



# Panorama

Nummer **23** Dezember 2011

Die Hauszeitschrift der Pflegezentren Witikon und Riesbach



## Externe Pflegewohngruppe Steinacker

Familiär und doch individuell ist das Wohnen und Leben in der Pflegewohngruppe inmitten der Siedlung Steinacker im Quartier Witikon. **Seite 8**



Liebe Leserinnen, liebe Leser

Von aussen betrachtet könnte der Eindruck entstehen, in den Pflegezentren Witikon und Riesbach würde alles seinen gewohnten Lauf nehmen, Pflege und Verpflegung würden immer noch wie zu Zeiten des Chronischkrankenheims ablaufen.

Angehörige, die regelmässig bei uns ein und aus gehen, haben sicher festgestellt, dass wir uns in den letzten Jahren zu einem dynamischen Gesundheitsbetrieb entwickelt haben, der sich laufend dem Markt anzupassen hat. Insbesondere, nachdem mit der neuen Pflegefinanzierung die privaten Gesundheitsinstitutionen ebenfalls von Beiträgen der öffentlichen Hand profitieren.

So sieht heute die Berufsbildung im Gesundheitswesen anders aus als noch vor wenigen Jahren. Die Einführung der Fallpauschalen in den Spitälern bringt es mit sich, dass wir unsere Aufnahmeprozesse anpassen und im Pflegezentrum Riesbach eine Aufnahmeabteilung eröffnen, die innert 48 Stunden Patienten und Patientinnen direkt aus dem Spital aufnimmt. Auch auf der Kostenseite ändern sich die Vorgaben: heute müssen wir uns an kantonalen Normkosten messen lassen.

Veränderte Krankheitsbilder – ein immer höherer Anteil unserer Bewohnerinnen und Bewohner leiden an Demenz – weniger fitte Neueintretende sowie ein hoher Anteil an wieder nach Hause Austretenden erfordern, dass wir unser Personal laufend schulen. So ergänzen und verstärken gewisse Berufsgruppen wie beispielsweise Physio- und Ergotherapeuten/-innen unser Team.

Eine interessante, jedoch auch eine herausfordernde Zeit. Lesen Sie davon mehr in dieser Ausgabe.

Herzlichst

Erwin Zehnder, Betriebsleiter

**4** **Porträt**  
Cornelia Schneller-Erni,  
Leiterin externe Pflegewohngruppe Steinacker

**6** **Aktuell**

**7** **Menschen**

**8** **Im Fokus**  
Leben inmitten der Siedlung  
Steinacker



**10** **Hintergrund**  
Für gutes Wohnen im Alter – die Age Stiftung

**13** **PZZ**  
Die Gesundheit stärken

**14** **Wissenswertes**  
Kennen Sie seniorweb.ch?

**15** **Vermischtes**

**16** **Agenda, Impressum**

An der Haltestelle  
Albispüetli

Verliebt wie am ersten Tag...



Ein Schwätzchen in lockerer Atmosphäre



## Mit der Cobra ausgeflogen

Am 30. August fand im Rahmen des 20-Jahr-Jubiläums des Pflegezentrums Riesbach ein Ausflug der besonderen Art statt: An jenem sonnigen Augustnachmittag machten sich über 40 Bewohnerinnen und Bewohner mit ihrer Begleitperson auf den Weg zur Haltestelle Balgrist, um mit zwei Cobratrams «auszufliegen»: Übers Bellevue, Limmatquai, Central, die Bahnhofstrasse, See, Enge bis zum Albispüetli ging die Fahrt. Manch eine Bewohnerin oder ein Bewohner staunte: «Das hätte ich nicht mehr erkannt!» Im Albispüetli angekommen, ging's ins Restaurant Schützenhaus Albispüetli. Im Garten wurden die Gäste mit einer saftigen Schwarzwälder Torte und Kaffee verwöhnt. Zu rasch war es Zeit, die Heimreise anzutreten. Es war ein absolut gelungener Nachmittag, und er brachte eine willkommene Abwechslung in den Alltag eines Pflegezentrums.

Dana Navratil

# «Der direkte Kontakt bringt mir Freude und Befriedigung.»

Cornelia Schneller-Erni war noch ein Mädchen, als sie hautnah miterlebte, wie ihre Mutter sich um die an Demenz erkrankte Nachbarin kümmerte und diese mit Essen und dem Nötigsten versorgte. Dieses Erlebnis prägte ihren beruflichen Werdegang.

Dana Navratil

17 Jahre jung war Cornelia Schneller-Erni, als sie am Universitätsspital die Ausbildung zur Spitalgehilfin (heute Pflegeassistentin) in Angriff nahm. Ein Jahr lang putzte sie alles, was es zu putzen gab und wusste vermutlich besser über Putzmittel Bescheid, als manch einer, der diese herstellt. Neben dem Putzen durfte sie Tee verteilen und Essen eingeben, damit war das ihr erlaubte Repertoire bereits ausgeschöpft. Unverdrossen absolvierte sie danach zwei Jahre lang die Ausbildung zur FA SRK (Fähigkeitsausweis des Schweizerischen Roten Kreuzes).

### Im Berufsleben

Nach Abschluss der Ausbildung trat Cornelia Schneller-Erni die Stelle auf der Abteilung 1 im Pflegezentrum Witikon an. In dieser Zeit war sie auch in der Ausbildung aktiv. Diese Tätigkeit brachte ihr neue Inputs aus der Pflege und die Offenheit für Neues. Später wechselte sie auf die Abteilung 2 und nahm berufsbegleitend die Ausbildung zur Pflegefachfrau DN1 in Angriff.

Dieser Abschluss öffnete ihr die Tür zur Tätigkeit als Stellvertretende Abteilungsleiterin

auf verschiedenen Abteilungen. So lernte sie alle Aspekte der Langzeitpflege kennen und sammelte wichtige Erfahrungen. Nach dieser Phase übernahm sie die Funktion der Leitung der Niveaus 3 und 4 im Haus B Witikon. Im Juni 2010 erhielt Cornelia Schneller-Erni die Möglichkeit, die Leitung der externen Pflegewohngruppe Steinacker zu übernehmen.

### Weshalb Langzeitpflege?

Viele Pflegefachleute suchen sich nach ihrer Ausbildung eine Stelle im Akutbereich eines Spitals. Nicht so Cornelia Schneller-Erni: «Mir liegt sehr viel daran, dass ältere pflegebedürftige Menschen sich bis zum Schluss wohlfühlen, dass ich auf ihre individuellen Bedürfnisse eingehen kann und ihren Ansprüchen möglichst gerecht werde. Die Akutpflege ist mir zu «medizinlastig». Der direkte Kontakt zu unseren Bewohnerinnen und Bewohnern bringt mir Freude und Befriedigung.»

### Was ist wichtig?

In beruflicher Hinsicht sind Cornelia Schneller-Erni zwei Dinge wichtig: So liegt ihr die



PC-Arbeit und Telefonieren gehören zum Alltag.

Cornelia Schneller-Erni: Ein sympathisches Lächeln öffnet viele Türen.



Zufriedenheit ihrer Mitarbeitenden am Herzen. Sie setzt sich dafür ein, dass sie ihrem Team kleine und grössere Wünsche erfüllen kann. Sie ist überzeugt, dass sich die Zufriedenheit ihres Teams auf die Bewohnerinnen und Bewohner überträgt. Cornelia Schneller-Erni legt auch grossen Wert darauf, dass mit den Bewohnerinnen und Bewohnern viel unternommen wird, seien es kleine Ausflüge oder andere Aktivitäten. Kommen «ihre» Leute am Abend zufrieden und erfüllt vom Erlebten nach Hause, kann auch sie zufrieden ihren Arbeitstag beschliessen.

### **Ausgleich und Vision**

Familie und Freunde haben einen hohen Stellenwert in Cornelia Schneller-Ernis Leben. Sich austauschen und diskutieren zu können, ist für sie unverzichtbar. Lange Spaziergänge mit ihrer Labradorhündin Sirah gehören ebenso zum Ausgleich wie ihre zwei Katzen. Bei Wellness, im Kino und bei Lesen kann Cornelia Schneller-Erni die Seele baumeln lassen. Auf die Frage, ob sie eine Vision hätte, meint sie mit einem Lächeln: «Ich bin zufrieden, so wie es ist, aber ein Stück Land, einen Bauernhof mit einer Tagesstätte für Hunde und einem Tierasyl für andere Tiere, das könnte ich mir sehr gut vorstellen!»

Haus A Witikon  
wird ab Frühling  
2012 saniert.



# Grosse Züglete im Frühling

Am 17. April 2012 ziehen 126 Bewohnerinnen und Bewohner mit Hilfe von 70 Zivilschützern und 30 freiwilligen Helferinnen und Helfern für zweieinhalb Jahre ins frisch sanierte Pflegezentrum Bombach um. Gleichzeitig werden im Pflegezentrum Riesbach sechs Einzelzimmer in Zweierzimmer umfunktioniert und im Haus B Witikon sechs Räume in Einzelzimmer oder Doppelzimmer umgewandelt. So haben wir für die Gesamtsanierung des Hauses A des Pflegezentrums Witikon genügend Platz für die 138 heute dort lebenden Bewohnerinnen und Bewohner.

## Umfangreiche Vorbereitung

Eine Herkulesarbeit, an welcher seit Mitte Mai 2011 ein siebenköpfiges Team arbeitet: Kein Rüstmesser, keine Kaffeetasche, kein Rollstuhl darf beim Zügeln und bei der Einrichtung des Pflegezentrums Bombach vergessen gehen. Zudem müssen in diesen Tagen alle 420 Mitarbeitenden wissen, in welchem Bereich sie ab dem 17. April 2012 eingesetzt sind.

Ab Januar 2012 werden mit etwa 150 Bewohnerinnen und Bewohnern sowie deren Angehörigen Gespräche geführt, um die notwendigen Umplatzierungen zu planen. Dabei sind wir auf das Verständnis aller Beteiligten angewiesen, wenn wir nicht ein Einzelzimmer oder das gewünschte Quartier versprechen.

## Provisorien für Haus B

Im Haus B Witikon werden Provisorien eingerichtet, damit das Haus ab dem

17. April 2012 autonom funktionieren kann. So haben wir unter anderem eine Regenerationsküche eingebaut, ein Büro in einen Verpflegungsraum umfunktioniert, die Brandmelde- und Telefonanlage umgelegt und die Eingangssituation verändert. Mit den getroffenen Massnahmen sind wir überzeugt, dass die 39 Bewohnerinnen und Bewohner des Hauses B Witikon gut vor baubedingten Unannehmlichkeiten geschützt sind und weiterhin ihren traumhaften Garten geniessen können.

## Neuerungen im Bombach

Für das Pflegezentrum Bombach wurden neue Konzepte für das Tageszentrum (4 Plätze), das Stöckli (Aufenthalt von stationären Bewohnerinnen und Bewohnern während des Tages), die erste städtische Pflegeabteilung für Menschen mit Sehbehinderung sowie die zusätzliche Abteilung für Demenz erarbeitet. Im Pflegezentrum Bombach verfügen wir neu über ein modernes Verpflegungskonzept: Die schön angerichteten Speisen werden nach dem System «Cook and Chill» serviert. Dieses Konzept ermöglicht uns eine vitaminschonende Produktionsweise und einen gleichzeitigen Service auf allen Abteilungen: Um 12.00 Uhr wird das Mittagessen, um 18.00 Uhr das Abendessen eingenommen. Das Frühstück präsentiert sich mit einem schönen Frühstücksbuffet – im Korridor duftet es bereits früh am Morgen nach frisch zubereitetem Kolbenkaffee.

Erwin Zehnder

# Wohnen inmitten der Siedlung Steinacker

Eine externe Pflegewohngruppe ist eine mit einem Grosshaushalt vergleichbare familiäre und zeitgemässe Wohnform für pflegebedürftige Menschen. Blicken Sie mit uns ins Leben der Pflegewohngruppe Steinacker. **Dana Navratil**

## Die Wohngruppe

Die externe Pflegewohngruppe Steinacker befindet sich in einem grossen 18-Parteien-Wohnhaus inmitten der grünen Wohnsiedlung Steinacker. Die Siedlung gehört zu einer der zwei Stadtgenossenschaften (Arbeits- und Siedlungsgenossenschaft ASIG). Die Wohngruppe ist sehr gut in die Siedlung und den Wohnblock integriert. Die grosszügige Wohnung verfügt neben sechs Einzelzimmern mit Lavabo, einer gemeinsamen Nasszelle mit Dusche und WC sowie einem Einzel-WC über eine Wohn-Essküche, die gleichzeitig als Büroplatz mit PC genutzt wird. Weiter bietet die Wohnung ein grosses Wohnzimmer, zwei Balkone und einen weglaufgeschützten Gartensitzplatz. Die Zimmer sind individuell eingerichtet. Bis auf das elektrische Komfortbett und den Nachttisch ist das Mobiliar Privatbesitz. Alle Zimmer verfügen über einen Telefon-/TV-Anschluss. Kochen, Putzen und Waschen (ausgenommen Bett- und Frotteewäsche) wird gemeinsam in der Wohngruppe erledigt.

## Wer lebt und arbeitet in der Wohngruppe?

In die Pflegewohngruppe werden pflegebedürftige, nicht rollstuhlabhängige Menschen

mit einer leichten bis mittelschweren Demenz aufgenommen. Zurzeit leben vier Bewohnerinnen und zwei Bewohner in dieser Gemeinschaft. Ihre Bedürfnisse sind sehr individuell und variieren von den Frühstückszeiten, dem Pflegebedarf bis hin zum unterschiedlichen Bewegungsdrang. Der Umgang miteinander ist familiär, man kommt gut aus miteinander. Jeder lässt den anderen so, wie er ist, ein kleiner Streit von Zeit zu Zeit gehört dazu.

Die Bewohnerinnen und Bewohner werden von neun Teilzeitmitarbeiterinnen und -mit-



Das grosszügige Wohnzimmer lässt Freiraum zu.



Vier Mitarbeitende vom Steinacker-Team: v.l.: Cornelia Schneller-Erni, Ruth Dähler, Katharina Weibel, Michael Ferevenca

arbeitern betreut. Das Team setzt sich aus Pflegefachfrauen, Lernenden, Spitalangestellten, Praktikanten und Schlafnachtwachen zusammen. Das Verhältnis im Team ist eng und herzlich, gegenseitige Unterstützung ist selbstverständlich. Man spürt bereits beim Eintreten in die Wohnung die positive Atmosphäre, die sich ebenfalls auf die Angehörigen ausweitet.

### Jeder Tag ist anders

Nach dem Frühstück gehen die Bewohnenden spazieren oder mit einer Begleitperson in die Migros einkaufen. Am Mittag und Nachmittag ist Aktivierung in allen Formen angesagt: Ausflüge mit Mittagessen, Grillieren im Privatgarten eines Bewohners, Spazieren, Einkaufen, Spielen von Gesellschaftsspielen oder Besuche von Veranstaltungen im gegenüberliegenden Haupthaus – eine farbige Palette. Mittag- und Abendessen werden gemeinsam eingenommen, die Menüs sind mit den Bewohnenden abgesprochen, abwechslungsreich und gesund.

### Vor- und Nachteile

Cornelia Schneller-Erni, Ruth Dähler und Ka-

tharina Weibel sind sich einig: «Die kleine, familiäre Gruppe gibt die Möglichkeit, gezielter auf die Bedürfnisse der Bewohnerinnen und Bewohner einzugehen. Die körperliche Arbeit ist weniger streng als auf einer Abteilung, weil unsere Leute besser «zwäg» sind. Wir sind sehr eigenständig, haben untereinander keine Differenzen. Nachteile? Je nach Dienst sind wir über eine lange Zeitspanne allein, können uns nicht austauschen. Im Winter fällt einem manchmal fast die Decke auf den Kopf. Die Bewohnenden haben unterschiedliche kognitive Fähigkeiten, das ist auch nicht immer einfach.»

### Ausblick

Administrativ und organisatorisch ist die Pflegewohngruppe dem Haus A des Pflegezentrums Witikon angeschlossen. Die Zusammenarbeit mit den einzelnen Bereichen läuft sehr gut. Der geplante Umzug des Hauses A ins Pflegezentrum Bombach (siehe auch Aktuell auf Seite 6) wird auch Änderungen für die Wohngruppe mit sich bringen. Durch die Stärke des Zusammenhalts zwischen Team und Bewohnenden werden diese sicherlich gut gemeistert.



Unterstützung für die Pflege Zuhause: das Tageszentrum

# Für ein gutes Wohnen im Alter – die Age Stiftung

Die Bedeutung des Wohnens verändert sich mit zunehmendem Alter. Die Age Stiftung fördert in der Deutschschweiz Projekte, die älteren Menschen ein gutes und vielfältiges Wohnen ermöglichen.

Heike Geschwindner, Service-Center

Die Gründung der Age Stiftung geht auf das Legat einer Privatperson zurück, aus dem im Jahr 2000 eine Stiftung gegründet wurde. Im Vermächtnis waren der Stiftungszweck sowie der Name der Stiftung festgesetzt. Der Stiftungsrat legt die strategische Ausrichtung fest, und die vier Mitarbeitenden der Geschäftsstelle führen die Aufgaben aus.

### Ziele

Die Age Stiftung engagiert sich dafür, dass mehr finanziell tragbarer Wohnraum entsteht. Sie informiert über Alterswohnprojekte und setzt sich für die Qualität und Professionalität der Altersarbeit und die Zusammenarbeit mit Angehörigen und Freiwilligen ein. Sinnbildlich für diese Ziele stehen die Schlagwörter Fördern – Kooperieren – Wissen vermitteln und Auszeichnen.

So unterstützt die Age Stiftung innovative Alterswohnprojekte bereits in ihrer Entstehungsphase mit Förderbeiträgen. 2010 gingen 43 Gesuche in der Geschäftsstelle ein, von denen nach einer gründlichen Überprüfung die Hälfte gefördert wird. Berücksichtigt werden diejenigen Projekte, die am

meisten Inspirationspotenzial haben. Der abschliessende Entscheid für Fördergelder wird von der Geschäftsstelle beantragt und vom Stiftungsrat entschieden. Bei Bedarf werden Experten beigezogen. Für jedes positiv beurteilte Gesuch wird eine Zusammenarbeitsvereinbarung zwischen dem Projekt und der Age Stiftung erstellt, die unter anderem auch den beschlossenen Verwendungszweck der Fördergelder sowie die Begleitung und die Kontrolle des Projekts durch die Age Stiftung umfasst.

### Age Award für realisierte Projekte

Das Schlagwort Auszeichnen steht für den Age Award, der alle zwei Jahre zu einem bestimmten Themenschwerpunkt ausgeschrieben wird. Mit dem Preis werden Projekte ausgezeichnet, die bereits erfolgreich in der Praxis realisiert sind.

«Wohnen im Alter wird oft nur mit Abhängigkeit und Institutionen in Verbindung gebracht. Dass es auch etwas anderes bedeuten kann, wird oft verkannt. Uns ist es wichtig, bei der Vergabe der Förderbeiträge und auch beim Age Award die Vielfalt der



Antonia Jann  
ist die Geschäfts-  
führerin der  
Age Stiftung.

Wohnformen und deren Initianten und Trägerschaften sowie verschiedene Lebenssituationen der alten Menschen zu berücksichtigen», betont Antonia Jann, Geschäftsführerin der Age Stiftung. «Mit den Projekten, die wir fördern, möchten wir gezielt Lösungen des Wohnens im Alter aufzeigen, nicht die Schwierigkeiten und Probleme.»

### Informationsmaterial

Berichte und Informationsmaterial zu den Förderprojekten und den ausgezeichneten Projekten des Age Awards sowie eigene Publikationen der Age Stiftung werden kostenlos zur Verfügung gestellt. So können interessierte Kreise aus den Erfahrungen und Erkenntnissen anderer lernen.

Mehr Informationen unter  
[www.age-stiftung.ch](http://www.age-stiftung.ch)

## «Breite Palette, hohe Professionalität»

Die Pflegezentren der Stadt Zürich beteiligten sich am Age Award 2011, dem Schweizer Innovationspreis zum Wohnen im Alter, und erhielten eine Anerkennung der Jury. **Nicole Bittel, Service-Center**

Mit dem Age Award will die Age Stiftung verschiedene Wohnmodelle und -ansätze einer breiten Öffentlichkeit zugänglich machen. Im Zwei-Jahres-Rhythmus bestimmt die Jury ein Thema und lanciert einen öffentlichen Wettbewerb. Der Age Award wird für ein bereits realisiertes Projekt verliehen. Für den Wettbewerb 2011 mit dem Titel «Stationär und mehr» suchte die Jury eine Institution im Langzeitbereich, die ihre Angebote der Pflege, Betreuung und Hotellerie möglichst

vielfältig den Bewohnerinnen und Bewohnern der Region zur Verfügung stellt. Die Pflegezentren reichten hierzu die Angebote der Gerontologischen Beratungsstelle und des Pflegezentrums Entlisberg ein.

### Beratung und Unterstützung für die Pflege zuhause

Die im Pflegezentrum Entlisberg angesiedelte Gerontologische Beratungsstelle informiert und berät Ratsuchende und ihre Ange-

## Hintergrund



Begegnungen im Pflegezentrum Entlisberg



Abklärung in der Memory-Klinik Entlisberg

hören sowie zuweisende Stellen bei Fragen zu Demenz und anderen Gedächtnisstörungen. Dazu gehört die Memory-Klinik Entlisberg, eine Beratungs- und Abklärungsstelle für Menschen mit Gedächtnisstörungen und Demenz, die zum Ziel hat, Demenzerkrankungen frühzeitig zu erkennen und mithilfe von Präventionsmassnahmen zur Erhaltung von Gedächtnisleistungen beizutragen. Ein weiteres Angebot ist Hausbesuche SiL. Hier besuchen Fachpersonen der Pflege und Betreuung Klientinnen und Klienten zuhause, klären ab, ob es sich bei einer Gedächtnisstörung um eine Demenz handelt und zeigen Wege zur Alltagsbewältigung auf. Die Gerontologische Beratungsstelle vermittelt zudem ergänzende Angebote zur Pflege und Betreuung zuhause. Das sind flexible Aufent-

halte in den städtischen Pflegezentren, die stunden- oder tageweise, aber auch als regelmässige Kurzaufenthalte oder Ferienwochen gebucht werden können.

### **Begegnungen im Pflegezentrum**

Zudem ist das Pflegezentrum Entlisberg im Quartier ein geschätzter Arbeitgeber und bietet mit seiner öffentlichen Cafeteria, verschiedenen Veranstaltungen und der Möglichkeit, Räumlichkeiten für eine Vereinstätigkeit zu nutzen, viele Begegnungsmöglichkeiten.

Die Jury des Age Award hob in ihrer Beurteilung vor allem die breite Palette der Angebote, ihre Professionalität und die konsequente Ausrichtung an der Unterstützung des Wohnens zuhause hervor.



Der wertschätzende Umgang miteinander ist ein wesentlicher Bestandteil der Gesundheitsförderung.

# Die Gesundheit stärken

Im November konnten die Pflegezentren das HPH-Label «Gesundheitsfördernde Institution» entgegennehmen.

Susanne Zähringer, Service-Center

Als Unternehmen im Gesundheitswesen wollen die Pflegezentren der Stadt Zürich (PZZ) ihre besondere Verantwortung für die Mitarbeitenden, Bewohner/-innen und Angehörigen wahrnehmen und Bedingungen schaffen, die ein gesundheitsorientiertes Arbeiten und Leben im Pflegezentrum unterstützen und ermöglichen.

Bereits im Jahr 2006 erhielt das Pflegezentrum Käferberg als Pilotbetrieb das HPH-Label «Gesundheitsfördernde Institution» (siehe Box). Um die Gesundheitsförderung im ganzen Unternehmen nachhaltig zu verankern, entschieden die Direktion und die Geschäftsleitung, dass bis 2011 alle zehn Betriebe der Pflegezentren die Auszeichnung erreichen sollten. Im November war es so weit: Die PZZ konnten das HPH-Label im Rahmen der Jahresversammlung des schweizerischen Netzwerks gesundheitsfördernder Spitäler entgegennehmen.

## Was bedeutet Gesundheitsförderung in einer Langzeitpflegeinstitution?

Den Jahren Leben geben, dieser Leitsatz der Pflegezentren gilt auch hier: Menschen Handlungs- und Entscheidungsspielraum aufzuzeigen, wertschätzende Umgangsformen zu pflegen und Sicherheit zu vermitteln: Das sind wesentliche Bestandteile, die laut aktueller Forschung zu Gesundheit und Wohlbefinden beitragen – eine Kultur, die Bewohnerinnen und Bewohnern, den Angehörigen, aber auch den Mitarbeitenden zugute kommt.



## Schweizerisches Netzwerk gesundheitsfördernder Spitäler – ein Netzwerk der WHO

Die Weltgesundheitsorganisation WHO schuf die Idee der Health Promoting Hospitals (HPH) und veröffentlichte 2004 einen Standard für die Gesundheitsförderung in Spitälern. 2005 erweiterte sie den Begriff «Spital» mit «Gesundheitsdienste» und erfasste neu auch Heime und Spitex-Organisationen. In der Schweiz gründeten 1999 mehrere Gesundheitsinstitutionen den Trägerverein «Schweizerisches Netzwerk gesundheitsfördernder Spitäler – ein Netzwerk der WHO». Damit verpflichten sie sich als «Agenten» zur Förderung der Gesundheit. Gesundheitsfördernde Institutionen achten auf eine hohe Arbeitszufriedenheit ihrer Mitarbeitenden und zeigen den Patienten auf, wie sie mit ihrer Krankheit umgehen und ihre Gesundheit stärken können. [www.healthhospitals.ch](http://www.healthhospitals.ch)

# Kennen Sie seniorweb.ch?

Wussten Sie, dass der bekannte Journalist und frühere Fernsehmoderator Anton Schaller bei seniorweb.ch regelmässig Beiträge zu aktuellen Themen veröffentlicht? Dass hier vielfältige Informationen und Angebote rund ums Alter zu finden sind?

Nathalie Gallagher-Hintermann, Service-Center

seniorweb.ch ist schweizweit das grösste Internetportal für die Generation 50plus. Es ist ein Netzwerk von Organisationen und Initiativen, das sich für die Belange älterer Menschen einsetzt. Die dreisprachige Plattform, bei der die Nutzer/-innen mitwirken können, besteht seit über zehn Jahren und bietet vielfältige Informationen und Angebote. Die Webseite wird zu 95 Prozent in Freiwilligenarbeit von Seniorinnen und Senioren betreut: 100 Freiwillige schreiben, organisieren und entwickeln Netzwerke.

### Rat, Information, Geschichten

Unterteilt in verschiedene Rubriken findet man beispielsweise Ratgeber zur Ernährung, Schulungsangebote und Tipps im Bereich Elektronik (Computer, Handy usw.), Anzeigen für Ferien und Ausflüge und vieles mehr. Im Magazin, dem redaktionell betreuten Bereich der Plattform, finden sich Geschichten, Berichte und Reportagen von Seniorweb-Mitarbeitenden, Kolumnistinnen und Kolumnisten.

seniorweb.ch bietet alle aktuellen Community-Funktionen wie Blog, offene und geschlossene Gruppen, Forum und mehr. Es haben sich Interessengruppen gebildet, die sich rege elektronisch untereinander austauschen (chatten), sich zuweilen aber auch auf einen Schwatz persönlich treffen.

### Gesundheitsforum

Auch die Stadt Zürich arbeitet mit seniorweb.ch zusammen. Im Gesundheitsforum können sich die Nutzerinnen und Nutzer Rat und Hilfe von medizinischen Fachpersonen holen. Fachärzte und -ärztinnen verschiedenster medizinischer Gebiete der Stadtspitäler Waid und Triemli stehen für kurze und sachliche Antworten zu Gesundheitsfragen zur Verfügung.

[www.seniorweb.ch](http://www.seniorweb.ch)



Geschichten, Meinungen, Foren und Angebote finden sich im seniorweb.ch.

### Was ist eigentlich ...?

#### eine Online-Community?

Das ist die Bezeichnung für eine Gemeinschaft von Menschen, die sich via Internet begegnen, um sich dort auszutauschen.

#### ein Internetforum? (auch Diskussionsforum)

Ein virtueller Ort zum Austausch von Gedanken, Meinungen und Erfahrungen. Die Kommunikation findet mit einer Zeitverzögerung statt, da die Beiträge zu unterschiedlichen Zeitpunkten erstellt werden.

#### ein Blog?

Ein Blog ist ein auf einer Webseite geführtes und somit meist öffentlich einsehbares Tagebuch oder Journal, in dem mindestens eine Person Aufzeichnungen führt oder Gedanken niederschreibt.

#### ein Chat?

Chat kommt aus dem Englischen und bedeutet «plaudern, sich unterhalten». Beim Chat wird direkt am PC «geplaudert», es handelt sich also um Kommunikation ohne zeitliche Verzögerung.

# Winterfreude

Setzen Sie die Wörter rund um den Winter ein.



1)					W									
					2)	I								
					3)	N								
4)					T									
					5)	E								
6)					R									
					7)	Z								
8)					E									
					9)	I								
					10)	T								

**Lösungen** 1) Glühwein, 2) Eisberg, 3) Handschuhe, 4) Schlitten, 5) Vogelhäuschen, 6) Christrose, 7) Eiszapfen, 8) Schneemann, 9) Iglu, 10) Zimtstern

## Spezielle Termine für Sie

### Januar

04.01.	Diavortrag Griechenland, Berge und Täler des Peloponnes, Samuel Haldemann	15.00 bis 16.00 Uhr	PZ Witikon
10.01.	Neujahrskonzert des Schützenspiels der UOG Zürich	19.00 bis 20.00 Uhr	PZ Riesbach
11.01.	Volkstümliche Musik Duo Heinz & Heinz	15.00 bis 16.00 Uhr	PZ Witikon
18.01.	Klavierkonzert Werke aus Romantik und Impressionismus, vorgetragen von Christina Harnisch	15.00 bis 16.00 Uhr	PZ Witikon
31.01.	Besuch der Kinderkrippe Gigelisuppe vom Quartier Balgrist	15.00 bis 16.00 Uhr	PZ Riesbach

### Februar

01.02.	Klavierkonzert zu vier Händen «Charm of Classic» Doychin Raychev und Miroslav Boyadzhiev	15.00 bis 16.00 Uhr	PZ Witikon
07.02.	Schlagermusik mit Claudio De Bartolo	15.00 bis 16.00 Uhr	PZ Riesbach
08.02.	Schlagermusik mit Claudio De Bartolo	15.00 bis 16.00 Uhr	PZ Witikon
15.02.	Volksmusik und andere beliebte Melodien Kapelle Stallbänkli	15.00 bis 16.00 Uhr	PZ Witikon
22.02.	Fasnacht mit Guggemusig «Tschin Tonic»	15.00 bis 16.00 Uhr	PZ Witikon
23.02.	Fasnacht mit Guggemusig «Tschin Tonic»	15.00 bis 16.00 Uhr	PZ Riesbach
28.02.	Abendkonzert Gospelchor Dübendorf Pop, Jazz und Gospel	19.00 bis 20.00 Uhr	PZ Witikon

### März

01.03.	Diavortrag Operette «Das Land des Lächelns» mit Gernot Handlbauer.	15.00 bis 16.00 Uhr	PZ Riesbach
14.03.	Diavortrag «Traditionelle Feste und Brauchtum in der Schweiz» mit Viviane Schwizer	15.00 bis 16.00 Uhr	PZ Witikon
20.03.	Besuch der Kinderkrippe Gigelisuppe vom Quartier Balgrist	15.00 bis 16.00 Uhr	PZ Riesbach
15.03.	Thé Dansant mit dem Duo Wiener Phantasie	15.30 bis 16.30 Uhr	PZ Riesbach
28.03.	Alte Melodien und Evergreens Musica Arte Vienna	15.00 bis 16.00 Uhr	PZ Witikon

**Änderungen vorbehalten. Bitte beachten Sie jeweils den aktuellen Veranstaltungskalender.**

## Impressum

### Herausgeber

Stadt Zürich  
Pflegezentren  
Walchestrasse 31, Postfach 3251  
CH-8021 Zürich  
www.stadt-zuerich.ch/pflegezentren  
Tel. 044 412 11 11  
Gesundheits- und Umweltdepartement

### Redaktionelle Verantwortung

Nicole Bittel, Fachstelle PR  
Tel. 044 412 44 30, nicole.bittel@zuerich.ch

### Redaktionsleitung «Panorama»

Dana Navratil  
Tel. 043 443 03 07  
daniela.navratil@zuerich.ch  
Kienastenviesweg 2, 8053 Zürich

### Konzept

büro:z GmbH, Bern/Basel

### Fotos

Dana Navratil (Fotos Anlässe, Porträt,  
Im Fokus), Matthias Staub (Fotos, Anlässe)

### Layout und Druck:

FO Print & Media AG, Egg (ZH)  
Papier: «Cyclus Print»,  
100% Recycling-Papier

**Das nächste «Panorama»  
erscheint am 23. März 2012**

