

# ALTER.sh

Informationen für Einwohnerinnen  
und Einwohner über 65  
10. AUSGABE MÄRZ 2020  
Erscheint zweimal jährlich



Foto: F&P Robotics AG

## DIGITALE HELFER IM ALTER

Robotik, GPS, Apps: Chancen und Grenzen moderner Technologien

## EDITORIAL

# DIGITALISIERUNG IST GUT, EIN GEMEINSAMER KAFFEE ABER NOCH BESSER

*Digitale Technologien eröffnen uns neue Möglichkeiten, gerade auch im Alter und in der Nachbarschaft. Doch die Technik soll nie die echten Begegnungen ersetzen, schreibt Stadtrat Simon Stocker.*

Ich mag mich gut erinnern an die Neunzigerjahre, als mein Vater sich ein Internet-Abo zulegte. Ratternd und piepsend wählte sich das Modem in die Telefonleitung ein und brachte uns Familienmitglieder dreissig Sekunden später in eine neue Welt. Es war eine Sensation. Das Internet eröffnete uns ganz neue Wege der Wissensvermittlung. Plötzlich war es leicht, sich Informationen aus der ganzen Welt zu beschaffen. Auch Neuigkeiten aus Stadt und Kanton liessen sich bequem per Mausklick erhalten.

Heute lachen wir über die altmodische Apparatur von damals. Bereits gibt es deutlich modernere technische Möglichkeiten, die erst noch viel schneller laufen. Die technischen Neuerungen sind auch für Menschen im Alter von Bedeutung. Sie kennen ja noch die Zeiten, als ausschliesslich Zeitungsinserate und Flugblätter auf Veranstaltungen hinwiesen. Und wer die Nachbarin etwas fragen oder sie um Unterstützung bitten wollte, musste die eigene Wohnung verlassen und an der anderen Tür klopfen gehen.

## Plötzlich wieder ganz nah

Aus meiner Sicht hat die Digitalisierung zwei Seiten. Einerseits verschiebt sie

menschliche Kontakte – ob persönlich oder geschäftlich – in die virtuelle Sphäre. Die Kleider werden nicht mehr im Fachgeschäft in der Altstadt gekauft, sondern bei Zalando. Anstatt mit der Mutter am Telefon zu sprechen oder einen Kaffee mit ihr zu trinken, werden Bilder in der Whatsapp-Gruppe ausgetauscht. Das kann man bedauern, ja. Aber andererseits eröffnen sich auch vielversprechende neue Möglichkeiten. Menschen, die wir aus den Augen verloren haben oder die weit weg leben, sind online plötzlich wieder ganz nah. Im Netz können wir uns alle möglichen Informationen holen. Produkte, die wir benötigen, können wir am Computer bestellen und bequem nach Hause liefern lassen, eine grosse Erleichterung bei einem Gebrechen.

Was mich besonders überzeugt: die Digitalisierung belebt womöglich auch die Nachbarschaft neu. Menschen im Quartier suchen Kontakt. Sie wollen gemeinsam etwas unternehmen oder sich gegenseitig unterstützen. Mit einer App können wir als Nachbarn in Kontakt treten, unser Wissen anbieten, Ideen für Anlässe einbringen und uns dann auch wirklich treffen. Die Kommunikation fällt uns vielleicht leichter, weil die Hürde entfällt,

zuerst mal bei den Nachbarn an der Tür klopfen zu gehen. Im Breite-Quartier soll eine solche App bald angewendet werden (siehe Info-Box).

## In Kontakt treten

Keine App der Welt ersetzt jedoch den direkten Kontakt. Erst wenn ich einer Person in die Augen schauen kann, wenn ich höre, wie ihre Stimme klingt, wenn ich erkenne, wie sie dasitzt oder –steht, weiss ich, wie es ihr wirklich geht. Erst wenn ich das Lachen beim gemeinsamen Kochen höre oder den Seufzer über den verlorenen Jass, spüre ich den Menschen.

Digitalisierung bietet uns zweifellos Chancen, wie auch die Beiträge in dieser Ausgabe von «Alter.sh» aufzeigen. Sie soll jedoch niemals den direkten menschlichen Kontakt ersetzen. Ganz im Gegenteil. Sie soll neue Wege eröffnen, damit Menschen in Kontakt treten.

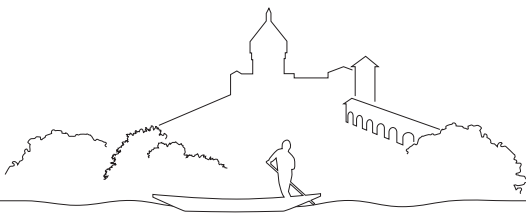
## DIGITALE PLATTFORM FÜR DAS QUARTIER

Die im Editorial erwähnte App für das Breite-Quartier wird demnächst im Rahmen eines Pilotprojekts online gestellt werden. Mit ein Ziel der App ist, dass Seniorinnen und Senioren leichter miteinander in Kontakt treten, sich kennen lernen und vernetzen können.

Im März ist eine Informationsveranstaltung geplant. Die ältere Bevölkerung im Quartier Breite wird persönlich dazu eingeladen.



**SIMON STOCKER**  
Stadtrat, Sozial- und Sicherheitsreferent,  
zuständig für den  
Bereich Alter



SCHWEIZERISCHER BLINDENBUND

# WENN DAS AUGENLICHT SCHWÄCHER WIRD

*Nimmt die Sehkraft unwiederbringlich ab, ist unkomplizierte Hilfe wichtig. Viele praktische Hilfsmittel und Geräte tragen entscheidend dazu bei, dass wir unser Leben trotz Sehbehinderung selbständig meistern und Lebensqualität bewahren können.*



Mit dem Lesegerät lassen sich Text- oder Bildausschnitte vergrössert darstellen.  
Foto: zvg/ Blindenbund

Eine Sehbehinderung stellt Betroffene vor Herausforderungen, an die gut sehende Menschen im Alltag kaum einen Gedanken verschwenden. Doch wer sich nur schon vorstellt, ohne ausreichendes Augenlicht auf dem Herd Wasser zu kochen für einen Tee, erkennt rasch: das kann gefährlich werden und zu Verbrühungen führen. Auch Anderes fällt Menschen mit einer Sehbehinderung nicht mehr so leicht wie früher, etwa die Steuererklärung oder ein Formular in der Arztpraxis mit sehr persönlichen Informationen auszufüllen. Und was ist mit den Zeichnungen der Enkelkinder, der täglichen Zeitungslektüre? Müssen wir darauf verzichten, wenn die Sehkraft immer schwächer wird?

Die Antwort lautet zum Glück: nein. Es gibt raffinierte Techniken, die erlernt werden können, um häusliche Tätigkeiten trotz Sehbehinderung zu erledigen. Unterricht zum Thema Orientierung und Mobilität ermöglicht es, sich auf der Strasse und in Gebäuden sicher zu bewegen. Eine ganze Reihe optischer und elektronischer Hilfsmittel befähigt Betroffene zudem, das verbliebene Sehvermögen zu nutzen.

### **Einfach zu bedienen**

Eine Sehbehinderung gilt es immer individuell abzuklären. Auch wenn sich zwei Befunde medizinisch ähneln, sind die persönlichen Voraussetzungen, Möglichkeiten und Ziele der betroffenen Menschen immer unterschiedlich. Man-

che zeigen sich bereits mit optischen Hilfsmitteln wie speziellen Filterbrillen oder klassischen Lupen hochzufrieden. Für andere sind moderne technische Errungenschaften ein wahrer Segen. Ein Beispiel dafür ist die Sprachausgabe am Computer oder am Smartphone. Barrierefrei aufgebaute Webseiten und Vorlese-Programme erlauben es, selbständig und umfassend im Internet zu surfen.

Auch Bildschirmlesegeräte für Schriftstücke oder Bilder sind von grossem Vorteil. Solche Hilfsmittel lassen sich sehr intuitiv bedienen, und sie funktionieren denkbar einfach: Das Dokument liegt auf einer Platte, die sich mühelos verschieben lässt. Darüber ist eine Kamera angebracht, deren Bild sich auf dem Monitor zeigt, vor dem die Leserin oder der Leser sitzt. Diese oder dieser schiebt die Platte hin und her und betrachtet den gewählten Ausschnitt stark vergrössert. Die Vergrösserung kann verstellt, die Kontraste verstärkt werden. Auch elektronische Handlupen sind verfügbar. Alle diese Hilfsmittel fördern die Selbständigkeit und erhöhen die Lebensqualität bei einer Sehbehinderung doch ganz erheblich.

Zögern Sie nicht, kommen Sie auf uns zu. Unsere Beratung ist kostenlos. Wir freuen uns auf Sie.

## **SICHTBAR SCHAFFHAUSEN**

Lindenplatz 12 B  
8203 Schaffhausen  
Telefon 052 625 30 35  
sichtbar-schaffhausen@blind.ch

blind.ch

PC 80-11151-1

## ROBOTER-ETHIK

# «ROBOTER KÖNNEN UNS UNTERSTÜTZEN, ABER NICHT PFLEGEN»

*Roboter, die uns waschen oder Essen eingeben, braucht es nicht, sagt der Pflegewissenschaftler Thomas Beer. Er sieht aber Chancen, dass bestimmte technologische Lösungen ältere Menschen unterstützen können, zuhause und im Pflegeheim.*

**«Alter.sh»:** Herr Beer, über Pflegeroboter ist viel zu hören und zu lesen. Sind die Blechgesellen denn schon reif für den Einsatz?

Thomas Beer: Stimmt, man hört permanent davon und könnte meinen, solche Roboter stünden schon flächendeckend im Einsatz. Aber davon ist mir nichts bekannt, übrigens auch aus Japan nicht, wo ja besonders viel in die Entwicklung von Robotern investiert wird. Man darf den Marketingabteilungen nicht alles glauben. Es gibt heute erst Prototypen und Testbetriebe im Rahmen von Forschungsprojekten. Deren Ziel ist es, mehr darüber zu erfahren, wo der Einsatz von Robotik sinnvoll ist, und wie die Menschen die neue Technologie nutzen. Denn darum geht es, nicht etwa um Pflegeroboter. Der Begriff wird inflationär verwendet, aber er trifft es nicht. Pflegeroboter wird es nie geben.

**Entwickler tüfteln aber an Robotern, die pflegebedürftige Menschen waschen, hochheben oder ihnen Essen bringen können.**

Ja, aber wir sollten die Entwicklung nicht länger den Ingenieuren überlassen. Es ist höchste Zeit, dass die älteren Menschen und das Pflegepersonal mitreden. Sie werden schliesslich Anwender der Technologie sein. Als Gesellschaft sollten wir zuerst definieren, was wir uns an Pflege leisten wollen. Erst dann können wir bestimmen, welche Technologien wir übernehmen, und welche Fähigkeiten wir Robotern einprogrammieren wollen. Robotik kann uns zwar in Teilbereichen unterstützen, aber nicht pflegen. Roboter werden niemals Menschen ersetzen, nicht

Pflege- und Betreuungspersonal, auch nicht Angehörige, Nachbarn oder Freunde, die sich um uns kümmern. Sorge und Pflege lassen sich nicht robotisieren.

**Auch nicht durch humanoide Roboter, mit denen wir sprechen können? Oder die anhand von Mimik und Gestik unsere Stimmung erkennen? Solche Prototypen gibt es schon.**

Ja, und ich finde, Roboter können durchaus «Companions» sein, Begleiter, die uns Freude machen. Man geht an denen ja

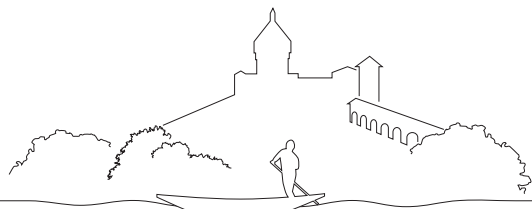
– sofern anschliessend eine Pflegeperson vorbeikommt. Allerdings kenne ich bisher keine Technologie, die das störungsfrei kann. Bei älteren Menschen versagt der Roboter schon, weil er die Falten im Gesicht nicht einordnen kann. Und bei aller Interaktion sollte künstliche Intelligenz nicht Menschen simulieren. Roboter haben keine Gefühle. Es sind Maschinen, technische Artefakte, auch wenn sie freundlich wirken und wir uns mit ihnen unterhalten können. Das muss stets klargemacht werden.



Robotik endlich von den Anwendern her denken: dem Pflegepersonal, den älteren Menschen. Das fordert Forscher Thomas Beer. Foto: F&P Robotics AG

nicht einfach vorbei, sondern guckt sie sich an, das finde ich gut. Technik soll uns anregen und bewirken, dass wir uns über sie unterhalten. Auch Robotik, die am körperlichen Ausdruck merkt, ob es uns gut oder schlecht geht, hat ihre Funktion

**Können auch Menschen mit Demenz erkennen, dass es sich nicht um ein lebendes Wesen handelt, sondern um eine Maschine? Oder gibt es da ein ethisches Problem?**



Wir haben dazu in Pflegeheimen geforscht und herausgefunden: Menschen mit Demenz können sehr genau beobachten und sehr wohl differenzieren, ob sie es mit einem Mensch oder mit einer Maschine zu tun haben. Ich fände es ganz im Gegenteil ethisch fragwürdig, Menschen mit Demenz Technik vorzuenthalten. Sie haben genauso das Recht, neue Technologien zu nutzen. Wichtig ist, ihnen gegenüber immer ehrlich zu sein und sie nicht mit der Technik allein zu lassen. Auch sollte diese rein gestalterisch als Maschine erkennbar sein.

### **Ist es also falsch, Robotern Namen wie Lio, Paro oder Pepper zu geben?**

Nein, überhaupt nicht. Man baut zu Technik durchaus eine Beziehung auf, manche Leute geben auch ihrem Auto einen Namen. Robotik darf interessant und ansprechend wirken, aber nicht wie ein Mensch. Technisch wäre es beispielsweise auch möglich, einem Roboter die Stimme von Angehörigen einzuprogrammieren. Das fände ich jedoch gegenüber Menschen mit kognitiven Einschränkungen ethisch nicht gerechtfertigt.

### **Sie haben gesagt, Robotik könne ältere Menschen in Teilbereichen und mit klar zugeschriebenen Funktionen unterstützen. Wie zum Beispiel?**

Telepräsenz-Roboter mit Webcam ermöglichen uns, mit anderen in Kontakt zu treten. Assistenzroboter können uns zuhause begleiten und den Tag strukturieren helfen. Mit Unterstützung der Technik werden wir zuverlässig daran erinnert, ein Medikament einzunehmen, etwas zu trinken oder dass gleich der Enkel zu Besuch kommt und wir morgen einen Arzttermin haben. Der Roboter spielt Musik ab, wir können Memory spielen, er macht uns dabei auch Vorschläge, die uns gefallen könnten. Als technische Erweiterung in der Betreuung kann das auch im Pflegeheim reizvoll sein, etwa, wenn Bewohnerinnen und Bewohner mit dem Roboter singen. Bis heute liegt allerdings keine alltagstaugliche Robotik vor, die auch von Laien

bedient und gesteuert werden kann.

### **Wenn die Robotik und andere Technologien mal so weit sind: Werden sie es älteren Menschen ermöglichen, länger selbständig zuhause zu wohnen?**

Es ist der Sinn der Technologie, die Autonomie und die Selbständigkeit älterer Menschen möglichst lange zu erhalten. Doch das ist erst unsere Annahme. Es gibt noch nicht ausreichend wissenschaftliche Belege dafür, die Forschung steht erst in den Anfängen. Auch Datenschutzfragen werden zu klären sein. Es darf nicht sein, dass Tech-Firmen in unsere Wohnungen reinhorchen. Der Staat muss aktiv werden und das regeln.

### **Ist die Robotik eher eine Chance oder eher ein Risiko für die alternde Gesellschaft?**

Beides. Deshalb ist es so wichtig, dass wir als Gesellschaft darüber diskutieren. Wir dürfen uns nicht von der Industrie vorgeben lassen, wie wir künftig betreut und gepflegt werden. Robotik ist weder das Rezept gegen den Fachkräftemangel in der Pflege noch gegen die Kostensteigerung im Gesundheitswesen. Robotik bietet dort Chancen, wo sie die Möglichkeiten im Alltag ergänzt und erweitert, sei es zuhause oder in einer Pflegeeinrichtung. Dies aber auch nur für Menschen, die sagen: Roboter passen in meine Lebenswelt, für mich ist das in Ordnung. Es muss nach wie vor möglich sein, Robotik abzulehnen. Ältere Menschen sollen die Wahl haben.

### **Können Sie sich persönlich vorstellen, dass Ihnen im Alter ein Roboter bei der Körperpflege hilft?**

Ich kann mir nicht vorstellen, von einem technischen Etwas gewaschen zu werden. Da ziehe ich eine ausgebildete Pflegefachperson vor, die auch weiss, wie sie mit meiner allfälligen Scham umgeht. Was ich mir aber gut vorstellen kann: dass sie bei der Arbeit eine Technik nutzt. Kann sein, dass ich im Alter immobil bin und ein paar Pfunde mehr drauf habe. Da

wäre ein technisches System hilfreich, das bei der Lagerung hilft und beispielsweise dank Sensoren erkennt, wenn ich ermüde. Das ist es, was ich meine: Keine Pflegefachperson wäre je auf die Idee gekommen, einen Waschroboter zu entwickeln. Das kam von Ingenieuren. Wir müssen damit anfangen, die Technologie von den Anwendern her zu denken.

Interview: Susanne Wenger



Zur Person: Thomas Beer ist Professor für Pflegewissenschaft und Leiter des Masterstudiengangs Pflege an der Fachhochschule St. Gallen. Robotik ist einer seiner Forschungsschwerpunkte. Ursprünglich arbeitete er als Pflegefachmann, später als Heimleiter.

ALTERSZENTRUM EMMERSBERG

# ROBOTER LIO KANN GETRÄNKE BRINGEN UND WITZE ERZÄHLEN

*Das Schaffhauser Alterszentrum Emmersberg setzt in den nächsten zwei Jahren einen Assistenzroboter ein. Im Rahmen eines Forschungsprojekts wird geprüft, ob und wie solche Technik den Bewohnerinnen und Bewohnern sowie dem Personal nützlich sein kann.*

Ungewohnt sieht er aus, der orange-weiße Roboter Lio, der Anfang Jahr im Alterszentrum Emmersberg Einzug gehalten hat. Aber irgendwie wirkt er auch nett. Aus einer Plattform mit Rädern ragt ein langer Greifarm, der ein wenig einem Schwanenhals gleicht. Die Oberfläche fühlt sich ledrig-weich an, nicht metallisch-kalt. Lio besitzt einen integrierten Bildschirm. Er fährt selbständig durch die Abteilung. Er kann sprechen und mit Menschen interagieren. Doch Werner Gasser, Leiter des Alterszentrums, stellt sogleich klar: «Lio ersetzt keine

Pflegekraft. Er ist ein technisches Gerät mit modernster Technologie.»

Gasser mag nicht von einem eigentlichen «Pflegeroboter» sprechen. Lio werde nicht zur Körperpflege oder ähnlichem eingesetzt. Er sei ein Assistenzroboter und erfülle Funktionen im Bereich des Service, der Unterhaltung, der Aktivierung und der Beobachtung. Entwickelt hat Lio die F & P Robotics AG in Glattbrugg im Kanton Zürich. Zwei Jahre lang wird er jetzt im Alterszentrum Emmersberg eingesetzt, immer auf der gleichen Abteilung mit

27 Bewohnerinnen und Bewohnern. Die Schaffhauser Institution ist das erste Schweizer Alters- und Pflegeheim, in dem Lios Möglichkeiten unter laufendem Betrieb erprobt werden. Auch in einem Berliner Seniorenheim und in einer Schweizer Reha-Klinik stand er schon im Einsatz.

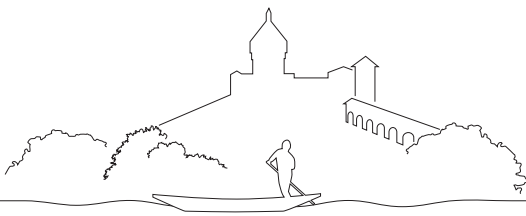
## Roboter erkennt Personen

Bevor der Roboter loslegen kann, muss er programmiert und installiert werden. Eine Aufgabe, die mitunter Geduld erfordert, wenn die Technik bockt. Doch Software-Entwicklerin Lea Berberich bleibt cool. Es gelingt ihr an diesem Januar-nachmittag, Lio auf eine kurze Demo-Tour in den Korridor der Abteilung zu schicken, obwohl das Ganze noch im Aufbau ist. Sie bedient den Roboter via Laptop und Drahtlosnetzwerk WLAN, später soll er auch auf Sprachbefehle und Berührungen reagieren können. Geräuschlos und ohne anzustossen gleitet Lio geradeaus, verfolgt von vielen neugierigen Blicken. Die Entwicklerin hat ihm ad hoc die Aufgabe einprogrammiert, dem stellvertretenden Stationsleiter Samuel Furrer – der übungshalber mitmacht – ein Wasser anzubieten.

«Guten Tag, Herr Furrer», tönt es jetzt aus Lio heraus, «möchten Sie etwas trinken»? Der Angesprochene bejaht lachend. Erstaunlich wendig bewegt sich Lios Greifarm nach hinten, packt die mitgeführte Wasserflasche und reicht sie dem Pflegefachmann. Nicht ohne diesen zu ermahnen, wie wichtig das regelmässige Trinken sei. «So kann Lio später eingesetzt werden, um ältere Menschen ans Trinken zu erinnern und Dehydrierung zu vermeiden», erklärt Entwicklerin Berberich. Über eine eingebaute Kamera wird der Roboter mit der Zeit erkennen, wen genau er vor

Keine Berührungsängste: Pflegefachmann Samuel Furrer sieht Lios Einsatz als Chance. Fotos: Lotti Winzeler





sich hat. Solche Informationen werden ihm indes nur mit dem Einverständnis der Betroffenen eingegeben, versichert Zentrumsleiter Gasser.

### Roboter lernt dazu

Falls ein Bewohner wissen möchte, wie das Wetter in Schaffhausen wird: Lio liefert. Weiter wird er Nachrichten aus der Region vorlesen, Witze erzählen, Ratespiele anbieten, die Lieblingsmusik der Bewohnerin abspielen, deren Zimmer er betritt. Die Türfälle niederzudrücken, hat er bereits ziemlich gut drauf. Auch kann er – Arme hoch! – eine Gruppe zu leichten Turnübungen animieren. Anderes muss Lio neu lernen. So soll er dereinst in der Nacht zirkulieren und über seine Sensoren registrieren, wenn jemand Hilfe braucht. «Dann setzt er einen Notruf an die Nachtwache ab, die ja nicht überall gleichzeitig sein kann», sagt Zentrumsleiter Gasser. Auch zur Prävention von Stürzen soll Lio beitragen, indem er auf ungewöhnliche Körperhaltungen reagiert. Ziel dieser Funktionen ist es, die Sicherheit zu erhöhen.

Lio sei kein unflexibles Produkt, hält Entwicklerin Lea Berberich fest. Er lasse sich an die Bedürfnisse der Institution anpassen: «Wir lernen hier gegenseitig.» Das Personal des Alterszentrums reagierte bisher offen und positiv. Das Forschungsprojekt sei für die Institution «eine Chance, an innovativer technischer Entwicklung teilzuhaben», sagt Pflegefachmann Samuel Furrer. Er sieht einen weiteren Vorteil: «Wir können als Pflege die technische Entwicklung mitbestimmen.» Den älteren Menschen, die im Alterszentrum leben, wurde der Einsatz des Roboters ebenfalls angekündigt. Als Lio ankam, stand er zuerst eine Weile unten im Eingangsbereich, damit alle ihn sehen konnten. «Bewohner und Angehörige reagierten interessiert und fanden ihn <herzig>», berichtet Zentrumsleiter Gasser.

### Lios Grenzen

Ob das so bleibt, wenn Lio im Einsatz steht, wird sich zeigen. Zu erfahren, wie die älteren Menschen auf den Roboter reagieren, ist für Gasser eines der Haupt-



«Trinken ist wichtig», sagt Roboter Lio und schickt sich an, die Wasserflasche zu reichen.

ziele des Projekts. Die Grenze liegt für ihn dort, «wo die Robotik nur der Institution nützt, aber nicht dem Bewohner.» Das Alterszentrum mietet den Roboter für die Dauer des Einsatzes. Einen namhaften Teil der Kosten übernimmt die Age-Stiftung, die zukunftsgerichtete Projekte zum Thema Wohnen und Älterwerden fördert. Die Stiftung begrüsst es, dass hier zu technikgestützter Betreuung nicht mehr nur spekuliert und philosophiert werde, sondern dass Fakten erhoben werden. Auch Interreg Schweiz und die Wirtschaftsförderung Schaffhausen beteiligen sich an der Finanzierung.

Ob und wie die Arbeit mit Lio funktioniert, beurteilen unabhängige Wissenschaftler: Forschende der Universität Konstanz und der Fachhochschule Vorarlberg begleiten den Einsatz. Denn geforscht wird

grenzüberschreitend. Neben dem Alterszentrum Emmersberg wirkt auch das Alten- und Pflegeheim der Caritas in Konstanz am Lio-Projekt mit. Ende 2021 wird in einem Abschlussbericht Bilanz gezogen. Werner Gassers Hoffnung ist, dass die Robotik das Pflegepersonal unterstützt und ihm wiederkehrende Tätigkeiten abnimmt: «So bliebe uns mehr Zeit für unsere Kernaufgabe: die empathische, professionelle Pflege.» Und das, fügt Gasser an, können definitiv nur Menschen.

Text: Susanne Wenger

### VIDEO VON LIO

<https://www.fp-robotics.com/de/care-lio/>

# VERANSTALTUNGEN FÜR DAS ALTER

## Schönbühl

[www.schoenbuehl-schaffhausen.ch](http://www.schoenbuehl-schaffhausen.ch)

Restaurant Schönbühl, Ungarbühlstr. 4

### Sonntag, 1. März 2020

14.30 Uhr, A CAPPELLA ODA

### Samstag, 4. April 2020

14.30 Uhr, Modeschau, Mode-Valko-Team

## La Résidence

[www.laresidence-sh.ch/bistro](http://www.laresidence-sh.ch/bistro)

### Sonntag 8. März 2020

15 Uhr, Konzert mit Claudio Di Bartolo

### Sonntag 15. März 2020

10 Uhr, Konzert vom Männerchor Hemmental

### Mittwoch, 18. März 2020

15 Uhr, Modeschau Modrow Frühling und Sommermode

### Montag, 23. März 2020

15 Uhr, Senioretheater Hallau «Theäterle macht Freud»

### Donnerstag, 16. April 2020

10 Uhr, Klavierkonzert mit der Pianistin Shirin Wälchli

### Sonntag, 25. April 2020

15 Uhr, Konzert vom Heuberg-Orchester

### Sonntag, 7. Juni 2020

10 Uhr, Öffentlicher Kath. Gemeindegottesdienst St. Peter

### Sonntag, 26. Juli 2020

10 Uhr, Öffentlicher Ref. Gemeindegottesdienst Herblingen

### Samstag, 1. August 2020

9 – 12 Uhr, Buurezmorge im Bisto (mit Anmeldung)

14.15 – 17 Uhr, 1. August-Nachmittag, Konzert von Wally Schneider

## Alterszentrum Emmersberg

[www.alterszentrum-emmersberg.ch](http://www.alterszentrum-emmersberg.ch)

Bürgerstrasse 36

## VORTRAGSREIHE

### Mittwoch, 5. Februar 2020

19 Uhr, «Alkohol und Medikamente beim Älterwerden», Patrick Dörflinger, Fachstelle für Gesundheitsförderung, Prävention und Suchtberatung

### Mittwoch, 4. März 2020

19 Uhr, «Atmung und Bewegung – was alles möglich ist», Markus Hänni, Lungengliga SH

### Mittwoch, 1. April 2020

19 Uhr, «Palliative Care», Lea Tanner, SEOP Krebsliga SH & Dr. med. Giskard Wagner, Präsident palliative-schaffhausen

## AUSSTELLUNGEN

### ab Anfang März 2020

Paul Hutter

## Quartierentwicklung

[www.quartierentwicklung-schaffhausen.ch](http://www.quartierentwicklung-schaffhausen.ch), Janina Drews 052 632 58 90

## MITTAGSTISCH BREITE

Jeden Montag in der Steigkirche, 12 Uhr bietet Charly Leuenberger und sein Team ein reichhaltiges Mittagessen an. Kosten Fr. 10.-

Anmeldung bis jeweils Montag 9 Uhr unter: charlysport@mails.ch oder 076 533 60 96

## SENIORERUNDE BREITE

Jeden Dienstag, Treffpunkt Alterszentrum Wiesli, 14 – 15 Uhr gemeinsamer Spaziergang – Hinaus – Neuem begegnen, 15 – 16 Uhr Kaffee, Kuchen, Tischgespräche im Alterszentrum Wiesli. Sie dürfen gerne auch erst um 15 Uhr zur Runde stossen.

Am letzten Dienstag im Monat findet jeweils ein Informationsnachmittag, Vortrag oder Ausflug statt. Detaillierte Informationen: [www.quartierentwicklung-schaffhausen.ch](http://www.quartierentwicklung-schaffhausen.ch) (SeniorenRunde Breite)

## OFFENER TREFF SILVANA

Jeden Freitagnachmittag, 14 – 17.30 Uhr findet im Quartiertreff Silvana ein Treff für Jung und Alt statt. Gemeinsam Kaffee trinken, ein Feierabendbier trinken oder Spiele spielen!

Quartiertreff Silvana/ Hochstrasse 291

## BEWEGEN UND BEGEGNEN IM QUARTIER NIKLAUSEN

Jeden letzten Montag im Monat, 14 Uhr, Treffpunkt Altes Bushäuschen Alpenblick. Etwa eine Stunden lang bewegen, anschliessend Kaffee und Kuchen

## MIR MIT EU Z'BUCHTHALEN

Zusammen spielen, erzählen, diskutieren und Kaffee trinken.

Jeden zweiten Freitag im Monat im HofAckerZentrum, Alpenstr. 176, 14 – 16.30 Uhr, 13.3. / 8.5. / 12.6.2020

Jeden vierten Freitag im Monat im Cafe Seewadel, Alpenstr. 165, 14 – 16.30 Uhr, 27.3./24.4./22.5./26.6. 2020

## Kirchgemeinde Buchthalen

[www.ref-sh.ch/buchthalen](http://www.ref-sh.ch/buchthalen)

### Veranstaltungsort

Jeweils im HofAckerZentrum:

## MITTAGSTISCH

2. April, 7. Mai, 4. Juni, 2. Juli 2020

jeweils 12.15 Uhr

## GOTTESDIENST

1. März 2020, 11 Uhr

Zum Start «Brot für alle» mit anschliessendem Mittagessen, zubereitet vom Mittagstischteam mit Gastkoch Alfred Bachmann. Erlös zu Gunsten der Aktion Brot für alle.

## NACHMITTAG 60PLUS

Donnerstag, 12. März 2020, 14 Uhr

## GEDÄCHTNISTRAINING

Mittwoch, 4. / 11. / 18. / 25. März 2020

9.30 – 10.45 Uhr

Katharina Ott, dipl. Gedächtnistrainerin  
Pro Lektion Fr. 15.-

## Kirchgemeinde Herblingen

[www.ref-sh.ch/kg/herblingen](http://www.ref-sh.ch/kg/herblingen)

## VERANSTALTUNGSORT

Kirchgemeindehaus, Trüllli Saal, Trüllenbuck 61

## SPIELNACHMITTAGE

jeweils Mittwoch, 14 – 17 Uhr

4. März / 1. April / 6. Mai / 3. Juni / 1. Juli 2020

Jassen und andere Spiele mit Kaffeepause und Zvieri

## MITTAGSTISCH

jeweils Mittwoch, 12 Uhr

25. März / 29. April / 27. Mai / 24. Juni / 26. August 2020

Unkostenbeitrag: Fr. 12.-/Person. Die Platzzahl ist beschränkt. Anmeldung erforderlich bis eine Woche im Vorfeld: 052 643 15 90

### Mittwoch, 11. März 2020

14 Uhr, Seniorenkino

### Mittwoch, 15. April 2020

14 Uhr, Seniorennachmittag «Sicherheit in der Stadt Schaffhausen»

Romeo Bettini

Anmeldung bis 8. April, 052 643 15 90

### Mittwoch, 13. Mai 2020

Seniorenausflug, Anmeldung bis 6. Mai 052 643 15 90

## SENIORENFERIEN

5. bis 12. September 2020

im Berner Oberland

Anmeldung bis 11. Juli, 052 643 15 90

## Diakoniekapitel Stadt Schaffhausen

### Mittwoch, 29. April 2020

14.30 Uhr, Hofackerzentrum, gesamtstädtischer Anlass «Städtereise Sevilla», Anmeldung über Ihre Kirchgemeinde



## Kirchgemeinde St. Johann –Münster

[www.stjohann-muenster.ch](http://www.stjohann-muenster.ch)

### Mittwoch, 4. März 2020

9 Uhr, Hofmeisterhuus Quartiermorgen, «Geliebtes Beikraut» Kräuter im Alltag  
Yvette Schneider

### Mittwoch, 11. März 2020

12.15 Uhr, Ochseschüür  
Mittagstisch «Asiatische Küche»  
Anmeldung: 052 625 15 51

### Mittwoch, 25. März 2020,

14.30 Uhr, Zwingli «Mit dem Rollstuhl durch Haiti» Albert Marti, gemeinsamer Anlass der Kirchgemeinden Zwingli und St. Johann-Münster

### Mittwoch, 6. Mai 2020

Ausflug Quartiermorgen  
«Konstanz und Meersburg»  
Anmeldung: 052 625 15 51

### Mittwoch, 13. Mai 2020

14.15 Uhr, Ochseschüür  
Mittagstisch «Au Printemps»  
Anmeldung: 052 625 15 51

### Mittwoch, 27. Mai 2020

14.00 Uhr, Ochsenchüür  
Seniorenachmittag, Thema noch offen

### Mittwoch, 10. Juni / 8. Juli / 12. Aug. 2020

14.00 Uhr, Hofmeisterhuus, Eichenstr. 37  
Quartierkafi im Garten

### Mittwoch, 24. Juni 2020

17 Uhr, Ochseschüür, Lesung und Bilder  
«Traum Alp», Daniela Schwegler  
Anmeldung: 052 625 15 51

## Kirchgemeinde Zwingli

[www.ref-sh.ch/kg/zwingli](http://www.ref-sh.ch/kg/zwingli), 052 643 31 68

### VERANSTALTUNGSORT

Wenn nichts anderes vermerkt, finden die Anlässe in der Zwinglikirche, Hochstr. 202, statt.

### QUARTIERZMITTAG – FÜR JUNG UND ALT

Jeden Dienstag ohne Schulferien, jeweils 12 Uhr, Anmeldung bis Montag auf Beantworter.

### LISMERGRUPPE 14 Uhr

Jeden ersten Donnerstag im Monat:  
5. März, 2. April, 7. Mai, 4. Juni,  
2. Juli, 6. Aug. 2020

### VORMITTAGSKAFFEE 9 Uhr

Input jeweils um 9.15 Uhr  
Zweimal monatlich jeweils Donnerstag:  
12./19. März, 9./23. April, 14./28. Mai,  
11./25. Juni, 9./23. Juli, 13./27. Aug. 2020

### SENIORENACHMITTAGE

#### Mittwoch, 25. März, 14.30 Uhr

Zwingli «Mit dem Rollstuhl durch Haiti»  
Albert Marti, gemeinsamer Anlass der Kirchgemeinden Zwingli und St. Johann-Münster

#### Mittwoch, 19. August, 14.30 Uhr

«Geselliger Spielnachmittag»

### SENIORENAUSFLUG OEKUMENISCH

Mittwoch, 6. Mai halber Tag  
«Kulturwerkstatt Appenzellerland»

### SENIORENFERIEN

7. – 12. Juni 2020, Hotel Adler in Adelboden  
Anmeldung und Infos bei Nicole Russenberger

## Kirchgemeinde Steig

[www.ref-sh.ch/kg/steig.ch](http://www.ref-sh.ch/kg/steig.ch)

Nordstrasse 33

### Donnerstag, 5. März 2020

14.30 Uhr, Steigsaal, Nordstr. 33  
«Theääterle macht Freud», mit dem Seniorentheater Hallau.

### Donnerstag, 26. März 2020

14.30 Uhr, Steigsaal, Nordstr. 33  
Seniorenachmittag mit Christian Beck, ehemaliger Munotwächter  
Anmeldung: ee.ruckstuhl@bluewin.ch oder 052 624 20 76

### MITTWOCHS-CAFÉ

Jeden Mittwochnachmittag, 14.30 Uhr im Steigsaal, Nordstr. 33  
Eine lockere Runde zum gemütlichen Austausch. Oft ergibt sich eine fröhliche Spielrunde.

Alle weiteren Veranstaltungen entnehmen Sie: [www.ref-sh/kg/steig/veranstaltungen/87057](http://www.ref-sh/kg/steig/veranstaltungen/87057)

## Röm.-kath. Kirchgemeinde Pastoralraum Schaffhausen Reiat

[www.kath-schaffhausen-reiat.ch](http://www.kath-schaffhausen-reiat.ch)

Unsere vielfältigen Angebote der Pfarreien St. Maria, St. Peter und St. Konrad werden regelmässig im Pfarreiblatt «forumkirche» [www.forumkirche.ch](http://www.forumkirche.ch) und in der halbjährlichen Seniorenagenda publiziert.

052 643 32 31 oder  
[claudia.trutmann@pfarreien-schaffhausen.ch](mailto:claudia.trutmann@pfarreien-schaffhausen.ch)

## Rheumaliga Schaffhausen

[www.rheumaliga.ch/sh](http://www.rheumaliga.ch/sh)

Das vielfältige Kursangebot entnehmen Sie unserer Homepage oder 052 643 44 47

### VORTRAG

#### Donnerstag, 7. Mai 2020

20 Uhr, La Résidence Schaffhausen  
«Ein starker Rücken hilft beim Bücken»  
Thema Rücken und Rückenschmerzen  
Prof. Dr. med. Thomas Stoll

### SILVANA – TREFF

Jeden Montag, 14 – 16 Uhr, Hochstr. 291, SH  
Gedächtnistraining, Spielen, Singen, Bewegen, Erzählen, Zvieri

## Pro Senectute Schaffhausen

[www.sh.pro-senectute.ch](http://www.sh.pro-senectute.ch)

### BILDUNGS- UND SPORTKURSE

#### PRO SENECTUTE

Die Kursangebote sind in der Senioren Agenda aufgeführt. Diese kann unter 052 634 01 30 bestellt oder direkt an der Geschäfts- und Beratungsstelle, Vorstadt 54, 8201 Schaffhausen, bezogen werden.

#### Donnerstag, 28. Mai 2020

17.00 Uhr, Veranstaltung zum Thema «Vorsorge» im Parkcasino, zusammen mit Raiffeisenbank, SVA und Pensionskasse.

## Kantonaler Rentnerverein Schaffhausen (KRS)

[www.kantonalerrentnervereinsh@jimdo.com](http://www.kantonalerrentnervereinsh@jimdo.com)

Kontaktperson: Marianne Ginter, Niklausenstieg 14, 8200 Schaffhausen  
052 533 09 96  
[marianneginter@bluewin.ch](mailto:marianneginter@bluewin.ch)

### MITTAGSTISCHE

Jeden ersten Mittwoch des Monats um 11.40 Uhr in verschiedenen Restaurants, Telefon 052 533 09 96

### MITTWOCHTREFF

Jeden Mittwoch, 9.30 Uhr in der Cafeteria des Altersheims am Kirchhofplatz

### MONTANSANLÄSSE

Gäste sind herzlich willkommen

#### Freitag, 20. März 2020

15 Uhr, Führung und Information, Feuerwehr Schaffhausen, Bachstr. 70

#### Mittwoch 29. April 2020

10.40 Uhr, Bahnhof SBB SH  
Frühlingswanderung, Steinzeitpfad, Thayngen

PRO SENECTUTE KANTON SCHAFFHAUSEN

## SENIORINNEN UND SENIOREN AM COMPUTER

*Computer und Internet können ein Tor zur Aussenwelt sein. Sei es, um in Kontakt mit dem Enkel in der Ferne zu bleiben, sich über etwas Interessantes zu informieren, herauszufinden wann der Zug fährt oder einzukaufen, wenn man nicht mehr so mobil ist. Im Internet gibt es viel zu entdecken, auch für die ältere Generation.*

Anne-Marie Parodi ist eine von sechs Freiwilligen, welche die Computeria von Pro Senectute mit viel Herzblut und Engagement betreiben. Ihr ist es ein grosses Anliegen, die vielfältigen Möglichkeiten des Internets auch älteren Menschen näherzubringen, die mit dem Computer nicht so geübt sind. Sie ist überzeugt, dass dies auch dazu beiträgt, die Selbstständigkeit und Autonomie zu erhalten.

Die Treffen der Computeria in Schaffhausen finden viermal im Jahr statt. Es ist jeweils ein interessantes Referat zu einem Thema rund um Computer zu hören. Anschliessend können die Teilnehmerinnen und Teilnehmer beim gemütlichen Zusammensein mit Kaffee und Kuchen

Erfahrungen und Wissen austauschen (Anmeldung unter [www.computeria-sh.ch](http://www.computeria-sh.ch) oder 052 625 57 17). Auf der Webseite (unter Support/Download) können zudem alle Unterlagen vergangener Referate heruntergeladen werden. Auch bei technischen Fragen bietet das engagierte Team der Computeria Hilfe und Unterstützung an.

Wer noch keine oder nicht viel Erfahrung mit dem Computer hat, hat ebenfalls etliche Möglichkeiten, dies zu lernen. Pro Senectute Kanton Schaffhausen bietet Privatunterricht für PC, Mac, iPhone, iPad und Smartphone an. Dieser Privatunterricht ist genau auf die Bedürfnisse und den Kenntnisstand der Kundin oder des

Kunden zugeschnitten. Der Unterricht kann zu Hause oder in einem Schulungsraum durchgeführt werden. Zudem findet zweimal im Jahr ein Referat zum Thema E-Banking statt, und ein Nachmittag mit Jugendlichen, die Senioren bei Handy- oder Laptopproblemen helfen.

Alle Kurse und Angebote finden Sie entweder in der Senioren-Agenda von Pro Senectute oder auf [www.sh.pro-senectute.ch](http://www.sh.pro-senectute.ch). Oder kommen Sie am Vormittag am Schalter in der Vorstadt 54 vorbei oder rufen Sie einfach an: 052 634 01 30.

Nicole Bürgin, Ressort Bildung und Sport

## DIE DIGITALISIERUNG IST EINE CHANCE

Pro Senectute befähigt Seniorinnen und Senioren, die neuen IT-Technologien zu nutzen. Wir unterstützen die sogenannten Offliner, damit sie nicht zu Verlierern der Digitalisierung und aus der Gesellschaft ausgegrenzt werden. Um sozial

integriert zu bleiben, gewinnt der Zugang zu digitalen Instrumenten und Kanälen immer mehr an Bedeutung. Pro Senectute ermöglicht Seniorinnen und Senioren mit Weiterbildungsangeboten und Betreuung, die neuen Technologien zu

erlernen und mit den technologischen Veränderungen Schritt zu halten. Dazu zählen beispielsweise E-Banking, Internet-Telefonie oder Apps für den Alltag und Fahrplanabfragen, die es ermöglichen, Billette online und unterwegs zu kaufen.

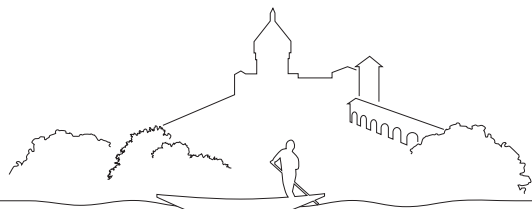
Mit dem Computer umzugehen, lässt sich erlernen.  
Foto: Pro Senectute Schweiz



### IN DEN KURS, TROTZ WENIG GELD

Sie möchten gerne einen Kurs besuchen, Ihr Budget lässt das aber nicht zu?

Kontaktieren Sie die Sozialberatung von Pro Senectute Kanton Schaffhausen: wir prüfen gerne die Finanzierung über ein Gesuch. Sie erreichen uns vormittags unter Telefon 052 634 01 01 oder per Mail unter [info@sh.prosenectute.ch](mailto:info@sh.prosenectute.ch)



## STADTBIBLIOTHEK

# TROTZ DIGITALISIERUNG: DAS BUCH LEBT

*Vor etwa zehn, fünfzehn Jahren war überall die Rede vom Ende des Buchs. Mit dem Internet und der Digitalisierung werde niemand mehr gedruckte Bücher lesen, hiess es. E-Books seien die Zukunft, die Bibliotheken ein Auslaufmodell. Doch es kam anders, Gedrucktes und Digitales bestehen nebeneinander.*



Hereinspaziert! Bibliothek Agnesenschütte in Schaffhausen. Foto: zvg

Der Marktanteil der auf E-Readern, Smartphones und Tablets gelesenen Bücher – der E-Books also – verharrt bei unter zehn Prozent des Gesamtumsatzes im Schweizer Buchmarkt. Tendenz gleichbleibend. Und die Bibliotheken haben Zulauf wie noch nie. Letztes Jahr liehen die Benutzerinnen und Benutzer in der Schaffhauser Bibliothek erstmals über 300'000 Medien aus – alle zwei Minuten eines. Gedruckte Bücher machen nach wie vor einen grossen Anteil davon aus.

Das heisst nun aber nicht, dass die digitale Entwicklung an Buch und Bibliothek vorbeigegangen sind. Ganz im Gegenteil. Die Bibliotheken machten ja schon den Wandel von der Handschrift zum gedruckten Buch mit und den Übergang von der Langspielplatte zur CD. Genau so sind wir heute auch mit dabei, wenn es um elektronische Bücher geht, oder um Filme, die online gestreamt werden. Dreissig Prozent der Ausleihen in unserer Bibliothek entfielen 2019 auf elektronische Medien.

## Ältere mit E-Book, Jüngere mit Buch

Interessanterweise sind es nicht nur die jüngeren Generationen, die das digitale Angebot unserer Bibliothek nutzen. Gerade das E-Book wird auch von Seniorinnen und Senioren sehr geschätzt. Das hat gute Gründe. An Lesegeräten wie dem Tolino trägt man nicht so schwer, die Lesbarkeit ist sehr gut, die Schriftgrösse flexibel verstellbar. Auch der schnelle Zugriff und die Aktualität sind unbestrittene Vorzüge der Internetmedien. Umgekehrt ist es keineswegs so, dass die Jüngeren das gedruckte Buch verschmähen. Die Vorzüge des Buches werden von breiten Kreisen weiterhin erkannt und geschätzt. Keine Computerdatei wird je das Gefühl des Greif- und Fühlbaren, des Sinnlichen ersetzen können. Es sieht also im Moment ganz danach aus, als entstehe bei der Nutzung ein Nebeneinander. Wir Leserinnen und Leser möchten beides: gedruckt und online, analog und digital.

Digital zu lesen, ist nicht das Gleiche, wie sich in ein Buch zu vertiefen. Studien zeigen dies. Digital lesen wir schneller und blättern – oder vielmehr: scrollen – voller Ungeduld weiter. Eingefügte Links ermöglichen uns ganz einfach den Zugang zu noch mehr Informationen. Ein Klick, und schon erfährt man mehr. Digitalität kann auch zu Oberflächlichkeit führen, denn im Internet dominieren eher kurze Texte und einfache Gedanken. Auch bleibt das Gelesene weniger gut in unseren Köpfen gespeichert.

## Wer hält Digitales fest?

Speicherung ist ohnehin ein wichtiges Thema für die digitale Zeit. Archive, Bibliotheken, Museen bewahren unsere Vergangenheit auf, in physischer und gedruckter Form. Papier ist nicht nur

geduldig, sondern auch sehr langlebig. Stellen wir es richtig an, können wir Informationen auf Papier auch noch in zweihundert Jahren lesen. Beim Digitalen ist das nicht garantiert. Der Inhalt einer Website, beispielsweise einer Behörde, verändert sich stetig. Texte werden angepasst oder gelöscht, neue kommen dazu, ein moderneres Design entsteht. Doch wer hält die älteren Informationen und die Veränderungen fest, damit auch die Zukünftigen noch von ihrer Vergangenheit Kenntnis haben werden?

Das Buch ist und bleibt stark, doch die gedruckten Zeitungen haben zu kämpfen. Zwar wird so viel gelesen wie nie zuvor, jedoch in immer kleineren Häppchen. Bilder und Filme gewinnen an Bedeutung. Die schriftliche Information mit ihrer Verbindlichkeit und Klarheit bleibt allerdings unverzichtbar. Etwas nicht wissen zu müssen, weil man es ja googeln könne, erweist sich als schädlich. Nur aufgeklärte Bürgerinnen und Bürger erkennen sogenannte «Fake News», Lügen und Manipulationen also, die im Internet rasch verbreitet werden können.

Oliver Thiele, Bereichsleiter Bibliotheken der Stadt Schaffhausen

## BIBLIOTHEKEN SCHAFFHAUSEN

[www.bibliotheken-schaffhausen.ch](http://www.bibliotheken-schaffhausen.ch)  
 bibliothek@stsh.ch, 052 632 50 20.  
 270'000 Bücher, DVD, Hörbücher  
 u.a. Mittelalterliche Handschriften,  
 Alte Drucke, E-Books, Musik- und  
 Filmstreaming.  
 Kostenlose Nutzung  
 Mo 13–18 Uhr  
 Di–Fr 10–18 Uhr  
 Sa–So 10–16 Uhr  
 Digitale Bibliothek jederzeit offen.

KOMPETENZZENTRUM SCHÖNBÜHL

## «LEBENSRAUM IM ALTER»: SELBSTÄNDIGES WOHNEN MIT SERVICE UND iPad

*Wer früher eine neue Wohnung bezog, bekam Brot und Salz geschenkt, so wollte es die Tradition. Heute erhalten die Mieterinnen und Mieter der Wohnsiedlung «Lebensraum im Alter» einen Tabletcomputer ausgehändigt. Damit können sie Kontakte herstellen und die Dienstleistungen anfordern, die im Service-Wohnen angeboten werden.*

Sinnvoll eingesetzte, intelligente Technik erleichtert den Alltag. Davon ist die Stiftung Schönbühl, Trägerin der Wohnsiedlung «Lebensraum im Alter», überzeugt. Deshalb wurden die 22 Wohnungen in den Häusern «Ahorn» und «Linde» mit Kabel-TV und Telefonanschluss in allen Zimmern ausgerüstet. Zudem gibt es WLAN in beiden Gebäuden, und der Mieterschaft werden iPads mit einer hauseigenen App zur Verfügung gestellt. Beim Einzug im März 2019 hätten er und seine Frau ein iPad mit vorinstallierten Apps erhalten, berichtet ein Mieter. Der Zugang zur App «Lebensraum im Alter» wurde gemeinsam mit dem Mieter eingerichtet, damit er ein persönliches Passwort setzen konnte.

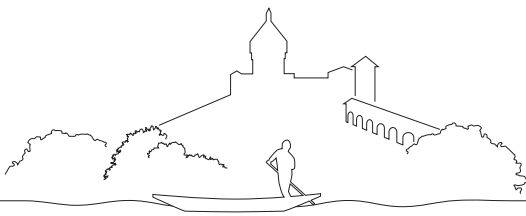
Mit dem iPad kann die Mieterschaft den Notrufservice auslösen, einen Concierge-Service und damit Dienstleistungen bestellen wie die Wohnungsreinigung, den Mahlzeiten-Service oder Hilfe beim Einkaufen. Auch können die Mieter via iPad Anfragen an die interne Spitex richten, Kontakt zum Sekretariat oder dem Finanzwesen herstellen, Fragen zur Abfallentsorgung deponieren oder, falls nötig, ein Schadensformular ausfüllen. Neben der wohnungsbezogenen App stellt der mobile Tabletcomputer auch andere Apps zur Verfügung, unter anderem zum Wetter, zu den Nachrichten, zum SBB-Fahrplan.

### Gegenseitige Unterstützung

Anlässlich des ersten Mieterkaffees in der Siedlung wurden den versammelten Bewohnerinnen und Bewohnern auf einem Grossbildschirm die Apps des iPads erklärt. Einige meldeten daraufhin den Wunsch an, noch eingehender instruiert zu werden. Für den eingangs erwähnten Mieter ist der Umgang mit dem Tablet dank seiner früheren beruflichen Tätigkeit nichts Besonderes. Seine Ehefrau besitzt seit zehn Jahren ihr eigenes Smartphone, das sie oft zur Kommunikation mit den Töchtern benutzt. Die Schönbühl-App hat sie nun ebenfalls darauf installiert. Als leidenschaftliche Zeitungsläserin bereitete sie früher die «Schaffhauser Nachrichten» auf dem ganzen Tisch aus, bis

In der Wohnsiedlung «Lebensraum im Alter» lässt sich der Alltag via Tablet organisieren. Fotos: Marcel Krauss Photography





ihr Ehemann sie überzeugen konnte, das Blatt digital auf dem Tablet zu lesen.

Beim Umgang mit der Digitaltechnik unterstützte er sie. Zuerst sei sie skeptisch gewesen, sagt die Ehefrau. Doch jetzt finde sie es wunderbar, auf diese Weise überall Zeitung lesen zu können, auch wenn ihr das iPad sonst eher fremd sei. Der Mieter half auch einer Stockwerknachbarin mit Tipps in Sachen Computer – wie man es eben macht unter guten Nachbarn. Fast so wie früher, als man beim Einzug in eine neue Wohnung symbolisch Brot und Salz geschenkt erhielt.

#### Fragen erlaubt

Um dem Wunsch der Mieterinnen und Mieter nach vertiefter Instruktion nachzukommen, sollen dieses Jahr gemeinsame Schulungen stattfinden. Marcel Krauss, Assistent des Geschäftsführers im Schönbühl, passte die App gemeinsam mit einer externen Firma an die Bedürfnisse der Mieter an. Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Kompetenzzentrums standen und stehen persönlich zur Verfügung, um die Mieterschaft mit dem iPad und der App vertraut zu machen und Fragen zu beantworten. Vor allem der Concierge der Wohnsiedlung «Lebensraum im Alter» ist eine wichtige Ansprechperson.

Zudem plant die Stiftung, Jugendliche aus dem Quartier ins Boot zu holen. Diese können den älteren Menschen vertiefte digitale Fähigkeiten vermitteln, etwa wie man im Word-Programm einen Brief verfasst, E-Mails schreibt und samt Anhang verschickt, digitale Ferienfotos per Bildbearbeitung optimiert und künstlerisch verändert oder wie man online den Fahrplan abfragt. Ältere Menschen sollen nicht von modernen Kommunikationstechniken ausgeschlossen sein, so die Haltung im Schönbühl.

#### Digitales «Salz und Brot»

Digitale Kenntnisse sind wie Brot: lebensnotwendig. Und wie das Salz sorgen sie für Würze im Leben. Dieser Gedanke prägt seit der Planungsphase der Wohnsiedlung die Haltung von Geschäftsführer Theo Deutschmann. Er wollte sicherstellen, dass Menschen im Alter die Möglichkeiten und Vorzü-



Vom Mahlzeitendienst über den Concierge bis zur Spitex: Service und Kontakte sind am iPad greifbar.

ge der Digitalisierung nutzen können. Die Verantwortlichen führten eigens einen Workshop durch, zum Thema: Wie können wir den Alltag von Personen im Alter 65plus auf digitaler Ebene vereinfachen und gleichzeitig die Lebensqualität erhöhen? Daraus resultierte schliesslich die App «Lebensraum im Alter». Sie bildet die Grundlage für viele weitere Ansätze, die sich unter dem Stichwort «eHelp» zusammenfassen lassen. Im Schönbühl hat man digital noch einiges vor, wie Deutschmann und Krauss versichern.

Text: Wolfgang Schreiber

#### KONTAKT

Schönbühl Kompetenzzentrum für Lebensqualität  
Ungarbühlstrasse 4  
8200 Schaffhausen

Telefon +41 52 630 00 90  
Fax +41 52 630 32 99

info@schoenbuehl-lia.ch  
schönbühl-lia.ch

## GPS-UHR ALS WERTVOLLE ENTLASTUNG

# GPS – UHR ENTLASTET BETROFFENE UND ANGEHÖRIGE

*Menschen mit Demenz verspüren oft einen Bewegungsdrang und haben die Tendenz, wegzulaufen. Dabei verlieren sie die Orientierung und finden nicht mehr nach Hause, was gefährlich werden kann. Eine GPS-Uhr verschafft Betroffenen und Angehörigen mehr Sicherheit und Freiheit.*

Beim Ehemann einer Klientin von Alzheimer Schaffhausen wurde vor elf Jahren eine Alzheimer-Demenz diagnostiziert. Eines Tages setzte sich der seit jeher aktive und unternehmungslustige Mann ins Auto, um einen Verwandten zu besuchen. Die Ehefrau weilte in den Ferien und hatte im Vorfeld für die Betreuung während ihrer Abwesenheit gesorgt. Doch der Ehemann kam nicht am vorgesehenen Ziel an. Bange Stunden folgten. Die Familie befürchtete, dass etwas passiert sein könnte, und alarmierte die Polizei. Bald wurde schweizweit nach dem Mann gesucht.

Die Erleichterung war gross, als er am Abend plötzlich wieder zuhause auftauchte. Er war zum Glück wohlauf, konnte jedoch nicht sagen, wohin ihn seine Fahrt hätte führen sollen, und wo er sich überall aufgehalten hatte. Nach diesem Ereignis gab er seinen Führerschein freiwillig ab. Und die Ehefrau setzte sich dafür ein, dass er ab sofort

eine Uhr mit GPS-Ortung am Handgelenk trug. Verlässt er seither das Haus, überträgt die Uhr seinen Standort an die Angehörigen. Diese können jederzeit nachsehen, wo er sich aufhält, und ihn präzise lokalisieren.

### Zuverlässige Ortung

Andere GPS-Geräte könnten am Gürtel oder in der Schuhsole getragen werden, zudem gibt es die Möglichkeit der Ortung via Smartphone. Die Familie hat sich aber bewusst für die Uhr entschieden. Das Smartphone würde der Ehemann verlieren, ein Band um den Fuss könnte er aufschneiden. Die Uhr hingegen ist mit einem Sicherheitsschloss versehen. Die Ortung erfolgt am Computer. Die Schwiebertochter hilft der Ehefrau dabei. Diese hat die Erfahrung gemacht, dass das Signal schwächer wird, wenn der Mann sich in einem Gebäude aufhält. Da er aber meist im Freien unterwegs sei, funktionieren die Ortung sehr zuverlässig.

Seit ihr Mann das GPS-Gerät mit sich führe, gehe es ihr und der ganzen Familie viel besser, stellt die Ehefrau fest. Denn sein Bewegungsdrang sei enorm. Am Morgen gehe er nach draussen, um ein paar Minuten zu spazieren. Doch da er wegen der Krankheit das Zeitgefühl verloren habe, marschiere er immer weiter. Einmal ortete ihn die Familie im deutschen Waldshut, einmal am Rheinfluss. Es sei wichtig zu verstehen, dass der demenzkranke Mann diese Bewegung brauche. Sie bedeute mehr Lebensqualität und Freiheit für ihn, der Aufenthalt in der Natur tue ihm gut. Könnte er nicht spazieren oder velofahren, würde er sich eingesperrt fühlen. «Dieses technische Hilfsmittel ist ein Gewinn für alle», bilanziert die Angehörige.

Ralph Künzle  
Geschäftsleiter Alzheimer Schaffhausen

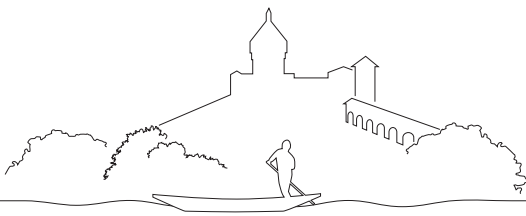
So sieht sie aus, die GPS-Uhr zur Ortung demenzkranker Menschen. Foto: zvg



## MERKBLATT UND ÜBERSICHT

«Mit Hilfsmitteln den Alltag verbessern»: So heisst ein Merkblatt, das Alzheimer Schweiz erarbeitet hat. Es kann kostenlos auf der Website [www.alz.ch](http://www.alz.ch) heruntergeladen werden. Dort findet sich zudem eine Liste der erhältlichen GPS-Produkte zur Personenortung, inklusive Kosten sowie rechtlichen und ethischen Überlegungen.

Auch wir von Alzheimer Schaffhausen geben Ihnen gerne Auskunft dazu, unter [www.alz.ch/sh](http://www.alz.ch/sh) oder via Telefon 052 741 60 41.052 741 60 41



SRK KANTON SCHAFFHAUSEN

# SICHERHEIT RUND UM DIE UHR – DANK DEM ROTKREUZ – NOTRUF

*Eine 84-jährige Frau war allein zu Hause, als es passierte: Oberschenkelhalsbruch nach einem Treppensturz. Dank dem Notruf des Schweizerischen Roten Kreuzes (SRK) konnte sie rasch Hilfe anfordern.*



Auch für Angehörige ist es gut zu wissen, dass die Mutter im Notfall rasch professionell versorgt wird. Foto: SRK Ruben Ung

«Ich weiss nicht, ob ich heute noch zu Hause in meinen eigenen vier Wänden wohnen könnte, wenn ich nach meinem Unfall nicht so schnell Hilfe erhalten hätte», sagt die ältere Frau und nippt nachdenklich an ihrem Kaffee. Dann erzählt sie, wie das Unglück geschah: An einem Nachmittag will sie im Keller Wäsche aufhängen. Auf der drittletzten Stufe rutscht die Rentnerin aus dem Hausschuh, verliert das Gleichgewicht und stürzt. Sie prallt mit der rechten Körperseite auf dem harten Plattenboden auf und kann sich nicht mehr bewegen. Sie spürt stechende Schmerzen in Schulter, Bein und Fussgelenk. «Ich hatte während des Sturzes das Knacken in meinen Oberschenkelknochen gehört und wusste, dass ich medizinische Hilfe brauche», sagt sie. Für einen Moment sei Panik in ihr aufgekommen, doch dann der rettende Gedanke: Zum Glück trage ich den Not-

rufknopf am Handgelenk. Sie gibt zu, dass sie sich lange dagegen gewehrt habe, einen Alarmknopf zu tragen. «Ich hatte das Gefühl, so etwas hätte ich doch nicht nötig und empfand es als Rückschritt», erklärt sie. «Heute trage ich ihn gerne, denn er gibt mir das Gefühl von Freiheit und Sicherheit. Auch wenn ich nachts aufstehen muss, trage ich ihn am Handgelenk.»

## Grosse Erleichterung

Wenige Augenblicke nach dem Drücken des Notrufknopfs hört die verunfallte Frau die Stimme der Mitarbeiterin der Rotkreuz-Notrufzentrale über den Lautsprecher, der in der Nähe der Kellertreppe im Erdgeschoss des Einfamilienhauses platziert ist. Sie kann der Einsatzleiterin ihre Situation schildern. Innert weniger Minuten sind zuerst eine Nachbarin und kurze Zeit später Ambulanz und Ret-

tungsarzt vor Ort. «Die Erleichterung, als ich wusste, dass Hilfe unterwegs ist – unbeschreiblich», sagt sie rückblickend. Auch die Tochter ist froh, dass ihre Mutter so schnell professionelle Hilfe bekam. «Ohne den Notruf hätte sie möglicherweise mehrere Stunden verletzt auf dem kalten, harten Boden liegen müssen. Nicht auszumalen.» Dass ihre Mutter den Notruf konsequent trage, gebe vor allem auch den Angehörigen ein sicheres Gefühl, fügt sie an. Die Mutter hat sich so gut von ihrem Sturz und dessen Folgen erholt, dass sie heute immer noch selbstständig in ihrem Haus wohnen kann.

Andrea Epprecht  
Rotkreuz-Notrufsystem

## DAS SPRICHT FÜR DEN NOTRUF DES SRK

- Unverbindliche persönliche Beratung – auch bei Ihnen zu Hause
- Zuverlässige Geräte, die Ihren Bedürfnissen gerecht werden (auch für unterwegs)
- Schlüsseldepot bei Partnerorganisationen
- Inbetriebnahme, sorgfältige Instruktion und Wartung durch das SRK
- Tag und Nacht besetzte Notrufzentrale

Kontakt und Information:  
[www.srk-schaffhausen.ch](http://www.srk-schaffhausen.ch)  
(unter: Dienstleistungen)

---

Koordinationsstelle ALTER  
Kirchhofplatz 15  
CH-8200 Schaffhausen  
Tel. 052 630 15 90  
koordinationsstelle.alter@stsh.ch  
www.infosenior.ch

Alterszentrum Kirchhofplatz  
Kirchhofplatz 15  
CH-8200 Schaffhausen  
Tel. 052 632 37 00

Alterszentrum Breite  
Rietstrasse 75  
CH-8200 Schaffhausen  
Tel. 052 635 05 05

Alterszentrum Emmersberg  
Bürgerstrasse 36  
CH-8200 Schaffhausen  
Tel. 052 630 46 00

SPITEX Region Schaffhausen  
Rietstrasse 73  
CH-8200 Schaffhausen  
Tel. 052 630 15 15

---

IMPRESSUM  
REDAKTION KOORDINATIONSSTELLE ALTER  
KIRCHHOFPLATZ 15  
8200 SCHAFFHAUSEN  
[lotti.winzeler@stsh.ch](mailto:lotti.winzeler@stsh.ch)  
TEL. 052 630 15 90  
DRUCK UNIONSDRUCKEREI SCHAFFHAUSEN  
AUFLAGE 5800 EXEMPLARE