Sie das fest?

Es erfordert spezielle ärztliche Untersuchungen und Gespräche, vorerst mit

den alten Menschen selber, aber auch mit den Angehörigen und den Hausärzten.

Welche Folgen haben diese Abklärungen?

Wird z.B. jemand nach einem Sturz mit einem Schenkelhalsbruch eingeliefert, muss man sich auch fragen, was nach der Heilung geschieht. Erholt sich der Patient innerhalb von zwei, drei Wochen Spitalaufenthalt so, dass er wieder ein selbständiges Leben zu Hause führen kann? Und wenn nicht, gilt es, wichtige und richtige Entscheide zu treffen. Ist zum Beispiel ein Umzug in eine Alterseinrichtung sinnvoll?

Und wenn der Betagte das nicht will?

Dann werden alle Betroffenen in die wichtigen Entscheidungen einbezogen. An erster Stelle steht hier aber klar der Respekt vor dem Willen des betagten Menschen. Will er nicht in eine Alters- oder Pflegeeinrichtung, muss abgeklärt werden, ob das evtl. mit Hilfe der Spitex möglich ist. Dies geht aber meist nur mit der Unterstützung von Angehörigen und dem behandelnden Hausarzt. Und da sind die Angehörigen oft überfordert.

Wie kann dann Angehörigen geholfen werden?

Die Geriatrische Universitätsklinik am Spital Ziegler hat neben einem Akutspital auch vielfältige ambulante Beratungsangebote, so z.B. auch im Rahmen der Abklärungen für Angehörige.

Geriatrie ist eine vielfältige, anspruchsvolle und spannende medizinische Fachrichtung. Ist sie auch für junge Medizinstudierende attraktiv?

Früher hat die Altersmedizin ein eher stiefmütterliches Dasein gefristet. Heute werden Medizinstudierende bereits im dritten Studienjahr in die Geriatrie eingeführt. Zurzeit habe ich alle Studierenden im Grundlagenunterricht und

24 Studierende im einführenden Blockunterricht in der Geriatrischen Universitätsklinik. Im letzten Teil des Studiums befassen sie sich dann u.a. noch mit der Medikation, mit Demenz und Rehabilitation. Es kommt eine neue Generation von Ärzten, die Freude an dieser medizinischen Fachrichtung hat. Zu meiner Arbeit gehört aber nicht nur die Ausbildung, sondern auch die Fortbildung. Mit ansteigender Alterung der Gesellschaft sehen sich Haus- und Spezialärzte zunehmend mit Altersmedizin konfrontiert und absolvieren eine geriatrische Weiterbildung.

Herzlichen Dank für das Gespräch.

■ ab

Dr. med. Jon Lory
Facharzt FMH für Innere Medizin, speziell Geriatrie. Klinikleiter und Chefarzt an der Geriatrischen Universitätsklinik Bern



INFORMATIONEN



Geriatrie Universitätsklinik
am Spital Ziegler, Spital Netz Bern,
Morillonstrasse 75, Postfach,
3001 Bern, Telefon 031 970 71 11,
www.geriatrie-bern.ch,
spital.ziegler@spitalnetzbern.ch

Das Spital Ziegler ist universitäres Zentrum für Klinik, Lehre, Forschung und Beratung im Bereich Altersmedizin. Das vielfältige Angebot bietet Betagten, Angehörigen und Ärzten ein breites Spektrum an Hilfen für wichtige Entscheide im Alter.

Pro Senectute Kanton Bern
Beratungsstelle Region Bern
Muristrasse 12
3006 Bern
Telefon 031 359 03 03
info@be.pro-senectute.ch
www.be.pro-senectute.ch

Domicil Infocenter
Neuengass-Passage 3
3011 Bern
Tel. 031 307 20 65
www.domicilbern.ch
infocenter@domicilbern.ch

Ethik im Heimaltag

Es geht nicht um eine «richtige» oder «falsche» Lösung, sondern darum, dass die Würde des Menschen gewahrt wird.

In einer Zeit, in welcher sich die traditionellen Familienstrukturen gewandelt haben, haben sich auch die Wertvorstellungen der Gesellschaft stark verändert. Der Selbstbestimmung jedes einzelnen



Sylvia Den ist Geschäftsleiterin des Domicil Mon Bijou und Mitglied des Domicil Ethikforums

Menschen kommt eine immer grössere Bedeutung zu. Das gilt besonders auch bei der Betreuung älterer Menschen. In den Domicil-Betrieben gilt heute der Leitsatz: Die Bewohnerinnen und Bewohner und die Betreuenden entscheiden und handeln gemeinsam. Zur Entscheidungsfindung werden selbstverständlich auch die Angehörigen miteinbezogen.

Die Betreuung von älteren Menschen ist mit verschiedenen Spannungsfeldern verbunden. Es kann beispielsweise Konflikte geben zwischen der Fürsorge für eine Person und der Respektierung ihrer Selbstbestimmung. Soll man jemanden, der keinen Appetit hat, zum Essen drängen oder eine Mangelernährung riskieren? Wie geht man damit um, wenn sich jemand nicht mehr selber waschen kann und jede fremde Hilfe ablehnt? Oder wenn jemand alle zehn Minuten dem Personal klingelt?

Diese und ähnliche Fragen werden in den Domicil-Pflegeabteilungen in ethischen Fallbesprechungen diskutiert. Dabei sucht das Betreuungsteam ge-

meinsam mit der Bewohnerin oder dem Bewohner, dem Arzt und den Angehörigen nach Lösungen: Was ist der betroffenen Person besonders wichtig, welches sind ihre Werte? Was wissen wir über ihre Lebensgeschichte? Steht für sie ihre Selbständigkeit im Zentrum? Bedeutet für sie Lebensqualität, dass sie jederzeit selbständig aus dem Bett aufstehen kann? Ist sie bereit, dafür ein gewisses Sturzrisiko in Kauf zu nehmen? Oder hat sie eher ein grosses Sicherheitsbedürfnis und möchte so viel Schutz wie möglich? – Und welche Werte haben die Angehörigen, das Betreuungsteam, der Arzt? Wo geraten die unterschiedlichen Werte miteinander in Konflikt?

Im Gespräch werden die Werthaltungen aller Beteiligten gegenübergestellt. Konflikte werden sichtbar gemacht, Lösungen werden gemeinsam ausgehandelt. Dabei gibt es nicht «richtig» oder «falsch». Die beste Lösung ist die, welche von allen mitgetragen wird. Mit den ethischen Fallbesprechungen wird sichergestellt, dass Respekt und Würde in den Domicil-Einrichtungen gewahrt werden. ■ *sd*

Es soll hier allen gut gehen

«Ich bin stolz auf unser Angebot», sagt Eva Müller-Schütz. Sie ist seit 29 Jahren Geschäftsleiterin des Domicil Lentulus.

Mitten in Bern und doch abseits der Hektik und des Lärms der Stadt liegt am Fusse des Lentulushügels das neu erbaute Domicil Lentulus. Es ist ein modernes Alterszentrum das grundlegend anders konzipiert ist als das frühere Altersheim von 1967. Es orientiert sich an den vielfältigen und unterschiedlichen Bedürfnissen und Wünschen älterer Menschen von heute und morgen. «Die Angebotspalette im Domicil Lentulus reicht vom Wohnen in einer hellen und komfortablen Zwei-

oder Dreizimmerwohnung mit Voll- oder Halbpension bis hin zur umfassenden Pflege», sagt Eva Müller-Schütz.

Der Mensch im Mittelpunkt

«Es soll hier allen gut gehen», hält Eva Müller-Schütz fest. «Für mich steht immer der Mensch im Mittelpunkt – er soll sich daheim- und wohlfühlen, Vertrauen haben, Sicherheit spüren und auch Spass haben», doppelt sie nach. Den Schwerpunkt ihrer Arbeit setzt sie deshalb auf Kommunikation. «Ich möchte von den Betagten wissen, was sie wünschen, was sie bedrückt oder was sie freut, nur so kann eine gute Grundatmosphäre entstehen.»

Unterstützt wird Eva Müller-Schütz von rund 40 Mitarbeitenden und von vielen Freiwilligen. «Es gibt so viele Leute, die uns gut gesinnt sind», stellt sie erfreut fest. «Sie helfen in der Cafeteria, bei Flohmärkten und anderen Anlässen, sie erledigen handwerkliche Arbeiten, jassen und spielen mit den Bewohnern oder beraten und unterstützen uns in anderen Bereichen des Betriebes.»

Hohe Ansprüche

Das hauseigene öffentliche Restaurant und die

Cafeteria sind das gesellige Zentrum des Lentulus. Hier wird für das leibliche Wohl der Bewohner und Gäste gesorgt und hier finden auch regelmässig Konzerte, Jazz-Apéros, Lesungen und andere Veranstaltungen statt.

Nur wenige Gehminuten vom Domicil Lentulus entfernt liegen die Haltestellen öffentlicher Verkehrsmittel, die ins Stadtzentrum oder nach Köniz Zentrum führen.

Der unverwechselbare, freundliche und familiäre Geist des Lentulus sowie die hohen Ansprüche an die Qualität der Dienstleistungen in allen Bereichen schaffen zusammen mit der modernen, ansprechenden Architektur ein Ambiente, in dem sich Bewohner und Bewohnerinnen sicher, geborgen und zuhause fühlen können.

Der Entscheid, im Alter die Wohn- und Lebenssituation zu ändern, ist nicht einfach. Hier bieten die vielfältigen Angebote des Domicil Lentulus und auch anderer Domicil-Einrichtungen willkommene Entscheidungshilfen. ■ *ab*

Einladung zu Spielnachmittagen

Jeden letzten Mittwoch im Monat findet ein öffentlicher Spielnachmittag statt. Dazu werden Kaffee/Tee und Kuchen für 5 Franken offeriert. Und: Bringen Sie doch Ihr Lieblingsspiel mit.
Nächste Spielnachmittage:
Mittwoch, 25. April, 30. Mai,
27. Juni, 25. Juli, 29. August,
je 14.30–17.00 Uhr

Domicil Lentulus

Monreposweg 27, 3008 Bern
Tel. 031 560 68 48, Fax 031 560 68 49
lentulus@domicilbern.ch
www.lentulus.domicilbern.ch



«Es soll hier allen gut gehen», sagt Eva Müller-Schütz, Geschäftsleiterin des Domicil Lentulus

Im Kopf habe ich unser neues Zuhause bereits möbliert ...

Sie haben in Zürich, Dänemark, Oxford, Kanada und Fribourg gelebt. Jetzt steht für die Wiesendangers der Umzug ins Domicil Lentulus in Bern bevor. Ein Gespräch über Entscheide, Abschiede und Neubeginn.

Rita und Mario Wiesendanger zügelten nicht zum ersten Mal. Es war erst vor knapp drei Jahren, dass sie aus dem Haus in Villars-sur-Glâne ausgezogen sind. Sie mussten sich schon damals von Liebgewordenem trennen. Aber es hatte auch positive Seiten, hält Rita Wiesendanger fest: «Schneeschaufeln, das Haus und beschwerliche Gartenarbeit – das alles ist mir zuviel geworden.»

Deshalb bezogen sie ein grosses Appartement in der Stadt Fribourg. 2010 erkrankte Rita Wiesendanger und es stellte sich heraus, dass die Fribourger Wohnung doch nicht ganz so ideal war, um darin alt zu werden. Eine neue Entscheidung stand an und eine lange Tour durch Fribourger Alterseinrichtungen begann. Fündig wurden sie aber erst in Bern: eine Dreizimmerwohnung im Domicil Lentulus. Vor allem das Konzept «Wohnen mit Dienstleistungen» überzeugte sie.

Eine grosse Familie

Mario Wiesendanger (81) war Professor für Neurophysiologie. Er, der selber Violine spielt und ein passionierter Klassik-Fan ist, befasste sich u.a. mit Hirnfrequenzen von Musikern und wie sich diese beispielsweise auf die Bogenfüh-

rung und die Fingerfertigkeit von Geigern auswirken. Sein Forschungsgebiet «verschlug» ihn an europäische, amerikanische und kanadische Universitäten. Mit dabei waren immer seine Frau Rita und seine vier Töchter – Cornelia, geb. 1956, Katrin 1959, Barbara 1962 und Eva 1965. 1975 landete die Familie wieder in der Schweiz. Sie bezog in Villars-sur-Glâne ein Haus und wurde «sesshaft». Die vier Töchter flogen aus, heirateten und bekamen Kinder. Auch wenn sie heute über die ganze Schweiz zerstreut leben, sie sind immer eng verbunden geblieben mit ihren Eltern in Fribourg. Sie haben deshalb deren Entscheidung, ins Domicil Lentulus zu ziehen, mitgetragen und unterstützt.

Ein angeregtes Gespräch

Tochter Katrin ist die einzige der vier Wiesendanger-Töchter, die mit ihrer Familie in Fribourg wohnt. Sie ist zu Besuch bei ihren Eltern. Hauptthema des angeregten Gespräches ist der bevorstehende Umzug. «Zuerst fand ich es blöd, dass die Eltern nun nach Bern ziehen», stellt Katrin Jeckelmann fest. Inzwischen ist sie aber überzeugt, dass der Entscheid richtig ist. Allerdings ist noch viel zu tun bis Juni.

«Im Kopf habe ich unser neues Zuhause bereits möbliert – aber was passiert mit all dem, was wir nicht mitnehmen können?», fragt Rita Wiesendanger. Niemand mehr wolle schöne, alte Möbel, nicht einmal geschenkt. «Die reuen mich schon und deshalb bettle ich überall: Wer nimmt ...?» Sie versuche es nun noch übers Internet, «über ebay oder ricardo oder so», sagt die taffe 86-Jährige



Rita und Mario Wiesendanger diskutieren mit Tochter Katrin Jeckelmann den Umzug von Fribourg ins Domicil Lentulus nach Bern

mit heiterer Gelassenheit. «Und da sind auch noch die Grosskinder, die das eine oder andere nehmen», tröstet Tochter Katrin. Die meisten der Wiesendanger-Grosskinder seien allerdings noch zu jung, um bereits eigene Haushalte zu führen, fügt sie an.

Mario Wiesendanger, dem Forscher, fällt es schwer, den selbstgebauten Schreibtisch nicht mitnehmen zu können. Das «Riesending» ist rundum begehbar und füllt beinahe ein ganzes Zimmer aus. Auf ihm stapeln sich Computer und Zubehör und riesige Stöße von Papier und Büchern, die alle noch abgetragen werden müssen. «Es bleibt

wohl nichts anderes übrig, als Kleinholz aus dem grossen Tisch zu machen», sagt er wehmütig.

Wohnen mit Dienstleistungen

Das Domicil-Konzept «Wohnen mit Dienstleistungen» hat die Wiesendangers letztendlich sehr überzeugt. Sie freuen sich deshalb auf ihr neues Zuhause im Domicil Lentulus: Drei geräumige Zimmer, hell und freundlich, im dritten Stock, Südseite, mit grossem Balkon, Parkett in allen Räumen, ein altersgerechtes Badezimmer, eine kom-

fortable Küche, Internetanschluss, Notrufknopf, elektrische Storen, öffentliche Verkehrsmittel ganz in der Nähe usw. «Und», so Rita Wiesendanger, «ich muss nicht mehr kochen, das ist auch nicht schlecht.» Sie werden die gute Küche im Lentulus geniessen: Salatbuffet, Suppe, Hauptgang und Dessert am Mittag. Dazu kommen die vielen Extras, die sie im Lentulus in Anspruch nehmen können, wie z.B. die Jazz-Appros.

Die Vorfreude auf die neue Wohn- und Lebenssituation überwiegt. Im Juni wird mit Hilfe der Töchter nach Bern gezügelt. Die Vorbereitungen laufen auf Hochtouren. ■ ab



Mario Wiesendanger muss sich von seinem selbstgebauten Riesen-Schreibtisch trennen

Er kocht so gut ...

Ruth Gfeller wohnt im Domicil Steigerhubel in Bern. Am 2. Mai feiert sie mit Freundinnen und der Familie ihren 89. Geburtstag. Sie ist dann Gastgeberin im Haus, in dem sie selber Gast ist.

«Er kocht so gut», schwärmt Ruth Gfeller und meint den Küchenchef Werner Liebi. «Und zu einem Geburtstag gehört doch ein gutes Essen», vermerkt sie. Es macht ihr sichtlich Spass, mit dem Leiter der Küche des Domicil Steigerhubel das Geburtstagsmenü zu besprechen. Er hat sich nach dem Mit-

tagessen Zeit genommen, um mit der rüstigen alten Dame zusammenzusitzen. «Es muss unbedingt Pommes frites geben, denn es sind Kinder dabei», hält Ruth Gfeller schon mal fest. Kein Problem für Werner Liebi. Punkt für Punkt gehen sie nun zusammen das Festessen durch: Zuerst gibt's eine Suppe,

dann Salate vom Buffet, anschliessend Rindssaftplätzli, für die Kinder mit Pommes und für die andern mit Gemüse und Griess-Mais-Gnocchi und zum Dessert Schneekugeln. Selbstverständlich gehört dazu ein schönes Glas Wein für die Erwachsenen, Mineral, und für die Kinder Cola oder Süssmost. Das Ganze kostet rund 24 Franken pro Person – «ohne Getränke», sagt Werner Liebi. Ruth Gfeller ist begeistert. Sie schätzt diesen Extraservice sehr. «Ich kann Gastgeberin sein, ohne Arbeit zu haben.» Sie weiss, auch der Tisch wird



Ruth Gfeller macht es sichtlich Spass, mit Küchenchef Werner Liebi ihr Geburtstagsmenü zu besprechen



Rezept Rindssaftplätzli

für 4 Personen

600 g	Rindsschnitzel
300 g	Zwiebeln
12 g	Bratfett
2 dl	helles Bier
4 dl	Bouillon
50 g	Speckschwarte
	Salz, weisser Pfeffer aus der Mühle

Rindsschnitzel würzen mit Salz und Pfeffer. Die Zwiebeln in Streifen schneiden. Das Fett in die Pfanne geben, die Schnitzel und Zwiebeln lagenweise einschichten und würzen. Das Bier, die Bouillon und die Speckschwarte beifügen, zudecken und im Ofen bei 190 Grad 2 Stunden schmoren. Schnitzel aus der Sauce nehmen und warmstellen. Die Sauce aufkochen, mixen, abschmecken, mit Féculen binden und mit Rahm verfeinern. Beim Anrichten die Saftplätzli mit der Sauce nappieren

schön gedeckt und der Service perfekt sein und das Essen in einem hübschen eigenen Raum stattfinden.

Wunschmenü

Werner Liebi arbeitet seit über 20 Jahren in der Küche des Domicil Steigerhubel. Für ihn sind individuelle Wünsche wie die von Ruth Gfeller willkommene Herausforderungen.

Aber auch der Alltag ist herausfordernd. Tag für Tag bekocht er am Mittag 70 bis 90 Gäste. Von ihnen weiss er «alles». In seinem Computer ist akribisch vermerkt, wer was nicht mag oder eben mag. «Wenn Frau Müller Rüebli nicht gerne hat, bekommt sie auch nie Rüebli, oder wenn Frau Meier kein Fleisch isst, servieren wir ihr selbstverständlich immer ein fleischloses Menü», präzisiert Werner Liebi. Er sagt, er koche gutbürgerlich, achte aber auf gesunde und leichte Vollkost. Die Fett-, Eiweiss- und Kohlenhydratwerte sind genau berechnet.

Woche für Woche geht er zudem von Tisch zu Tisch und sammelt «Wunschmenüs». In der einen Woche gibt es des-

halb an einem Mittag das Wunschessen des Tisches Nr. 1, in der nächsten des Tisches Nr. 2 usw. An vordester Front der Wünsche steht Kalbsbraten mit Gemüse und Gratin, gefolgt von Geschnetzeltem, Rahmschnitzel, Suurem Mocke, Roastbeef, Steaks und zum Dessert Casata und eben Werner Liebis berühmte Schneekugeln mit Himbeersauce. «Und manchmal werden auch lustige Kombinationen gewünscht, wie z.B. Nüdeli und Pommes frites oder Safranrisotto mit Rahmspinat», sagt er lachend. «Alle haben Mitspracherecht», betont er, «manche trauen sich aber nicht so recht, Wünsche zu äussern. Sie muss man dazu ermutigen.»

Besondere Herausforderungen sind für Werner Liebi auch die grossen Feste im Steigerhubel, wie z.B. das Sommerfest, mit bis zu 180 Personen, die verpflegt werden müssen.

Lebensqualität

«Werner Liebis Flexibilität beeindruckt mich immer wieder», bemerkt Sari Wettstein, Geschäftsleiterin des Domicil Steigerhubel anerkennend. «Er trägt we-

sentlich zur Lebensqualität unserer Bewohner und Bewohnerinnen bei.»

Gutes Essen ist in allen Domicil-Einrichtungen Standard. Die Küchenchefs haben dazu letztes Jahr ein eigenes Konzept entwickelt, das für alle verbindlich ist. «Essen ist ein wichtiges Thema für unsere Bewohnerinnen und Bewohner. Es stellt im Alltag einen Höhepunkt dar», ist da zu lesen. Es strukturiert für die Betagten den Tagesablauf. Festgehalten in den Gastrostandards sind u.a. die Qualität und die Frische der Produkte, die Ausgewogenheit, das Eingehen auf individuelle Wünsche bis hin zum Früchtekorb auf den Abteilungen und Kaffee und Kuchen am Nachmittag.

«Essen schärft die Sinne», hält Werner Liebi fest. Und Ruth Gfeller sinniert: «Es ist im Alter so wichtig, dass die Sinnesorgane aktiviert werden. Als Kind lernt man die Sinne kennen, im Alter verliert man sie allmählich wieder.» Werner Liebi und seine Kollegen und Kolleginnen unternehmen alles und mit viel Herzblut, damit Essen für die Domicil-Bewohner und -Bewohnerinnen zum sinnlichen Erlebnis wird. ■ ab

Events

■ «Mein letzter Wille»

Wir laden Sie ein zur **Informationsveranstaltung «Mein letzter Wille»** (Testament, Erbschaftsvertrag, Schenkungen).

Während rund einer Stunde gibt Herr Hans Georg Brunner, Notar, Einblick in die Thematik und beantwortet Fragen, auch während dem anschliessenden, von Domicil offerierten Apéro.

Interessiert? Dann melden Sie sich bitte telefonisch (031 307 20 20) oder per E-Mail (zeitung@domicilbern.ch) an. Eine Bestätigung der Anmeldung zur Veranstaltung folgt einen Monat vor dem Termin. Platzzahl ist beschränkt.

**Mo, 11. Juni 2012,
17 bis zirka 19 Uhr
(inkl. Apéro)**

**Domicil Schwabgut
Normannenstrasse 1
3018 Bern**

■ Domicil Kompetenzzentrum Demenz

Einladung zum Tag der offenen Tür

Domicil Bethlehemacker wurde in ein Demenzzentrum umgebaut und ist ab Mitte April bezugsbereit. Mit Licht, Farben und Bildern werden dort demente Menschen emotional abgeholt, begleitet und professionell betreut.

Das Domicil Kompetenzzentrum Demenz bietet verschiedenste Angebote rund ums Thema Demenz: stationärer Tages- und Nachtaufenthalt im Domicil Bethlehemacker, im Domicil Elfenau und im Domicil Wildermettpark. Zudem sind ein Beratungs- und ein Weiterbildungszentrum Demenz im Aufbau.

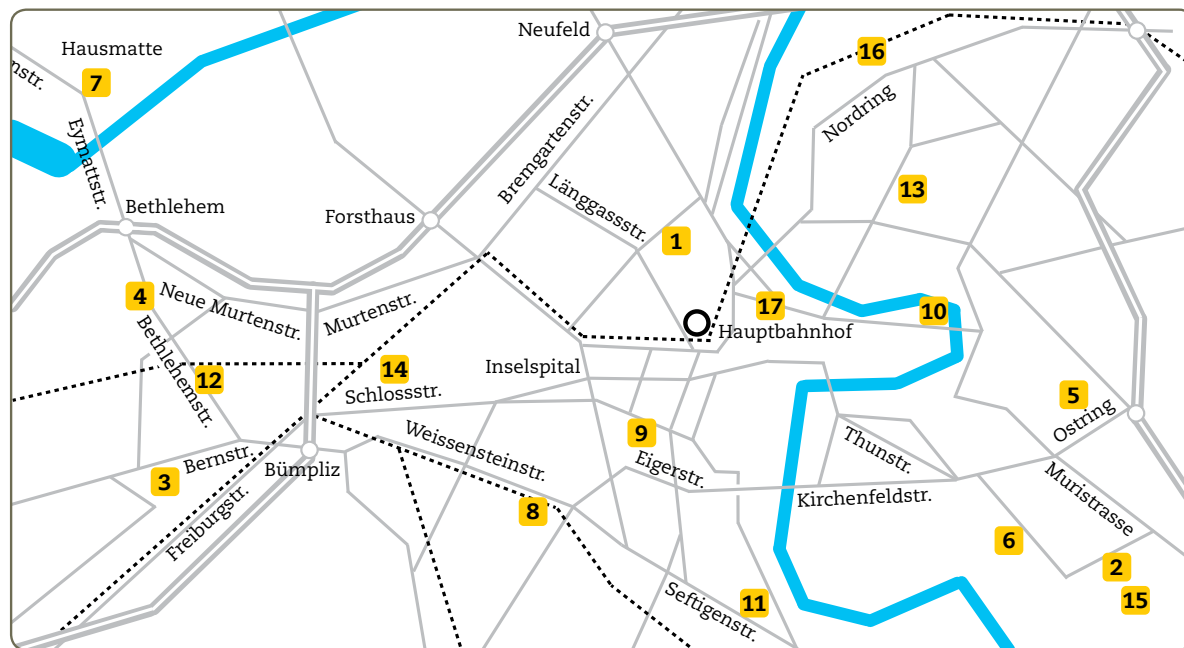
**Sa, 14. April 2012,
9 bis 17 Uhr
Mittagsverpflegung**

**Domicil Bethlehemacker
Kornweg 17
3027 Bern Bethlehem**

Weitere Veranstaltungen: siehe www.domicilbern.ch – unter Heimauswahl, Veranstaltungen

Im Quartier bleiben – dank 16 Domicil Standorten in Bern

Im Alter im eigenen Quartier bleiben zu können, ist für viele Menschen ein Wunsch. Domicil ist auf diese Bedürfnisse eingestellt. Eines der 16 Domicil Häuser in der Stadt Bern befindet sich garantiert mitten im vertrauten Quartier.



**1 Domicil Ahornweg mit
Wohngemeinschaft Mon Repos**
www.ahornweg.domicilbern.ch

2 Domicil Alexandra
www.alexandra.domicilbern.ch

3 Domicil Baumgarten
www.baumgarten.domicilbern.ch

4 Domicil Bethlehemacker
www.bethlehemacker.domicilbern.ch

5 Domicil Egelmoos
www.egelmoos.domicilbern.ch

6 Domicil Elfenau
www.elfenau.domicilbern.ch

7 Domicil Hausmatte
www.hausmatte.domicilbern.ch

8 Domicil Lentulus
www.lentulus.domicilbern.ch

9 Domicil Mon Bijou
www.monbijou.domicilbern.ch

10 Domicil Nydegg
www.nydegg.domicilbern.ch

11 Domicil Schöneegg
www.schoenegg.domicilbern.ch

12 Domicil Schwabgut
www.schwabgut.domicilbern.ch

13 Domicil Spitalackerpark
www.spitalackerpark.domicilbern.ch

14 Domicil Steigerhubel
www.steigerhubel.domicilbern.ch

15 Domicil Wildermettpark
www.wildermettpark.domicilbern.ch

16 Domicil Wyler
www.wyler.domicilbern.ch

17 Domicil Infocenter

Unsere Dienstleistungen

■ Wohnen und Leben im Domicil

- **Altersgerechtes Wohnen**
Eigene 1- oder 2-Zimmer-Wohnung in einer altersgerechten Umgebung in der Nachbarschaft eines Domicil Zentrums
> 24-Stunden-Notruf
> Betreuung und Pflege nach Bedarf
- **Wohnen mit Dienstleistungen**
Eigene 1-, 2- oder 3-Zimmer-Wohnung in einem Domicil Zentrum
> 24-Stunden-Notruf
> Mittagessen (4-Gang-Menü)
> Wöchentliche Wohnungsreinigung (Sichtreinigung)
> Betreuung und Pflege nach Bedarf
- **Umfassende Pflege**
Einzelzimmer mit umfassenden Dienstleistungen
> Vollpension
> Betreuung und Pflege
> Hotellerie
> Medizinische Hilfsmittel

■ Entlastungsangebote für betreuende Angehörige

- **Übergangsaufenthalt**
Betreuung und Pflege während maximal 8 Wochen
> Nach einem Spitalaufenthalt
> Zur Überbrückung einer Wartezeit (z.B. vor einem Umzug in ein Domicil)
- **Ferienaufenthalt**
Betreuung und Pflege während maximal 8 Wochen
> Tagesstruktur
> Leistungen gleich wie «Umfassende Pflege»
> Aktivitäten, soziale Kontakte
- **Tagesaufenthalt**
- **Tages- und Nachtaufenthalt**
> Tagesstruktur
> Halb-/Vollpension
> Aktivitäten, soziale Kontakte
> Fachkundige Betreuung rund um die Uhr

■ Weitere Dienstleistungen

- **Offener Mittagstisch**
- **Gesundheit/Wellness**
> Arzt
> Physiotherapie
> Podologie
> Therapiebad
> Coiffeur
- **Beratung rund ums Thema Wohnen im Alter**
> Wohn- und Betreuungsangebote
> Finanzierung
> Umzug
- **Haushaltshilfen**
> Wäscheservice
> Nähservice
> Reinigungsdienst
> Haushaltspflege

Stellen Sie uns Ihre Fragen

Ursula Dürig, Katharina Mischler und Regula Roth beraten Sie rund um das Thema Wohnen im Alter und gehen auf Ihre persönlichen Bedürfnisse ein. Gleichzeitig ist das Infocenter Ihre Anlaufstelle für alle 16 Domicil Häuser – sei es für Besichtigungen oder jegliche andere Auskünfte.



**Domicil Infocenter
Neugass-Passage 3
3011 Bern
Tel. 031 307 20 65
infocenter@domicilbern.ch**

Regula Roth, Leiterin Domicil Infocenter (Mitte), Katharina Mischler (rechts) und Ursula Dürig (links)

■ Impressum

Herausgeber: Domicil, Engehaldenstrasse 20, Postfach 7818, 3001 Bern, Telefon 031 307 20 20, www.domicilbern.ch, Gesamtverantwortung Esther Flückiger. Die Inhalte der Domicil Zeitung dürfen nicht ohne schriftliche Genehmigung des Herausgebers vervielfältigt oder verbreitet werden.
Redaktionskommission: Angelika Boesch, Caroline Bühler, Veronika Egger, Esther Flückiger, Brigitta Gasche, Dominique Imboden, Kurt Wegmüller.
Texte: Angelika Boesch (ab), Esther Flückiger (ef). **Gestaltung:** Polyconsult AG, Bern. **Fotos:** Andrea Campiche, Adrian Moser, Bildarchiv Domicil.
Druck: Büchler Grafino AG, Bern. **Mediendaten:** 127 000 Exemplare. Erscheint dreimal jährlich.

Leserumfrage

Gute Noten und wertvolle Rückmeldungen

Im Dezember führte die Domicil Zeitung ihre erste Leserumfrage durch. Wir bedanken uns an dieser Stelle herzlich

bei den zahlreichen Teilnehmenden und freuen uns, hier die wichtigsten Resultate zu präsentieren.

In Zukunft möchten die Leserinnen und Leser mehr über folgende Themen erfahren: Finanzen, Wohnformen, Mobilität und Gesundheit. Besonders die zahlreichen persönlichen Kommentare liefern der Redaktion wertvolle Ideen für kommende Artikel.

Die Rückmeldungen und die Wertschätzung, welche der Domicil Zeitung entgegengebracht wurden, sehen wir als Verpflichtung, die Zeitung im Sinne der Leserschaft laufend zu verbessern.

Wie gut erfüllt die Domicil Zeitung folgende Punkte?	Anteil der Leserschaft, welche die Noten 5 (gut) und 6 (sehr gut) erteilt hat
Behandelt Themen, die ältere Menschen beschäftigen	77%
Liefert mir persönlich nützliche Informationen	60%
Ist unterhaltsam	62%
Ist fachlich kompetent	75%
Ist verständlich geschrieben	88%
Ist ansprechend gestaltet, hat qualitativ gute Bilder	81%

Rätsel

Gewinnen Sie ein Mittagessen im Domicil Steigerhubel

	ist mal in & wandelt sich wieder	Tummelplatz für Elfen	▼	Kunst und VS Skikunst-Pionier (V)	der UNO-Generalsekretär	▼	so soll die Ernährung sein	▼	nach Anne ist's «wäger» keine Puppe	I = Initialen
der Professor unter den Vögeln	▼	▼			▼		viel davon erhält uns jung		ohne Wind sind sie schlaff	scheiden, loslassen
▼			3	gefährliches Material verstehe!	▼		▼		4	▼
Geschmack (franz. >eingedeutscht)	9	sind auch als Salme unterwegs	Bluffer, Aufschneider	▼			1			
imposanter Geweihter	▼	▼	▼	6	Liebe und Treue?!	▼				
essen oder darauf gleiten (engl.)	Akz. in Gais	▼		deutsches Fussballer-Idol (V)	10			...gadiner		2
DOMICIL	▼	5		betrügen, schummeln	▼			7		
▼				▼			12		modem, zeitgemäss	
Knochen pour un ou d'un chien	▼		mitten im Augenwasser	▼				trendy, en vogue	8	
mehr Zeit, ihnen nachzugehen	11									Akz. = Autokennzeichen

Rätselautor: Edy Hubacher

Unter den eingetroffenen Lösungen verlosen wir im Domicil Restaurant Steigerhubel: **3x 3-Gang-Mittagsmenü für zwei Personen.**

Senden Sie das Lösungswort mit Name, Vorname und Adresse mittels einer Postkarte oder per E-Mail an:

Domicil
Engenhaldenstrasse 20
Postfach 7818
3001 Bern

E-Mail: zeitung@domicilbern.ch

Einsendeschluss: 11. Mai 2012

Die Gewinner werden ausgelost und schriftlich benachrichtigt. Es wird keine Korrespondenz geführt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----