

# Dialog

2009

Inhalt: **2 Editorial** **3 Ein Studienprogramm mit frei wählbaren Modulen** **5 Über die Einsamkeit** **7 «Die SAG vermittelt Gerontologie sehr praxisnah»** **8 Diplomarbeit: Allein unter vielen** **10 «Mehr Wissen macht die Arbeit spannender»** **11 Diplomarbeit: Einquartiert – Ausquartiert** **13 Neuerscheinungen in der Pro-Senectute-Bibliothek** **14 Die jüngsten Diplomarbeiten an der SAG** **16 Agenda**



## «Alles wirkliche Leben ist Begegnung»



Liebe Leserin, lieber Leser

Das obige Zitat stammt vom jüdischen Religionsphilosophen Martin Buber. Ich kann ihm nur zustimmen: Begegnungen bereichern unser Leben, sie bringen uns in Schwingung, erweitern den Horizont und ermöglichen uns, im Dialog und Austausch mit anderen Menschen zu wachsen und zu reifen. Einsamkeit im Alter und die Bedeutsamkeit von echten Begegnungen – das Schwerpunktthema in diesem Dialog regt zum Denken an, macht betroffen. Vielleicht löst es sogar Angst aus?

«Die gesellschaftliche Vorstellung des Alters ist geprägt von aktiven und geselligen alten Menschen, die ihre zweite Lebenshälfte selbstständig gestalten und geniessen», schreibt die Berufspädagogin Elke Steudter in ihrem einleitenden Artikel. Ein schönes Bild, nicht? Ein Bild, das wir aus Zeitschriften und Werbungen bestens kennen, eine Zuversicht spendende Perspektive, die uns sicher gefällt, die wir uns und allen unseren Mitmenschen gerne wünschen.

Das SAG-Forum dieses Sommers stand unter dem Titel «Begegnung versus Einsamkeit». Zwei Absolventinnen des Kurses Zürich 14 referierten über ihre Diplomarbeiten, die auf ganz verschiedene Art diese anspruchsvolle Thematik beleuchten. Edith Kaufmann hat sich unter dem Motto «Einquartiert – Ausquartiert?» mit dem Quartier als Lebensraum für Menschen in Pflegewohnungen auseinandergesetzt und schliesst ihren Beitrag in diesem Dialog mit dem äusserst positiven und gegenwartsbezogenen Untertitel «Erfolg mit knappen Ressourcen» ab.

«Allein unter vielen» heisst die Arbeit von Helen Frieden. Sie hat anhand von Befragungen unter Bewohner/innen und Mitarbeitenden von Altersheimen die Faktoren untersucht, die massgeblich zum Entstehen von Gefühlen der Einsamkeit beitragen. Darüber hinaus zeigt sie auf, mit welchen Massnahmen Verantwortliche von Institutionen wie auch Angehörige der Einsamkeit von Altersheimbewohnern/innen wirksam vorbeugen können.

Lassen Sie sich von diesen spannenden Beiträgen für Ihre eigene Arbeit inspirieren. Weiter informieren wir Sie in dieser Dialog-Ausgabe über wichtige neue Entwicklungen an der SAG, die Diplomarbeiten der Diplomstudiengänge Bern 6 und Zürich 14 und über Neuerscheinungen der Bibliothek von Pro Senectute.

Ich wünsche Ihnen einen wunderbaren Herbst und viel Vergnügen bei der Lektüre.

Christa Bula, Schulleiterin

**Impressum:**

Herausgeberin: Pro Senectute Schweiz  
SAG Schule für Angewandte Gerontologie  
Bederstrasse 51, Postfach, 8027 Zürich  
Telefon 044 283 89 40, Fax 044 283 89 51,  
sag@pro-senectute.ch, www.sag.pro-senectute.ch  
Redaktion: Jeannine Horni, Galliker Kommunikation, 8610 Uster  
Konzept, Layout: BieriDesign, 8006 Zürich  
Bilder: Jeannine Horni (Titelseite, Seiten 3, 5), Kunz/Glaser (Seite 8)  
Druck: Druckmeister GmbH, 8117 Fällanden  
Auflage: 4000 Exemplare

## Ein Studienprogramm mit frei wählbaren Modulen

*Die SAG Schule für Angewandte Gerontologie hat ihr Nachdiplom Gerontologie modifiziert und flexibilisiert. Das neu strukturierte Studienprogramm gibt Interessentinnen und Interessenten viel Freiheit, ihre Weiterbildung an der SAG gezielt nach eigenen Bedürfnissen zusammenzustellen. Schulleiterin Christa Bula erklärt die Neuerungen.*

*Interview: Jeannine Horni*

### *Frau Bula, die SAG hat das Nachdiplom Gerontologie umstrukturiert. Was ist neu?*

Das neue Studienprogramm in angewandter Gerontologie ist eine Weiterentwicklung des Nachdiploms Gerontologie auf modularer Basis und lässt viel Freiraum, um sich seine Weiterbildung individuell zusammenzustellen. Es setzt sich neu aus sechs Kursmodulen zusammen, die einerseits als Studiengang, andererseits auch einzeln besucht werden können. Im Grundlagenmodul, das wir «Spektrum Gerontologie» nennen, wird – wie der Name es schon antönt – das gerontologische Spektrum breit behandelt. Dieses Modul umfasst sechs Studienblöcke à drei Tage, verteilt über ein halbes Jahr. Daneben gibt es fünf Fokusmodule, die sich auf spezifische Aspekte des Alters und der Altersarbeit ausrichten. Vertieft werden dabei die Themen Demenz und Gerontopsychiatrie, Angehörigenarbeit und Beratung, Transkulturelle Kompetenz, Alter und Behinderung sowie Geriatrie. Diese Module bestehen jeweils aus vier Studienblöcken à drei Tage, verteilt auf vier Monate.

Wer an der SAG das Diplom in angewandter Gerontologie erhalten will, muss das Grundlagenmodul «Spektrum Gerontologie» sowie zwei Fokusmodule nach freier Wahl absolvieren. Dank dieser Möglichkeit können die Studierenden gezielt die Fachgebiete vertiefen, die in ihrer Berufsarbeit aktuell relevant sind. Daneben kann aber auch jedes dieser Module einzeln besucht und mit einem Zertifikat abgeschlossen werden.

### *Und die Inhalte, sind die gleich geblieben?*

Sie sind mehrheitlich gleich geblieben. Wir haben die sechs Module aus unserer breiten Palette an gerontologischen Weiterbildungen zusammengestellt und themenspezifisch erweitert. Einerseits handelt es sich um einen Zusammenschluss und eine Auswahl von Inhalten aus dem Nachdiplom Gerontologie, andererseits haben wir auch Elemente aus anderen Bildungsgängen einfließen lassen, beispielsweise aus dem

«Zertifikats-Lehrgang Gerontologie Pflege» oder dem Lehrgang «Gerontologie in der sozialpädagogischen Arbeit», der sich im Fokus-Modul «Alter und Behinderung» niedergeschlagen hat. Dieses Modul kann man künftig als Bestandteil des Diplomstudiengangs wählen, aber auch weiterhin als einzelnen Kurs besuchen.

Alle unsere Inhalte sind neu nach diesem Modulsystem strukturiert. Das heisst, wir bieten eine Art Gesamtpalette, aus der man sich entweder einen ganzen Studiengang zusammenstellen oder mit unterschiedlichsten Absichten einzelne Module auswählen kann. Dies ist eine sehr zeitgemässe Art von Weiterbildung, die den Interessentinnen und Interessenten erlaubt, sich je nach zeitlichen und finanziellen Möglichkeiten gezielt auf den Gebieten weiterzubilden, die für sie gerade aktuell sind. Wir wollen sogar die Möglichkeit bieten, innerhalb dieser Module einzelne dreitägige Themenblöcke zu besuchen.

### *Was geschieht mit den anderen bestehenden Weiterbildungsangeboten der SAG? Werden die aufgehoben?*

Das bisherige Angebot bleibt vorläufig weitgehend bestehen. Wir werden es jedoch noch mehr straffen und noch spezifischer auf die Bedürfnisse unseres Zielpublikums ausrichten. Einige der bestehenden Lehrgänge werden wir in die neue Systematik integrieren, andere neu konzipieren. Geprüft wird beispielsweise die Idee, den «Zertifikat-Lehrgang Gerontologie Pflege» in eine massgeschneiderte Weiterbildung für FABE (Fachfrau/Fachmann Betreuung) und FAGE (Fachfrau/Fachmann Gesundheit) umzugestalten.

### *Künftig wird also das Publikum der einzelnen Kurse immer wieder anders zusammengesetzt sein?*

Wir werden einerseits Studierende haben, die den Studiengang in angewandter Gerontologie in einem Klassenverband absolvieren, andererseits solche, die sich ihre Weiterbildung ganz individuell zusammenstellen. Bedingt durch die verschiedenen Fokusmodule, werden die Studierenden auch innerhalb

## 4 Porträt

unterschiedlicher Zeitrahmen und mit verschiedenen schattierten Diplomen abschliessen können.

### *Wann wird der Studiengang in angewandter Gerontologie erstmals starten?*

Das Grundlagenmodul Spektrum Gerontologie startet erstmals im Frühling 2010, und im Herbst 2010 folgen die ersten zwei Fokusmodule. Bis Mitte 2011 werden alle Fokusmodule angelaufen sein. Unser Ziel ist es, jedes Modul zweimal pro Jahr anzubieten. Das lässt den Studierenden die Möglichkeit, zwischen den einzelnen Modulen Pausen einzulegen und den Besuch der Kurse so zu planen, dass sie gut mit ihrer aktuellen Arbeitssituation vereinbar sind.

### **Auf einen Blick**

Das neu strukturierte Studienprogramm der SAG besteht aus folgenden Modulen:

#### **Grundlagenmodul «Spektrum Gerontologie»**

Gerontologische Grundlagen

Umfang und Dauer: 6 Studienblöcke à 3 Tage, verteilt auf 6 Monate.

#### **Fokusmodule**

- Demenz und Gerontopsychiatrie
- Angehörigenarbeit und Beratung
- Transkulturelle Kompetenz
- Alter und Behinderung
- Geriatrie

Umfang und Dauer: 4 Studienblöcke à 3 Tage, verteilt auf 4 Monate.

## Über die Einsamkeit im Alter

*Die gesellschaftliche Vorstellung des Alters ist geprägt von aktiven und geselligen alten Menschen, die ihre zweite Lebenshälfte selbstständig gestalten und geniessen. Die Werbung und öffentliche Plakate suggerieren dieses idealtypische Bild. Daneben darf aber nicht vergessen werden, dass viele alte Menschen isoliert und einsam leben.*

*Elke Steudter, Diplomierte Berufspädagogin Pflegewissenschaft/  
Soziologie*

Ein aktives Leben bis ins hohe Alter ist heute weitaus häufiger anzutreffen als in den vergangenen Generationen. Denn die alten Menschen von Heute sind gesünder als noch vor einigen Jahrzehnten und somit in der Lage, die Verantwortung für diese Lebensphase selbstständiger (mit) zu bestimmen. Aber es gibt auch viele Menschen, die ihr Alter ganz anders erleben. Ein Alter, dass sie alleine bewältigen müssen und das sie einsam gemacht hat.

### Schon früh Beziehungen knüpfen

Die Einsamkeit im Alter hat viele Gründe. Infolge der veränderten Familienstruktur wohnen immer weniger alte Menschen mit der jüngeren Generation – den Kindern und Enkelkindern – zusammen unter einem Dach oder wenigstens in ihrer Nähe. Stirbt der Ehepartner oder die Ehepartnerin, mit dem/der man mehr als die Hälfte des Lebens gemeinsam verbracht hat, führen viele alte Menschen plötzlich einen ihnen nicht vertrauten Singlehaushalt. Aufgrund ihrer durchschnittlich höheren Lebenserwartung sind es vor allem alte Frauen, die sich dieser neuen Herausforderung stellen müssen. Sie sind häufig noch relativ gesund und daher nur wenig auf Unterstützung angewiesen. Der Eintritt in eine Alten- oder Pflegeeinrichtung ist nicht erwünscht oder noch nicht nötig, so dass viele alte Frauen alleine zuhause leben.

Auch andere soziale Kontakte zu Freunden und weiteren Verwandten werden durch den Tod des anderen minimiert. Ab einem gewissen Alter verliert man mehr Freunde, als man neue hinzugewinnt. Hier zeigt sich, wie wichtig es ist, schon in den frühen Jahren des Erwachsenenalters Beziehungen zu anderen Menschen zu suchen, aufzubauen und zu pflegen. Funktionierende Beziehungen im Alter bestehen nicht selten bereits viele Jahrzehnte.

Nicht nur der Verlust einer nahe stehenden Person begründet Einsamkeit. Auch eine allfällige Immobilität im Alter kann dazu führen, dass die Besuche bei und von Freunden, aber auch der Gang zum Supermarkt oder anderen Treffpunkten deutlich beschwerlicher sind als früher und daher auf ein Minimum reduziert werden müssen. Viele Menschen pflegen heutzutage ihre Sozialkontakte, ohne einen Schritt vor die Türe zu setzen. Die Möglichkeiten des Internets scheinen hier grenzenlos. E-Mail, Chatrooms und Foren lassen es zu, sich mit anderen auszutauschen, Neues zu erfahren und sich im wahrsten Sinne des Wortes zu unterhalten. Selbst wenn immer mehr alte Menschen Zugang zu diesen neuen Medien erhalten – der grösste Teil der heutigen alten Generation hat diese Möglichkeiten nicht.



### Symptome frühzeitig bekämpfen

Alten Menschen, die über Einsamkeit klagen, sollte ein besonderes Augenmerk zuteil werden. Warum? Einsamkeit kann Angst machen. Was geschieht, wenn mir was passiert? Wer findet mich dann und hilft? Einsamkeit kann traurig machen und im schlimmsten Fall zu einer Depression führen. Solche Entwicklungen müssen frühzeitig erkannt werden, um sie mit geeigneten Massnahmen aufhalten zu können. Einsamkeit löst aber auch Gefühle der Scham aus. Wer gibt schon freiwillig und unumwunden zu, dass er einsam ist? Einsame Menschen empfinden sich oft als Verlierer, die niemanden haben, der sich um sie kümmert. Symptome der erlebten Einsamkeit bei alten Menschen können beispielsweise Appetitmangel, Schlafstörungen oder eine reduzierte verbale Kommunikation sein.

Wenn den Ursachen dieser Symptome früh genug begegnet werden kann, sind schwere Ausprägungen meist zu verhindern. Eine dieser vorbeugenden Massnahmen könnten beispielsweise Hausbesuche bei alten Menschen sein. Oft genug erleben gerontologische Mitarbeiter in der Praxis jedoch, dass alte Menschen – nach ihrem sozialen Netz gefragt – nur zögerlich Auskunft geben. Oder in ihrer Not von sozialen Kontakte erzählen, die in der Realität gar nicht so intensiv und häufig sind, wie sie es schildern. Daher ist es von entscheidender Bedeutung, dass gerontologische Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen sich mit dem Thema Einsamkeit im Alter bewusst auseinandersetzen.

### Strategien gegen Einsamkeit

Aber nicht nur alte Menschen, die allein zuhause leben, können einsam sein, sondern auch Menschen, die sich entschlossen haben, in einer Alten- und/oder Pflegeeinrichtung zu leben. Einsamkeit ist selbst in einer Gemeinschaft nicht auszuschliessen. Denn nicht allein sein bedeutet nicht automatisch, nicht einsam zu sein. Umgekehrt muss das Alleinsein nicht automatisch als Einsamkeit empfunden werden. Viele der äusseren Bedingungen, die zur Einsamkeit im Alter führen, lassen sich nicht vermeiden oder verhindern. Der Tod des Ehepartners oder eine zunehmende Immobilität können nicht ungeschehen gemacht werden. Daher ist es von grosser Bedeutung, wie der Zustand des Alleinseins bewertet wird.

Alleinsein muss nämlich nicht zwangsläufig negativ sein. Menschen können Strategien entwickeln, um damit umzugehen. Das mag nicht immer gelingen,

aber je früher man im Leben solche Strategien erlernt und je mehr davon zur Verfügung stehen, umso besser können Zustände der Einsamkeit im Alter möglicherweise kompensiert und bewältigt werden. Die Erkenntnisse, die es bis heute dazu gibt, müssen transparent einem breiten Publikum bekannt gemacht werden. Nicht zuletzt gilt es, die alten Menschen in beratenden Gesprächen auf das Phänomen der Einsamkeit im Alter aufmerksam zu machen. Nur so gelingt es, gemeinsam nach Lösungen zu suchen und Strategien zu entwickeln, damit das Alter nicht nur aus der Perspektive von Einsamkeit erlebt werden muss. Tel. 031 333 50 33, gerlind.martin@puncto.ch.



## «Die SAG vermittelt Gerontologie sehr praxisnah»

Zwei Absolventinnen des Studiengangs ZH 6 erzählen von ihrer Erfahrung mit der SAG und stellen ihre Diplomarbeiten vor.



**Helen Frieden**

55 Jahre

Selbstständige Texterin

Es gab verschiedene Gründe, warum ich mich entschieden habe, den SAG-Studiengang Gerontologie zu absolvieren. Der wichtigste war, dass ich in meinem Beruf als Texterin ein neues Arbeitsgebiet erschliessen wollte. Das Thema Gerontologie sprach mich deshalb besonders an, weil mich das Altern und Sterben meiner Eltern stark beschäftigt hat. Bald einmal war mir klar, dass sich der Studiengang der SAG am besten für mich eignete. Meine Erwartungen wurden nicht enttäuscht: Wir wurden in jeden Aspekt der Gerontologie bestens eingeführt und profitierten von den Erfahrungen ausgezeichneter Referentinnen und Referenten, die nicht nur theoretisch versiert waren, sondern auch praxisnah unterrichteten. Sie gingen vertieft auf die Fragen der Studierenden ein und griffen immer wieder auch Fälle aus deren Berufsalltag auf. Das hat mir sehr viel gebracht.

Mein Praktikum absolvierte ich in der Abteilung Altersheime der Stadt Zürich, die dem Gesundheits- und Umweltdepartement angegliedert ist. Dort arbeitete ich im Bereich Projekte und Entwicklung mit, vor allem in der Öffentlichkeitsarbeit. Wir führten unter anderem auf dem Paradeplatz einen Informationstag zum Thema Gastronomie im Altersheim durch. Das stiess bei den Passanten auf grosses Interesse. Davor war ich noch bei der unabhängigen Beschwerdestelle für das Alter, an die sich ältere Menschen mit ihren Problemen wenden können. Hier nahm ich vor allem Telefonate entgegen, bei denen es

galt, die Anruferinnen und Anrufer anzuhören und an die richtige Stelle weiterzuleiten. Das war sehr spannend. Manche Probleme gingen mir sehr nahe, wobei mir zugute kam, dass ich – wie ich es an der SAG gelernt hatte – immer einen Schritt zurücktreten und das Ganze professionell und sachlich angehen konnte, anstatt in Mitleid zu zerfliessen.

Das SAG-Studium in Gerontologie wirkt sich schon jetzt stark auf meinen Berufsalltag aus. Ich habe bisher nicht nur mehrere PR-Aufträge erhalten, sondern zusammen mit einer Kollegin auch selbst ein Projekt entwickelt und eingegeben. Ausserdem bin ich mit einem Verlag im Gespräch, um einen Ratgeber für Familienangehörige zu verfassen, die mit Fragen des Alters und Alterns konfrontiert sind. Auf diese Idee bin ich gekommen, weil sich während meiner Weiterbildung immer wieder Freunde und Bekannte an mich wandten, die bei einem Problem mit ihren Eltern nicht mehr weiter wussten. Ich musste ihnen zum Beispiel erklären, dass Verwirrtheit nicht unbedingt ein Anzeichen für Demenz sein muss, sondern zum Beispiel auch auf eine Depression hindeuten kann. Und ich realisierte, dass es viele Menschen in ähnlichen Situationen gibt, die froh um einen praktischen Ratgeber wären. Einen Ratgeber, der nicht nur Unsicherheiten klärt und Handlungsanleitungen gibt, sondern auch die verschiedenen Facetten des Alterungsprozesses verständlich aufzeigt.

## Allein unter vielen?

*Die Diplomarbeit von Helen Frieden, die den Studiengang ZH 14 absolvierte, befasst sich mit der Einsamkeit von Seniorinnen und Senioren im Altersheim.*

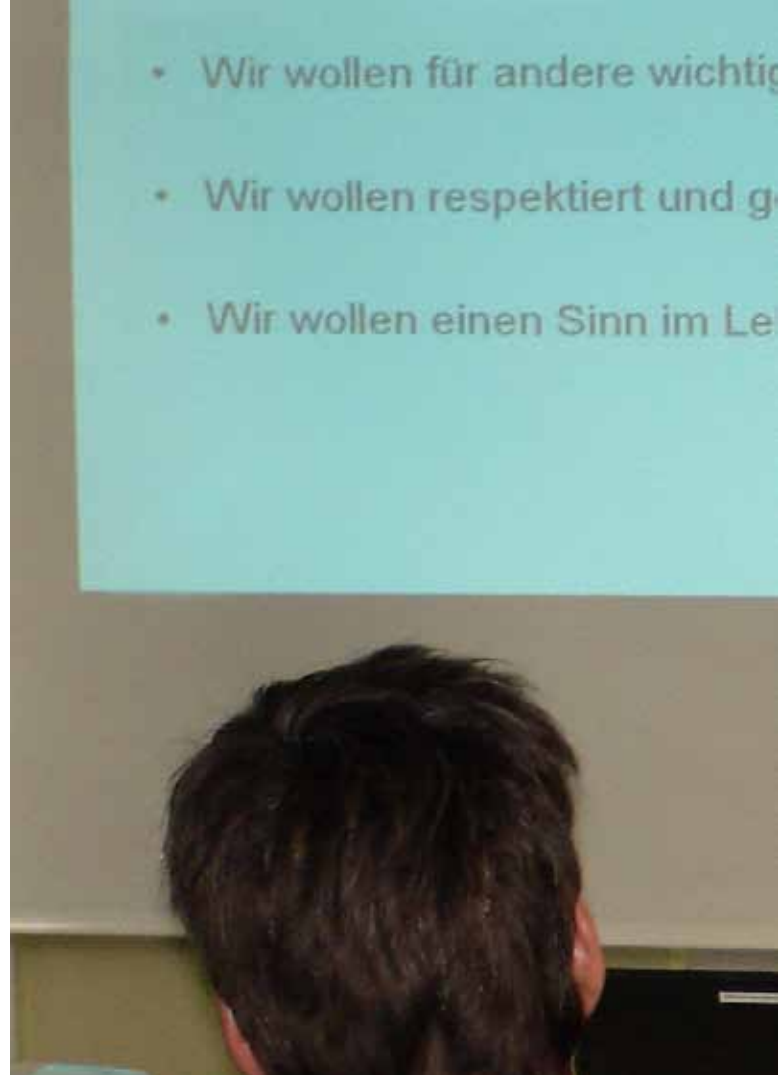
Ein Altersheim ist eigentlich wie eine grosse Wohngemeinschaft. Es bietet seinen Bewohner/innen eine ideale Plattform, um miteinander in Kontakt zu kommen, neue Freundschaften zu schliessen und innerhalb der Institution einen regen sozialen Austausch zu pflegen. So gesehen, müsste sich in einem Altersheim also niemand einsam fühlen. Wie aber schaut die Situation in Wirklichkeit aus?

Menschen, die im Altersheim leben, sind meist hochbetagt und deshalb in ihrer Gesundheit und Mobilität oft eingeschränkt. Darüber hinaus haben viele von ihnen nur noch wenige oder keine Angehörigen und Freunde mehr. Wo der Bewegungsraum immer enger und die sozialen Kontakte immer weniger werden, steigt auch das Risiko, dass sich ein Mensch isoliert und schliesslich vereinsamt. Wie steht es um die sozialen Kontakte von Bewohner/innen innerhalb und ausserhalb der Heime? Bieten die Heime überhaupt die nötigen Grundlagen, damit die Bewohner/innen befriedigende soziale Kontakte innerhalb der Institution aufbauen können? Welches sind die Gründe, die Einsamkeitsgefühle hervorrufen können, und welche Faktoren spielen dabei eine besondere Rolle?

Das sind die zentralen Fragen in meiner Diplomarbeit. Dabei zeige ich auch Interventionsmöglichkeiten auf, mit denen Altersinstitutionen und Angehörige der Einsamkeit von Bewohner/innen vorbeugen oder besser damit umgehen können. Die Ergebnisse basieren einerseits auf bestehender Literatur, andererseits auf teilstandardisierten Befragungen. Befragt habe ich Senior/innen, die in Altersheimen in der Stadt und im Grossraum Zürich leben, aber auch Mitarbeiterinnen, die in diesen Institutionen in unterschiedlichen Arbeitsbereichen tätig sind. Nachfolgend eine Zusammenfassung der wichtigsten Erkenntnisse.

### **Menschliche Zuwendung kommt zu kurz**

Gewöhnlich messen Altersinstitutionen die Lebensqualität ihrer Bewohner/innen an folgenden Kriterien: Selbstbestimmung des Tagesablaufs, Mitspracherecht, Wohnen im Einzelzimmer, abwechslungsreiches Essen, vielfältiges Angebot an therapeutischen, aber auch an kulturellen Angeboten, verständnisvolle und engagierte Mitarbeiter/innen, integrierte Angehörigen- und



Freiwilligenarbeit. Da stellt sich unweigerlich die Frage: Wie gehen denn die Institutionen auf die sozialen Bedürfnisse ihrer Bewohner/innen ein? Welche Möglichkeiten werden ihnen für den zwischenmenschlichen Austausch geboten? Sind es nicht häufig diese sozialen Aspekte, die zu wenig Beachtung finden, obwohl gerade sie massgeblich zum Wohlbefinden von im Heim lebenden Menschen beitragen? In der Auswertung der Befragungen hat sich herausgestellt, dass die alten Menschen in den Institutionen versorgt, aktiviert und therapiert werden. Doch für etwas fehlt es offenbar an allen Ecken und Enden – Zeit für menschliche Zuwendung über den reinen Versorgungsprozess hinaus.

### **Persönliche Bewältigungsstrategie ist entscheidend**

Ob sich jemand einsam fühlt, hängt nicht von der Quantität, sondern vielmehr von der Qualität der Beziehungen ab und kann letztlich nur individuell beantwortet werden. Jeder Mensch verfügt über spezifische Kompetenzen (z. B. Kommunikations-, Konflikt- und Kontaktfähigkeit, Einfühlungsvermögen etc.), um mit Krisen, Unglücksfällen und schwierigen Situationen umzugehen und sie schliesslich zu bewältigen. Dabei hat immer auch der persönliche Hintergrund, die Biografie jedes Einzelnen, eine zentrale Bedeutung.



Helen Frieden stellt am SAG-Forum ihre Diplomarbeit vor.



Generell befinden sich Heimbewohner/innen in einer Lebensphase, in der sie sich intensiv mit dem gelebten Leben auseinandersetzen. Und dieser Prozess ist eher mit Ruhe und Inaktivität verbunden. Ausgerechnet in dieser Phase sehen sie sich mit Mitbewohner/innen konfrontiert, die ihnen fremd sind und mit denen sie gezwungenermassen zusammenwohnen. Aber auch Verwitwung, gesundheitliche Einschränkungen, der Verlust von nahe stehenden Personen und anderes mehr machen ihnen zu schaffen. Viele fühlen sich überfordert, weil sie nicht wissen, wie sie damit umgehen sollen. Vor allem dann, wenn sie das nie gelernt haben. Und das trifft wohl bei den meisten der jetzigen Generation von Heimbewohner/innen zu. Entsprechend hoch scheint auch das Konfliktpotenzial im Heim zu sein. Damit steigt das Risiko, dass sich jemand aus Angst oder Unsicherheit gegenüber solchen ungewohnten Situationen zurückzieht, sich immer mehr isoliert und schliesslich vereinsamt.

#### **Mehrfache Isolation beinhaltet Risiken**

Mit Stichtag Pensionierung hat man offiziell ausgedient. Und wer im Altersheim lebt sowieso. Das heisst, diese Menschen werden von der Gesellschaft ausgeschlossen, wie alle Gruppen, die sich nicht in die allgemein gültige Norm einfügen lassen. Dazu gehören auch Behinderte, psychisch Kranke, sozial

Auffällige und andere. Als wäre das nicht schon genug, werden die alten Menschen zusätzlich zur gesellschaftlichen Ausgrenzung auch sozial, emotional und örtlich isoliert. Eine geballte Ladung Risiken also, auf die jeder Mensch unterschiedlich reagiert und mit denen er ebenso unterschiedlich umgeht.

Einsamkeit lässt sich dabei nicht immer vermeiden oder gar eliminieren. Einzig die Faktoren, die die Einsamkeit fördern, können mit gezielten Massnahmen verändert oder reduziert werden. Dabei geht es nicht darum, die Bewohner/innen, sondern die Rahmenbedingungen zu ändern und die Betagten so zum Austausch mit anderen zu motivieren.

Bei all diesen Massnahmen und Aktivitäten steht im Grunde genommen aber immer das eine im Zentrum: das existenzielle Bedürfnis des Menschen nämlich, sich mit andern austauschen zu können, für andere wichtig zu sein, respektiert und gebraucht zu werden und einen Sinn im Leben zu sehen. Warum sollte das ausgerechnet im Alter anders sein?

## «Mehr Wissen macht die Arbeit spannender»



**Edith Kaufmann  
Limacher**

42 Jahre  
Pflegefachfrau, dipl. Gerontologin  
SAG

Seit ich in der Pflege arbeite, faszinieren mich alte Menschen. Als ich mich für eine Weiterbildung entschied, lag die Gerontologie deshalb nahe. Die SAG habe ich gewählt, weil mir die angewandte Seite sehr wichtig war. Ich erhoffte mir einen grossen Bezug zu meiner Berufspraxis und wurde nicht enttäuscht. Speziell gefallen hat mir am SAG-Studiengang, dass das Thema Alter sehr vielseitig und umfassend behandelt worden ist. Zudem hatten wir ausgezeichnete Dozenten und Dozentinnen, die unseren Fragen breiten Raum liessen. Auch den Aufbau des Studiengangs fand ich ideal. Im ersten Jahr wurden uns die Grundlagen vermittelt, auf die dann der ganze Rest aufbaute. So hatten wir für alle Themen ein gutes Fundament.

Viel gebracht haben mir auch der Austausch mit den anderen Teilnehmerinnen und die schriftlichen Arbeiten, selbst wenn sie «ein Chrampf» waren. Für die zwei Vertiefungsarbeiten habe ich jeweils ein Thema aus meiner Berufspraxis gewählt, und weil ich an meinem Arbeitsplatz Teamleiterin bin, trug das Resultat direkt zur Qualitätsverbesserung in unseren vier Pflegewohnungen bei. In meiner Pflegeausbildung habe ich wenig über das Alter, insbesondere über Krankheiten wie Demenz, mit auf den Weg bekommen. Dank der Weiterbildung an der SAG kann ich mich in meiner Arbeit nun besser einbringen und fühle mich sicherer. Ich kann mein neu erworbenes Fachwissen in der Berufspraxis vertiefen und 1:1 umsetzen. Und sollte mein Wissen nicht ausreichen, habe ich von der SAG sehr viel Material, um mich kundig zu machen.

Von meiner Diplomarbeit haben wir ebenfalls schon vieles umgesetzt. Wir haben uns beispielsweise dem Quartierverein präsentiert und sind auf positive Reaktionen gestossen. Viel Spass gemacht hat ein Projekt, in dem wir den Familienangehörigen unserer Bewohnerinnen und -bewohner unsere Aktivierungsmassnahmen im Alltag vorstellten. Wir haben einige Musterli in einen Spielparcours verpackt, den wir an einem Fest mit den Bewohnern und ihren Angehörigen durchführten. Es war ein Postenlauf, an dem die Teilnehmerinnen und Teilnehmer verschiedene Fähigkeiten erproben konnten. Beim Büchschenschiessen zum Beispiel trainierten sie ihre Geschicklichkeit und beim «Erfühlen» eines Gegenstands in einem Säcklein den Tastsinn. Und das Gedächtnis war gefordert, als sie aufgrund von Postkartenbildern herausfinden mussten, um welche Stadt es sich handelt. Wir haben also in der spielerischen Form eines Wettbewerbs vorgeführt, was wir in unseren Pflegewohnungen mit den alten und vor allem demenzkranken Menschen machen. Die meisten Besucher unseres Festes führten das Spiel mit ihrer kranken Mutter oder ihrem Vater durch und waren sehr erstaunt, als sie sahen, wozu diese noch fähig sind. Sie erlebten ihre Eltern für einmal in einer ganz anderen Situation. Der Parcours war ein grosser Erfolg, und die Familienangehörigen fragen bereits nach, wann er das nächste Mal stattfindet.

Eines steht für mich fest: Mehr Wissen macht sicher und die Arbeit spannender. Und der Beruf macht noch mehr Freude.

## Einquartiert – Ausquartiert?

*Unter diesem Titel beleuchtet Edith Kaufmann Limacher, Teilnehmerin des SAG-Studiengangs ZH 14, in ihrer Diplomarbeit das Quartier als Lebensraum der Bewohnerinnen und Bewohner von Pflegewohnungen.*

Als Mitarbeitende in Pflegewohnungen sind wir gefordert, den Bewohnerinnen und Bewohnern neben der Pflege eine sinnvolle Tagesgestaltung und Betreuung zu bieten. Dazu gehört auch, Beziehungen zu Freunden, Bekannten und im Quartier aktiv zu unterstützen, wie es etwa das Leitbild der Pflegewohnungen in der Stadt Luzern propagiert. Diesen Aspekt habe ich in meiner Diplomarbeit untersucht und dabei die Themenkreise soziale Beziehungen, Generationenbeziehungen, wichtige Orte in der Umgebung und Unterhaltungsan-

gebote unter die Lupe genommen.

Im Theorieteil versuchte ich die Frage zu beantworten, wie viele und welche sozialen Kontakte ausserhalb der Familie die Menschen in Pflegewohnungen brauchen. Solche Kontakte sind für alte Menschen sehr wichtig und beeinflussen ihr Wohlbefinden positiv. Die höhere Pflegebedürftigkeit hat aber in der Regel zur Folge, dass die Kontakte zu den Quartierbewohnern ausserhalb der Pflegewohnung abnehmen.

Edith Kaufmann Limacher referiert am SAG-Forum über ihre Diplomarbeit.



**Soziale Kontakte:** Das Bedürfnis alter, hilfsbedürftiger Menschen nach sozialen Kontakten ist sehr individuell. Für uns gilt es, ihre entsprechenden Wünsche, auch die nach Ruhe und Rückzug, zu unterstützen. Kontakte zu Freunden und Nachbarn haben dabei eine besonders grosse Bedeutung. Wenn alte Menschen ihre gewohnte Umgebung verlassen, um in eine Institution einzutreten, gehen solche Kontakte häufig verloren. Denn oft sind auch die Freunde und ehemaligen Nachbarn in ihrer Mobilität eingeschränkt sind. Deshalb sollten Menschen wenn immer möglich in ihrem Wohnquartier oder dort, wo die ihnen nahe stehenden Menschen leben, alt und pflegebedürftig werden.

**Generationenbeziehungen:** Die Kontakte zwischen den verschiedenen Generationen haben sich – ausser in der eigenen Familie – grundsätzlich verschlechtert. Es ist ein gesellschaftspolitischer Auftrag, solche Kontakte zu fördern.

**Unterhaltung:** Eine Vielfalt von Unterhaltungsangeboten kann positiv auf die Lebensqualität der alten Menschen einwirken. Da es für sie oft schwierig ist, Bedürfnisse zu formulieren, macht es Sinn, konkrete Angebote zu machen.

**Umgebung:** In meiner Diplomarbeit habe ich auch untersucht, welche Einflüsse die Umgebung auf die Bewohnerinnen und Bewohner unserer Pflegewohnungen hat. Sehr wichtig sind dabei verschiedene Betreuungskonzepte, vor allem für demenzkranke Menschen. Zu nennen sind beispielsweise die Milieuthherapie, therapeutische Spaziergänge, die Gartengestaltung, themenzentriertes Arbeiten oder die Organisation von regelmässigen Besuchen.

### Breit angelegte Umfrage

Mit einer umfassenden Befragung unter Pflegewohnungen in der Deutschschweiz habe ich erfahren, wie sie diese Thematik angehen. Grundsätzlich kann gesagt werden, dass viele von ihnen ähnliche Voraussetzungen kennen. Die Pflegebedürftigkeit der Bewohnerinnen und Bewohner ist generell sehr hoch, ein grosser Teil ist in der geistigen Leistungsfähigkeit (Demenzkrankte) und in der Mobilität eingeschränkt. Die meisten Organisationen haben sich in Mehrfamilienhäusern eingemietet.

Die Umfrage ergab ferner, dass der Kontakt zu den Pfarreien fast überall sehr gut und meistens auch klar organisiert ist. Darüber hinaus bestehen viele Kontakte zu Vereinen und Organisationen. Einige sind Tradition, andere eher zufällig. Unterhaltung wird am

meisten in den Bereichen «Musik» und «Feste feiern» angeboten, häufig mit Bezug zur Jahreszeit. Auswärtige Unterhaltungsangebote werden nur von einzelnen Bewohnenden genutzt. Viele Organisationen haben zurückgemeldet, dass sie mit Aktivitäten im Quartier und mit Menschen aus dem Quartier positive Erfahrungen gemacht haben. Auf die Frage, welche sozialen Beziehungen in der Nachbarschaft und im Quartier gepflegt werden, wurden Kontakte zu freiwilligen Mitarbeitenden am häufigsten vermerkt. Einige Pflegewohnungen führen viele Angebote für Menschen aus dem Quartier, andere wiederum keine oder sehr wenige. Es fällt auf, dass keine Pflegewohnung über ein Konzept zur Vernetzung im Quartier verfügt. In den Leitbildern ist dieser Punkt jedoch häufig erwähnt.

### Die Pflegewohnungen der Stadt Luzern

Alle vier Pflegewohnungen der Stadt Luzern befinden sich im Quartier Tribtschen-Langensand. In einem Kapitel meiner Arbeit habe ich ihre Kontakte zu den Menschen und Organisationen im Quartier beschrieben. Auf der Grundlage der Angebote im Quartier und den Ideen anderer Pflegewohnungen stellte ich einen Fragebogen für unsere Bewohnenden zusammen. Die Ergebnisse dieser Umfrage und die Erkenntnisse aus der Literatur bilden die Grundlage für meine Empfehlungen an die Pflegewohnungen der Stadt Luzern, die auch für andere solche Institutionen nützlich sind.

### Erfolg auch mit knappen Ressourcen

Ich bin überzeugt, dass wir trotz Personalknappheit in den Pflegewohnungen die Integration im Quartier fördern sollten. Es gibt sehr viele Ressourcen, die sich mit geringem Aufwand nutzen lassen (Zusammenarbeit mit anderen Organisationen). Wenn es uns gelänge, freiwillige Mitarbeitende zu finden, hätten wir für das Pflegepersonal eine sehr gute Entlastungsmöglichkeit. Und wenn der Bekanntheitsgrad der Pflegewohnungen im Quartier gesteigert werden könnte, gäbe es eventuell mehr pflegebedürftige Menschen, die bei uns eintreten würden und dabei in ihrem Quartier bleiben könnten.

Die Diplomarbeit von Edith Kaufmann Limacher und Helen Frieden sind in gedruckter Form in der Bibliothek der Pro Senectute verfügbar.

«Einquartiert – Ausquartiert» ist auch als Download zu finden unter [www.stadt Luzern.ch](http://www.stadt Luzern.ch), Rubrik: [Alter/Wohnen im Alter/Publikationen](#).

## Musik und zahlreiche neue Bücher

Die Pro Senectute Schweiz führt hierzulande die grösste Fachbibliothek für Altersfragen. Aus einer Flut von Neuerscheinungen zu diesem Thema wählt sie die wichtigsten und interessantesten Bücher, Presseartikel, DVDs und CDs aus und bietet sie zur Ausleihe an.

Seit kurzem verfügt die PS-Bibliothek, die jeweils von 9 bis 11.30 Uhr und 13.30 bis 16 Uhr (donnerstags bis 18 Uhr) öffentlich zugänglich ist, über eine grosse Auswahl an Musik-CDs. Die Sammlung soll Fachleute in der Altersarbeit anregen, der Musik im Berufsalltag einen (noch) grösseren Raum beimessen, ob nun zur Unterstützung der Biografiearbeit, im Rahmen von Sport und Bewegung oder einfach zur Unterhaltung. Die Titel der Auswahl sind im Internet unter [www.pro-senectute.ch/bibliothek](http://www.pro-senectute.ch/bibliothek) zu finden.

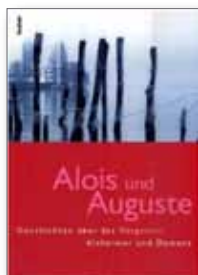
Die grosse Anzahl an neuen Publikationen zeigt, wie aktuell die Altersfrage heute ist. Herauszuheben sind aktuell folgende Neuerscheinungen.



Rüegger, Heinz:  
**Alter(n) als Herausforderung – Gerontologisch-ethische Perspektiven.**  
 ISBN 978-3-290-17517-7, CHF 28.–  
 Die philosophische und theologische Ethik hat das Thema Alter in seiner aktuellen Bedeutung noch kaum entdeckt. Dieses Buch trägt dazu bei, Gerontologie und Ethik miteinander ins Gespräch zu bringen.



Pilgram, Amélie und Kurt Seifert:  
**Leben mit wenig Spielraum: Altersarmut in der Schweiz.**  
 ISBN 978-395-234-763-8, CHF 25.–  
 Das Buch beruht auf einer Studie der Pro Senectute Schweiz, die den aktuellen Kenntnisstand zur wirtschaftlichen Lage der Rentnerinnen und Rentner in der Schweiz darstellt und analysiert. Handlungsvorschläge zeigen auf, wie dem Problem der Altersarmut begegnet werden kann.



Schänzle-Geiger, Heidi und Gerhard Gammann (Hrsg.):  
 Alois und Auguste:  
**Geschichten über das Vergessen – Alzheimer und Demenz.**  
 ISBN 978-371-931-51446, CHF 36.–  
 Ein Lesebuch mit Geschichten über die Demenz, verfasst von mehr als 50 Schriftstellerinnen und Schriftstellern aus Deutschland, Österreich und der Schweiz. Dass Alzheimer nicht nur mit freudlosen Situationen verbunden ist, zeigen gleich mehrere der Kurzgeschichten.



Höpflinger, François:  
**Einblicke und Ausblicke zum Wohnen im Alter.**  
 ISBN 978-303-777-0733, CHF 38.–  
 Der reich bebilderte Age-Report 2009 präsentiert eine weitere Sammlung von Erkenntnissen zum Wohnen im Alter. François Höpflinger kommentiert kompetent und packend die neuen Zahlen und Fakten zu Wohnformen, Wohnwünschen und Wohnbedürfnissen älterer Menschen.



**Zeichensprachen: Signale des emotionalen Ausdrucks von Menschen mit Demenz.**  
 Ein Film des Zentrums für Gerontologie der Universität Zürich, 2009.  
 Eine Demenzerkrankung ist für die Betroffenen nicht das Ende der Gedanken und Gefühle. Wer die äusseren emotionalen Indikatoren vorsichtig analysiert, vermag sehr viel in Erfahrung zu bringen über das, was Menschen mit Demenz empfinden und sagen wollen. Dieser Film sensibilisiert auf einfühlsame Art die Wahrnehmung.

## Vielfältige Themen, kompetent beleuchtet

*Im Frühling sind die SAG-Studiengänge Bern 6 und Zürich 14 abgeschlossen worden. 16 Absolventinnen und Absolventen haben ihre Diplomarbeiten verfasst und abgeliefert. Das Spektrum der Themen ist breit, so breit wie das Gebiet der Gerontologie..*

### Bern 6

**Stephanie Aeby** beleuchtet die Lebenssituation älterer Gehörloser und die Bedeutung der Gehörlosengemeinschaft im Alter. Sie kommt zum Schluss, dass der Kontakt zu anderen Gehörlosen auch dann nicht abbrechen darf, wenn Gehörlose pflegebedürftig werden. Er bleibt wichtig für ihre Gefühle der Sicherheit und Vertrautheit.

**Beatrice Baumeler Roth** befasst sich mit den theoretischen und gerontologischen Grundlagen für die Biografiearbeit. Zusätzlich hat sie einen Pflegestandard erarbeitet und Methoden zur Einführung der Biografiearbeit skizziert.

**Sabine Baumgartner** schreibt über die Bedeutung der Tiere im Leben der aus bäuerlichen Verhältnissen stammenden Bewohnerinnen und Bewohner einer Emmentaler Altersinstitution. Aufgrund ihrer Erkenntnisse formuliert sie am Schluss ein Tierhaltungskonzept.

**Kathrin Cattaneo-Rüegg und Verena Maritz** haben ihre gemeinsame Diplomarbeit für das Alters- und Versicherungsamt der Stadt Bern verfasst. Die beiden Frauen haben eine Reihe von Empfehlungen erarbeitet, wie Innenräume in Betreuungseinrichtungen für demenzkranke Menschen gestaltet sein müssen, damit sich die Bewohner und das Personal darin wohl und sicher fühlen.

**Mustafa Celik** hat zuhause des Bürgerheims in Bern Literaturgrundlagen und Empfehlungen für die Betreuung von Demenzkranken in einer Wohngruppe erarbeitet. Sein Konzept soll später umgesetzt werden.

**Raphaella Demostene-Willisch** zeigt anhand von Literatur und Fallbeispielen auf, wie vielfältig die Beziehungen zwischen Grosseltern und Enkelkindern gelebt werden, und welche Bedingungen diese beeinflussen. Anhand des Ambivalenzmoduls wagt sie auch eine Typologisierung der befragten Grosseltern.

**Andreas Peier** befasst sich mit der Freiwilligenarbeit im Alter und speziell mit den Übergängen im Leben, in denen Fähigkeiten partiell oder völlig verloren gehen können. Untersucht wird, inwiefern diese Übergänge die Freiwilligenarbeit beeinflussen und wie darauf professionell reagiert werden soll.

**Katharina Schmid-Perren** fragt am Beispiel älterer Menschen in der Gemeinde Subingen nach der Bedeutung sozialer Beziehungen im Alter und präsentiert Vorschläge, wie bei zunehmender Pflegebedürftigkeit Kontakte aufrechterhalten werden können. Einen weiteren Blick wirft sie auf die Infrastruktur und die Angebote für alte Menschen im Dorf. Ihre Erkenntnisse sollen der Gemeindebehörde Anregungen geben, in welche Richtung die Alterspolitik weitergeführt werden kann.

**Barbara Zimmerli-Nyffeler** prüft in ihrer Arbeit, ob ein persönlich aufsuchendes Betreuungs- und Beratungsangebot den Angehörigen von demenzkranken Menschen Entlastung bieten könnte. Neben einem Theorieteil beschreibt sie die Situation von Betroffenen aus verschiedenen Perspektiven. Im methodischen Teil interviewt sie aufgrund eines Leitfadens zehn Probanden.



## Zürich 14

**Katharina Bigler-Stadelmann** untersucht im Rahmen einer Befragung, ob Menschen in der dritten Lebensphase, die traditionell alleine oder als Paar in einer Wohnung leben, einsamer sind oder sich eher einsam fühlen als solche, die unkonventionellere Wohnformen wie Hausgemeinschaften wählen.

**Christa Dombrowski** thematisiert die ethischen Aspekte der Langzeitpflege vor dem Hintergrund der traditionellen, gesellschaftlichen und ökonomischen Randbedingungen. Sie plädiert für die Integration von Ansätzen aus der Salutogenese, um das belastete Pflege- und Betreuungspersonal gesund zu halten, und empfiehlt, mit praxisnahen Konzepten auch die psychosoziale Altersarbeit als sinnstiftendes Element zu berücksichtigen.

**Helen Frieden** denkt in ihrer Diplomarbeit «Allein unter vielen» über die Einsamkeit von Seniorinnen und Senioren im Altersheim nach (siehe Artikel auf Seite 10).

**Edith Kaufmann Limacher** thematisiert unter dem Titel «Einquartiert – Ausquartiert» das Quartier als Lebensraum für die Menschen in Pflegewohnungen (siehe Artikel auf Seite 7).

**Elisabeth Pickel** betrachtet anhand von eigenen Erhebungen, Analysen, Modellen und Leitsätzen das Lernen im Alter. Ihre Arbeit lädt dazu ein, von und mit älteren Menschen zu lernen, statt die Probleme von Alterungsprozessen in den Vordergrund zu stellen.

**Yvonne Singenberger** widmet sich den chronischen Schmerzen im Alter und sucht Antworten auf die Frage, wie sie adäquat gemessen und behandelt werden können. Sie empfiehlt ein multidimensionales Vorgehen und stellt Copingstrategien vor, die ältere Menschen im Umgang mit chronischen Schmerzen anwenden.

**Lea Spori** plädiert in ihrer Diplomarbeit dafür, in Pflegeheimen Tiere als therapeutische Begleiter alter Menschen zuzulassen, und legt dar, warum Tiere das Wohlbefinden demenzkranker und depressiver Menschen steigern können.

## Auf einen Blick

Bern 6

- **Aeby**: Wenn Gehörlose älter werden
- **Baumeler Roth**: Biografiearbeit: Eine Herausforderung für die Pflege
- **Baumgartner**: Heimtierhaltung im gerontologischen Alltag – Möglichkeiten und Grenzen
- **Cattaneo-Rüegg und Maritz**: Empfehlungen zur Innenraumgestaltung in stationären Betreuungseinrichtungen für Menschen mit Demenzerkrankungen
- **Celik**: Betreuungskonzept für eine demenzgerechte Wohngruppe im Bürgerheim Bern
- **Demostene-Willisch**: Grosselternschaft – Bereicherung, Belastung oder Lebenssinn stiftend?
- **Peier**: «Mitten drin»
- **Schmid-Perren**: Alt werden im Dorf
- **Zimmerli-Nyffeler**: «Mit jemandem reden können, der weiss, um was es geht»

Zürich 14

- **Bigler-Stadelmann**: «Ich lebe da, wo es mir wohl ist»
- **Dombrowski**: Werte der Altersarbeit
- **Frieden**: Allein unter vielen?
- **Kaufmann Limacher**: Einquartiert – Ausquartiert?
- **Pickel**: Das lebensbegleitende Lernen erhalten und ermöglichen
- **Singenberger**: Chronische Schmerzen und Coping im Alter
- **Spori**: Tiere als therapeutische Begleiter alter Menschen im Pflegeheim

## Lehrgänge und Seminare 2009

Start	Thema		Ort	Kosten CHF
16.01.2010	Gerontopsychiatrische Krankheitsbilder 5 Tage	Dozentin: Dr. med. Brigitte Ambühl Braun	Zürich	Bis 20.11.09 CHF 1120.– ab 21.11.09 CHF 1180.–
20.01.2010	40 Tage Weiterbildung zur Erlangung des Berufstitels dipl. Pflegefachfrau HF/Pflegefachmann HF	Kursleitung: Barbara Lauper	Zürich	CHF 8700.–
12.03.2010 ½ Tag Einführung Beginn Studiengang: 25.03.2010	Studiengang Gerontologie mit Diplom- und Zertifikatsabschluss 42,5 Tage	Studienleitung: Caroline Hofmann	Zürich	CHF 13400.– Anmeldegebühr zusätzlich CHF 180.–
12.03.2010 ½ Tag Einführung Kursbeginn: 25.03.2010	Grundlagenmodul Spektrum Gerontologie, 18,5 Tage (Einzelne Themen des Moduls können auch separat gebucht werden)	Studienleitung: Caroline Hofmann	Zürich	CHF 5960.–
22.03.2010	Kompetenz in der Altersarbeit Grund-lagenseminar für nicht diplomiertes Personal, Angehörige, Personen in der Freiwilligenarbeit, 18 Tage	Studienleitung: René Hadorn	Bern	CHF 3700.–
Frühjahr 2010	Weiterführung des SAG-Diploms zum universitären Diplom und zur Promotion in Erziehungswissenschaft (Dr. phil.)	Schulleitung: Christa Bula	Landau/D	€ 400.– pro Baustein
15.04.2010/ 11.05.2010	Musiktherapie in der Altersarbeit, 1 bis 2 Tage Die Tage können auch einzeln gebucht werden	Dozentin: Lotti Müller	Zürich	CHF 240.– pro Tag
16.04.2010	Schreiben ist Hoffnung Poesie- und Bibliothherapie in der Gerontologie, 1 Tag	Dozentin: Esther Spinner	Zürich	CHF 240.–
19.05.2010	Gerontologische Grundlagen 3 Tage	Studienleitung: René Hadorn	Zürich	CHF 700.–
24.08.2010	Wie ich meinen inneren Heiler entwickle, 2 Tage	Dozentin: Graziella Schmidt	Morschach	CHF 540.– exkl. Übernachtung
28.06.2010	Umgang mit Aggression und Gewalt bei Menschen mit Demenz, 3 Tage	Dozenten: Tieni Moser Dorothea Fiechter	Zürich	CHF 790.–
10.09.2010	Das Messie-Syndrom 1 Tag	Dozentin: Dr. med. Brigitte Ambühl Braun	Zürich	CHF 240.–
Herbst 2010	Zertifikats-Lehrgang Gerontologie Pflege, 18 Tage	Kursleitung: Barbara Lauper	Zürich	CHF 4800.–
Herbst 2010	Lehrgang Gerontologie in der sozialpädagogischen Arbeit, 24 Tage	Kursleitung: lic. phil. Dagmar Schifferli	Zürich	CHF 6900.–