

ASV Fokus 60+

2|2024

Demenz

In eigener Sache

Mitgliederversammlung ASV S|3

Im Gespräch mit

Dr. A. Wälder, Ambulante Alters-
psychiatrie, Memory Clinic S|4

Alzheimer-Café

Erfahrungsberichte von
Betroffenen S|6

Leben in einer Demenzstation

Wohn- und Pflegezentrum
Stadelbach S|10

Editorial

Liebe Leserinnen und Leser



Jeder Mensch ist ab und zu vergesslich und wer von Ihnen war nicht schon einmal unsicher, ob die Haustüre abgeschlossen ist, oder hat die Brille oder das Handy verlegt. Noch besteht kein Grund zur Beunruhigung. Es gibt allerdings Anzeichen, die auf dementielle Erkrankungen hinweisen könnten. Einen Einblick in die Vielschichtigkeit dieser Erkrankung soll Ihnen unsere neueste Ausgabe geben.

Symbolhaft versuchen wir mit dem Titelbild aufzuzeigen, wie sich die Erinnerungen von an Demenz erkrankten Menschen verflüchtigen – vieles wird unscharf. Und doch, gewisse Erinnerungen bleiben dafür umso stärker und müssen als Ressourcen genutzt werden.

Rund 300'000 Angehörige kümmern sich schweizweit selbst um die Pflege und Betreuung von dementiell erkrankten Menschen. Eine enorme Aufgabe, die höchste Wertschätzung verdient. Wichtig dabei ist die Unterstützung von Fachpersonen, wie dies Frau Dr. Wälder, Memory Clinic der PDAG, im Gespräch aufzeigt. Ebenso notwendig ist die Sensibilisierung der Bevölkerung – hier leistet die Alzheimer Vereinigung Aargau wichtige Unterstützung. Lesen Sie dazu den Beitrag zum Alz-Café mit eindrücklichen und berührenden Kurzinterviews.

Aufgrund der demografischen Entwicklung nehmen die dementiellen Erkrankungen zu. Spezialisierte Pflegeinstitutionen sehen sich mit einer stetig steigenden Nachfrage konfrontiert. Eine grosse Herausforderung, die nur durch fachliche Expertise gemeistert werden kann. Im Bericht des Wohn- und Pflegezentrums Stadelbach dürfen wir erfahren, dass hohe Fachlichkeit auch viel Zufriedenheit bringt.

Macht es Ihnen Mühe, in lauter Umgebung ein Gespräch mit zu verfolgen? Hörverluste sind nicht einfach hinzunehmen, sondern sollten abgeklärt werden. Machen Sie vorerst den einfa-

chen Hörtest, den Link finden Sie im Beitrag auf Seite 8.

Der Sommer naht, deshalb ist auch etwas Musse angesagt. Lassen Sie sich von unseren Wander- und Buchtipps inspirieren. Und nicht vergessen, reservieren Sie sich den 29. August 2024 für unseren Jubiläumsanlass.

Ich wünsche Ihnen eine wunderschöne Sommerzeit!

Esther Egger
Präsidentin



Inhaltsverzeichnis

- 3 | In eigener Sache – Mitgliederversammlung 2024
- 4 | Im Gespräch mit Dr. A. Wälder, PDAG, Ambulante Alterspsychiatrie, Memory Clinic
- 6 | Alzheimer-Café – Erfahrungsberichte von Betroffenen
- 8 | Hörverlust – Testen Sie sich selbst
- 10 | Leben in einer Demenzstation – Wohn- und Pflegezentrum Stadelbach
- 12 | Wander- und Buchtipps
- 14 | Aus dem Leben gegriffen
- 15 | Wussten Sie, dass ...
- 16 | Veranstaltungen

In eigener Sache

Gegen 50 Teilnehmende hatten sich im Alterszentrum Suhrhard in Buchs zur Mitgliederversammlung 2024 eingefunden. Die diversen Traktanden konnten speditiv abgehandelt werden. Der ausführliche Jahresbericht zeigte auf, wie vielfältig und intensiv die Tätigkeiten des ASV im vergangenen Jahr waren. Das anschliessende engagierte Referat von Yolanda Schütz zum Thema Gewalt im Alter «Auswege aus Konflikt- und Gewaltsituationen» stiess auf grosses Echo. ESTHER EGGER



Referentin Yolanda Schütz

Steigende Mitgliederzahlen

Erfreulicherweise konnten im Laufe des Jahres etliche Einzel- und Paarmitglieder, aber auch weitere Gemeinden, Seniorenorganisationen und Pflegeinstitutionen als Mitglieder gewonnen werden. Dies ist der immer breiteren Vernetzung in Politik und bei den Institutionen, der guten Präsenz an vielen kantonalen Veranstaltungen im Altersbereich sowie den erfolgreichen Weiterbildungsmodulen zu verdanken. Die Jahresrechnung 2023, welche entgegen dem Budget 2023 positiv abgeschlossen werden konnte sowie das Budget 2024 wurden einstimmig gutgeheissen. Ebenfalls beschlossen wurde die Beibehaltung des heutigen Mitgliederbeitrags für 2025.

Neue Vorstandsmitglieder

Als neue Mitglieder in den Vorstand wurden *Johann Wetter*, Kassier, und *Monika Locher*, Protokoll, gewählt. Die Revisionsstelle wurde für ein weiteres Jahr mit *Beatrix Mathiasen*, senio Region Baden, und neu mit *Beat Müller*, Verein Pensionierter ABB Aargau, bestätigt. Für die äusserst langjährige Tätigkeit als Revisorin wurde *Vreni Wolf* mit Applaus und grossem Dank geehrt.

In einem spannenden Ausblick zeigte Vizepräsident und Leiter Team Alterspolitik, Konrad Schneider, die heutigen und künftigen Schwer-

punkte und Herausforderungen der kantonalen und eidgenössischen Alterspolitik auf.

Im zweiten Teil der Veranstaltung folgte ein eindrückliches Referat von Yolanda Schütz, Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter (UBA), Fachkommission Nordwestschweiz, zum Tabu-Thema Gewalt im Alter. Darin zeigte sie auf, welche Unterstützung die UBA bieten kann und welche Auswege aus Konflikt- und Gewaltsituationen möglich sind.

Yolanda Schütz erläuterte, wie vielfältig Gewalt sein kann. Es ginge keineswegs immer nur um physische Gewalt, sondern oft auch um die viel schwerer feststellbare psychische Gewalt. Jegliche Form beeinträchtigt die Integrität der älteren Menschen, sei jedoch keineswegs immer vorsätzlich. Oftmals bestünden in einer Beziehung ungleichmässige Machtverhältnisse, es gäbe Vertrauens- oder Machtmissbrauch. Dies könne schwerwiegende Auswirkungen auf Gesundheit und Lebensqualität haben, ja sogar manchmal tödlich enden (www.alterohnegewalt.ch). Eindringlich appellierte die Referentin an ihre Zuhörerschaft:

**Schauen Sie nicht weg!
Lassen Sie Konflikten und Gewalt
nicht das letzte Wort!
Reden Sie darüber, holen Sie Hilfe!**



Der ASV im Gespräch mit...

Aktuell leben in der Schweiz rund 153'000 Menschen, die an einer Form von Demenz erkrankt sind. Davon leben circa 11'205 Personen im Kanton Aargau. Jährlich erkranken im Kanton rund 2435 Menschen neu an Demenz. Rund 300'000 Angehörige kümmern sich selbst um die Pflege und Betreuung der erkrankten Menschen. Dieses Engagement ist belastend und kostet nebst Geld auch körperliche und psychische Energie. ESTHER EGGER

Fragen an Frau Dr. med. Andrea Wälder, Co-Zentrumsleiterin und Leitende Ärztin, Zentrum für Alterspsychiatrie, PDAG.



Unser Gehirn verliert mit dem Alter an Kraft und Dynamik. Kommt Demenz deshalb vor allem im Alter vor?

Im Alter verändern sich körperliche und geistige Fähigkeiten, weshalb eine gewisse Vergesslichkeit völlig normal sein kann. Es steigt aber das Risiko, dass im Gehirn krankhafte Veränderungen entstehen, die zu einer Demenz führen können.

Jedoch kann sich auch ein alterndes Gehirn noch weiterentwickeln. Geistig anregende Aktivitäten können dazu beitragen, abnehmende Fähigkeiten auszugleichen.

Gibt es überhaupt Vorbeugungsmassnahmen und auf welche Symptome muss speziell geachtet werden, um eine Früherkennung zu ermöglichen?

Präventionsmassnahmen können das Risiko verringern, an einer Demenz zu erkranken. Empfohlen werden ein gesunder und aktiver Lebensstil mit entsprechender Ernährung, regelmässiger Bewegung oder Pflege von sozialen Kontakten sowie die Verminderung kardiovaskulärer Risikofaktoren. Neben nicht veränderbaren Faktoren wie Alter, Geschlecht oder genetischer Veranlagung gibt es Risiken, die beeinflussbar sind, bspw. Hörverlust, Bluthochdruck, Rauchen, Depression, Diabetes oder Schlafstörungen. Warnzeichen sind nicht nur Gedächtnisstörungen, Schwierigkeiten bei Routineaufgaben oder Probleme mit der Orientierung, sondern auch Mühe mit der Sprache, ungewohntes Verhalten, wahnhaft Vorstellungen oder Antriebslosigkeit.

Es gibt verschiedene Formen von Demenz wie z. B. auch Alzheimer-Demenz. Was weiss man heute über die verschiedenen Formen und Mechanismen?

Demenz ist der Oberbegriff für viele Erkrankungen, die die Funktion des Gehirns beeinträchti-

gen. Kennzeichnend ist die Abnahme kognitiver Fähigkeiten mit Einschränkungen bei der Bewältigung von Alltagsaufgaben wie persönliche Hygiene, Haushalt usw. Einige Demenzformen können durch eine geeignete Behandlung teilweise oder ganz geheilt werden. Dies ist etwa bei Stoffwechselkrankheiten, z. B. einer Schilddrüsenunterfunktion, der Fall. Auch psychische Erkrankungen, wie bspw. eine Depression, können sich ähnlich wie eine Demenz zeigen. Welche Ursache zugrunde liegt, untersuchen wir in der Memory Clinic in einem interprofessionellen Team.

Die Alzheimerkrankheit und die vaskuläre Demenz zählen zu den häufigsten nicht heilbaren Demenzformen. Warum genau eine Alzheimererkrankung entsteht, ist nicht gänzlich geklärt und wahrscheinlich multifaktoriell bedingt. Eine wichtige Rolle spielt das Alter.

Bisher gibt es leider kein Medikament, das die Alzheimerkrankheit verhindern oder heilen kann. Die zur Verfügung stehenden Medikamente wirken, indem sie die Hirnleistung stimulieren, den Krankheitsverlauf verzögern und Begleitsymptomen wie beispielsweise Unruhe günstig beeinflussen. Dennoch gibt es Therapiemöglichkeiten. Auch nichtmedikamentöse Behandlungen mit individuell angepasster Unterstützung und Alltagsgestaltung und bspw. Einsatz von Ergotherapie oder Logopädie können Symptome mildern und die Lebensqualität verbessern.

Die Diagnose Demenz ist für die Betroffenen und die Angehörigen belastend. Welche Folgen kann das haben und wie reagiert man am besten?

Die engsten Angehörigen nehmen oft als erste die Anzeichen einer beginnenden Demenz wahr. Demenzbetroffene können zu Beginn ihre Einschränkungen teilweise so gut kompensieren, dass andere diese nicht bemerken.



Für Angehörige heisst das nicht selten, dass sie mit ihren Beobachtungen auf Unverständnis stossen. Eine Demenz kann zu Veränderungen im Verhalten führen. Wird dies vom Umfeld nicht erkannt, werden bspw. Anschuldigungen persönlich genommen und Kontakte abgebrochen. Eine Abklärung kann hier zunächst einmal für Klarheit sorgen und auch Entlastung bringen. Eine Diagnose ermöglicht, sich mit dem Krankheitsbild auseinanderzusetzen und weitere Schritte zu planen.

Angehörige gleichen die abnehmenden Fähigkeiten der Betroffenen immer mehr aus. Ihnen bleibt kaum Zeit, eigene Interessen oder soziale Kontakte zu pflegen, bis hin zur körperlichen oder psychischen Erschöpfung. Für das Umfeld ist es hilfreich zu wissen, wie sich eine Erkrankung zeigen kann und welche Bedürfnisse entstehen. Aufmerksam sein und allenfalls Unterstützung anbieten, kann dazu beitragen, dass Betroffene weiterhin aktiv am gesellschaftlichen Leben teilnehmen können.

Angehörige von Demenzkranken erbringen einen enormen physischen und psychischen Aufwand. Wie können sie von Ihnen unterstützt und stabilisiert werden?

Oft sind es Familienmitglieder, die durch ihre unentgeltliche Betreuung und Pflege einen beträchtlichen Teil der indirekten Kosten einer Demenzerkrankung tragen. Um ihre Gesundheit zu schützen, ist es wichtig, sie individuell zu beraten und Unterstützung aufzugleisen, die zu ihrer persönlichen Situation passt.

Bei den Abklärungen in unserer Memory Clinic beziehen wir die Angehörigen mit ein. Ihre Beobachtungen zu Symptomen und Veränderungen werden berücksichtigt. Die erhobenen Befunde, die Diagnose und die möglichen Auswirkungen auf den Alltag werden in einem gemeinsamen Gespräch vermittelt und Therapieoptionen auf-

gezeigt. Wir bieten zudem ärztliche und psychologische Verlaufskontrollen sowie Behandlungen an, damit die Patienten und ihre Angehörigen den Alltag besser bewältigen können. In diesem Rahmen informieren wir sie auch über Beratungs- oder Entlastungsangebote.

Ist unsere Gesellschaft genügend sensibilisiert, um Überlastungen und deren Folgen zu erkennen (z. B. auch Pseudo-Demenz). Welche Rolle spielen dabei die Hausärzt:innen?

Hausärzt:innen sind in der Regel die erste Anlaufstelle für Betroffene. Sie nehmen eine entscheidende Rolle ein, dass die Krankheit diagnostiziert bzw. eine Abklärung in die Wege geleitet wird. Als oftmals langjährige Behandler kennen sie die Situation der Kranken und können die nötigen Massnahmen bedarfsgerecht koordinieren. Das Wissen über Demenz hat in der Bevölkerung durch das Engagement verschiedener Fachorganisationen zugenommen. Was es im Alltag bedeutet, einen demenzkranken Angehörigen zu begleiten und mit den Veränderungen, die eine kranke Person erfährt, umzugehen, können sich Aussenstehende aber oft schwer vorstellen. Es besteht daher nach wie vor ein Bedarf an Information über die Krankheit, deren Auswirkungen auf die verschiedenen Lebensbereiche der Betroffenen und über Hilfsmöglichkeiten.

Psychiatrische Dienste Aargau AG

Klinik für Konsiliar-, Alters- und Neuropsychiatrie

Ambulante Alterspsychiatrie
Königsfelderstrasse 1
5210 Windisch, 056 462 23 51
alterspsychiatrie@pdag.ch, www.pdag.ch

Kurzporträt

Dr. med. Andrea Wälder studierte und promovierte an der Universität Ulm.

Sie ist Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie (FMH) mit den Schwerpunkt titeln Alterspsychiatrie und Alterspsychotherapie sowie Konsiliar- und Liaisonspsychiatrie.

Seit 2006 arbeitet sie bei den Psychiatrischen Diensten Aargau im Bereich Alterspsychiatrie, zunächst als Oberärztin und Leitende Oberärztin, seit 2017 als Leitende Ärztin.

Im Rahmen dieser Tätigkeit baute sie den Konsiliar- und Liaisondienst für die Alters- und Pflegeheime auf und übernahm die Leitung der Ambulanten Alterspsychiatrie, inklusive der Memory Clinic an den Standorten Windisch und Aarau.

Seit vielen Jahren engagiert sie sich im Vorstand von Alzheimer Aargau.

Alzheimer Café – ein Ort für Begegnungen und Gespräche

Angehörige von Menschen mit Demenz übernehmen oft über Jahre deren Betreuung und Pflege. Diese intensive Aufgabe kann psychisch und körperlich belastend sein, mit Erschöpfung oder Depressionen als mögliche Folgen. Darüber hinaus haben Angehörige häufig keine Zeit, ihre sozialen Kontakte zu pflegen. Damit Angehörige nicht selbst erkranken, ist es besonders wichtig, dass sich austauschen können und Unterstützung erhalten. ESTHER EGGER



Veränderung der Persönlichkeit

Im Verlauf der Erkrankung verlieren Menschen mit dementiellen Erkrankungen zunehmend ihre früheren Fertigkeiten. Beispielsweise vergessen sie einen abgemachten Termin oder finden sich in der vertrauten Umgebung nicht mehr zurecht. Ebenso können sich erste Sprachschwierigkeiten bemerkbar machen. Erkrankten Personen fällt z. B. schwer, einem Gespräch zu folgen, sie verlieren den Faden oder finden das passende Wort nicht (siehe auch unser Beitrag auf den Seiten 4 und 5). Geduld, Verständnis und manchmal auch eine Portion Humor sind in solchen Situationen hilfreich. Die kranken Menschen können sich nicht mehr anpassen, dies müssen die Angehörigen tun. Umso mehr ist es wichtig, dass sie Unterstützung und Entlastung erhalten.

Das Alz-Café

Das Alz-Café ist eine gute Gelegenheit dazu. Es ist ein Ort, wo Menschen mit Demenz und die ihnen nahestehenden Personen in entspannter Atmosphäre einen gemeinsamen Nachmittag verbringen können. Grossen Wert wird auf den Austausch mit allen Teilnehmenden gelegt.

Die beiden Fachfrauen Annemarie Rothenbühler und Irene Taimako von Alzheimer Aargau empfangen mich herzlich am Treffpunkt des Alzheimer-Café in Aarau, welches es seit ca. 2015 gibt. Die Anzahl der Teilnehmenden variiert jeweils. Nach Corona habe sich diese jedoch kontinuierlich wieder erhöht. Das Angebot ist bewusst niederschwellig, es braucht keine An- oder Abmeldung. Von den beiden Leiterinnen ist deshalb hohe Flexibilität gefragt und selbstverständlich

wird anschliessend der Nachmittag gemeinsam reflektiert.

Die Inhalte der Alz-Cafés werden jeweils in einer Jahresplanung festgelegt. Inputs von Annemarie und Irene oder von Referent:innen sollen Erinnerungen wecken und damit auch die Betroffenen miteinbeziehen. Es ist ihnen wichtig, eine ungezwungene Atmosphäre zu schaffen und Fachwissen mit Empathie zu verbinden. Angehörige wie Betroffene sollen offen über ihre Gefühle und Erfahrungen sprechen können. Im Alz-Café zeige sich die Vielschichtigkeit der Krankheit sehr gut, den Betroffenen sehe man diese oftmals nicht an.

Musik ist der Königsmacher

Beim Alz-Café gehört immer live Musik dazu. Bei meinem Besuch waren es die Aareblick Örgeler, welche mit Volksliedern zum fröhlichen Mitsingen und am Schluss gar zu einem Tänzchen animierten. Die Teilnehmenden erhielten zudem Informationen von Silvia Nussbaumer, Leiterin Tagesbetreuung Lindenfeld Suhr. Institutionen mit Tagesbetreuung bieten für Menschen mit dementiellen Erkrankungen eine tageweise Betreuung mit vielfältigen und kreativen Angeboten. Angehörige erhalten dadurch zumindest stundenweise eine Entlastung. Silvia Nussbaumer empfiehlt, diese beizeiten anzunehmen.

Für mich war gut spürbar, wie wertvoll für die Anwesenden der gemeinsame Austausch und das gegenseitige Verständnis sind. Diese Kontakte werden teilweise über das Alz-Café hinaus gepflegt. In eindrücklichen Gesprächen durfte ich einige Aussagen von Teilnehmenden einfangen.

Vielen Dank für diese Offenheit und das Vertrauen!

Alz-Café von Alzheimer Aargau

jeweils 14.30 – 16.30 Uhr, Gasthof zum Schützen, Schachenallee 39, 5000 Aarau.

Der Anlass ist kostenfrei. Die Konsumation erfolgt auf eigene Rechnung. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Kontaktpersonen: Annemarie Rothenbühler, 079 410 56 29 oder Irene Taimako, 079 566 95 64

Nächste Daten 2024: 14.8.24 | 9.10.24 | 27.11.24

Weitere Informationen unter www.alzheimer-schweiz.ch/de/aargau/home

R. + B. Wir kommen seit 1 ½ Jahren regelmässig und sehr gerne. Für uns wäre ideal, wenn das Alz-Café alle 4 – 5 Wochen stattfinden würde. Am Anfang weiss man nicht, wie mit dieser Situation umzugehen ist. Es tut so gut zu erfahren, dass es anderen genau gleich geht. Für meinen Mann ist der Besuch des Alz-Cafés eine Abwechslung. Wir beide geniessen die lockere und unbeschwerte Atmosphäre. Denn zu Hause sind wir zwar zu zweit, aber doch allein.

B. + R. Wir sind das erste Mal hier und wollten vor allem Informationen erhalten. Der Weg ist für uns mit dem öffentlichen Verkehr zu weit. Wir wären sehr dankbar, wenn es bei uns in der Nähe auch ein Alz-Café oder etwas Ähnliches geben würde.

G. Heute bin ich ohne meinen Mann da, weil er in der Tagesbetreuung ist. Er hat diese Auszeit für mich bewusst gewünscht. Mir tut der Austausch im Alz-Café so gut. Ich fühle mich verstanden und alle wissen, genauso ist es. Aus meiner Sicht weiss die Gesellschaft noch viel zu wenig über diese Krankheit. Demenz ist immer noch ein Tabu. Man hört zwar viel, aber nicht das Richtige und mit Familie und Freunden spricht man kaum darüber. Oder man wird nicht verstanden, ja ist sogar oftmals die Böse, obwohl man das Beste probiert.

P. Meine Frau und ich sind erst das zweite Mal hier, die Kontakte zu den anderen Teilnehmenden müssen noch wachsen. Wir kommen aber sehr gerne. Die Motivation für den Besuch des Alz-Cafés ging von unserem Sohn aus. Für uns ist es sehr gut, dass wir offen mit Familie und Kollegen über die Krankheit sprechen können. Dennoch, wir erhalten viele gute Ratschläge, aber konkrete Hilfe eher nicht. Deshalb sind wir sehr dankbar, dass uns eine Nachbarin unterstützt. Oftmals bin ich als Partner überfordert, die mentale Verarbeitung ist schwierig und der Schlaf leidet. Ich wünschte mir allgemein mehr Informationen über Unterstützung. So musste ich z. B. selbst herausfinden, dass ich als Begleitperson ein spezielles Abo bei der SBB erhalten kann.
[Begleitabo Handicap auf dem SwissPass | SBB](#)

Mehr Lebensqualität dank Hörgerät

Meistens kommt ein Hörverlust schleichend. Wir können diesen eine gute Weile ignorieren, in dem wir unser Verhalten situativ anpassen und auch unser Umfeld neue Kommunikationsstrategien wählt. Der Gang zum Ohrenarzt oder zu einem Akustiker wird oft zu lange hinausgeschoben. Das kann weitreichende negative Folgen haben. REGINA WIRZ

Lassen Sie Ihr Gehör unbedingt frühzeitig testen!

Ein Hörverlust kann dazu führen, dass Sie Ihre sozialen Kontakte weniger pflegen und damit Ihre Lebensqualität eingeschränkt wird. Zusätzlich können daraus negative Konsequenzen entstehen, denn bei verminderter Hörfähigkeit werden gewisse Hirnfunktionen vernachlässigt. Es besteht dadurch ein erhöhtes Risiko an Demenz oder an psychischen Krankheiten, z.B. einer Depression zu leiden.

Bedenken Sie, dass eine nicht behandelte Schwerhörigkeit Mehrkosten bei zusätzlichen Behandlungen und damit insgesamt höhere allgemeine Gesundheitskosten verursachen.

Nehmen Sie sich Zeit und beantworten diese einfachen Fragen:

- Sitzen Sie neuerdings an Veranstaltungen in die vordersten Reihen?
- Gelingt es häufig nicht, verschiedene Geräusche auseinanderzuhalten?
- Meiden Sie Gruppentreffen, weil Sie sich an Gesprächen nicht mehr problemlos beteiligen können?
- Fühlen Sie sich missverstanden und ausgeschlossen?

*Alle mit NEIN beantwortet?
Oder sind Sie unsicher?*

Einen einfachen Selbsttest können Sie bei der unabhängigen Beratungsstelle Pro Audito vornehmen:
www.pro-audito.ch

Empfehlungen zur Abklärung und Finanzierung

Am besten lassen Sie Ihr Gehör vom Ohrenarzt kontrollieren, so erhalten Sie eine ärztliche Diagnose, die auch bei der Finanzierung der Hörgeräte eine wesentliche Rolle spielt.

Hörgeräte gibt es in verschiedensten Preissegmenten und technischen Ausführungen. Scheuen Sie sich nicht, verschiedene Offerten einzuholen und Testmöglichkeiten in Anspruch zu nehmen.

WICHTIG: Klären Sie *vor* dem Kauf, *WER* und in welcher Höhe Ihre Hörgeräte mitfinanziert und wie viel Sie selber bezahlen müssen.

– IV Invalidenversicherung:

Personen im Erwerbsleben und IV-berechtigt. Pauschalbeitrag CHF 840, bei zwei Hörgeräten CHF 1'650, im Turnus von 6 Jahren.

SVA Aargau (siehe Seite 9)

IV-Härtefälle aufgrund von speziellen Voraussetzungen. Merkblätter unter

www.pro-audito.ch

>Hörsysteme> Härtefallregelung

– AHV Alters- und Hinterlassenenversicherung:

Pensionierte Personen, die zum ersten Mal ein Hörgerät benötigen (sonst weiterhin wie oben erwähnt).

Pauschalbeitrag CHF 630, bei zwei Hörgeräten CHF 1'237.50, im Turnus von 5 Jahren.

SVA Aargau (siehe Seite 9)

Für EL-Bezüger: zusätzlich ein Drittel der Pauschale CHF 210, CHF 412.50.

– Krankkassen Zusatzversicherungen:

Fragen Sie im Voraus, ob und in welcher Höhe Leistungen an Hörgeräte bezahlt werden. Diese können zwischen CHF 200 bis CHF 1'000 variieren.

SVA Aargau

Bahnhofplatz 3C, 5001 Aarau, Kundenzentrum, 062 836 81 81

www.ahv-iv.ch

Merkblätter, Anmeldeformulare unter Leistungen IV oder Leistungen AHV.
Hilfe erhalten Sie auch bei Ihrer AHV-Zweigstelle in Ihrer Wohngemeinde.

– Unfall- oder Militärversicherung:

Bei Spezialfällen infolge Berufskrankheit oder Unfall können die SUVA oder die Militärversicherung angefragt werden.

– Sozialdienst, Stiftungen und Fonds:

Bei Sozialhilfebezügern klärt der Sozialdienst die Finanzierung. Die Gemeinde beteiligt sich subsidiär an den Kosten.

Für Personen mit wenig oder keinem Vermögen können auch bei Stiftungen und Fonds Gesuche eingereicht werden.

Eine lückenlose Dokumentation ist zwingend.

BFSUG Beratungsstelle für Schwerhörige und Gehörlose Aargau Solothurn

Unterentfelden

www.bfsug.ch, 062 212 42 64,
aargausolothurn@bfsug.ch



Hier erhalten Sie bei der Sozialberatungsstelle kompetente Hilfe, falls durch Ihre Hörbehinderung oder beim Ablauf der Hörgerätefinanzierung Probleme auftauchen sollten.

Anzeige

Gutes Hören ist auch gut fürs Gehirn

HÖRGERÄTE SORGEN NICHT NUR FÜR MEHR LEBENSQUALITÄT, SONDERN KÖNNEN AUCH VOR DEMENZ SCHÜTZEN.



Das Gehör hat einen grossen Einfluss auf unsere geistige Fitness. Stimmen und Klänge kommen zwar im Ohr an, werden aber erst im Gehirn verstanden. Bei einem Hörverlust verbessern moderne Hörgeräte das Hörvermögen deutlich und senken gleichzeitig das Risiko kognitiven Verfalls. Werden Sie frühzeitig aktiv und lassen Sie sich von einem Hörakustiker in einer Amplifon-Filiale in Ihrer Nähe unverbindlich beraten.



Jetzt Termin vereinbaren



GRATISNUMMER

0800 800 881

CODE MIT HANDY SCANNEN UND TERMIN ONLINE BUCHEN:

amplifon.ch/online-buchen

amplifon

Leben in einer Demenzstation

Das Wohn- und Pflegezentrum Stadelbach in Möhlin führt seit 15 Jahren eine eigene Demenzabteilung und bietet in zwei geschützten Wohngruppen für je 12 Personen ein wohnliches Zuhause. Frau Marion Wegner-Hänggi, Vorsitzende der Geschäftsleitung, und Herr Thorsten Kückens, Leiter der Demenzabteilung, gewähren uns Einblick, wie sich der Alltag für die Bewohnerinnen und Bewohner gestalten lässt. REGINA WIRZ

Welche Unterschiede gibt es zu einer geriatrischen Abteilung?

Th. Kückens (TK): Der Eintritt in die Demenzabteilung erfolgt aufgrund einer ärztlichen Verordnung in enger Absprache mit den Angehörigen, da die Betroffenen nicht mehr selber entscheiden können. Zudem ist diese Abteilung geschlossen, weil vielfach der Drang sich zu bewegen und wegzulaufen vorhanden ist.

Wieviel Privatsphäre können Sie den Bewohnerinnen und Bewohnern trotzdem bieten?

M. Wegner-Hänggi (MWH): Alle Bewohnenden in unserer ganzen Institution verfügen über ein Einzelzimmer, im offenen Bereich auch mit einem eigenen Balkon. Die Zimmer werden individuell möbliert.

TK: Vor dem Eintritt wird mit den Angehörigen besprochen, welche wichtigsten Erinnerungsstücke Platz finden. Auch kleine Gegenstände sollen das Gefühl eines Zuhauses vermitteln. Ein heimeliges Zimmer bietet einen idealen Rückzugsort. Jede Wohngruppe verfügt über einen Ess- und Wohnraum und für alle besteht die Möglichkeit, sich auf der gemeinsamen Terrasse oder im Garten an der frischen Luft aufzuhalten.

«Unser Ziel ist, jeder Person so viel Freiheit wie möglich zu gewähren, soziale Kontakte zu fördern und eine grösstmögliche Linderung von belastenden Symptomen.»

Eine Demenzerkrankung zeigt sich in unterschiedlichen Formen. Das benötigt eine individualisierte Betreuung.

MWH: Ja, der Personalschlüssel ist in der Demenzstation höher. Für die Tagesbetreuung sind es sieben statt fünf Personen und im Spätdienst fünf statt drei. Der Nachtdienst ist von einer Person für alle gesichert. Bei Notfällen kann auch vom

Pflegeheim Pflegepersonal beigezogen werden. TK: Wir nehmen uns im Team auch genügend Zeit für die «Fall-Besprechungen». Eine Mitarbeiterin absolviert aktuell die Zusatzausbildung zur Fachfrau Aktivierung Demenz, so können wir unser Knowhow stetig verbessern.

Wie können Sie Wünsche von Angehörigen in den Betreuungsprozess miteinbeziehen?

TK: Ich arbeite schon 20 Jahre im Demenzbereich und habe eine entsprechende Ausbildung. Mit Biographiearbeit stimmen wir uns auf neue Bewohnende ein. Das bedingt eine gute Zusammenarbeit mit den Angehörigen. So lernen wir die Wünsche kennen, die Betreute meist nicht mehr selber nennen können. Wir können sie entsprechend am Aktivierungsprogramm teilhaben lassen oder auch individuelle Besuchsregelungen vereinbaren. Z. B. eine Frau, deren Mann im Nebengebäude in einer Alterswohnung lebt, wird täglich von ihm besucht oder abgeholt.

MWH: Wir versuchen, wenn immer möglich, die Demenzerkrankten ins allgemeine Heim-Programm miteinzubeziehen, z. B. bei Ausflügen, bei Spaziergängen in der Umgebung. Wichtig ist auch der Besuch beim Tiergehege mit Ziegen und Hühnern.

Welche Phase des Aufenthalts ist für alle Betroffenen die schwierigste?

TK: Der Eintritt ist je nach Stand des Krankheitsverlaufs am schwierigsten, wenn die Personen direkt von ihrem Zuhause in die geschützte Wohnstätte wechseln. Aber es gilt auch, die finale Phase frühzeitig zu planen und über unser Konzept zu informieren. Dieses sieht vor, dass die Betreuten auf der Station in ihrem vertrauten Zimmer sterben können. Wir bieten nebst Palliative Care sogar Schlafmöglichkeiten für Angehörige. Gerade bei Versprechungen, man werde den Partner bis zum Tod begleiten, wird dieses



Angebot sehr geschätzt. So kann die Verlegung in ein Spital oder Hospiz umgangen werden. *MWH:* Wir vermitteln auf Wunsch auch eine seelsorgerische Begleitung. Die Zusammenarbeit mit den drei Pfarrämtern im Dorf ist sehr gut. Immer am Mittwochmorgen findet im Haus ein ökumenischer Gottesdienst statt.

Der generelle Prozess des Loslassens gestaltet sich eventuell bei den Angehörigen schwieriger als bei den Erkrankten?

TK: Ja, das ist zu beobachten. Wenn Angehörige bei der Betreuung und/oder der Pflege an ihre Grenzen stossen, können sich Scham- oder Schuldgefühle entwickeln. Auch hier spielen oft frühere Versprechungen, die nicht mehr erfüllt werden können, eine Rolle. Deshalb ist es wichtig, frühzeitig über solche Konstellationen zu sprechen und in einer Patientenverfügung und/oder einem Vorsorgeauftrag festzuhalten. Aber vor allem rechtzeitig Unterstützungsangebote anzunehmen.

Bieten Sie nebst Ihrem stationären Angebot zur partiellen Entlastung von Angehörigen auch Tagesbetreuungs- oder Ferienplätze an?

MWH: Ja, auf allen Stationen. In der Demenzabteilung gibt es ein Ferienzimmer und je nach Pflegebedarf können wir für zwei bis drei Personen einen Tagesbetreuungsplatz anbieten. Die Stationen helfen sich hier bei Engpässen auch gegenseitig aus.

TK: Mit diesen Möglichkeiten können Hemmschwellen abgebaut und das Vertrauen aufgebaut werden, dass die Erkrankten professionelle Pflege und Betreuung erhalten. Eine Anmeldung für einen definitiven Eintritt fällt dann etwas leichter.

Immer gibt es Berichte über eine problematische Polymedikation in Heimen oder eine Unterversorgung durch Ärzte.

MWH: Wir sind uns dieser Problematik sehr bewusst. Früher wurden die «mobilen Ärzte» angeboten. Mit der heutigen Konstanz beim Pflegepersonal und einer guten Zusammenarbeit mit Apotheken und Hausärzten sind wir auf dem richtigen Weg. Die Apotheke meldet uns allfällige problematische Wechselwirkungen oder im Team wird bei der Absetzung einzelner Medikamente kritisch geprüft, ob es ergänzende Präparate noch braucht. Solche Konstellationen werden mit dem Hausarzt geklärt. In einer angrenzenden Alterswohnung lebt ein ehemaliger Amtsarzt, den wir für Notfälle an Wochenenden oder nachts beiziehen dürfen.

Nebst belastenden Momenten gibt es bei Ihrer anspruchsvollen Arbeit bestimmt auch Momente der Freude im Umgang mit den Bewohnenden.

TK: Ein familiäres und ruhiges Umfeld ist für das Wohlbefinden der Erkrankten zentral. Sie leben im Hier und Jetzt und lieben die Natur und Tiere. Ich stelle mir zuweilen auch in schwierigen Situationen vor, wie meine Grosseltern gerne betreut werden möchten und versuche so mit meinem Team jeden Tag das Beste zu geben. Wir werden mit vielen herzlichen Reaktionen belohnt.

MWH: Mit Spaziergängen und Erlebnissen in der Natur auch mit den Tieren können wir manches Gemüt erhellen. Die Zufriedenheit können wir in den Gesichtern ungefiltert ablesen.

Wir danken Ihnen für die Zeit, die Sie sich genommen haben und wünschen Ihnen beiden und Ihren Teams alles Gute.

**Wohn- und Pflegezentrum
Stadelbach, Möhlin**
www.stadelbach.ch

Wander- und Buchtipps



Der erste Atem-Weg der Schweiz in Safenwil

Die Kraft des Atems erleben, im Wald Energie schöpfen und sich inspirieren lassen, die Ruhe genießen, zu sich selber finden: Der Atem-Weg macht auf sinnliche Art äussere und innere Lebensräume spürbar. Die Kombination aus Natur, Ruhe, Bewegung und Atmung ergibt eine kraftspendende Symbiose. Auf spielerische Art ermöglicht der Atem-Weg auf zwei unterschiedlich langen Routen durch das Waldgebiet der Gemeinden Safenwil, Oftringen, Uerkheim und Zofingen, sich bewusst zu erleben, mehr über das Atmen zu erfahren und mit einfachen Übungen die Atemkraft selber zu entdecken.

Ob man das bewusste Atmen erlernen möchte, sich aus gesundheitlichen Gründen intensiver mit dem Atmen auseinandersetzen muss – oder ganz einfach Freude an sinnvoller Aktivität in der Natur hat: Wer dem Atem-Weg folgt, wird dessen wohltuende Wirkung auf Körper, Geist und Seele unmittelbar spüren.

Auf der grossen, rund sieben Kilometer langen Route laden zehn Stationen mit kleinen, spielerischen Experimenten zum bewussten Atmen ein. Barfuss kann man ein speziell hergerichtetes Terrain erforschen, bei einem kurzen Aufstieg die Atemfrequenz spüren und den eigenen Rhythmus finden oder beim Balancieren den eigenen Atem beobachten. Die einfachen Aufgaben werden kurz auf Schildern erklärt, der Weg ist gut ausgeschildert.

Wer nicht so weit gehen mag, kann eine kürzere Route wählen oder auch gezielt einzelne Wegpunkte angehen. Eine gepflegte Feuerstelle zum Abschluss des Lehrpfades bietet Gelegenheit zum Verweilen.

Rund um den Atem-Weg gestaltet der Verein Atem-Weg kulturelle Angebote und Anlässe wie Konzerte, Lesungen und Kunstausstellungen und bietet zudem von Fachpersonen geleitete Rundgänge auf dem Atem-Weg für Gruppen oder Einzelpersonen.

<http://www.atemweg.ch>



Der alte König in seinem Exil

Arno Geiger hat ein tief berührendes Buch über seinen Vater geschrieben, der trotz seiner Alzheimerkrankheit mit Vitalität, Witz und Klugheit beeindruckt. Die Krankheit löst langsam seine Erinnerung und seine Orientierung in der Gegenwart auf, lässt sein Leben abhandenkommen. Arno Geiger erzählt, wie er nochmals Freundschaft mit seinem Vater schliesst und ihn viele Jahre begleitet. In nur scheinbar sinnlosen und oft so wunderbar poetischen Sätzen entdeckt er, dass es auch im Alter in der Person des Vaters noch alles gibt: Charme, Witz, Selbstbewusstsein und Würde. Arno Geigers Buch ist lebendig, oft komisch. In seiner tief berührenden Geschichte erzählt er von einem Leben, das es immer noch zutiefst wert ist, gelebt zu werden.

Carl Hanser Verlag, ISBN 978-3-446-23634-9



Own your Age

Prof. Dr. Pasqualina Perrig-Chiello ist promovierte Entwicklungspsychologin und Systemische Familientherapeutin.

Der Übergang in die zweite Lebenshälfte ist geprägt von Herausforderungen, aber auch voller Chancen. Wir alle wünschen uns, dass die Zeit des Älterwerdens selbstbestimmt, spannend und beglückend wird. Prof. Dr. Pasqualina Perrig-Chiello erforscht als Lebensspannenpsychologin seit Jahrzehnten, wovon dies abhängt. Sie zeigt, welche Möglichkeiten und Stärken in Herausforderungen und Veränderungen wie Sinnkrise, Auszug der Kinder oder persönlicher und partnerschaftlicher Neuorientierung liegen. Denn all das stellt unsere Identität in Frage, und wir müssen uns neu erfinden.

Julius Beltz Verlag, ISBN 978-3-407-86800-8

Voraus- statt zurückschauen

Für den Fall, dass Sie eines Tages urteilsunfähig werden sollten, können Sie rechtzeitig vorsorgen. Einerseits mit einem Vorsorgeauftrag, andererseits mit einer Vollmacht. Kompliziert ist es nicht, und es ermöglicht Ihren ermächtigten Vertrauenspersonen, die Dinge in Ihrem Sinn zu erledigen.



Sie bestimmen! Und dennoch können Momente im Leben kommen, in denen Sie auf fremde Hilfe angewiesen sein werden. Wer zahlt zum Beispiel Ihre Rechnungen, wenn Sie ein Unglück trifft? Damit Ihre Finanzen weiter reibungslos geregelt werden können, sollten Sie eine oder mehrere Vertrauenspersonen bevollmächtigen, die Ihre Interessen wahrnehmen. Natürlich denkt niemand gern daran, aber wer nicht handelt, wird behandelt. Nur Sie können das ändern. Mit dem Vorsorge-Generator der Aargauischen Kantonalbank (AKB) erstellen Sie problemlos eine passende Vorlage, die Sie bei der AKB beurkunden lassen können. Je nach Wunsch können Sie die Vorlage auch vollumfänglich handschriftlich niederschreiben, datieren und unterschreiben. Selbstverständlich können Sie den Vorsorgeauftrag jederzeit abändern oder widerrufen. Hinterlegen können Sie ihn an einem sicheren Ort oder (je nach Kanton) bei der amtlichen Hinterlegungsstelle.

Gespräche auf Augenhöhe

Ganz so einfach geht es in Sachen Vermögensnachfolge nicht: Ihre Wünsche und Vorstellungen sind das eine, gesetzliche Bestimmungen das andere. Bei der AKB stehen Ihnen Profis zur Seite, die Ihre Wünsche betreffend Ehe-, Erbvertrag oder Testament ins rechtliche Format rücken können. Das entscheidende Gespräch auf Augenhöhe ist für Sie kostenlos. Gerne beraten Sie die Expertinnen und Experten der AKB bei den not-

Erbschaftsrechner

Mit dem Erbschaftsrechner der AKB können Sie aufgrund Ihrer Familiensituation ganz einfach ermitteln, wie Ihr Nachlass nach Gesetz verteilt wird, wie gross der Pflichtteil ist und über welchen Teil Ihres Nachlasses Sie frei verfügen können: www.akb.ch/erbschaftsrechner

wendigen Schritten – professionell und unabhängig. Als Willensvollstreckerin wickelt die AKB zudem Ihren Nachlass ab. In der Funktion einer autonomen Treuhänderin verwaltet sie Ihr Erbe und verteilt es gemäss Ihren Wünschen. Sind Sie Teil einer Erbengemeinschaft und möchten die Erbteilung in die Hände einer Fachperson geben? Auch diese Aufgabe übernimmt die AKB für Sie und sorgt mit einer professionellen Abwicklung für Entlastung in einer schwierigen Zeit.

Zögern Sie nicht, die Aargauische Kantonalbank bei Fragen direkt zu kontaktieren. Gemeinsam mit Ihrer Kundenberaterin oder Ihrem Kundenberater finden Sie einen Weg, um Ihre Gesamtsituation zu verstehen und alles in Ihrem Sinn zu regeln.

Aargauische Kantonalbank
Bahnhofplatz 1, 5001 Aarau
062 835 77 77, www.akb.ch

Vorsorgeauftrag-Konfigurator

Zur Erstellung Ihrer personalisierten Vorlage stellt Ihnen die AKB auf der Webseite

www.akb.ch/vorsorgeauftrag-konfigurator einen praktischen Leitfaden zur Verfügung.

Beachten Sie die Schritt-für-Schritt-Anleitung und halten Sie die Daten der zu beauftragenden Personen bereit.

Aus dem Leben gegriffen

M – meine Schwägerin REGINA WIRZ

Da sitzt sie, meine Schwägerin, noch keine 80 Jahre alt. Wie erwartet, still vornübergebeugt, ein runder Rücken typisch wie damals bei ihrer hochbetagten Grossmutter. Schläft sie mit offenen Augen oder ist sie in Gedanken versunken?

«Hallo M».

M zuckt zusammen, «ah Du bist es R, das ist eine Überraschung». Ein Lächeln huscht über das zerfurchte Gesicht. Ich stutze über die vielen Zahnlücken, obwohl ich diese schon kenne. Einfach unvorstellbar bei einer ausgebildeten Zahnarztgehilfin – mein Gedankenblitz.

Ich nehme sie in den Arm. «Wie geht es Dir»? Ich bin erleichtert, M kennt mich noch.

«Mir geht es gut» – lacht vor Freude – «das ist eine Überraschung».

«Fühlst Du Dich immer noch wohl hier?» «Ja, es sind alle sehr nett, das ist eine Überraschung, dass Du da bist.»

Wir essen gemeinsam zu Mittag. Immer wieder ein Lächeln und die Wiederholung «das ist eine Überraschung» und plötzlich ist der Kopf schwer und M fällt in sich zusammen. Meine Erzählungen verflüchtigen sich im Raum.

Mehr ist nicht möglich, fehlender Antrieb, keinerlei Zeitgefühl, Anspruchslosigkeit. Schlafen und Essen und einfach Sitzen – kurze Lichtblicke. Darf man es eine Art Zufriedenheit nennen? Monate ziehen übers Land ... wie viele bleiben noch?

Anzeige

graf kaffee

Stark im Geschmack.
Sanft im Magen.

Direktverkauf Rösterei

MO – FR: 07.30 – 12 Uhr | 13.30 – 17 Uhr
www.graf-kaffee.ch

P. Graf Kaffee Rösterei AG

Im Grund 13, 5405 Baden-Dättwil
Telefon 056 483 00 40

«Feinster Kaffeegenuss aus der lokalen Rösterei.»
Baristi: Dieter & Agon

Wussten Sie, dass ...



Anspruch auf Ergänzungsleistungen

Wenn Ihre minimalen Lebenskosten nicht durch Renten und/oder Einkommen gedeckt werden können, helfen die Ergänzungsleistungen (EL). Ergänzungsleistungen sichern zusammen mit der AHV die finanzielle Grundversorgung. Auf EL besteht ein rechtlicher Anspruch.

Der EL-Rechner der Pro Senectute oder der SVA Aargau gibt Ihnen Hinweise, ob Sie für den Bezug von EL berechtigt sind.

www.prosenectute.ch/de/dienstleistungen/orientierungshilfen/el-rechner.html



Betreuungsgutschriften

Ab dem 1. Mai 2024 noch einfacher.

Versicherte mit Ergänzungsleistungen (EL) und mit einer AHV- Altersrente können einen Pauschalbetrag von monatlich 300 Franken für selbstbestimmtes Wohnen zu Hause beantragen, wenn sie auf Betreuungsleistungen angewiesen sind.

Damit der Pauschalbetrag gewährt werden kann, muss die Betreuung durch eine vom Kanton anerkannte Organisation wie Spitex, Entlastungsdienst, SRK, Pro Senectute usw. erbracht werden. Ein Antrag kann auch gestellt werden, wenn sie in einer Wohnung leben, welche von einer anerkannten Pflegeeinrichtung betrieben wird.

Ab dem 1. Mai 2024 braucht es kein Arztzeugnis mehr für die Bestätigung des Betreuungsbedarfs.

Informieren Sie sich bei der SVA Aargau, Bahnhofplatz 3C 5001 Aarau, T 062 836 81 81
www.sva-ag.ch > [Betreuungsgutschriften](#)



0800 401 501

Seit Mitte April 2024 gilt im Aargau die neue ärztliche Notrufnummer, welche die bisherige Nummer (0900 401 501) ersetzt.

Der ärztliche Notfalldienst ist für die Bevölkerung weiterhin rund um die Uhr an sieben Tagen die Woche über die neue Notrufnummer erreichbar. Wer die Nummer wählt, sollte die Versichertenkarte der Krankenkasse sowie Angaben zu Medikamenten, ärztlichen Rezepten und andere gesundheitsrelevante Informationen bereithalten. Anrufe ohne telemedizinische Arztkonsultation sowie administrative Auskünfte sind neu kostenlos.

Veranstaltungen

Jubiläumsanlass ASV

Donnerstag, 29. August 2024, 14.30 Uhr, Alter Gemeindesaal, Lenzburg
Gastreferent Ludwig Hasler / musikalische Umrahmung Trio MUT
Anmeldungen: www.asv-ag.ch > Jubiläumsanlass

Modul 8 – Präventiv gegen Einsamkeit im Alter

Weiterbildung für Gemeinden, Seniorenorganisationen und Interessierte
Freitag, 20. September 2024, 9.00 – 12.00 Uhr, Grossratsgebäude Aarau
Mehr: www.asv-ag.ch/weiterbildungen

Tag der älteren Menschen Kanton Aargau

Was nährt mich im Alter; Samstag, 28. September 2024, 9.00 – ca. 12.30 Uhr, KUK Aarau

SVS Kongress

Die Schweiz in 10 Jahren aus der Perspektive der demografischen Entwicklung
1. Oktober 2024, Bern, Anmeldungen: www.seniorenfragen.ch/kongress2024

Mitglieder ASV

Verbände: Gönnerverein Altersbetreuung, Holziken; senio Region Baden;
Seniorenrat Stadt Brugg (SRB); Verein Pensionierter ABB Aargau (VP ABB)

Einzel- und Paarmitglieder: über 130

Organisationen: vaka (Gesundheitsverband Aargau); Pro Senectute Aargau; Innovage Aargau;
Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Aargau

Städte: Aarau (Sektion Gesellschaft), Baden; Opfikon (Anlaufstelle 60+); Zofingen (Fachstelle Alter)

Gemeinden: Biberstein, Fischbach-Göslikon, Hausen, Niederwil, Oberrohrdorf, Rottenschwil,
Strengelbach, Unterentfelden, Untersiggenthal, Veltheim, Wettingen;

Alterskommission Ehrendingen; Regionale Kommission für Altersfragen Windisch;

Seniorenräte Edingen, Gipf-Oberfrick und Würenlingen; Seniorenorganisation Zufikon

Institutionen: Alters- und Pflegeheim Länzerthus AG, Ruppertswil; Alters- und Pflegeheim

Unteres Seetal, Seon; Alterszentrum Moosmatt, Murgenthal; Alterszentrum Obere Mühle,

Lenzburg; Obere Mühle, Villmergen; Pflegeheim Sennhof AG, Vordemwald; Pflegezentrum

Lindenfeld, Suhr; Sanavita AG, Windisch; Senevita Lindenbaum, Spreitenbach; Senevita

Am Maiegrünen, Hägglingen; Seniorenzentrum Sunnhalde, Untersiggenthal; Seniorenzentrum

Wasserflue, Küttigen; Sonnmatt, Neuenhof; WirnaVita AG, Würenlingen; Wohn- und Pflege-

zentrum Salmenpark AG, Rheinfelden; Wohn- und Pflegezentrum Stadelbach, Möhlin;

Seniorenzentrum Zofingen, Zofingen

Impressum

ASV Fokus 60+ Offizielles Publikationsorgan des ASV

Erscheinung vierteljährlich

Nächste Nummer 5. Oktober 2024

Redaktionsschluss 3. September 2024

Auflage 2400

Herausgeber Aargauischer Seniorenverband, Tobelstrasse 8, 5416 Kirchdorf

Redaktion ASV, esther.egger@asv-ag.ch

Adressmutationen regina.wirz@asv-ag.ch

Fotos Titelfoto Brigitta Laube, Stiftung Gässliacker, Nussbaumen;

Monika Schneider, Esther Egger, Regina Wirz, WPZ Stadelbach, Atemweg Safenwil

Gestaltung creatype GmbH, Küttigen

Produktion ib Print GmbH, Sursee

Papierqualität Mix FSC-zertifiziertes Papier

