

pöschli

lokalzeitung und amtliche publikationen
für gemeinden der regionen viamala und albula

büwo
gesamtausgabe

Umbau nach Mass.

walker

RENOVA AG. MASSARBEIT.

Ausstellung-Beratung-Idee T 081 641 27 37

Nr. 39, 27. September 2018
129./36. Jahrgang

GOURMET CATERING

Massgeschneiderte
Perfektion und höchste
Qualität unserer Produkte
und Dienstleistungen.

Fam. U. Attenhofer-Patt, 7430 Thusis
Tel. 081 651 11 66

www.gourmet-catering.ch



Trinkt Es?

Wir helfen wenn Alkohol ein Thema ist.

Tel. 081 252 43 37
www.blaueskreuz.gr.ch

PLÄTTLI...

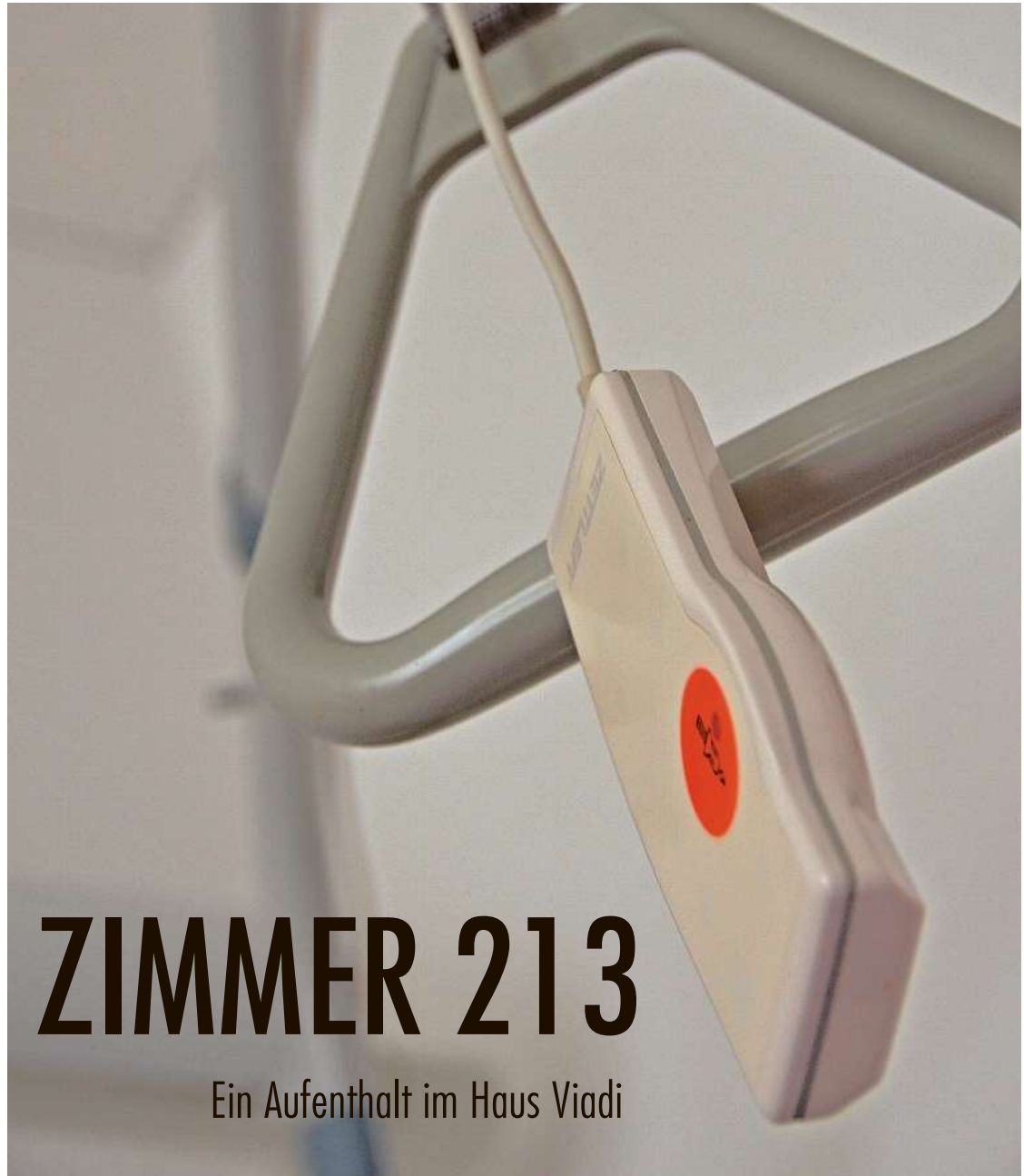
FEUER...

200 Jahre

+ GANZ

www.ganz.info

Rossbodenstrasse 15, 7000 Chur



ZIMMER 213

Ein Aufenthalt im Haus Viadi

Weihnachts- und Firmenessen im Hotel Fravi in Andeer

Menuvorschläge:
info@fravi-hotel.ch
T. 081 660 01 01

Hotel Fravi
BADE-, KUR- & FERIEHOTEL
ANDEER

cazis
kulturarchiv

Gemeindehaus Tartar
Samstag, 29. September
13.30 bis 17.00 Uhr
Sonderausstellung
«internierte polnische Soldaten
im 2. Weltkrieg» in Cazis

TIRI
HAUSTECHNIK AG

**SANITÄR
HEIZUNG
SPENGLEREI
BEDACHUNGEN**

TEL. 081 661 17 21
TIRI-HAUSTECHNIK.CH

**ZILLIS
ANDEER**

**DJ ELEKTRO
JOOS AG**

Elektro Joos AG / Schützenweg 2 / 7430 Thusis
Elektro Joos GmbH / Postfach / 7440 Andeer
Service / 081 650 11 00 / elektrojoos.ch





Für einen Tag und eine Nacht mein Daheim: das Haus Viadi in Fürstenaubruck.

Bilder Loredana Pianegonda

24 STUNDEN IM HAUS VIADI

Einblicke in ein Daheim für ältere Menschen

Von Loredana Pianegonda-Todisco

Freitag, 10 Uhr: Das in Fürstenaubruck gelegene Haus Viadi bekommt Besuch. Ich, 26 Jahre alt, bin weder pflege- noch unterstützungsbedürftig. Zugegeben, die ersten Abnutzungserscheinungen machen sich auch bei mir langsam bemerkbar, weshalb ich für meinen Aufenthalt mein Gesundheitskissen von zu Hause mitgebracht habe. Abgesehen von gelegentlichen Rückenverspannungen, die ich mit meinem Gesundheitskissen ganz gut in den Griff bekomme, und einem leicht lädierten Hüftgelenk bin ich aber, wie man so schön sagt, «fit wie ein Turnschuh». Mein Gepäck lässt schon vermuten, dass ich etwas länger bleiben werde. Doch was hat eine junge Journalistin in einem Zuhause für ältere Menschen zu suchen? Nun, ich werde für 24 Stunden im Haus Viadi zu Gast sein – und zwar als Bewohnerin. Ich werde entsprechend betreut und nehme an verschiedenen Gruppenaktivitäten teil. Kurzum: Ich tue, was Journalisten eben so tun, und be-

obachte, wie es in einer Gesundheitsinstitution für pflege- und unterstützungsbedürftige Menschen zu und her geht.

Mit meinem Gesundheitskissen unter dem Arm und einem Rucksack mit meinen restlichen Habseligkeiten schreite ich also durch die Eingangstür des Hauses Viadi.

Im Empfangsbereich werde ich von Gesamtleiter Marcel Ryser bereits erwartet. Zu meinem Empfangskomitee gehören zudem Corina Karrer, Bereichsleiterin Pflege, und Edeltraud Panier, Bereichsleiterin Hotellerie. Mein Eintritt in das Haus Viadi verläuft aufgrund meines Kurzaufenthaltes etwas anders ab als üblich.

10.30 Uhr: Meine Personalien und Notfallkontakte sind aufgenommen. Meine persönliche Erklärung zu den freiheitseinschränkenden Massnahmen ist unterschrieben. Im Haus Viadi kommen freiheitseinschränkende Massnahmen wie etwa ein Bettgitter oder

GPS-Gerät nur dann zum Einsatz, wenn weniger einschneidende Massnahmen nicht ausreichen oder von Beginn an als ungenügend erscheinen. Urteilsfähige Bewohnerinnen und Bewohner dürfen selber entscheiden, ob solche freiheitseinschränkende Massnahmen bei ihnen angewendet werden sollen. Die freiheitseinschränkenden Massnahmen müssen vor Eintritt erklärt sein. Eine Patientenverfügung und ein Vorsorgeauftrag können ebenfalls sehr nützlich sein. Somit kann bei einer Notfallsituation gemäss der Haltung des Betroffenen gehandelt werden. Ich hoffe, dass mir während meines 24-Stunden-Aufenthaltes nichts passieren wird. Sollte ich mich aber dennoch ungeschickt anstellen – und beispielsweise aus dem Bett fallen –, dürfen bei mir freiheitseinschränkende Massnahmen ergriffen werden. Ein Bettgitter wäre dann wohl die passende Massnahme. Über viele Formalitäten, mit denen ich mich bei meinem Eintritt befasse, müssen sich neue Bewohnerinnen und Bewohner normalerweise erst einige Wochen nach ihrer

Ankunft Gedanken machen. «Wir geben unseren Neankömmlingen erst einmal etwas Zeit,

um sich in ihrem neuen Zuhause einzugeöhnen», so der Gesamtleiter.

11 Uhr: Teamleiterin Ruth Rezzoli bringt mich auf mein Zimmer. Sie muss schmunzeln, als sie mein mitgebrachtes Kissen sieht. Rezzoli klärt mich auf: Die Bewohnerin, deren Zimmer ich beziehen darf, während sie in den Ferien ist, hat bei ihrem Einzug ebenfalls ihr eigenes Kissen mitgebracht. Mein Zimmer mit der Nummer 213 befindet sich im zweiten Obergeschoss. Es ist gross und sehr stilvoll möbliert. Die Be-

Das Zimmer 213 im zweiten Obergeschoss



Gesamtleiter Marcel Ryser und ich bei meinem Eintrittsgespräch.

Bild Patricia Schmid



Turnstunde in der Mehrzweckhalle.

wohnerinnen und Bewohner des Hauses Viadi dürfen ihre Zimmer selber einrichten. Wären da nicht das Pflegebett und das hindernisfreie Badezimmer, hätte ich beinahe vergessen, dass ich mich in einer Alterseinrichtung befinde. Aber auch die Notfallglocke, die griffbereit über meinem Bett hängt, erinnert mich wieder daran, wo ich derzeit bin.

11.15 Uhr: Nachdem ich mein Zimmer bezogen habe, führt mich Rezzoli durch ihre Etage. Im zweiten Obergeschoss wohnen 22 Bewohnerinnen und Bewohner, davon zwei Ehepaare, in 20 Zimmern. Auf meinem kurzen Rundgang treffe ich auf viele, interessante Persönlichkeiten. Ich besuche gemeinsam mit der Teamleiterin ein Ehepaar. Das Pärchen lebt noch nicht lange im Haus Viadi und bewohnt ein Studio, das sogar mit einer kleinen Küche ausgestattet ist. Voller Stolz zeigt mir der Mann die Kunstwerke seiner Frau, die früher gerne und oft gemalt hat. Wunder-schöne Bilder zieren das Zimmer. Auf einem Bild ist ein Pferd abgebildet, ein anderes zeigt das Maiensäss des Ehepaares. Rezzoli begrüsst alle Bewohnerinnen und Bewohner, die uns auf den Fluren begegnen, streichelt ihnen sanft über den Arm und fragt sie nach ihrem Wohlbefinden.

11.30 Uhr: Es ist Zeit für das Mittagessen, das ich im grossen Saal im Erdgeschoss einnehme. Ein netter Herr sitzt an meinem Tisch. Er muss mir meine Hilflosigkeit angesehen haben, denn er deutet ungefragt zum Buffet, das sich am Ende des Saals befindet. Dort könne ich mich selbst bedienen und mir so viel Salat oder Kompott holen, wie ich möchte. Noch bevor der Haupt-

gang serviert wird – ich habe mir Fischstäbli mit Tartarsauce, Salzkartoffeln und Blattspinat bestellt –, gesellen sich zwei weitere Herren zu uns. Wir beginnen, über den Menüplan zu diskutieren. Mein Tischnachbar erzählt mir, dass er erst kürzlich seinen Geburtstag gefeiert hat. Deshalb habe er, so wie das im Haus Viadi üblich sei, das Menü fürs Mittagessen bestimmen dürfen. «Ich habe mir ein Entrecôte, Pommes frites und als Beilage Peperoni-Gemüse gewünscht. Zum Dessert hat es Schokoladen-Mousse gegeben», sagt er. Während er die Köstlichkeiten aufzählt, strahlt er über das ganze Gesicht.

13 Uhr: Auf den Gängen im Haus Viadi ist es nach dem Mittagessen ruhig geworden. Viele Seniorinnen und Senioren gönnen sich ein Nachmittagsschläfchen. Ich habe dafür keine Zeit; eine Turnstunde in der Mehrzweckhalle steht auf dem Programm. Geleitet wird die Turnstunde, an der auch Personen teil-

nehmen, die nicht im Haus Viadi wohnen, von Barbara Wyss. Zum Einwärmen machen wir ein kurzes Ballspiel. Im Anschluss absolvieren wir einen Parcours, der Kraft, Koordination und Gleichgewicht fördern soll. Auf Ballkissen wird zum Beispiel das Gleichgewicht trainiert. Das soll laut Wyss dabei helfen, Stürzen vorzubeugen.

14.45 Uhr: Meine Turnstunde ist zu Ende. Ich bin wieder auf meinem Zimmer und beschliesse, mich etwas umzusehen. Auf der Dachterrasse im zweiten Obergeschoss treffe ich auf eine Seniorin, die mit viel Eifer frisch gepflückte Walnüsse aus ihren äusseren, grünen Hüllen schält und anschliessend knackt. Wie ich später erfahre, geht die Bewohnerin dieser Beschäftigung häufig nach,

weshalb man für sie auf der Dachterrasse einen fixen Arbeitsplatz eingerichtet hat.

15 Uhr: Eine Pflegerin findet mich auf der Dachterrasse und fragt, ob ich Lust auf einen Kaffee habe. Da ich von den vielen Eindrücken ein wenig erschöpft bin, ist das ein willkommenes Angebot. Ich folge ihr und weiss jetzt auch, weshalb ich auf den Fluren niemandem begegnet bin. Zahlreiche Bewohnerinnen und Bewohner, aber auch ein Besucher, geniessen draussen den warmen Spätsommertag. Ich geselle mich dazu und beginne mich mit der Bewohnerin, die neben mir sitzt und gerade Socken strickt, zu unterhalten. «Mit ihr haben wir immer besonders viel Spass», sagt meine Sitznachbarin, und zeigt mit ihrer Stricknadel auf eine Pflegerin. Alle müssen lachen. Die Seniorin berichtet: «Einmal ist sie auf die Idee gekommen, mit uns aus den Kräutern im hauseigenen Garten einen Sirup zu machen. Deshalb hat sie einen Sack voller Zitronen zu ihrer Schicht mitgebracht.»

Anzeige

Zaubär
Für mehr Live-Musik

KONZERT
VDELLI, Vorband Guivaulta Band
Freitag, 28. Sept. 2018

Türöffnung 20 Uhr | Beginn 21 Uhr
Eintritt CHF 18.- | Barbetrieb
Alte Brauerei | Neudorfstrasse 12 | Thuis

NEU ONLINE: WWW.ZAUBAER.CH



Auf der Dachterrasse schält eine Bewohnerin gerne Walnüsse.



Im St.-Agatha-Stübli wird am Freitag die heilige Messe gefeiert.



Im Haus Viadi sind auf Absprache mit der Heimleitung auch Vierbeiner willkommen.

16.15 Uhr: Im St.-Agatha-Stübli findet heute Nachmittag die heilige Messe statt. Ich setze mich in die erste Reihe, um die hinteren Plätze für Personen, die Gehhilfen benötigen oder im Rollstuhl sitzen, frei zu lassen. Eine Seniorin freut sich besonders über die Messe. Sie blüht auf und spricht alle Gebete auswendig mit.

17.30 Uhr: Mein Abendessen nehme ich dieses Mal im St.-Agatha-Stübli ein. Ich habe mir ein Birchermüesli bestellt. Den Tisch teile ich mir mit zwei Seniorinnen. Eine von ihnen hat ihr Hörgerät vergessen, möchte sich aber dennoch mit mir unterhalten, was sich anfangs als schwierig erweist. Sie kann meine Antworten auf ihre Fragen nicht verstehen.

Ich beobachte, wie die Betreuerin mit der Bewohnerin spricht und mache es ihr nach. Ich stehe auf, gehe um den Tisch herum, stelle mich neben die Seniorin, beuge mich vor und versuche langsam und akzentuiert zu sprechen. Nach jedem Satz lege ich eine kleine Pause ein. Es funktioniert. So können wir uns unterhalten. Die Bewohnerin lächelt mich an und bedankt sich bei mir.

18 Uhr: Auf dem Weg ins Zimmer entdecke ich im Flur eine kleine, süsse Katze. «Das ist Majali. Sie gehört einer Bewohnerin», informiert mich eine Pflegerin. Meist ist es möglich, beim Einzug in das Haus Viadi seine Katze, seinen Hund oder seinen Kanarienvogel mitzunehmen.

19 Uhr: Im Haus Viadi endet der Tag schon früh. Viele Bewohnerinnen und Bewohner bevorzugen es, sich nach dem Abendessen in ihre Zimmer zurückzuziehen. Einige Seniorinnen und Senioren leisten sich auf den Fluren noch etwas Gesellschaft oder geniessen die letzten Sonnenstrahlen draussen im Garten.

Überprüfung der Notfallglocke

20.15 Uhr: Es klopft an meine Zimmertür. Ich werde von der Fusspflegerin für eine kleine Wellnessbehandlung abgeholt. In den Fluren ist es unterdessen ganz still geworden. Bis zum Anwendungsraum im Erdgeschoss ist es nicht weit. Dort kann man sich im Übrigen auch die Haare schneiden lassen, zur Craniosacral Therapie gehen oder eine wohltuende Massage geniessen. Das Haus Viadi erinnert mich an ein kleines Dorf. Es gibt ein Restaurant, einen Coiffeur und im Empfangsbereich entdecke ich sogar einen Briefeinwurf der Post.

21 Uhr: Auf meinem Zimmer ist mir das Wasser ausgegangen, und ich habe Durst. Um eine weitere Flasche zu bestellen, muss ich die Glocke über dem Bett betätigen. Es dauert nicht lange, da klopft es schon an meiner Tür. Die Pflegerin befindet sich gerade auf ihrem letzten Rundgang durch die Etage. Sie überprüft in jedem Zimmer die Notfallglocke, verteilt Getränke und unterhält sich noch ein bisschen mit den Bewohnerinnen und Bewohnern. Danach endet ihre Schicht.

22 Uhr: Bevor ich mich hinlege, stellt sich mir nach dem Schichtwechsel die neue Pflegerin vor. Sie will wissen, ob sie in der Nacht nach mir schauen soll. Ich fühle mich wohl und verzichte auf eine nächtliche Betreuung.

Samstag, 9 Uhr: Nach einer erholsamen Nacht bekomme ich am Morgen Besuch. Mein Mann darf mit mir im grossen Saal frühstücken. Im Haus Viadi können Besuche von Angehörigen und Freunden jederzeit – also rund um die Uhr und an jedem Tag – empfangen werden.

10 Uhr: Meine 24 Stunden im Haus Viadi sind vorbei. Mein Mann nimmt mich mit nach Hause. Ich werde von allen nett verabschiedet.

10.15 Uhr: Zu Hause angekommen, lasse ich meinen Aufenthalt Revue passieren. Ich habe vieles erlebt; etliche schöne Momente, aber auch Augenblicke, die mich nachdenklich stimmen. Keiner weiss, wie er altern wird. Vielleicht wird man dement? Vielleicht benötigt man eine Gehhilfe? Oder man altert ohne grosse Beschwerden. Aber was, wenn nicht? Dann ist es von Vorteil, gibt es Einrichtungen wie das Haus Viadi, die versuchen, ihren Bewohnerinnen und Bewohnern ein möglichst selbstbestimmtes Leben zu ermöglichen.

Doch nicht nur gesundheitlich beeinträchtigte Menschen brauchen Aufmerksamkeit, sondern auch die Angehörigen. Einfache Alltagssituationen werden plötzlich zur Herausforderung. Wie reagiert man, wenn jemand sein Hörgerät vergessen hat und kaum versteht, was man ihm sagt? Hätte ich beim Abendessen nicht beobachten können, wie die Betreuerin mit der Bewohnerin, die ihr Hörgerät vergessen hat, umgegangen ist, wäre ich mit der Situation überfordert gewesen.

Perspektivenwechsel tun immer gut. Sie sensibilisieren und rücken den eigenen Lebensstil in ein anderes Licht. In den 24 Stunden, die ich im Haus Viadi verbracht habe, ist mir bewusst geworden, wie sehr mich mein Alltag absorbiert. Manchmal vergesse ich, mich über die kleinen Dinge im Leben zu freuen. Das nächste Mal, wenn ich selber einen Sirup mache oder ich mir überlegen darf, was ich mir zum Essen wünsche, versuche ich innezuhalten und diese Momente zu geniessen. Oft bin ich einfach froh, eine weitere Pendeuz erledigt zu haben. Das ist falsch. Deshalb: Vielen Dank, liebe Haus-Viadi-Bewohnerinnen und -Bewohner, für die wertvollen Begegnungen und Gespräche, die mich dazu gebracht haben, mein eigenes Verhalten zu reflektieren.