

WAS MACHT EIGENTLICH?
**Zu Besuch bei
Imelda Abbt**

DIGITALE SENIOREN
**Ein Kurs kann
neue Welten eröffnen**

SCHWERPUNKT:
Zuhause

GUIDO GRAF

**«Man soll bei uns in Würde
alt werden können»**

PRO
SENECTUTE



Moderation:
Kurt Aeschbacher

Pro Senectute **TALK** – Vorabendveranstaltung

Lebensaben(d)teuer WOHNEN heute und morgen

Sich zu Hause fühlen, selbstbestimmt den Tagesablauf gestalten, Freundschaften pflegen – wir wollen auch den dritten und vierten Lebensabschnitt geniessen. Sind wir bereit, uns auf ein weiteres Lebensaben(d)teuer einzulassen? Individuelles Wohnen im Alter – Traum oder Realität? Benötigen wir neue Wohnformen?

Moderator Kurt Aeschbacher spricht mit seinen Gästen über ihre persönlichen Wohnenerfahrungen. Macht es Sinn, Gewohnheiten aufzubrechen? Wo warten die Herausforderungen der Zukunft?

Donnerstag, 4. April 2019
17.00 bis 19.30 Uhr
KKL Luzern, Konzertsaal

Gesprächspartner:

- **Heidi Maria Glössner**
Film- und Theaterschauspielerin
- **Franco Knie**
Zirkusdirektor
- **Hanspeter Latour**
ehemaliger Fussballtrainer und Fussballexperte
- **Erika Stutz**
Geschäftsleiterin Residio, Zentrum für Seniorinnen und Senioren

Musikalische Unterhaltung:

Ueli Schmezer und MatterLive

Eintritt: Fr. 35.–

Ihre Eintrittskarte (nummerierte Sitzplätze) erhalten Sie beim KKL Luzern. Kartenverkauf am Schalter: Montag bis Freitag 9.00 bis 18.30 Uhr, Samstag 10.00 bis 16.00 Uhr. Oder online unter www.kkl-luzern.ch.

Medienpartner:

Telefonverkauf: 041 226 77 77 von Montag bis Freitag 13.00 bis 18.30 Uhr können Sie Ihre Tickets gegen Zahlung mit Kreditkarte bestellen. Bitte beachten: Während der laufenden Veranstaltung ist kein Einlass.

Sponsoren:



inhalt

Geschätzte Leserinnen und Leser

Wie heisst es so schön: «Zuhause ist es doch am schönsten!» Auch ich denke das jeweils, wenn ich zu Hause Momente der Ruhe auf mich wirken lasse, in geselliger Runde mit Gästen ein Nachtessen genieße oder von einer Reise zurückkehre. Unser aller Wunsch ist es, möglichst lange ein selbstständiges Leben in den eigenen vier Wänden zu führen. So geht es auch mir.

Dank professioneller Betreuung und Pflege sowie den passenden Unterstützungsleistungen können wir heute bis ins hohe Alter ein Leben zu Hause führen. Pro Senectute Kanton Luzern spielt dabei mit einem umfassenden Angebot an Dienstleistungen eine zentrale Rolle. Nebst der Sozialberatung bietet unsere Fachstelle «Hilfen zu Hause» Dienstleistungen wie zum Beispiel den Mahlzeitendienst oder die Alltags- und Umzugshilfe an. Ziel ist die bedarfsgerechte Entlastung und Unterstützung der älteren Generation im Alltag.

Auch in der aktuellen Zenit-Ausgabe stellen wir Ihnen Persönlichkeiten vor, die sich auf unterschiedliche Weise mit dem Älterwerden befassen. Im Zenit-Interview spricht Regierungsrat Guido Graf, Vorsteher des Gesundheits- und Sozialdepartements des Kantons Luzern, über die Entwicklungen und Herausforderungen im Alterswesen. Die Theologin und Philosophin Imelda Abbt erzählt aus ihrem erfahrungsreichen Leben und vom persönlichen Umgang mit dem Älterwerden. Genauso lesenswert ist das Interview mit dem charismatischen Ex-Fussballtrainer Hanspeter Latour, der nach der Pensionierung den Fussballrasen gegen sein Projekt «Garten» getauscht hat und heute als Botschafter für Biodiversität unterwegs ist.

Toni Räber, langjähriger Leiter Soziale Arbeit und Leiter der Pro-Senectute-Beratungsstelle in Willisau, ist per Ende Februar in den wohlverdienten Ruhestand getreten. Ich danke Toni Räber herzlich für sein langjähriges und wertvolles Engagement und wünsche ihm für die Zukunft viel Freude und Elan bei der Gestaltung der neu gewonnenen Freiräume. Im Zenit-Beitrag blickt er zurück auf 35 Jahre im Dienste der älteren Menschen und erlaubt einen persönlichen Einblick in sein Leben als Pensionär.

Ruedi Fahrni,
Geschäftsführer Pro Senectute Kanton Luzern

Impressum
ZENIT ist ein Produkt
von Pro Senectute
Kanton Luzern
Erscheint vierteljährlich

Redaktionsadresse
ZENIT, Pro Senectute
Kanton Luzern
NEU: Maihofstrasse 76
Postfach 3640
6002 Luzern
Telefon: 041 226 11 88
E-Mail:
info@lu.prosenectute.ch

Redaktion
Ruedi Haegele (Leitung)
Monika Fischer
Jürg Lauber
Esther Peter

Layout/Produktion
Media Station GmbH

Inserate
Pro Senectute Kanton
Luzern, Geschäftsstelle

Druck und Expedition
Vogt-Schild Druck AG
Gutenbergstrasse 1
CH-4552 Derendingen

Auflage
50 000

Abonnemente
Für club-sixtysix-
Mitglieder im
Jahresbeitrag inbegriffen

**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER

- 4 IM ZENIT**
Im Gespräch mit Regierungsrat und Gesundheitsdirektor Guido Graf.
- 10 «STÖCKLIMATT» HITZKIRCH**
Raymond Neumann über ein Wohnprojekt mit Pionier-Charakter.
- 14 WOHNEN IM ALTER**
Hanspeter Latour erzählt, wie er sich auf die Pensionierung vorbereitet hat und warum ihm sein Garten so wichtig ist.
- 16 PERSÖNLICHKEITEN**
Kathleen McNurney und Antonio Wermelinger erzählen, weshalb sie sich in Luzern zu Hause fühlen.
- 19 DIGITALE SENIOREN**
Hanspeter Erni erklärt, weshalb es sich für Menschen 60+ lohnt, einen Kurs für digitale Medien zu besuchen.
- 22 SOZIALBERATUNG**
Toni Räber verabschiedet sich nach 35 Jahren von Pro Senectute Kanton Luzern.
- 26 AGENDA**
Spannende Veranstaltungen und Termine zum Vormerken.
- 32 RÜCKSCHAU**
Warum die beiden Neujahrskonzerte im Luzerner Theater wiederum ein voller Erfolg waren.
- 35 WAS MACHT EIGENTLICH ...?**
Zu Besuch bei der Theologin und Philosophin Imelda Abbt.
- 38 BLICK IN DIE GESCHICHTE**
Walter Steffen über die Internierten, die 1940 im Kanton Luzern beherbergt wurden.
- 43 GUT ZU WISSEN**
Wichtige Adressen von Pro Senectute Kanton Luzern.

Der Luzerner Gesundheitsdirektor Guido Graf bringt älteren Menschen Respekt und Wertschätzung entgegen. Im Interview mit Zenit äussert er sich unter anderem zu einer umfassenden Palliativpflege und zur Demenzstrategie des Kantons.

«Man soll in Würde alt werden können»

Herr Regierungsrat Guido Graf, wir dürfen vermuten, dass Sie wegen Ihres Amtes und Ihrer Tätigkeiten eher wenig zu Hause sind. Oder stimmt der Mix aus Beruf und Freizeit für Sie?

Ihre Vermutung ist leider richtig! Als ich mich für dieses Amt entschieden hatte, wussten ich und meine Familie, was auf mich zukommen würde. Ich bin als Regierungsrat mit Freude bei der Arbeit, daher stimmt für mich diese Mischung aus Beruf und Freizeit. Dennoch freue ich mich immer wieder auf meine Ferien, in denen ich selbstbestimmt über meine Zeit verfügen kann.

Was bedeutet für Sie Zuhause? Was schätzen Sie daran?

Zuhause bedeutet für mich ein Dasein in meiner gewohnten Umgebung – im Kreise meiner Familie und mit Freunden. Ich schätze daran die Vertrautheit und das Gefühl von Sicherheit. Das Zuhause ist ein Ort, an dem ich mich wohlfühle.

Für ältere Menschen bekommt das Zuhause eine besondere Bedeutung. «Wohnen im Alter» ist auch Thema des diesjährigen Talks von Pro Senectute am 4. April im KKL. Ein zentraler Aspekt ist dabei «räumliches und mentales Loslassen». Wie denken Sie persönlich darüber? Ist das schon ein Thema für Sie?

Dass wir unser Elternhaus in Pfaffnau verkauft haben und in eine Eigentumswohnung gezogen sind, war auch ein Entscheid im Hinblick auf das Älterwerden. Fest steht, dass die meisten Menschen möglichst lange zu Hause wohnen bleiben möchten, auch wenn die Pflegebedürftigkeit zunimmt. Der Staat hat geeignete Angebote zu schaffen, die dies ermöglichen. Der Bezug einer Wohnung mit Dienstleistungen oder der Wechsel in ein Heim ist keine einfache Entscheidung und bedingt von den Betroffenen immer ein Loslassen. Das verstehe ich sehr gut.

Was für Gedanken machen Sie sich generell zum Älterwerden?

Wir werden älter, und insbesondere die Lebensjahre in guter Gesundheit werden mehr. Das ist ein sehr schöner Aspekt des Älterwerdens. Eine andere Tatsache ist, dass in den nächsten Jahren die über 65-Jährigen über 20 Prozent – also rund ein Fünftel – der Gesamtbevölkerung ausmachen werden. Ältere Menschen prägen unsere Politik und unsere Gesellschaft immer stärker. Daher sollten sie auch aktiv in der Politik vertreten sein und mitbestimmen können. Aktuell sind die über 65-Jährigen in den politischen Ämtern aber untervertreten.

Das Wohl älterer Menschen scheint Ihnen wichtig zu sein.

In der heutigen Zeit, in der vor allem Leistung zählt, wird den älteren Menschen leider oftmals der Eindruck vermittelt, dass sie vor allen Dingen hohe Kosten verursachen. Dabei hat unsere Gesellschaft den älteren Menschen sehr viel zu verdanken. Unser Wohlstand ist klar ihr Verdienst. Es ist mir persönlich wichtig, dass die Politik und die Gesellschaft den älteren Menschen mit Wertschätzung und Respekt begegnen und ihnen ein Alter in Würde und Anstand ermöglichen.

Als Gesundheits- und Sozialdirektor des Kantons Luzern ist das Thema Alter ein zentraler Bereich Ihrer Tätigkeit. Wenn Sie zurückblicken: Was hat sich seit Ihrem Amtsantritt im Alterswesen positiv verändert? Welche Ziele wurden erreicht?

Unsere Alterspolitik vertritt den Grundsatz, dass ältere Menschen möglichst lange aktiv am gesellschaftlichen Leben teilnehmen können. Auf der Grundlage unseres Altersleitbilds hat der Kanton Luzern seit meinem Amtseintritt verschiedene Instrumente und Programme im Bereich des Alterswesens entwickelt und/oder umgesetzt.



Guido Graf (60) ist seit 2010 Regierungsrat und Vorsteher des Gesundheits- und Sozialdepartementes des Kantons Luzern. Er ist dipl. Bautechniker HF. Am Institut für Verbandsmanagement (VMI) der Universität Freiburg erlangte er das Diplom NPO Management VPI. Zudem hat er ein CAS und MBA für strategisches Management & Leadership vom Institut für Kommunikation & Führung IFK Luzern.

Vor seinem Amtsantritt als Luzerner Regierungsrat war er als Inhaber einer Firma für Management- und Beratungsdienstleistungen im Bereich Verbände und Non-Profit-Organisationen tätig. Daneben war er politisch von 1991 bis 2006 als Gemeinde- und von 1995 bis 2009 als Kantonsrat sowie ab 2005 als CVP-Fraktionspräsident aktiv.

Können Sie konkrete Beispiele nennen?

Mit der angepassten Pflegeheimliste wurden per 1. Januar 2018 erstmals sowohl die stationären als auch die ambulanten Versorgungsangebote berücksichtigt. Damit entschied sich Luzern als einer der ersten Kantone für eine integrierte Betrachtung. Anfang 2018 startete die Umsetzung der kantonalen Demenzstrategie 2018–2028. Sie

zielt darauf ab, die Lebensqualität der Menschen mit Demenz sowie deren betreuenden Angehörigen während des Krankheitsverlaufes zu erhalten und ihnen die notwendigen Informationen und Unterstützungsangebote in guter Qualität zur Verfügung zu stellen.

Auch in der Gesundheitsversorgung und Sozialberatung hat sich viel getan.

Stimmt. So sind im Luzerner Kantonsspital wie auch in der Luzerner Psychiatrie spezifische Behandlungsangebote für ältere Menschen eröffnet worden, etwa die Akutgeriatrie, die Alterspsychiatrie oder die Memory Clinic Zentralschweiz. Schliesslich konnte mit der Teilnahme von 81 Gemeinden fast flächendeckend eine neue Grundlage geschaffen werden, die professionelle Sozialberatung durch Pro Senectute weiterzuführen. Das freut mich sehr. Gut haben sich auch die regionalen Alteredrehscheiben in den Regionen Seetal, SurseePlus und Rontal entwickelt. Der Kanton Luzern hat dieses «Modell 65plus» ideell und finanziell unterstützt. Es ist ein schweizweit einzigartiges Pionierprojekt.

Die letzte Fassung des kantonalen Altersleitbildes stammt aus dem Jahr 2010. Ist eine Überarbeitung in Aussicht? Welche Veränderungen oder neue Schwerpunkte müsste diese berücksichtigen?

In den letzten Jahren haben die Altersfragen zahlenmässig und inhaltlich zugenommen. Themen wie Demenz und Palliative Care sind verstärkt ins Blickfeld gerückt. Der Kanton wird daher im Verlauf dieses Jahres die Arbeiten zur Aktualisierung des Altersleitbildes aufnehmen. Erfreulich ist, dass in den letzten Jahren auch auf kommunaler und regionaler Ebene Leitbilder oder Strategien der Alterspolitik entstanden sind.

Die familieninterne Betreuungsarbeit von pflegebedürftigen älteren Menschen ist für die Betroffenen oft eine enorme Belastung. Vor allem Frauen engagieren sich dafür. Das sind nicht selten 100- bis 150-Prozent-Jobs. Eine Entlastung scheint unumgänglich. Sie haben mit der Veranstaltungsreihe «Für sich und andere sorgen» darauf reagiert. Was können diese Anlässe bewirken?

Wir wollen mit der Veranstaltungsreihe, die vorerst bis 2021 jedes Jahr durchgeführt wird, auf die vielfältigen Entlastungs- und Unterstützungsangebote im Kanton Luzern aufmerksam machen. Erfahrungen zeigen, dass diese oft spät oder gar nicht in Anspruch genommen werden. Angehörige müssen auch lernen, diese Unterstützung anzunehmen. Mit den Anlässen möchten wir den betreuenden und pflegenden Angehörigen aber insbesondere auch unsere Wertschätzung ausdrücken und ihnen die Möglichkeit bieten, sich bei Kaffee und Kuchen untereinander auszutauschen.

Demenz ist ein wichtiges Thema in der Alterspolitik. Wie kommt die Umsetzung der kantonalen Demenzstrategie voran?

Gut 5700 Personen leben zurzeit im Kanton Luzern mit Demenz, ein Grossteil von ihnen zu Hause mit Unterstützung von Angehörigen. Aufgrund der demografischen Entwicklung wird die Zahl der Menschen mit Demenz in den nächsten Jahren stark ansteigen – nach heutigen Erkenntnissen wird sie sich bis ins Jahr 2035 nahezu verdoppeln. Für eine wirkungsvolle Umsetzung der Demenzstrategie hat der Kanton Luzern die Veranstaltungsreihe «Plattform Demenzstrategie» ins Leben gerufen. Diese ist als dreiteiliger Themenzyklus geplant. 2018 wurde in Zusammenarbeit mit der «Alzheimervereinigung Luzern» eine Veranstaltung zur frühen Phase der Demenz durchgeführt, 2019 und 2020 sollen die Themen im Zusammenhang mit mittlerer und fortgeschrittener Demenz im Mittelpunkt stehen.



Bereits vor der Lancierung der Demenzstrategie engagierten sich im Kanton Luzern zahlreiche Akteurinnen und Akteure für gute Lebensbedingungen von Menschen mit Demenz. Diese wertvollen Angebote werden weitergeführt. Im letzten Jahr haben insbesondere Fachorganisationen neue Aktivitäten aufgenommen und Projekte gestartet. Der Kanton unterstützt entsprechende Projekte im Bereich der Gesundheitsförderung finanziell.

Gerade im Bereich Demenz braucht es pragmatische Dienstleistungen für die Betroffenen, aber auch für die betreuenden Angehörigen. Entlastungsmöglichkeiten drängen sich auf. Alzheimer Luzern beklagt zum Beispiel, dass sie die zunehmende Arbeit ohne finanzielle Unterstützung der öffentlichen Hand nicht mehr bewältigen könne. Was sehen Sie für Lösungsansätze?

Die Lebensqualität der Menschen mit Demenz und ihrer Angehörigen muss auch weiterhin ins Zentrum gestellt werden – trotz knapper werdender Ressourcen. Darum ist ein gemeinsames Engagement aller Akteurinnen und Akteure im Demenzbereich notwendig, so wie diese mit der «Plattform Demenzstrategie» gefördert wird. Die Finanzierung ist abhängig von der Art der Leistung und der Zuständigkeiten. Für den Altersbereich sind im Kan-



ton Luzern die Gemeinden zuständig. Der Kanton kann Pilotprojekte in der Gesundheitsförderung finanziell unterstützen. Die längerfristige Finanzierung ist in Leistungsaufträgen zu regeln.

Das Lebensende ist oft mit schwierigen Entscheidungen verbunden. Etwa im offenen Bereich zwischen Palliativpflege und ärztlich assistiertem Suizid und anderen lebensverkürzenden Massnahmen. Was soll hier die Rolle von Politik und Verwaltung sein?

Für uns alle ist es wichtig, dass wir bis zum Lebensende ein möglichst selbstbestimmtes Leben führen können. Der Staat muss dieses Bedürfnis nach Selbstbestimmung anerkennen. Für mich als Gesundheits- und Sozialvorsteher ist es wichtig, dass es im Kanton Luzern eine gute Palliativpflege gibt. So muss der Kanton gemeinsam mit den Gemeinden ein umfassendes Angebot in der Palliativpflege zur Verfügung stellen, welches es den Menschen gestattet, möglichst lange in ihrer gewohnten Umgebung bleiben und bestenfalls auch in dieser Umgebung sterben zu können. In diesem Zusammenhang danke ich den Pflegeheimen und der Spitex herzlich, die in der Palliativpflege eine grosse und wichtige Aufgabe wahrnehmen und hervorragende Arbeit leisten.

Nie und nimmer:

Welchen Gegenstand möchten Sie zu Hause nie vermissen?

Den Korkenzieher, um gelegentlich eine gute Flasche Wein mit meiner Frau zu trinken.

Was möchten Sie nie erleben?

Ich möchte nie wieder ein Attentat im Kanton Luzern erleben müssen, so wie sich dieses im 2013 in meinem Amtsjahr als Regierungspräsident in Menznau zugetragen hatte. Das Leid der Betroffenen und insbesondere der Angehörigen der Opfer hat mich sehr mitgenommen und geht mir immer noch nahe.

Was würden Sie nie sagen?

Nie – denn: Sag niemals nie!

Welche Frage würden Sie nie beantworten?

Als Regierungsrat ist man eine öffentliche Person. Gerne gebe ich in diesem Rahmen hie und da auch etwas Persönliches von mir preis. Es gibt aber auch Grenzen. So behalte ich es mir vor, die eine oder andere allzu persönliche Frage nicht zu beantworten, um so viel Privatsphäre zu wahren, wie es für mich und meine Familie richtig und wichtig ist.

Welchen Fehler würden Sie im Leben nie wieder begehen?

Fehler darf man machen, auch ich mache Fehler. Aber man sollte den gleichen Fehler nicht zwei Mal machen.

Sind lebensverkürzende Massnahmen legitim? Wie denken Sie persönlich darüber?

Im Strafrecht ist der Umgang mit lebensverkürzenden Massnahmen rechtlich klar geregelt. Persönlich anerkenne ich, dass jeder Mensch in seiner ganz individuellen Situation seine eigene Entscheidung über sein Leben und seinen Tod trifft. Diese Entscheidungen will ich nicht beurteilen und schon gar nicht verurteilen. Denn: Wenn man gesund ist, ist es schwierig zu beurteilen, wie man denken und entscheiden würde, wenn man tatsächlich unheilbar krank wäre. Das gilt wohl für uns alle. Dennoch habe ich in meiner jetzigen Situation von meinem christlichen Glauben her eher Mühe mit dem Freitod. Wenn Menschen den Freitod wählen, macht mich das sehr traurig.

Als Sozial- und Gesundheitsdirektor sind Sie auch national vernetzt und kennen die Probleme und Bedürfnisse in anderen Teilen der Schweiz. Wo sehen Sie neue Herausforderungen im Alterswesen, die auf uns zukommen?

Zurzeit tritt die Babyboomer-Generation zunehmend ins Rentenalter ein, gleichzeitig gibt es immer weniger Nachwuchs. Das führt dazu, dass es weniger junge und mehr ältere Menschen gibt. Diese Bevölkerungsentwicklung ist

*Bei Vergesslichkeit und
Konzentrationsmangel*

Tebofortin[®] *uno 240*



NEU
1x täglich



Dies ist ein zugelassenes Arzneimittel.
Lesen Sie die Packungsbeilage.



**Schwabe
Pharma AG**
From Nature. For Health.

schweizweit eine grosse Herausforderung für unser Gesundheitswesen und unseren Sozialstaat. Immer weniger Erwerbstätige müssen für die Renten von immer mehr Pensionierten aufkommen. Auch die Rekrutierung von genügend qualifiziertem Pflegepersonal sowie die steigenden Pflegekosten beschäftigen uns schweizweit. Man darf dabei aber nicht vergessen, dass diese Bevölkerungsentwicklung auch Chancen birgt. So erbringen gesunde ältere Menschen in teilweise erheblichem Umfang unbezahlte Leistungen für die jüngere Generation, etwa in Form von Kinderbetreuung. Aufgrund des Fachkräftemangels ist auch die Wirtschaft auf das Wissen und die Erfahrung von älteren Menschen angewiesen. Diese sollen bis zu ihrem 70. Lebensjahr weiterarbeiten dürfen, wenn sie dies wünschen und der Bedarf von der Arbeitgeberseite da ist. Ein langsamer beruflicher Ausstieg soll möglich sein.

Welche Innovationen oder Entwicklungen im Alterswesen stimmen Sie optimistisch für die Zukunft?
Positiv ist, dass der Lebensabschnitt Alter heute in der Regel länger dauert und dass dabei die Anzahl gesunder Jahre im



Alter steigt. Ältere Menschen haben einen anderen Bildungshintergrund, und sie verfügen in der Regel über mehr finanzielle Mittel als frühere Generationen. Zudem ist ihr Alltag geprägt von Individualität und Dynamik. Kurz: Das Alter wird immer mehr zu einer aktiven Lebensphase. Ich freue mich auch darüber, dass es immer mehr innovative generationenübergreifende Wohnformen gibt. Das stärkt nicht zuletzt die Solidarität zwischen den Generationen.

INTERVIEW: PIRMIN BOSSART

Inserat

PRO SENECTUTE

GEMEINSAM STÄRKER

Herzlich willkommen im Team

Wir suchen Sie. Mahlzeitenverträger/innen für freiwillige Einsätze

Ihre Aufgaben

- Lieferung von vollwertigen Mahlzeiten 3x pro Woche, jeweils Montag-, Mittwoch- und Freitagvormittag
- je zirka 3 - 5 Stunden

Ihr Profil

- Freude und Einfühlungsvermögen im Umgang mit älteren Menschen
- Eigener PW, gültiger Führerausweis

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung: Pro Senectute Kanton Luzern · Andy Muff · Habsburgerstrasse 26
6003 Luzern · Telefon 041 360 07 70 · andy.muff@lu.prosenectute.ch · lu.prosenectute.ch

Ein Projekt mit Pionier



Foto: zvg

Im Luzerner Seetal setzen fünf Gemeinden auf ein neues Modell der Betreuung und der Unterbringung betagter Menschen. Das Projekt «Stöcklimatt» soll aber nicht nur Jung und Alt zusammenbringen. Es entsteht auch ein Sozialraum, der weit über das Wohnen hinausgeht.

VON ROBERT BOSSERT

«In gewisser Weise nehmen wir eine Vorreiterrolle ein», sagt Raymond Neumann. Ein Hauch von Stolz ist dem Geschäftsführer des Alters- und Pflegeheims «Chrüz matt» in Hitzkirch anzusehen. Die «Stöcklimatt», eine Überbauung, in der Mehrgenerationenwohnen und viele andere Dinge entstehen werden, ist keine alltägliche Angelegenheit, sondern ein Projekt mit Pioniercharakter. «In städtischen Gebieten gibt es bereits solche Vorhaben, im ländlichen Raum noch viel weniger», sagt Raymond Neumann.

Worum geht es? Unmittelbar neben dem heutigen Alters- und Pflegeheim «Chrüz matt» entsteht ein ganzes Wohnquartier, in dem sowohl ältere wie auch jüngere Menschen zusammenleben. Brauchen ältere Menschen

-Charakter



Gelb eingefasst das «Stöcklimatt»-Areal.

pflegerische Hilfe, stehen ihnen die Dienstleistungen des Pflegeheims sowie der Spitex zur Verfügung. Aber auch Familien sollen in der «Stöcklimatt» ihren Platz haben. 70 Prozent der Wohnungen sind für Betagte, 20 Prozent für Familien und 10 Prozent für Alleinstehende vorgesehen. Es werden 2,5- bis 5,5-Zimmer-Wohnungen gebaut. Denkbar sind auch Wohngemeinschaften von Betagten und andere alternative Wohnformen. Ebenso möglich ist Wohnen für Menschen mit Behinderungen.

Obwohl Familien «nur» ein Fünftel der Wohnungen belegen, wird die Durchmischung zwischen Jung und Alt einigermassen ausgeglichen sein, da eine Familie aus mindestens drei Personen besteht. Der Name «Stöcklimatt» erinnert an die althergebrachte Wohnform des Stöckli. «Das ist kein Zufall», sagt Raymond Neumann, «das Stöckli

war ein Ort, wo man das Alter verbrachte. Die Seniorinnen und Senioren wurden nicht «wegspediert», sondern konnten gleich neben den jüngeren Generationen leben und ihnen nahe sein. Genau das beabsichtigen wir auch.»

Die verschiedenen Generationen werden miteinander in Beziehung treten. So können etwa ältere Menschen bei der Betreuung der Nachbarskinder aktiv sein. Und umgekehrt helfen jüngere Bewohner den älteren beispielsweise beim Einkaufen. «Alle Altersgruppen werden motiviert, sich sozial zu engagieren», bringt es Raymond Neumann auf den Punkt. Veranstaltungen, Gespräche und gemeinsame Erlebnisse beleben und prägen das Wohnen.

Hinter dem Projekt steht der Gemeindeverband «Chrüz matt Hitzkirchertal», dem die Kommunen Hitzkirch, Altwis, Aesch, Ermensee und Schongau mit insge-

Seematt

Ferien und Erholung am Sempachersee



Erholen und geniessen

Herrliche Lage direkt am See gepflegt und ruhig

Kulinarisch gehoben mit feinem frischen Essen

Ärztliche Betreuung mit 24 Stunden Sicherheit

Therapieangebote und vieles mehr

Seematt Seestrasse 3 6205 Eich 041 462 98 00 info@seematt-eich.ch www.seematt-eich.ch

Das Wichtigste im Alter ist...



...die Gesundheit sowie mobil und fit zu bleiben! Bleiben Sie es auch im Strassenverkehr!

Wir sind auch für die erfahrene Generation da!

Die **WAB Zentralschweiz AG in Ruswil LU** ist ein Kompetenzzentrum für Aus- und Weiterbildung von Neulenkern, Fahrlehrern, Moderatoren und Senioren.

Fahrsicherheitstraining für Senioren „Autofahren im Alter“

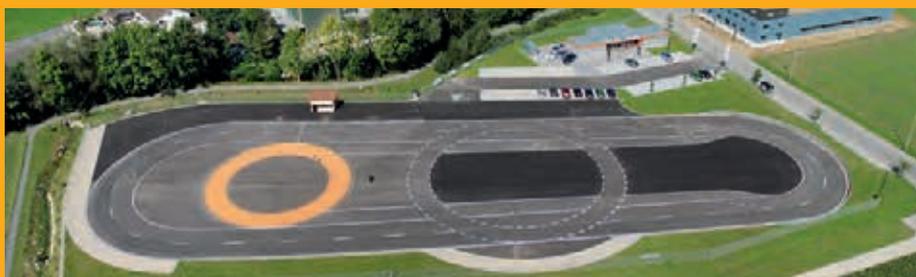
Im Angebot haben wir ein speziell auf die ältere Generation zugeschnittenes praktisches Fahrtraining und einen theoretischen Auffrischkurs.

Zudem haben Sie die Möglichkeit, bei uns eine individuelle Fahrberatung zu buchen.

Mit uns können Sie weiterhin sicher und unbeschwert am Lenkrad unterwegs sein.

Wir freuen uns auf Sie Rufen Sie uns an, oder besuchen Sie unsere Homepage ...

Telefon 041/ 496 00 20 www.wabzentralschweiz.ch



samt knapp 9000 Einwohnern angehören. Klar ist, dass Handlungsbedarf besteht. Die demografische Entwicklung und die zunehmende Alterung der Bevölkerung führen dazu, dass die bestehenden 97 Pflegeplätze und die 16 Alterswohnungen bald nicht mehr reichen werden. Bis 2030 müssen zusätzlich 57 Pflegeplätze geschaffen werden.

Warum nicht einfach die «Chrüz matt» ausbauen? Raymond Neumann schüttelt den Kopf. «Wir möchten neue Wege beschreiten. Betagte sollen möglichst lange in ihren Wohnungen bleiben können, das ist gesünder und verbessert ihre Lebensqualität.» Zudem wirke sich eine intakte soziale Umgebung positiv auf den Pflege- und Betreuungsbedarf aus. Und schliesslich, fügt der Gesundheitsexperte an, sei es nicht sinnvoll, für Millionenbeträge neue Pflegebetten zu schaffen, denn: «Bereits ab zirka 2045 wird der Bedarf an Pflegeplätzen wieder abnehmen.»

Zentrum eines grossen Sozialraumes

Das Projekt ist aber weit mehr als eine Wohnüberbauung für ältere Menschen mit etwas Nachbarschaftskontakt zu Familien: Die «Stöcklimatt» wird zu einem Zentrum eines grossen Sozialraumes, der das gesamte Hitzkirchertal umfasst. «Dieses Zentrum ist der Beziehungs- und Versorgungsraum für die ganze ältere Bevölkerung der Region.»

Mithilfe der Hochschule Luzern entwickelt der Gemeindeverband zurzeit ein Sozialraumkonzept. Ähnlich wie es die von Pro Senectute entwickelte «Drehscheibe 65plus» als Informationsdrehscheibe bereits praktiziert, werden alle Dienstleistungen und Angebote für ältere Menschen vor Ort zusammengefasst. «Vieles ist ja schon vorhanden», sagt Raymond Neumann. Mahlzeitendienst, Seelsorge, Pflegedienstleistungen, Freiwilligenarbeit etc. Alles, was ältere Menschen brauchen, um möglichst gesund und zufrieden zu leben, deckt der Sozialraum ab.

Zum Beispiel Vereinsamung und damit verbundene Depressionen: «Da führen wir eine Fallbetrachtung durch», sagt Raymond Neumann. Es wird für die betroffene Person ein «Setting» zusammengestellt und geschaut, welche Hilfen und Angebote ihr von Nutzen sind. «Das können Spitex-Leistungen, ambulante psychologische Betreuung oder einfach nachbarschaftliche Hilfe sein. Sollte sich ein Parameter verändern, so wird das Setting überprüft und angepasst.»

Erschwingliche Mietkosten

Das Zusammenleben im «Sozialraum Stöcklimatt» soll nicht dem Zufall überlassen sein. «Wir warten nicht, bis jemandem nur noch das Pflegebett übrig bleibt, sondern versuchen zu helfen, solange es noch andere Optionen gibt.» Die «Stöcklimatt» wird zu einem Dienstleistungszentrum mit Gemeinschaftsräumen, einer Kindertages-



Foto: AURA/Natalie Boo

Besichtigung: Verbandspräsident Cornelius Müller (rechts) und Raymond Neumann stehen vor dem Gelände, auf dem die «Stöcklimatt» erbaut werden soll.

stätte, Therapieräumen, Beratungsangeboten, Angeboten wie Fusspflege oder einem mobilen Zahnarzt. Im Aussenraum entstehen Wege zum Spazieren und Spielmöglichkeiten für Kinder. Wichtig ist auch, dass umliegende Quartiere miteinbezogen werden. «Das Zusammenleben endet nicht an der Grenze der Überbauung», so Raymond Neumann.

Die Mietkosten für die Wohnungen werden möglichst tief gehalten. Die «Stöcklimatt» bleibt darum im Besitz der Verbandsgemeinden. «Damit es auch für junge Familien mit schmalen Budget bezahlbar ist», sagt Raymond Neumann. Das Projekt wird als Architektur-Wettbewerb ausgeschrieben, im Herbst erkürt eine Jury einen Sieger, in gut einem Jahr soll die Bevölkerung darüber abstimmen. Läuft alles wie geplant, wird die «Stöcklimatt» 2022 bezugsbereit sein.

Raymond Neumann betont, dass die Gemeinden mit dem Projekt auch Pflegekosten sparen. «Rund 20 Prozent unserer heutigen Pflegeheimbewohner könnten in der «Stöcklimatt» leben. Das ist nicht nur günstiger, sondern erhöht zudem die Lebensqualität der Betroffenen.» Positiv beurteilt auch Ruedi Fahrni, Geschäftsleiter von Pro Senectute Luzern, das Projekt im Seetal: «Die «Stöcklimatt» entspricht dem Trend, dass die Generationen wieder näher zusammenrücken. Und es erfüllt den Wunsch vieler älterer Menschen nach einem möglichst langen Leben in den eigenen vier Wänden.»

«Man muss sich früh über das Alter Gedanken machen»

Hanspeter Latour ist ein Urgestein der Fussballszene. In seiner über 35-jährigen Trainerkarriere führte er manchen Club zum Erfolg. Für eine Saison war er Cheftrainer beim Bundesligisten 1. FC Köln. Und als Fussballtrainer kennt er sich auch bestens aus mit Schwalben.

VON CHRISTINA MATTLI

Schwalben sind immer noch seine Leidenschaft, obwohl sich Hanspeter Latour aus dem aktiven Fussball zurückgezogen hat. Heute hält er Schwalben – und andere Vögel – mit der Kamera fest. Die Naturverbundenheit hat ihm sein Vater mit auf den Weg gegeben. «Er war oft in der Natur unterwegs und hat mich als Kind immer mitgenommen», erzählt er. «Von ihm habe ich viel über Pflanzen und Tiere gelernt.»

Auch mit dem Fussballvirus hat sich der kleine Hanspeter schon früh angesteckt. «Nicht zuletzt wegen der WM 1954», erklärt er im Gespräch, «und auch, weil der FC Thun damals in der obersten Liga spielte.» 1954 war Hanspeter Latour aber noch zu jung für einen Fussballclub. «Die nahmen dich erst mit zwölf. Heute tschutten fast schon die, die noch Pampers brauchen», sagt er und lacht. Als er alt genug war, hat ihn der FC Thun dann genommen. Zuerst als Balljunge, dann als Feldspieler bei den Junioren, später als Goalie. Natürlich drängt sich da die Frage nach dem derzeit besten Torhüter auf. Ex-Goalie Latour lacht laut: «Das ist jetzt aber ein Zufall! Gestern Abend waren die Eltern von Roman Bürki an meinem Vortrag. Der steht beim Bundesliga-Leader Borussia Dortmund im Goal. Der muss gut sein.»

In all seiner Fussballeuphorie träumte Latour immer von der obersten Liga. «Das war mein grosser Buben Traum», sagt er. Dass dieser sich viele Jahre später erfüllen sollte, liegt wohl nicht zuletzt an seiner Lebensmaxime: «Mit Fleiss, Mut und Glück können Träume in Erfüllung gehen.» Aber, wendet er ein, manchmal müsse man auch loslassen und sich auf Neues einlassen. «Ich hatte in meinem Leben auch ganz viel Glück. Dafür bin ich dankbar.»

Dankbar ist er auch dafür, dass seine Familie ihn immer unterstützt hat. «Fussballtrainer war kein anerkannter Beruf. Ich habe ihn nebenamtlich ausgeführt.» Will

heissen: Arbeiten bis fünf und dann ab auf den Fussballplatz. Inclusive Wochenenden. «Da muss die Partnerin am gleichen Strick ziehen.» Ursprünglich hat Hanspeter Latour Laborant gelernt. Ein Beruf, der nie seine grosse Leidenschaft war, der aber die Familie ernährt hat, bis er mit 41 ins Profifach wechseln konnte. Für seine Familie wurde es damit nicht einfacher: «Wenn man in der Schweiz als Trainer in der obersten Liga mitspielen will, muss sich alles andere diesem Beruf unterordnen.» Buben träume haben ihren Preis.

Botschafter für Biodiversität

Einen anderen Traum hat sich Hanspeter Latour schon vor 30 Jahren erfüllt: ein Haus mit Garten in Innereriz, rund 1000 Meter über Meer gelegen, unweit seines Hauptwohnsitzes nahe Thun. Ein Feriendomizil eines Thuners nahe Thun? Klingt auf Anhieb etwas seltsam. Für den Trainer nicht. «Innereriz ist perfekt. Ich war immer viel unterwegs. In einer halben Stunde bin ich da und fühle mich wie in einer anderen Welt. Da kann ich mich erholen.»

Hanspeter Latour ist auch heute noch viel unterwegs, obwohl er längst pensioniert ist. Jährlich absolviert er

TICKETS AB SOFORT

Hanspeter Latour im Pro SenectuteTalk

«Lebensaben(d)teuer – WOHNEN heute und morgen» – zu diesem Thema unterhält sich Moderator Kurt Aeschbacher mit seinen prominenten Gästen am diesjährigen Pro SenectuteTALK im KKL Luzern am Donnerstag, 4. April (17 bis 19.30 Uhr). Individuelles Wohnen im Alter – Traum oder Realität? Benötigen wir neue Wohnformen? Hanspeter Latour, Heidi Maria Glössner, Franco Knie und Erika Stutz erzählen unter anderem wie sie sich das Wohnen und Leben im dritten und vierten Lebensabschnitt wünschen. Tickets erhalten Sie direkt beim KKL. Siehe Inserat Seite 2 und Agendatext Seite 31.



Hanspeter Latour ist trotz Pensionierung immer noch viel unterwegs: «Ich habe ein erfülltes Leben, was will ich mehr?»

gegen 50 Auftritte. Er wird oft für Vorträge gebucht. Das macht er gerne. Für verschiedenste Organisationen und Institutionen. «Gelegentlich spreche ich auch vor einem kleineren Publikum, zum Beispiel bei Frauenvereinen oder in Altersheimen», verrät er. Allerdings spricht er da nicht über Fussball, sondern über Natur, Biodiversität und Umweltschutz. «Ich zeige meine Fotos und erzähle von meinem Garten.»

Das Haus in Innereriz ist sein Projekt, seit er pensioniert ist. Also eigentlich nicht das Haus, sondern der Garten. «Ich hatte dies für die Zeit nach meiner Pensionierung schon immer im Hinterkopf», sagt er. Von da aus geht er regelmässig auf «Fotosafari» im Umkreis von einem Kilometer. In diesem Radius ist er mit seiner Kamera unterwegs und fotografiert alles, was da krecht und vor allem fleucht. Bei seinen Referaten zeigt er seine Fotos und erzählt Geschichten dazu. «Menschen erreicht man mit Geschichten, nicht mit akademischen Abhandlungen darüber, warum ein Totholzhaufen gut für die einheimische Fauna ist.»

Aber wie kommt ein Fussballtrainer zur Fotografie? «Ich habe früher nie fotografiert», gesteht er, «ausser, als unsere Kinder geboren wurden.» Da habe er jeweils zwei Wochen freigenommen, den Haushalt gemacht – «inklusive Kochen» – und Kinder fotografiert. Das mit den Tierfotos kam erst nach der Pensionierung. Inzwischen kann er es richtig gut. Auch wenn ihm ein Profifotograf einmal gesagt hat, dass er kameramässig mit einem

Döschwo arbeite. Aber Hanspeter Latour fotografiert gerne mit einem Döschwo. «Mir ist das Objekt beim Fotografieren wichtiger als das Objektiv.» Die Bilder in seinem Buch «Das isch doch e Schwalbe!» geben ihm recht.

Vorsorgen für später

Wenn Hanspeter Latour von seinem Projekt spricht, kommt er in Fahrt. Er plädiert dafür, dass man sich rechtzeitig Gedanken darüber machen sollte, was man mit der vielen Zeit nach der Pensionierung anfangen will. «Man muss früh beginnen, sich über das Alter Gedanken zu machen.» Der Übergang vom Erwerbsleben zur Pensionierung sei nicht immer leicht, sagt er. «Darauf muss man sich gut vorbereiten.» Noch besser vorbereiten sollte man sich auf die Situation, wenn man nicht mehr selbstbestimmt leben kann. «Wir wünschen uns alle, dass wir gesund, mobil und zusammen mit dem Lebenspartner alt werden. Aber das geht nicht immer.» Vielleicht sei man irgendwann allein oder nicht mehr so mobil. «Ich finde, dass es dafür ganz viele Anlaufstellen bei uns in der Schweiz gibt, die weiterhelfen.»

Hanspeter Latour blickt diesem Lebensabschnitt gelassen entgegen. «Ich habe ein erfülltes Leben und ich konnte meine Träume leben. Was will ich mehr?» Und welches Projekt hat er im Hinterkopf für den Fall, dass er nicht mehr so gut auf den Beinen ist? «Dann fotografiere ich Pflanzen», sagt er und schmunzelt, «die können nicht weglaufen.»

Zuhause und trotzdem unterwegs

Kathleen McNurney, 65, Luzern

Die Bühne ist das Zuhause von Kathleen McNurney. Die 65-Jährige strahlt vor Energie und Ideen. Bewegung und Kreativität bestimmen ihren Tagesablauf trotz erreichtem Pensionsalter.

Doch von Ruhestand ist sie weit entfernt. In ihrem Kopf stecken noch einige Wünsche und Träume, die sie in den nächsten Jahren realisieren möchte. Mit ihrem Engagement als Künstlerische Leiterin Tanz am Luzerner Theater seit der Spielzeit 2009/2010 ist sie nicht nur beruflich, sondern auch privat sesshaft geworden.

«Die Berge sind nah, der See ist toll, ich bin viel mit dem Fahrrad oder zu Fuss unterwegs», schwärmt die gebürtige Amerikanerin von der Leuchtenstadt. Die Freude am Ballett erhielt sie von ihrer Mutter. Als Siebenjährige betrat sie in ihrer Geburtsstadt Portland im Bundesstaat Oregon zum ersten Mal ein Tanzstudio, und die Faszination liess sie seither nicht mehr los. Was zu Anfang eher als Spass gedacht war, entpuppte sich mit der Zeit als Berufung.

Sie schloss ihre Tanzausbildung in New York ab, und nach Engagements in verschiedenen Kompagnien auf der ganzen Welt, wo sie von der Zusammenarbeit mit renommierten Choreografen profitierte, kam sie vor 30 Jahren in die Schweiz. In der Basler Ballettkompagnie von Heinz Spoerli war sie bis zu ihrem Karrierenende 1988 als Solotänzerin engagiert. Am Luzerner Theater leitet Kathleen Mc-



Foto: Inigo Hoehn

Nurney die Kompagnie «Tanz Luzerner Theater». Hierfür holt sie oft junge Choreografen ins Haus und gibt diesen Nachwuchstalente die Möglichkeit, ihr kreatives Potenzial weiterzuentwickeln und von ihrer enormen Erfahrung zu profitieren.

Kreativität ist auch beim Tanzworkshop «Shall we dance?!» von Pro Senectute Kanton Luzern gefordert, den Kathleen McNurney in Zusammenarbeit mit dem Luzerner Theater für Männer und Frauen ab 60 Jahren anbietet. McNurneys Begeisterung, Laien ihr Wissen, ihre Freude am Tanzen und an der Bewegung weiterzugeben, ist nach wie vor ungebrochen. «Es macht so viel

Freude, die Entwicklung der Teilnehmenden mitzuerleben. Wir wollen uns bewegen, Spass haben, zusammen lachen und kreativ sein», umschreibt sie den Kurs, der sich enormer Beliebtheit erfreut. Über die Jahre sind Freundschaften entstanden, die über die Tanzstunde hinausgehen.

Trotz ihrer jahrelangen Erfahrung sei es stets eine Herausforderung, die Lektionen vorzubereiten. «Aber diese nehme ich sehr gerne an. Es macht jedes Mal Freude, die passende Musik zu den entsprechenden Aufgaben auszuwählen.» Kathleen McNurney ist eine Perfektionistin, ihr Enthusiasmus ansteckend. Das spüren auch die Tanzworkshop-Teilnehmerinnen und -Teilnehmer. «Wir freuen uns immer über neue Teilnehmende. Vorkenntnisse sind keine erforderlich», erzählt sie und ergänzt mit ansteckendem Lachen, «nach der Lektion gibt es meist noch einen Kaffee im Bistro.»

Die Ideen von Kathleen McNurney kreisen derzeit um die Spielzeit 2019/2020. Die Vorbereitungen dafür sind mehrheitlich abgeschlossen. Für 2020/2021 sind ebenfalls schon kreative Projekte vorhanden. Ruhiger wird es im Leben der Künstlerischen Leitenden in nächster Zeit also definitiv nicht. Ihre Hobbys – Lesen und Kochen – wird sie zu einem späteren Zeitpunkt mit derselben Passion verfolgen, wie sie sich aktuell ihrem Beruf widmet. Denn halbe Sachen kennt Kathleen McNurney nicht.

Die gebürtige amerikanische Ballettmeisterin Kathleen McNurney fühlt sich in Luzern beruflich wie privat zu Hause. Aus der Zeit als Gardist in Rom nahm der Luthertaler Antonio Wermelinger viele eindrückliche Erlebnisse mit nach Hause. Zenit-Redaktorin Esther Peter erzählten die beiden, was sie an ihren «Zuhause» ganz besonders schätzen.

Antonio Wermelinger, 75, Luzern

Der gebürtige Luthertaler Antonio Wermelinger ist viel gereist. Griechenland, Afrika, USA sind nur einige Länder, die er in den 1970er-Jahren kennenlernte. Ganz besonders zog es ihn aber Richtung Italien und hier vor allem in die Hauptstadt. Die italienische Metropole lernte er in seiner Zeit als Gardist kennen und schätzt sie seither sehr. Den Anstoss für seine Vatikanzeit gab der Besuch eines Vortrages der Jungmannschaft Luthern, den ein ehemaliger Schweizergardist hielt. «Ich wusste sofort, dass ich das auch machen wollte.»

Nach dem Abschluss der Käserlehre absolvierte er vorzeitig die Rekrutenschule, die für die Aufnahme in die päpstliche Schutztruppe Bedingung war. Vom Dezember 1962 bis im März 1965 tauschte Antonio Wermelinger als 19-Jähriger sein Zuhause auf dem Bauernhof Buchwald für 27 Monate mit dem Vatikan. Als sehr junger Gardist diente er während dieser Zeit in Rom Papst Johannes XXIII. und Paul VI. und lebte in einfachsten Verhältnissen: Zusammen mit neun Kollegen teilte er sich anfänglich ein Zimmer, später wechselte er in ein ebenso spartanisch eingerichtetes Zweierzimmer.

Die engen Platzverhältnisse schweissten zusammen. Diese Zeit sei für ihn eine Lebensschule gewesen, erzählt er. «Wir lernten uns ein- und unterzuordnen. Es gab kein



Foto: Esther Peter

Konkurrenzen denken.» Es entstanden Freundschaften fürs Leben.

Die Erinnerungen an die Dienstzeit vor über 50 Jahren sind beim heute 75-Jährigen noch immer sehr präsent, genau wie der damalige Abschied von den Eltern und seinen acht Geschwistern. Dieser sei insbesondere für die Eltern nicht einfach gewesen und entsprechend emotional ausgefallen. Der erste Heimaturlaub erfolgte erst nach 13 Monaten.

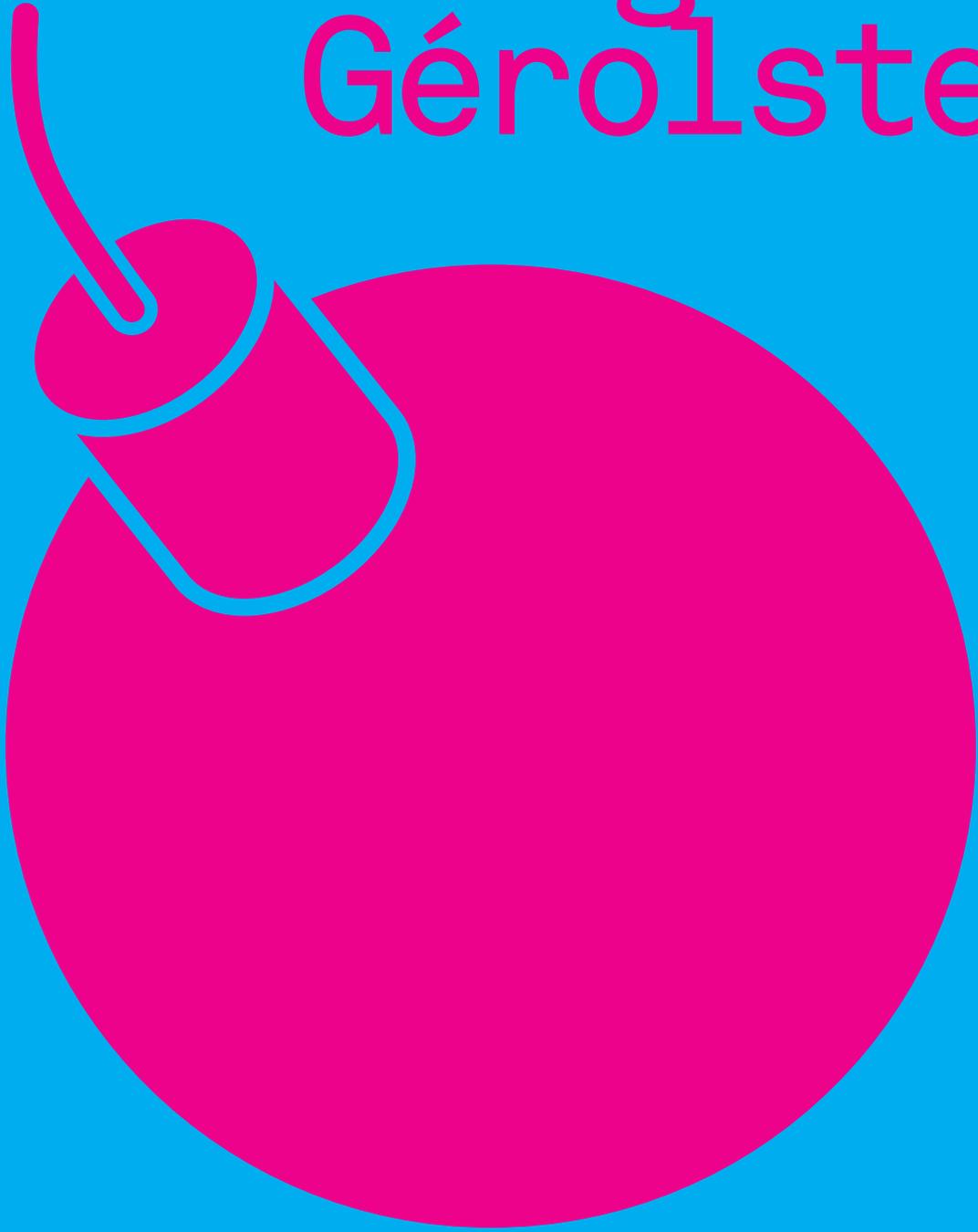
Antonio Wermelinger nutzte die Zeit bei der Schweizergarde, um sich weiterzubilden. «Ich lernte Sprachen, aber auch die Geschichte Roms faszinierte und interessierte mich.» So konnte er an seinen freien

Tagen schon bald kleine Führungen anbieten. Sein Wissen weiterzugeben, das bereitete ihm Freude. Viele Erinnerungen an eindrückliche Erlebnisse und Ereignisse nahm er von seiner Gardistenzeit in seine Heimat mit. Ganz besonders nah ging ihm dabei der Abschied von Papst Johannes XXIII. «Radio Vatikan orientierte in regelmässigen Abständen über den Gesundheitszustand des Papstes. Er starb im Juni 1963. Die Stille bei der Totenwache bleibt unvergesslich. Aber auch die emotionalen Ausbrüche von Menschen, welche den Papst sehr verehrten, beeindruckten mich.»

Vor seiner definitiven Rückkehr in die Schweiz packte ihn erneut das Reisefieber. Zuerst ging er für drei Monate nach Bournemouth (GB), um Englisch zu lernen, anschliessend durchquerte er mit Autostopp drei Monate Europa von Schottland bis Dänemark und von Ostberlin bis an den Hohen Atlas. «Es fiel mir schwer, mich zuhause wieder zu rechtzufinden.»

Er wurde sesshaft in Luzern. An der Polizeirekrutenschule und später bei der Kriminalpolizei profitierte er von den Erfahrungen im Vatikan. Rom liess ihn aber nie mehr los. Regelmässig – mindestens einmal im Jahr – zog es ihn in den Süden. Im Ganzen hat er 54 Reisen nach Rom organisiert. «Es war für mich jedes Mal wie ein Nachhausekommen.»

L Die Gross -herzogin von Gérolstein



Ab
13
Apr

Operette von
Jacques Offenbach

Inszenierung:
Lennart Hantke
Bühne ←

luzernertheater.ch
041 228 14 14

T

«Die digitalen Medien eröffnen neue Welten»

Hanspeter Erni ist Fachmann für digitale Medien. Sein Wissen gibt er seit mehr als zehn Jahren auch an Seniorinnen und Senioren weiter. Damit eröffnet er ihnen neue Dimensionen der Kommunikation, macht aber auch auf Gefahren aufmerksam. Im Interview mit ZENIT berichtet er über seine Erfahrungen.

Zenit: *Haben die digitalen Medien die Seniorengeneration schon erobert oder gibt es noch Potenzial?*

Hanspeter Erni: Sicher sind sie in dieser Generation angekommen; trotzdem besteht noch ein Riesenpotenzial. Vor allem durch ihre Enkel sehen die Senioren die grossen Vorteile, die mit diesen Medien verbunden sind. Die Enkel reisen um die Welt, haben ihre Geräte dabei, wollen ihre Erlebnisse mitteilen, können Fotos etc. in Echtzeit weitergeben. Die Handys haben sich in den vergangenen Jahren stark verändert und bieten eine Menge mehr Funktionen. Allerdings habe ich festgestellt, dass sich Pads wegen ihrer Grösse für die ältere Generation besser eignen als ein Smartphone. Es ist ein idealer Reisebegleiter, für Fotos, Karten, als GPS, Stadtführer und vieles mehr.

Wie schätzen Sie die Kompetenzen der älteren Menschen im Umgang mit digitalen Medien ein?

Die älteren Menschen sind eher vorsichtig, haben aber Mut zum Ausprobieren. Sie wollen teilhaben am



Foto: Peter Lauth

Leben der Kinder. Viele haben den ersten Schritt noch nicht gemacht. Deshalb legen wir Wert darauf, die Kurse niederschwellig und in kleinen Gruppen durchzuführen.

Hanspeter Erni ist Co-Fachleiter Medien und Informatik an der Pädagogischen Hochschule Luzern. Dort leitet er zudem die Fachstelle Eduweb, eine interne Dienstleistung für das Lernen und Lehren mit digitalen Medien. Im Rahmen von speziellen Kursen gibt er sein Wissen seit mehr als zehn Jahren auch an Seniorinnen und Senioren weiter.

Weshalb halten Sie es für wichtig, dass auch Menschen 60+ mit den digitalen Medien umgehen können?

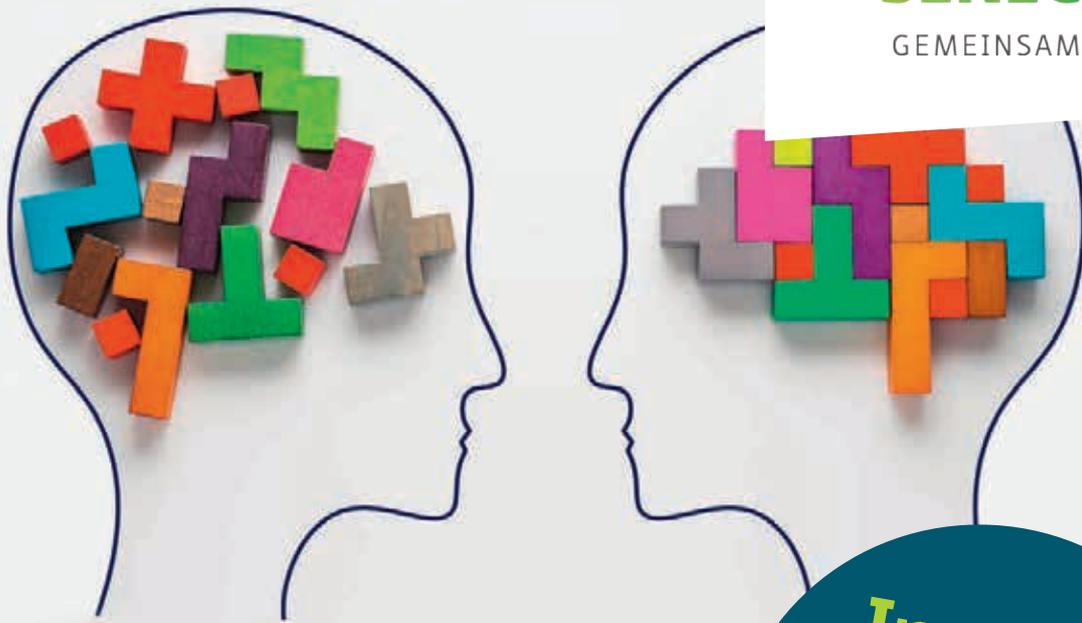
Mit der zunehmenden Digitalisierung wird es immer bedeutsamer, dass sie mit diesen Medien reflektiert umgehen können, nicht zuletzt damit sie nicht ausgenutzt werden und sich schützen können. Ich staune immer wieder, was für einen haarsträubenden Umgang viele mit Passwörtern haben und dass ihnen zu wenig bewusst ist, welche sensible Daten auf ihren Geräten gespeichert sind.

Wie lässt sich der typische Kursteilnehmer oder die typische Kursteilnehmerin beschreiben?

Sie sind sehr motiviert, neugierig, freuen sich und sind extrem dankbar; beste Voraussetzungen, um etwas zu lernen. Wer neu dazukommt, ist meist leicht nervös; lässt sich aber gerne etwas erklären.

Gibt es in den Kursen so etwas wie eine Altersstruktur?

In der Regel kommen sie ab ca. 70. Die frisch Pensionierten sind noch zu nahe am Arbeitsleben. Die Ältesten sind gegen 90. Generell kann man sagen, dass die Altersgruppe



**Impuls-
veranstal-
tungen
2019**

«LebensgeWOHNheiten»

loslassen, entrümpeln und im Leben aufräumen

- szenisch gespielte Alltagssituationen (TheaterKoffer, Luzern)
- Diskussionsrunde und Tipps von Fachpersonen
- Austausch bei Kaffee/Tee und Gebäck

Sursee	Mo, 25. März 2019, 14 Uhr
Schüpfheim	Di, 2. April 2019, 11.30 Uhr (inkl. Mittagessen)
Ebikon	Di, 11. Juni 2019, 14 Uhr
Hochdorf	Di, 12. November 2019, 14 Uhr

Informationen und Anmeldung:

041 226 11 85 oder ov@lu.prosenectute.ch

der 70- und 80-Jährigen am stärksten vertreten ist.

Mit welcher Motivation, welchen Erwartungen kommen die Leute?

Sie wollen etwas lernen, an der Gesellschaft teilhaben und das kennenlernen, was ihre Enkel haben. Einige haben auch in den Zeitungen über Neuheiten gelesen und wollen die Geräte sowie deren Möglichkeiten verstehen.

Was haben die Teilnehmerin und Teilnehmer davon, wenn Sie Ihre Kurse besuchen?

Sie haben einen klaren Mehrwert und gehen mit mehr Wissen wieder nach Hause. Sie können mitreden und sind à jour. Man kann es auch als eine Art Hilfe zur Selbsthilfe bezeichnen. Zudem bilden sich neue Netzwerke. Auch in den Kursen entstehen neue Gemeinschaften unter jenen, die schon länger mitmachen.

Was sind die häufigsten Reaktionen bei Kursbeginn?

Wer immer dabei ist, kommt mit einem strahlenden Lächeln. Neue sind am Anfang etwas ängstlich und unsicher, ob sie mithalten können oder überfordert sind. Deshalb gestalte ich den Start jeweils bewusst «gemütlich».

Gibt es auch negative Feedbacks?

Ja, wenn es zu schnell vorwärtsgesht und das Erfolgserlebnis ausbleibt, kann das schon vorkommen. Deshalb sind kleine Gruppen oder zwei Kursleitende wichtig, damit die individuelle Betreuung sichergestellt ist.

Was freut Sie in den Kursen jeweils besonders?

Die Motivation, die Freude und das Mitmachen der Teilnehmenden. Ich muss die Diskussionen jeweils eher bremsen als fördern.

Wie verändern die digitalen Medien das Leben der Kursteilnehmenden?

Sie eröffnen ihnen neue Welten. Die Geräte lassen sich immer und überall einsetzen, zu Hause oder unterwegs, zum Telefonieren, Schreiben, Fotografieren, Lesen oder um sich an einem fremden Ort zurechtzufinden. Wer nicht mehr gut sieht, kann sich die Tageszeitung vorlesen lassen, was die Lebensqualität enorm steigert. Die Teilnehmenden gewinnen Vertrauen und Sicherheit. Sie können auch abschätzen, was sie brauchen und was nicht.

Gibt es auch Gefahren, die besonders ältere Menschen betreffen?

Die Gefahren sind sogar sehr gross, gerade bei Seniorinnen und Senioren, wenn sie die Medien nicht korrekt handhaben. Das beginnt schon beim Roaming, was immense Kosten zur Folge haben kann. Der Enkeltrick hat sich in die digitale Welt verlagert. Man muss daher genau wissen, was für Apps man herunterlädt, denn die digitalen Spuren lassen sich überall verfolgen.

Wie motivieren Sie Menschen, die zurückhaltend oder ablehnend sind gegenüber den digitalen Medien?

Ich versuche herauszufinden, wo ihre Ängste sind, und zeige ihnen die Vorteile auf. Der Druck, sich damit zu befassen, kommt von der Gesellschaft selbst, auch wenn die ältere Generation eher noch printmässig unterwegs ist.

INTERVIEW: SONJA HABLÜTZEL

Digitale Senioren

Moderne Kommunikation ist aus dem alltäglichen Leben nicht mehr wegzudenken. Auch Bildung+Sport von Pro Senectute Kanton Luzern bietet Kurse im Umgang mit neuen Medien an. Informieren Sie sich unter: www.lupro-senectute.ch oder Telefon 041 226 11 95.

Spitex Stadt und Land



...alles aus einer Hand!

- immer die gleiche Mitarbeiterin
- individuell
- pünktlich
- zuverlässig
- flexibel

WIR NEHMEN UNS GERNE ZEIT FÜR SIE!

ICH BIN AN FOLGENDEM INTERESSIERT:

- Allgemeine Informationen zu den Angeboten in der Pflege, Betreuung und Haushalthilfe
- Informationen zu unserem Demenz-Angebot
- Inkontinenzprodukte 
- Karteimitgliedschaft (Fr. 27.– pro Jahr)
- Bitte rufen Sie mich an

Name/Vorname

Strasse

PLZ/Ort

Telefon/E-Mail

Coupon einsenden an:

Spitex für Stadt und Land AG
Worbstrasse 46 | Postfach 345
3074 Muri b. Bern | T 0844 77 48 48
www.homecare.ch

35 Jahre engagierte sich Toni Räber als Sozialberater von Pro Senectute Kanton Luzern für die älteren Menschen. Mit dem gesellschaftlichen Wandel hat er viele Veränderungen miterlebt und mitgestaltet. Gleich geblieben ist das Bedürfnis nach Rat: «Wir sind ein Auffangbecken für alle nur möglichen Fragen rund um das Alter.»

Ein Berufsleben im Dienste der älteren Menschen

VON MONIKA FISCHER

Ein grosser Container steht im Büro von Toni Räber an der Menzbergerstrasse in Willisau. Neben Unterlagen aus seiner Beratungstätigkeit entsorgt Toni Räber auch solche aus seiner langjährigen Berufsarbeit. Er freut sich auf seine Pensionierung. «Es ist gut so. Ich bin dankbar für die überaus spannenden Jahre in verschiedenen Funktionen bei Pro Senectute Kanton Luzern. Doch jetzt ist es Zeit, aufzuhören. Ich habe nicht mehr immer dieselbe Geduld wie früher. Zudem ist alles komplizierter, der Aufwand grösser geworden.» Das Team und viele Klienten werde er aber bestimmt vermissen, habe er doch mit einzelnen Mitarbeiterinnen zehn bis zwanzig Jahre zusammengearbeitet.

Der auf einem Landwirtschaftsbetrieb in Langnau bei Reiden mit drei Brüdern und drei Schwestern aufgewachsene Toni Räber (1953) war einige Jahre auf der Suche nach dem ihm zusagenden Beruf. Nach der Lehre als Metallbauzeichner merkte er rasch: Das ist nicht meine Zukunft. Beim Praktikum als Psychiatriepfleger in der Klinik St. Urban lernte er zwar auf den verschiedenen Abteilungen eine interessante Welt kennen. Doch es war ebenfalls nicht das, was er suchte.

Unvergesslich sind ihm die vier Monate Sprachstudium in Cambridge. Nach dem Besuch der Handelsschule in Luzern war er bei der Firma Meier+Jäggi in Reiden vor allem für das Personalwesen zuständig. «Damals war man froh über jeden Saisonnier insbesondere aus Jugoslawien und bezahlte ihnen gar die Reisekosten.» Nach einem Abstecher in Mexiko merkte er bei der Arbeit als stellvertretender Heimleiter im Wohnheim «Lindenfeld» in Emmen: «Mir fehlten Wissen und Erfahrungen im Umgang mit den Männern mit ihren verschiedenen Problemen.»

Deshalb besuchte er zwischen 1981 und 1985 die Abendschule für Sozialarbeit in Luzern. Im Praktikums-

jahr bei der Gemeindefürsorge Sursee lernte er Pro Senectute kennen. Hier hatte er seine Berufung gefunden.

Lachend erzählt Toni Räber, wie sich das Umfeld für seine Arbeit als Sozialberater von Pro Senectute Kanton Luzern für das Amt Willisau verändert hat. In den ersten Jahren war die Stelle dem Sozialdienst Amt Willisau in Gettnau angegliedert. Gemeinsam nutzten die beiden Stellen Büro, Telefonnummer, Postdienst und zügelten nach einigen Jahren zusammen nach Willisau. Als das Sozialberatungszentrum mehr Raum brauchte, fand die Sozialberatungsstelle Unterkunft in einer Eineinhalbzimmerwohnung an der Ettiswilerstrasse. Einmal im Monat fand ein Austausch mit den Kolleginnen und Kollegen der anderen Ämter statt.

Anspruchsvolle Arbeit unter Zeitdruck

Im Rahmen einer Neustrukturierung wurden die regionalen Stellen von Entlebuch und Sursee aufgelöst und im Jahr 2000 in Willisau zusammengeführt. Laut Toni Räber hatte dies den Vorteil des fachlichen Austauschs und gegenseitiger Unterstützung. Die Neuorganisation führte zu einem beruflichen Aufstieg zuerst zum Gruppenleiter Landschaft bis hin zum Leiter des ganzen Bereichs der Sozialberatung. «Die verschiedenen Funktionen waren mit neuen spannenden Herausforderungen wie zum Beispiel Personalfragen verbunden. Es war manchmal aufwendig. Doch wurde ich von der Organisation stets gefördert und unterstützt.» Daneben packte er die Chance für andere Aufgaben. Er baute Angehörigengruppen von Alzheimerkranken auf und arbeitete in verschiedenen kantonalen Gremien, z.B. der Pflegeheimplanung, mit.

Die Arbeitsweise hat sich im Verlauf der Zeit stark verändert. «Früher hatten wir mehr Zeit für Gespräche. Heute setzen wir einen klaren Zeitrahmen fest, das Gespräch ist klar strukturiert. Oft ist es eine Gratwanderung. Im engen



Toni Räber,
Sozialberater von
Pro Senectute
Kanton Luzern:
«Nach 35 Jahren
ist es jetzt Zeit,
aufzuhören.»

Zeitkorsett müssen wir darauf achten, die ganze Situation im Auge zu behalten, damit wir nichts Wichtiges verpassen. Es heisst, gut hinzuhören und Vertrauen zu schaffen.» Wurde früher den Ratsuchenden überlassen, ob ein Gespräch zu Hause oder auf dem Büro stattfinden soll, besteht heute die Erwartung, dass die Klienten ins Büro nach Willisau kommen.

Nach wie vor umfasst die Altersarbeit ein breites Spektrum. 65- bis fast 100-Jährige suchen die Stelle mit den verschiedensten Problemen und Anliegen auf. Doch hat sich die Klientel eher verjüngt. «Infos über die vorzeitige Pensionierung schaffen ein neues Bewusstsein dafür, was dies für die Einkommenssituation bedeutet. Durch den breit propagierten Docupass sind die Leute sensibilisiert, bezüglich ihrer Vorsorge selber rechtzeitig zu handeln.» Toni Räber möchte die Ratsuchenden möglichst gut beraten. Besonders wichtig sei dies bei Menschen, die allein oder im Konkubinat leben. Unter besonderem Druck steht die Sozialberatung, wenn von einem Amt oder der Ausgleichskasse ein Brief verschickt wird, der viele Seniorinnen und Senioren verunsichert und überfordert.

Seit je drehen sich viele Beratungen um die Sozialversicherungen und die pflegenden Angehörigen. «Nach wie vor wird die Angehörigenpflege vor allem in Familien anderer Kulturen als selbstverständlich wahrgenommen und bis zur Überforderung geleistet. Gespräche mit einer Fachperson bis hin zum Abschluss eines Pflege- und Betreuungsvertrages können wesentliche Entlastung bringen.»

Toni Räber ärgert sich, dass trotz grosser Bemühungen die Wertschätzung der Politik für diese wertvollen Leistun-

gen fehlt und geforderte Entschädigungen, z.B. ein Steuerabzug, nicht umgesetzt wurden. Andererseits stellt er erfreut fest, dass heute die Spitex eher integriert wird und verschiedene Entlastungsangebote (Tagesaufenthalte, Übergangs- und Ferienbetten) als wertvolle Perspektive für Angehörige geschaffen wurden.

Wohnen im Alter

Toni Räber freut sich, dass bezüglich der Wohnsituation für alte Menschen gerade in seinem Beratungsgebiet einiges gegangen ist. In mehreren Gemeinden sind Wohnungen mit Dienstleistungen geplant oder bereits gebaut. Dies entspreche dem Wunsch der meisten älteren Menschen, möglichst lange in den eigenen vier Wänden bleiben zu können. Der Wohnform von Alters-WGs steht er skeptisch gegenüber. «Sie können nur funktionieren, wenn sich ein paar Seniorinnen und Senioren von sich aus für ein entsprechendes Projekt zusammenfinden.»

Ein zentrales Thema ist für ihn der Heimeintritt. «Er muss sorgfältig vorbereitet und mit einem bewussten Abschiednehmen von der Wohnung verbunden sein.» Immer wieder stellt er fest, dass sich Menschen im Heim durch die Struktur mit regelmässigem Essen und Betreuung erholen. «Sie wären vor dem Heimeintritt motivierter mit der Aussicht, wieder nach Hause gehen zu können. Meistens ist dies nicht möglich, weil die Wohnung aufgelöst wurde. Diesbezüglich müsste nach anderen Lösungen gesucht werden.»

In seinem langen Berufsleben wurde Toni Räber mit einer breiten Palette von Lebensgeschichten konfrontiert. Das machte seine Arbeit spannend, konnte ihm jedoch



senevita
Pilatusblick

Unser Restaurant
Seerose ist täglich
von 08.00 – 18.00 Uhr
geöffnet!

Willkommen zu Hause!

Wohnen und Leben im Alter heisst hohe Wohnqualität, individuelle Dienstleistungen und eine ausgezeichnete Gastronomie – dafür steht die Senevita Pilatusblick.

Ihre Hausarbeit können Sie getrost uns überlassen. Geniessen Sie stattdessen unser vielseitiges Freizeitangebot: Mit einer bunten Palette an Veranstaltungen und Aktivitäten bringen wir Kultur, Bewegung und Kulinarik in Ihren Alltag.

Kontaktieren Sie uns für eine unverbindliche Besichtigung, wir freuen uns auf Sie: 041 444 07 07

Senevita Pilatusblick

Rischstrasse 13, 6030 Ebikon, Telefon 041 444 07 07, pilatusblick@senevita.ch, www.pilatusblick.senevita.ch



Öffentlicher Vortrag, «Gsond ond zwäg is Alter»

luzerner kantonsspital
LUZERN SURSEE WOLHUSEN

Demenz – ein Leiden mit vielen Gesichtern

Dienstag, 16. April 2019
18.30 bis 20.00 Uhr

Panoramasaal, LUKS Sursee

Referent: Dr. med. Stefan Kipfer, NeuroPraxisSursee,
Beleg- und Konsiliararzt LUKS Sursee

Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Die Platzzahl ist beschränkt. Nach dem Vortrag wird ein Apéro offeriert.

Luzerner Kantonsspital
info@luks.ch | www.luks.ch/veranstaltungen | 041 205 11 11

In Kooperation mit **PRO SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER



GRATIS-EINTRITT
im Wert von CHF 10.–



Einfach Inserat ausschneiden und von einem kostenlosen Eintritt ins Spielcasino profitieren!

Gültig bis 31. Dezember 2019 täglich ab 16 Uhr. Kann nur als freier Eintritt ins Spielcasino des Grand Casino Luzern eingelöst werden. Keine Barablässe möglich. Zutritt nur mit Führerschein, gültigem Pass oder europ. ID. Ab 18 Jahren. Täglich geöffnet.

Promocode: 050

www.grandcasinoluzern.ch

GRAND
CASINO LUZERN

auch nahegehen. «Wenn eine Familie mit einer Häufung von Schicksalsschlägen belastet war, machte es hilflos, nichts tun zu können. Wichtig war mir, die Leute erzählen zu lassen, sie ernst zu nehmen und ihre Situation nicht zu bagatellisieren.» Dabei konnte er auch Strategien aufzeigen, wie sie durch das Setzen von Marchsteinen für das, was gut war im Leben, aus der Negativspirale herausfinden.

Mit einem persönlichen Schicksalsschlag war der Vater dreier erwachsener Töchter vor rund zehn Jahren konfrontiert, als bei seiner Frau Trudi Räber-Müller MS diagnostiziert wurde. Weil das Treppensteigen im mehrstöckigen Reihenhaus für sie schwierig wurde, verkaufte die Familie das Haus. Seither wohnt das Ehepaar in einer geräumigen und zweckmässigen Terrassenwohnung in Willisau. Für Toni Räber wurde es in der ersten Zeit schwierig, wenn er Klientinnen oder Klienten mit derselben Krankheit beraten musste. Heute ist er dankbar, dass es seiner Frau mit der Krankheit besser geht als in den ersten Jahren und sie weniger Einschränkungen hat.

Er freut sich darauf, mit ihr zusammen nach der Pensionierung zu wandern, unbekannte Gegenden der Schweiz zu entdecken und ins Ausland zu reisen. «Doch möchte ich im Hinblick auf den Klimaschutz nicht mehr als einmal im Jahr mit dem Flugzeug reisen.» Gerne wird er auf dem



Bauernhof von Tochter Martina und ihrem Partner, dem «Gmüeser», vermehrt mithelfen und unter anderem Gemüsepakete mit saisonalen und biologisch angebauten «ProSpezieRara»-Produkten austragen. Weiterhin wird er im Chor «Canto» mitsingen und vermehrt mit dem Bike unterwegs sein. Er freut sich über das regelmässige Zusammensein mit den drei Töchtern und ihren Partnern und hält zufrieden fest: «Ich bin dankbar für mein privilegiertes Leben und gespannt auf das, was auf mich zukommt.»

**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER

**Bestellen Sie
jetzt Ihren
«Testament
Ratgeber».**

Gutes tun - über das Leben hinaus

Informieren Sie sich vertraulich und kostenlos.

Pro Senectute Kanton Luzern · Ruedi Haegele · Legate und Erbschaften
 Bundesplatz 14 · Postfach 3640 · 6002 Luzern
 Ruedi Haegele, Telefon 041 226 11 83
 ruedi.haegele@lu.prosenectute.ch · lu.prosenectute.ch

Spendenkonto CH30 0900 0000 6000 1599 8

AB 14. APRIL

Tanzfreunde Luzern

Auch 2019 das Tanzbein schwingen

Im Hotel Schweizerhof finden auch 2019 von 14 bis 17 Uhr (Türöffnung 13 Uhr) Tanznachmittage der Tanzfreunde Luzern statt. Eintritt jeweils 20 Franken.

■ Termine: **14. April** Duo Hall, **5. Mai** Duo Romantica, **16. Juni** Gabriela & Jack, **15. September** Duo Romantica, **13. Oktober** Duo Hall, **3. November** Gabriela & Jack.

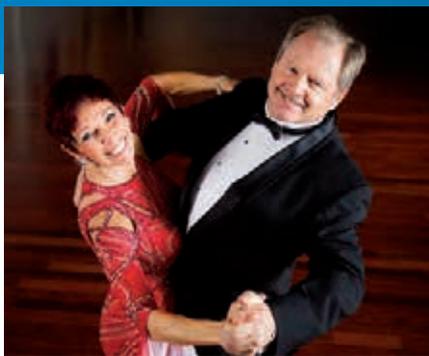
30. APRIL – LUGA

«Geistig und körperlich fit bleiben»

Kommen Sie vorbei und machen Sie aktiv mit – am Stand von Pro Senectute Kanton Luzern an der LUGA vom Dienstag, 30. April. Zu jeder vollen Stunde (ab 11 Uhr) mit der Kampagne «sicher stehen – sicher gehen» und zu jeder halben Stunde (ab 10.30 Uhr) mit «Trommeln – Rhythmus erleben».

Ein Booklet zum Mitnehmen mit Übungen für zu Hause gibt Ihnen mehr Sicherheit im Alltag. Gleichzeitig erfahren Sie viel Wissenswertes rund um alle Kurse von Bildung+Sport von Pro Senectute Kanton Luzern (s. Inserat Seite 36). Mit dem Gutschein (s. Inserat Seite 37) erhalten Sie CHF 5.– Vergünstigung auf den Eintritt.

■ LUGA, Dienstag, 30. April, von 10 Uhr bis 18 Uhr, Foyer, Halle 1/2.



30. APRIL – LUGA

Tanznachmittag

Schwingen Sie am Nachmittag von 15 bis 18 Uhr nach Herzenslust das Tanzbein zu bekannten Rhythmen beim Tanznachmittag. Es spielt in der Halle 15, Restaurant «Dorfplatz», das Tanzorchester Giacomo & Friends (em. Churchmice).

■ Mit dem Gutschein (s. Inserat Seite 37) erhalten Sie CHF 5.– Vergünstigung auf den Eintritt.



AB 7. MAI

«Bewegter Sommer 2019»

Öffentliches Tai-Chi in Luzern und Sursee

Nach der erfolgreichen Durchführung im 2018 haben die Trägerorganisationen Stadt Luzern, Kantonale Gesundheitsförderung und Pro Senectute Kanton Luzern entschieden, die Veranstaltungsreihe auf dem «Inseli» auch in diesem Jahr wieder durchzuführen.

Mit Thai-Chi und Qigong trainieren Sie Ihre Standfestigkeit, das innere und äussere Gleichgewicht und fördern Ihre Koordination und Konzentrationsfähigkeit bis ins hohe Alter.

■ Startanlass Luzern: Dienstag, 7. Mai 2019, 9 Uhr. Danach bis zum 17. September am Dienstag von 9 bis 9.50 Uhr. Ort: «Inseli» Luzern (schönes Wetter), unter dem KKL-Dach Luzern (bei schlechtem Wetter).

Leitung: Cornelia Vogel oder Maria Hochstrasser, Lehrerinnen für Thai Chi und Qi Gong sowie Vertretungen.

■ Startanlass Sursee: Mittwoch, 15. Mai, 9 Uhr. Danach bis zum 18. September jeweils am Mittwoch von 9 bis 9.50 Uhr. Ort: Ehret Park, mitten in Sursee. Bei schlechtem Wetter in der alten Mensa, Sursee.

Leitung: Maria Hochstrasser, Lehrerin für Thai Chi und Qi Gong sowie Vertretungen.

■ Informieren Sie sich über weitere Thai-Chi- und Qigong-Kurse bei Bildung+Sport von Pro Senectute Kanton Luzern unter www.lu.prosenectute.ch oder Telefon 041 226 11 99.



11. MAI – MARKTPLATZ 60PLUS «Aufräumen» am Marktplatz 60plus

Sich engagieren, sich einbringen, mitreden – das ist ein Anliegen vieler älterer Menschen in unserer Gesellschaft. Auch dieses Jahr findet in der Kornschütte im Luzerner Rathaus der Marktplatz 60plus statt. Mehr als 30 Institutionen zeigen an

JETZT TERMIN VEREINBAREN

TREUHAND- UND STEUERERKLÄRUNGSDIENST

Unterstützung beim Ausfüllen der Steuererklärung



Das Ausfüllen der Steuererklärung ist nicht immer einfach. Steuerfachpersonen von Pro Senectute Kanton Luzern helfen Menschen im AHV-Alter beim Ausfüllen.

Welche Abzüge und welche Einsparungen können auch im AHV-Alter vorgenommen werden? Erfahrene Steuerfachpersonen von Pro Senectute Kanton Luzern beraten, helfen und unterstützen Sie beim Ausfüllen der Steuererklärung – diskret und kompetent. Vereinbaren Sie einen Termin oder senden Sie die Steuer-

unterlagen an eine der nachfolgenden Adressen. Die Beratungen finden in Luzern, Emmen, Willisau, Sursee und Hochdorf statt. Die Termine für persönliche Besprechungen werden vorgängig telefonisch vereinbart. Die Preise für das Ausfüllen der Steuererklärung sind abhängig vom Reinvermögen. Die Fachpersonen unterstehen der beruflichen Schweigepflicht.

Beratungsstelle Luzern Stadt/ Luzern-Land

■ Maihofstrasse 76, 6006 Luzern,
Tel. 041 319 22 80,
E-Mail: steuern@lu.prosenectute.ch

Beratungsstelle Emmen

■ Gerliswilstrasse 63, 6020 Emmenbrücke, Tel. 041 268 60 90,
E-Mail: emmen@lu.prosenectute.ch

Beratungsstelle Willisau

■ Menzbergstrasse 10, 6130 Willisau,
Tel. 041 972 70 60,
E-Mail: willisau@lu.prosenectute.ch

Treuhand – Rundum-sorglos-Paket

Fachpersonen des Treuhanddienstes von Pro Senectute Kanton Luzern erledigen die gesamten finanziellen und administrativen Arbeiten: Zahlungsverkehr, Rückerstattungsanträge an Krankenkassen, Korrespondenz mit Ämtern und Versicherungen, Steuererklärung und vieles mehr – auf Wunsch auch zu Hause.

■ Weitere Auskünfte zum Treuhanddienst erhalten Sie unter Telefonnummer 041 226 19 70.

ihren Marktständen, wo freiwillige Mitarbeit von Seniorinnen und Senioren gefragt ist. Besuchen Sie den Stand von Pro Senectute Luzern!

■ Marktplatz 60plus, Kornschütte, Samstag, 11. Mai, von 9 bis 17 Uhr.

16. BIS 26. MAI

«Wie viel ist zu viel?»

Dialogwoche zum Thema Alkohol

Vom Donnerstag, 16., bis Sonntag, 26. Mai, findet auch im Kanton Luzern die Dialogwoche Alkohol statt. Es

werden diverse Veranstaltungen lanciert, die sich an die Gesamtbevölkerung oder spezifische Zielgruppen (Jugendliche, Mitarbeitende, Kundinnen, Senioren, Patientinnen

usw.) richten. Ziel der Dialogwoche Alkohol ist es, die Diskussion über das Thema Alkohol zu fördern.

■ Weitere Infos zu den Veranstaltungen: www.alcohol-facts.ch



15. BIS 23. JUNI

Aktionswoche Asyl

«Wenn viele kleine Leute an vielen kleinen Orten viele kleine Dinge tun, können sie das Gesicht der Welt verändern.» (Afrikanisches Sprichwort)

Der «runde Tisch Asyl», bei welchem unter anderem Pro Senectute Kanton Lu-

zern mitwirkt, und dessen Initianten, die drei Landeskirchen sowie das Gesundheits- und Sozialdepartement, rufen auch heuer zur Aktionswoche Asyl auf. Diese findet vom 15. bis 23. Juni unter dem Motto «Fremde sein – Freunde werden» statt und hat zum Ziel, die Luzerner Bevölkerung anzuregen, sich vertieft, sachlich und respektvoll mit den Themen Flucht und Asyl auseinanderzusetzen.

Interessierte Luzernerinnen und Luzerner erfahren an kulturellen, sportlichen, kulinarischen und informativen Anlässen mehr über das Thema Asyl sowie über Herkunft, Kultur und Alltag von Menschen mit Asyl- und Flüchtlingshintergrund. Durch die Begegnung von Einheimischen mit Menschen aus dem Asyl- und Flüchtlingsbereich soll das gegenseitige Verständnis weiter gefördert werden. Geplant sind verschiedene und gemeinsame Aktivitäten von Gemeinderat, Kirchen, Frauenorganisationen, Pfadi, Jungwacht und Blauring, Schulen und Vereinen.

■ Aktuelle Auskünfte und Sachinformationen: www.lu.ch/asylwoche



Testen Sie unverbindlich und kostenlos die neuesten Hörgerätemodelle.

Hörzentrum Schweiz – Ihrem Gehör zuliebe.

Gutschein

- Hörtest und Beratung
- Probetragen
- Optimierung jedes Hörgerätes



Maihofstrasse 95A, 6006 Luzern, 041 420 71 91, hzs.ch



Pro Senectute **INFO**



**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER

Daten 2019
Do, 13. Juni
Di, 29. Oktober
jeweils 18.30 bis
20.30 Uhr

«Vorsorge im Alter»

Vorausdenken und selber entscheiden

Informationen rund um Finanzen und Vorsorgedokumente sowie die Rolle und Aufgabe der Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde KESB

Auditorium CH Medien, Maihofstrasse 76, 6006 Luzern



Informationen und Anmeldung
(Eintritt 10.-- inkl. Apéro/Vorortkasse):
041 226 11 88 · event@lu.prosenectute.ch

Kanton Luzern
lu.prosenectute.ch

agenda

19. März, Pro Senectute **TAGUNG**

JETZT ANMELDEN

«Räumlich und mental loslassen – für mehr WOHNqualität im Alter?»

Im Verlaufe der verschiedenen Lebensphasen verändern sich die Bedürfnisse der Menschen – so auch die Wohnbedürfnisse. Im dritten und vierten Lebensabschnitt werden Wohnungen und Wohnort häufig zum Lebensmittelpunkt.

Das heisst womöglich Trennung von der vertrauten Umgebung, Loslassen von Gewohnheiten und Liebgewonnenem. Beim Wechsel von äusseren Räumen begegnen wir auch Erinnerungen und der Aufgabe, Ordnung zu schaffen.

■ An der Pro Senectute **TAGUNG** am Dienstag, 19. März, im Paraplegiker-Zentrum Nottwil (14 bis 17.30 Uhr) werden in Fachreferaten und in einem Podiumsgespräch verschiedene Perspektiven beleuchtet und diskutiert.

Programm

- 14 Uhr Begrüssung: Ruedi Fahrni, Geschäftsleiter Pro Senectute Kanton Luzern
- Ab 14.10 Uhr Referate: «**Räumlich loslassen – wann ist der richtige Zeitpunkt?**» von Charles Hirschi, Experte für Wohnen im Alter; «**Physisch loslassen – Raum schaffen**» von Selim Tolga, dipl. Aufräumcoach und Ordnungsexperte; «**Lebens(t)räume – Übergänge im Alter**» von Dr. phil. Marie-Luise Hermann, Fachpsychologin für Psychotherapie FSP.
- 16.30 Uhr Podiumsgespräch unter der Moderation von Kurt Bischof. Anschliessend Apéro.

Anmeldung: E-Mail fachtagung@lu.prosenectute.ch; Tel. 041 226 11 88. Kosten: CHF 50.– inkl. Apéro.



Referent Selim Tolga, dipl. Aufräumcoach und Ordnungsexperte, bekannt aus der Dok-Sendung «Minimalismus».

13. Juni und 29. Oktober, Pro Senectute **INFO**

JETZT ANMELDEN

«Vorsorge im Alter» – Vorausdenken und selber entscheiden

Am Donnerstag, 13. Juni, und Dienstag, 29. Oktober, lädt Pro Senectute Kanton Luzern im Zusammenarbeit mit Raiffeisen und der Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde KESB zur Infoveranstaltung «Vor-

sorge im Alter – Vorausdenken und selber entscheiden» mit Referaten ein.

■ Die Veranstaltung (18.30 bis ca 20.30 Uhr, Türöffnung 18 Uhr) findet im Auditorium CH Media, Maihofstrasse 76, 6006

Luzern statt. Informationen und Anmeldung: E-Mail: event@lu.prosenectute.ch; Tel. 041 226 11 88.

■ Eintritt: CHF 10.– (Vorortkasse), Platzzahl beschränkt (s. Inserat Seite 28).



VERANSTALTUNGSREIHE IM ACHTEN JAHR

Gsond ond zwäg

Die vom Luzerner Kantonsspital und Pro Senectute Kanton Luzern präsentierte Vortragsreihe «Gsond ond zwäg is Alter» vermittelt auch im laufenden Jahr viel Wissenswertes zu aktuellen Gesundheitsthemen.

An sechs Abenden werden jeweils an einem Dienstag von 18.30 bis 20 Uhr interessante Referate mit anschliessendem Apéro angeboten. In anschaulicher und auch für den medizinischen Laien gut verständli-

cher Vortragsweise referieren erfahrene Spezialistinnen und Spezialisten zu ausgewählten Themen.

Nach den Referaten bleibt noch Zeit für Fragen und Diskussionen.

■ Der Eintritt ist frei. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Weitere Informationen: Pro Senectute Kanton Luzern, Telefon 041 226 11 88, www.lu.prosenectute.ch, www.luks.ch



Öffentlicher Vortrag, «Gsond ond zwäg is Alter»



Strahlentherapie bei gutartigen Erkrankungen – eine wirksame Therapie

Dienstag, 11. Juni 2019
18.30 bis 20.00 Uhr

Hörsaal, LUKS Luzern

Referent: Dr. med. Timothy Collen, Co-Chefarzt Radio-Onkologie
Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Die Platzzahl ist beschränkt. Nach dem Vortrag wird ein Apéro offeriert.

Luzerner Kantonsspital
info@luks.ch | www.luks.ch/veranstaltungen | 041 205 11 11

In Kooperation mit **PRO SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER



Ein Haus mit herzlicher Atmosphäre

Fantastische Lage. Herzliche Gastlichkeit. Pflegerische Kompetenz. Das Kurhaus Seeblick in Weggis ist der perfekte Ort für eine Auszeit.

Hier fühlen Sie sich rundum wohl. Das Kurhaus Seeblick in Weggis verbindet den Komfort eines modernen Hotels mit der familiären Atmosphäre einer gemütlichen Pension. Schöne und stilvoll renovierte Hotelzimmer mit Balkon bieten ein wohnliches Ambiente und einen herrlichen Blick über den Vierwaldstättersee. Eine feine Küche mit regionalen Produkten, ein gepflegter Hotelgarten, gemütliche Räume, Terrassen und Winkel: Im Seeblick können Sie wunderbar entspannen.

Gut ausgebildetes Personal betreut die Gäste und bietet bei Bedarf fachkundige Pflege und Spitex-Leistungen.

Gönnen Sie sich eine Auszeit im Kurhaus Seeblick. Lassen Sie sich verwöhnen und geniessen Sie die traumhaft schöne Gegend um Weggis! Unser Wohlfühl-Paket für 3 oder 5 Tage mit Halbpension und Gratis-Eintritt in eine Wellnessanlage gibt's bereits ab Fr. 489.- pro Person.

Kurhaus Seeblick
Baumenweg 20, CH-6353 Weggis
T +41 (0)41 392 02 02
reservation@kurhaus-seeblick.ch
www.kurhaus-seeblick.ch



Akupunktur bei Augenleiden

Augenleiden wie z.B. **Makuladegeneration, Grüner Star, Grauer Star** (im Anfangsstadium), **Retinitis pigmentosa** werden seit Jahren mit Akupunktur (Prof. Boel/Dahlgren) therapiert.

Die degenerativen Prozesse können leider nicht rückgängig gemacht werden. Der **Erhalt der Sehfähigkeit** und die damit verbundene Lebensqualität stehen im Fokus. Die Wirkung der Therapie ist unterschiedlich, einige meiner Patienten zeigten eine Verbesserung, bei anderen konnte der Krankheitsverlauf verlangsamt oder gestoppt werden.

Bitte melden Sie sich telefonisch an für einen unverbindlichen Beratungstermin.

TCM Praxis Martin Geisseler, Sempacherstrasse 20, 6003 Luzern, 041 210 00 02

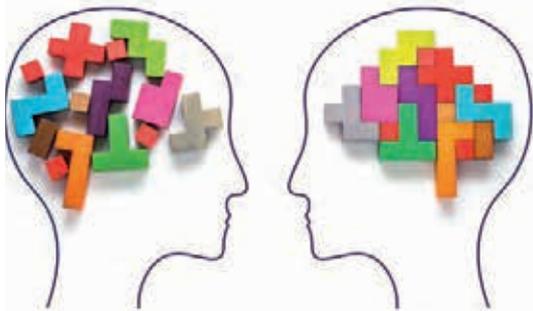
傳統中藥安祥

agenda

Pro Senectute **IMPULS**

JETZT ANMELDEN

«LebensgeWOHNheiten – loslassen, entrümpeln, im Leben aufräumen»



Loslassen fällt oft schwer – egal, ob materiell oder mental. Etwas wegzugeben und von Liebgewonnenem Abschied zu nehmen, ist meist mit Emotionen verbunden. Liegt Entrümpeln im Trend? Müssen wir unser Konsumverhalten ändern? Be-

nötigen wir eine Veränderung, um unsere Gedanken wieder zu ordnen? Nach szenischen Darstellungen durch den «TheaterKoffer Luzern» diskutieren anschließend Fachpersonen über das Loslassen, Entrümpeln und Aufräumen im Leben.

Programm:

- Begrüssung: Ruedi Fahrni, Geschäftsleiter Pro Senectute Kanton Luzern
- Szenische Darstellung von Alltagssituationen durch den «TheaterKoffer Luzern» zum Thema «LebensgeWOHNheiten loslassen, entrümpeln, im Leben aufräumen». Podiumsdiskussion mit Fachpersonen (Selim Tolga, Aufräumcoach, Mönchaltorf, bekannt aus der DOK-Sendung «Minimalismus»; Roger

Seuret, Diakon, Altishofen (ohne Ebikon); Beat Hänni, em. Pfarrer, St. Erhard (in Ebikon), Bernadette Kurmann, ehem. Journalistin, Ebikon; Theres Studer, astrophysikalische Psychologie, Ruswil.

- Montag, 25. März, 14 Uhr, Pfarreiheim Sursee
- Dienstag, 2. April, 11.30 Uhr, Pfarreiheim Schüpfheim (mit Mittagessen)
- Dienstag, 11. Juni, 14 Uhr, Pfarreiheim Ebikon
- Dienstag, 12. November, 14 Uhr, Zentrum St. Martin Hochdorf
- Eintritt: CHF 10.– (Schüpfheim CHF 30.–, mit Mittagessen)
- Anmeldung bis 1 Woche vor der Veranstaltung, ov@lu.prosenectute.ch, Telefon 041 226 11 85 (s. Seite 20).

4. April, Pro Senectute **TALK**

Kartenverkauf KKL

«Lebensaben(d)teuer – WOHNEN heute und morgen»

Sich zu Hause fühlen, selbstbestimmt den Tagesablauf gestalten, Freundschaften pflegen – wir wollen auch den dritten und vierten Lebensabschnitt geniessen. Sind wir bereit, uns auf ein weiteres Lebensaben(d)teuer einzulassen? Individuelles Wohnen im Alter – Traum oder Realität? Benötigen wir neue Wohnformen?

■ Moderator Kurt Aeschbacher diskutiert beim Pro SenectuteTALK am Donnerstag, 4. April, im Konzertsaal des KKL

(von 17 bis 19.30 Uhr) diese und weitere Fragen mit **Heidi Maria Glössner** (Film- und Theaterschauspielerin), **Franco Knie** (Zirkusdirektor), **Hanspeter Latour** (Fussballtrainer und Fussballexperte) sowie **Erika Stutz** (Geschäftsleiterin «Residio» in Hochdorf). Musikalische Unterhaltung: Ueli Schmezer und MatterLive mit dem musikalischen Erbe von Mani Matter.

- Eintritt: CHF 35.–.
- Nummerierte Eintrittskarten erhalten Sie beim KKL (s. Inserat S. 2).



Wir sind umgezogen
NEU: Maihofstrasse 76, 6006 Luzern

Neue Adresse Geschäftsstelle Pro Senectute Kanton Luzern

Die Geschäftsstelle von Pro Senectute Kanton Luzern ist an die Maihofstrasse 76 in 6006 Luzern umgezogen. Die Sozialberatung und der Steuerklärungsdienst befinden sich seit einem Jahr ebenfalls an dieser Adresse. Die Beratungsstellen Emmen und

Willisau bleiben an Ihren Standorten. Bildung+Sport (inklusive Kurse), Alltags- und Umzugshilfen sowie der Treuhanddienst bleiben unverändert an der Habsburgerstrasse 26. Auch das Pro-Senectute-Kurszentrum bleibt an der Habsburgerstrasse 22.

Diese Abteilungen starten ihren Betrieb an der Maihofstrasse 76 erst ab dem 1. Januar 2020. Der neue Pro-Senectute-Standort ist gut erreichbar (Bushaltestelle Maihofmatte-Rotsee, Linie 1, sieben Min. ab Bahnhof Luzern oder Besucherparkplätze).

Mit einer musikalisch

Sie waren ein grandioser Auftakt ins neue Jahr, die beiden Neujahrskonzerte von Pro Senectute Kanton Luzern im Luzerner Theater. Das Seniorenorchester, die Sopranistin Liv Lange Rohrer, die jungen Künstlerinnen und Künstler der Musical Factory sowie Moderator Stephan Klapproth nahmen die Anwesenden mit auf eine Reise rund um die Welt.

Den zweistündigen musikalischen und tänzerischen Hochgenuss belohnten die Zuschauerinnen und Zuschauer mit grossem Applaus, hin und wieder mit spontanem Zwischenapplaus und am Ende sogar mit Standing Ovations.

Das Seniorenorchester unter der Leitung von Josef Gnos bot dem Publikum neun grossartige Vorträge und überzeugte dabei mit perfekt gemeisterten Übergängen und schwierigen musikalischen Passagen.

Die 70 Musikerinnen und Musiker lancierten das diesjährige Neujahrskonzert mit der «English Folk Song Suite» von Ralph Vaughan Williams. Es folgte «Solvejgs Lied» aus Peer Gynt von Edvard Grieg. Mit «Finlandia» von Jean Sibelius, «O mio babbino caro» von Giacomo Puccini und dem «Lied an den Mond» von Antonin Dvorak wurden die Anwesenden bereits vor der Pause musikalisch um den ganzen Erdball herumgeführt.

Fotos: Peter Lauth



en Reise ins 2019



Sie alle trugen dazu bei, dass die beiden Neujahrskonzerte von Pro Senectute Kanton Luzern auch 2018 ein voller Erfolg wurden. Moderator Stephan Klapproth (links), Ruedi Fahrni, Geschäftsleiter von Pro Senectute Kanton Luzern (oben), die jungen Künstlerinnen und Künstler der Musical Factory (unten links und unten rechts), die Sopranistin Liv Lange Rohrer (unten Mitte) sowie das Seniorenorchester unter der Leitung von Josef Gnos.



Im zweiten Programmteil ging die Reise weiter. Die Auswahl der Liedstücke – «Mazurka» von Edward Elgar, «Suite aus Maskerad und Gayaneh» von Aram Khachaturian, «Potpourri aus der Fledermaus» von Johann Strauss und ein «Medley von My Fair Lady» von Frederick Loewe/Arr. John Whitney – verlangte von allen Beteiligten ausserordentlich hohes musikalisches und künstlerisches Können.

Die jungen Tänzerinnen und Tänzer der Musical Factory unter der Leitung von Guido und Barbara Zimmermann zeigten, welch umfassende Ausbildung sie genossen, indem sie dem Publikum nicht nur verschiedene Tanzstile präsentierten, sondern auch gesanglich überzeugten.

Mit ihrem unglaublichen Klangvolumen in ihrer Sopranstimme begeisterte die 34-jährige Liv Lange Rohrer die Anwesenden bei ihren Soloauftritten. Moderator Stephan Klapproth führte äusserst humorvoll durch die beiden Neujahrskonzerte.

Mit vielen guten Wünschen für ein glückliches neues Jahr «entliessen» Ruedi Fahrni, Geschäftsführer von Pro Senectute Kanton Luzern, respektive Stiftungsratspräsidentin und Nationalrätin Ida Glanzmann die Anwesenden nach Hause, nicht aber bevor das Seniorenorchester mit einer Zugabe aufwartete.

ESTHER PETER

Ihre Zahnärzte und Spezialisten für Zahnmedizin und Implantologie in Luzern

Feste Zähne und ein strahlendes Lächeln bieten höchste Lebensqualität bis ins hohe Alter.

Eine gute Mundgesundheit kann vor Herz-Kreislauf-Erkrankungen schützen und ein stabiler Biss entlastet Magen und Darm.

Moderne Methoden in der Zahnmedizin ermöglichen vollwertigen Ersatz bei wenigen verbliebenen Zähnen und eine Stabilisierung von Prothesen durch Zahnimplantate.

Durch 3D-Röntgenverfahren lässt sich selbst bei wenig oder schlechtem Knochen eine feste Lösung finden.



Im Beispiel werden durch eine implantatgetragene Brücke drei fehlende Zähne festsitzend ergänzt.

Zahnlücken schliessen

Bestehen im Kiefer Zahnlücken versucht der Körper automatisch dieses Defizit zu kompensieren. Es kommt zu einem ungleichmässigen Kauverhalten, was zu Fehlbelastungen im Kiefergelenk und einer erhöhten Beanspruchung der verbliebenden Zähne führt. Die Kauleistung lässt nach und überlässt dem überforderten Magen seinen Teil der Nahrungszerkleinerung.

Probleme mit der Zahnprothese?

Zahnimplantate können ein Leben lang halten und geben Ihnen einen festen Biss mit dem Gefühl von Stabilität und Sicherheit. Für eine einfache Pflegefähigkeit kann die Zahnreihe durch Druckknöpfe oder einen Steg im Mund stabil verankert werden. Die problemlose Reinigung erfolgt dann ausserhalb der Mundhöhle.

Die Druckknöpfe (Abb. 1) und der Steg (Abb. 2) sitzen auf Implantaten.



Vertrauen Sie dem Spezialisten für Zahnmedizin und Implantologie. Wir bieten Ihnen Qualität zum fairen Preis.

Gerne beraten wir Sie kostenfrei und unverbindlich, um die ideale Lösung für Sie zu finden. Persönlich, kompetent und fair.



Zahnklinik im Genferhaus
Praxis Krebs & Martin
Zahnmedizin von A bis Z

Genferhaus
St. Leodegar-Str. 2
6006 Luzern

info@krebs-martin.ch
www.krebs-martin.ch

Mitglied im

club **66** sixtysix



Das Interesse am Menschen und seinen Grundfragen beschäftigt Imelda Abbt zeitlebens. Die Theologin und Philosophin folgte auch in schwierigen Situationen immer mutig ihrer inneren Stimme.

Aufgewachsen auf einem Bauernhof im Freiamt, trug sie früh den Gedanken ans Kloster in sich. Mit zwanzig Jahren trat Imelda Abbt (71) in das geschlossene Kloster der Dominikanerinnen in Weesen ein. Mit diesem radikalen Schritt wollte sie «der Welt absterben, um ganz für Gott da zu sein».

Das Klosterleben war ganz der Gemeinschaft untergeordnet. Es gab keinen Kontakt mit der Aussenwelt, kein Privatleben, keine Individualität. Alles war genau vorgegeschrieben. «Wir beteten für die Welt draussen. Ich putzte, lernte Latein, studierte Theologie. Ich war enorm glücklich, es gab für mich nichts Schöneres.» Bald traten aber erste Zweifel am mittelalterlichen Gottes- und Glaubensbild auf.

Foto: Peter Lauth



Ein Leben für die Bildung

Diese wurden immer stärker. Nach zehn Jahren wusste sie: «Wenn ich mir selber treu bleiben will, muss ich gehen.»

Sie hatte weder Geld noch Kleider, schlief in einem Zimmer auf dem Boden. Mit einem Lehrauftrag in Lebenskunde an der Kunstgewerbeschule in Zürich hielt sie sich über Wasser. «Es machte mir nichts aus. Ich war glücklich, dass ich lesen und studieren konnte.» Als erste Frau absolvierte sie das Studium der Theologie an der Hochschule in Chur. Nach dem Lizentiat leitete sie ein paar Jahre die Schule für Heimerziehung in Luzern. Für das Doktorat und das Studium der philosophischen Anthropologie in Paris verzichtet sie erneut auf finanzielle Sicherheit. Nach ihrer Rückkehr wurde sie Bildungsbeauftragte des Schweizerischen Heimverbandes, danach bis zur Pensionierung Leiterin des Bildungszentrums der Propstei Wislikofen. «Ich war glücklich, noch mehr Zeit zum Lesen und Studieren zu haben.»

Unzählige Menschen profitierten bei ihren Vorträgen und Seminaren von ihrem reichen Wissen. Ihre Philosophie-seminare an der Seniorenuniversität in Luzern waren stets ausgebucht. Die Teilnehmenden schätzten das gemeinsame Nachdenken über grundlegende Lebensthemen verbunden mit deren Bedeutung für das persönliche Leben.

Nach zwanzig Jahren wagte Imelda Abbt noch einmal etwas Neues. «Was bewegt uns Christen heute?» heisst der Titel des Dialog-Seminars, das sie seit dem letzten Jahr leitet. «Der Glaube ist etwas Grundlegendes, das jeder

Mensch in sich trägt und davon lebt. Doch ist das mittelalterliche Kirchen- und Glaubensbild definitiv vorbei. Die Botschaft des Evangeliums ist eine Botschaft der Liebe.» Doch was heisst glauben in unserer materialistischen Zeit mit ihren enormen Brüchen? Was trägt einen Menschen als Christin, als Christ? Was heisst das für die Umsetzung ins Leben? Diesen Fragen möchte sie im Gespräch nachgehen. «Es geht um den Standpunkt, von dem aus wir dem Leben eine bestimmte Richtung geben.»

Seit 30 Jahren lebt Imelda Abbt in einer grosszügigen Wohnung im Obergütsch. Ihre Zufriedenheit und Ruhe führt sie auf die Gewissheit zurück, wo sie sich letztlich zu Hause fühlt: im Ewigen und Absoluten. Dies spürt sie, wenn sie ganz in sich hineingeht. Das Alter als letzte Lebensphase findet sie zunehmend spannender und intensiver. «Es sollte mit allem, was es mit sich bringt, selbstverständlich werden, sind wir doch Teil der Natur. So sollten wir nicht trauern, sondern glücklich sein über die vielen Möglichkeiten, das Alter selber zu gestalten. Ich möchte gut «ableben» in dem Sinne, dass in jedem Tag bis zum Tod noch Leidenschaft wäre.» Obwohl nach wie vor neugierig, macht sie nicht mehr alles mit. Sie sortiert aus, was für sie noch wichtig ist, was sie trägt, beglückt und erfreut. «So erfahre ich immer wieder Glücksmomente beim Lesen, bei Spaziergängen, einem guten Essen und Gesprächen mit Menschen.»

MONIKA FISCHER

sicher stehen
sicher gehen.ch
GO GO GO

PRO
SENECTUTE
GEMEINSAM STÄRKER



Besuchen
Sie uns an
der LUGA

Pro SenectuteMESSE

Geistig und körperlich fit bleiben

Dienstag, 30. April 2019
10 bis 18 Uhr, Foyer Halle 1/2

Kommen Sie vorbei und machen Sie mit:

- zu jeder volle Stunde (ab 11 Uhr)
«sicher stehen - sicher gehen»
- zu jeder halben Stunde (ab 10.30 Uhr)
Trommeln - Rhythmus erleben
- Informationen zu unseren Angeboten

Wir freuen uns auf Sie.

Gutschein
Eintritt siehe
Seite 37

bildung
sport
pro senectute bewegt

Informationen:
041 226 11 99
bildung.sport@lu.prosenectute.ch
Online-Anmeldung

Kanton Luzern
lu.prosenectute.ch

Badewannentüren VARIODOOR Einbau in jede bestehende Badewanne 4 Verschiedene Modelle



Mit der Badewannentüre von Magicbad Schenker
steigen Sie bequem in Ihre Wanne.

- Top Qualität und modernes Design
- Lieferung und Montage ganze Schweiz
- Antirutschbeschichtungen in Dusche und B.wanne
- Badehilfen z.B. Haltegriffe usw.
- Kostenlose Beratung vor Ort
- Preis inkl. Montage ab Fr. 2'600.00 exkl. MwSt.
- 5 Jahre Garantie

Magicbad Schenker GmbH Luzern
Tel. 079 642 86 72
www.magicbad-schenker.ch
info@magicbad-schenker.ch



info
stelle
demenz

Wissen anstelle von Angst

Die **Infostelle Demenz** gibt Antworten auf Fragen im Zusammenhang mit demenziellen Erkrankungen. Sie hat ihren Sitz bei der regionalen Beratungsstelle von Pro Senectute Kanton Luzern an der Maihofstrasse 76 in Luzern.

Telefon 041 210 82 82, E-Mail: infostelle@alz.ch

Das Telefon der Infostelle Demenz wird von qualifizierten Fachleuten bedient. Diskretion ist selbstverständlich gewährleistet. Getragen wird die Infostelle Demenz von der Alzheimervereinigung Luzern und von Pro Senectute Kanton Luzern.

PRO
SENECTUTE
GEMEINSAM STÄRKER

alzheimer

menschlich – herzlich – nah
Dienstleistungen des SRK im Kanton Luzern

Beratung zu Hause



041 418 70 10

Entlastungsdienste



041 418 70 31

Fahrdienste



041 418 70 18

Hilfsmittel



041 418 70 19

Notrufsysteme



041 418 70 11

Patientenverfügung



041 418 70 10

www.srk-luzern.ch

Schweizerisches Rotes Kreuz 
 Kanton Luzern



PRO SENECTUTE
 GEMEINSAM STÄRKER

Es spielt für Sie das
Top-Tanzorchester Giacomo&Friends
 (ehemals Churchmice)

LUGA-Tanznachmittag

Dienstag, 30. April 2019

15 bis 18 Uhr

Halle 15, Restaurant «Dorfplatz»

Informationen zu unseren
 Tanzangeboten und zum
 Kursprogramm «impulse»
 041 226 11 99
bildung.sport@lu.prosenectute.ch

Kanton Luzern
lu.prosenectute.ch



Gratis-lieferung*
 * Zone 1 und 2, bei einem
 Mindestbestellwert
 von Fr. 30.-
 über 100 Franken und profitieren!

Einkaufen, wo es natürlich schön ist –
 biologische, regionale und unverpackte Produkte.



QUAI 4

MARKT – EINFACH GUT
 BASELSTRASSE 66, LUZERN



Gutschein
5 FRANKEN GÜNSTIGER
 an die Luga am 30. April 2019

Offeriert von:

PRO SENECTUTE


MESE LUZERN



Gutschein nur gültig am 30. April 2019. CHF 5.- Reduktion auf die ordentlichen Eintrittspreise.
 Gutschein ist nicht mit anderen Rabatten kumulierbar. Keine Barauszahlung möglich.





Der umstrittene Hauptmann André Béguin inmitten von Lagerinsassen.



Schweizer Soldaten bewachten die zwei

Die Internierten im Ka

Ab 1940 beherbergte die Schweiz 104 000 internierte Soldaten (unter ihnen 43 000 Franzosen und 15 000 Polen), viele davon im Kanton Luzern. Einer von ihnen, Jerzy Rucki, hat seine Geschichte in einem Buch festgehalten*.

VON WALTER STEFFEN

«Am 10. Mai 1940 griffen die deutschen Panzer im «Blitzkrieg» Frankreich an», so begann Jerzy Rucki* (1919–2001) jeweils seine Erzählung vor Luzerner Schulklassen. Von seinen drei Kindern leben noch zwei; ein Sohn in Kriens und eine Tochter in den USA. Der folgende Bericht stützt sich auf sein Buch:

«Bereits am 19. Juni ersuchte Marschall Pétain seinen «Waffenbruder» Hitler um einen Waffenstillstand und erhielt von ihm dafür das nicht besetzte Südfrankreich mit der Hauptstadt Vichy. Unsere 10. polnische Grenadierkompanie kämpfte noch vier Tage weiter. Am 21. Juni fanden wir uns in Bacarrat bei Nancy umzingelt von deutschen Panzern. Unser Kommandant riet uns, in die Schweiz zu fliehen – 200 Kilometer südlich. So zogen wir in kleinen Gruppen los.

Wir schliefen in Wäldern und Schuppen und ernährten uns von Waldbeeren und Pilzen. Einmal pflückten wir reife Kirschen auf einem Baum und entdeckten mit Schrecken, dass auf dem Kirschbaum daneben deutsche Landser das-



Jerzy Rucki, im Internierten-Lager.

selbe taten. Zum Glück trugen wir da bereits Zivilkleider, die wir in Ronchamp gegen unsere Pistolen eingetauscht hatten. Am Morgen des 10. Juli – nach 18-tägiger Flucht – erreichten wir die Schweiz bei Porrentruy.

Hier wurden wir von der gastfreundlichen Familie Schaffter bewirtet, bevor uns die Fremdenpolizei dann einem Internierten-Lager zuwies. Ich durfte hier in der Schweiz sogar meine Studien weiterführen, und zwar im Internierten-Hochschullager Heinrichsbad bei Herisau. Wären wir den Deutschen in die Hände gefallen, dann hätten wir «polnischen Untermenschen» wohl mit dem Schlimmsten rechnen müssen.»

Nicht alle Internierten hatten so viel Glück wie Jerzy Rucki. Im Wauwilermoos befand sich sogar ein Straflager für «aufmüpfige Internierte». Franzosen, Polen, Russen und Amerikaner, die einen Fluchtversuch aus ihren ordentlichen Lagern versucht hatten, landeten in einer der 25 Baracken im feuchten Moos. Über dem von bis zu 1000 Gefangenen bewohnten Lager herrschte im Sommer ein bestialischer Fäkaliengeruch. Die Latrinen führten in Gräben quer durch die Baracken. Zudem wurden die Häftlinge oft



Tore ins Straflager, Tag und Nacht.

Spahis in Triengen 1940, im Film «Fremde Freunde» von Simon Koller, SRF 2007.

nton Luzern

grausam schikaniert. Hunde wurden auf sie gehetzt, 400 Briefe nicht weitergeleitet.

Doch dem sadistischen und rechtsradikalen Lagerkommandanten Hauptmann André Béguin geschah nichts. Auch nicht, als bei Unruhen in der Russenbaracke die Wachmannschaft wahllos auf die Baracke schoss und einen Insassen tötete. Erst 1946 wurde er vor Divisionsgericht zu dreieinhalb Jahren Zuchthaus verurteilt – wegen Betrugs, Bestechung und Ungehorsamkeit.

Wider das Vergessen

In den 1990er-Jahren wird diese traumatische Geschichte durch die Historiker Hilmar Gernet und Paul Kamber aufgearbeitet. Der Dokumentarfilm «Notlandung» von Daniel Wyss (2015) bringt die bitteren Erlebnisse des amerikanischen Bomberpiloten Dan Culler ans Licht. Er erlebte im Wauwilermoos die Hölle, wurde er dort doch von Mitgefangenen mehrfach vergewaltigt, ohne dass die Bewacher einschritten. «Wider das Vergessen» steht heute auf dem Gelände der Strafanstalt Wauwilermoos (die mit dem Internierten-Gefangenenlager nichts zu tun hat) auf einem Gedenkstein, denn die Holzbaracken des Straflagers existieren nicht mehr.

Nur wenige Kilometer entfernt, in Triengen, waren ab dem 25. Juni 1940 550 elsässische Soldaten und 50 Spahis (arabisch: Reiter) in einem offenen Internierungslager untergebracht. Sie arbeiteten auf den umliegenden Bauernhöfen und hatten täglich Kontakt mit der Dorfbevölkerung. Mit der Zeit entstanden hier Freundschaften und die dunkelhäutigen Spahis aus Algerien mit ihren eleganten Araberpferden wur-

den von Alt und Jung bewundert. Das wurde von den Behörden nicht überall gern gesehen. In einem Erlass vom 1. November 1941 des eidgenössischen Kommissärs für Internierung und Hospitalisierung wird der Zivilbevölkerung verboten, den Internierten Geld, Zivilkleider oder rationierte Lebensmittel zu geben. Und diesen war verboten, Privatwohnungen, Wirtshäuser, Kinos und Theater zu betreten. Wörtlich heisst es weiter: «Die Eingehung einer Ehe ist für Internierte nicht gestattet. Alle, auf eine solche hinzielenden Beziehungen mit Internierten sind untersagt.»

Trotzdem ist vielen ehemaligen Internierten die Schweiz lieb geworden. Als ich 1987 in einer Warschauer Druckerei Filmposter kaufen wollte, schüttelte die Verkäuferin den Kopf. Sie würden keine mehr ausliefern. «Doch, doch, Schweizer können von mir alles haben, und zwar gratis», tönte es vom Chef im Hintergrund. «Ich war nämlich als Internierter auf dem Glaubenberg – und habe diese Zeit in bester Erinnerung.»

*Jerzy Rucki, «Die Schweiz im Licht – Die Schweiz im Schatten», Verlag Brunner AG, Kriens 1997.



Dr. phil. Walter Steffen ist Historiker. Geboren 1945 in Luzern, Städtisches Lehrerseminar und Studien in Zürich und Bologna. 30 Jahre Lehrer für Geschichte, Italienisch und Englisch an den Lehrerseminarien Luzern und Hitzkirch. Seit der Pensionierung ist er Reiseleiter für Italien.

vbl Events 2019

Melden Sie sich jetzt für unsere Events an!

- Mi, 3. April** Mobilitätskurs «mobil sein und bleiben» mit Billettautomatenschulung
- Mi, 10. April** Öffentliche Betriebsführung
- Mo, 29. April** Fairtiq-App-Kurs mit Pro Senectute
- Sa, 11. Mai** Öffentliche Betriebsführung
- So, 16. Juni** Fanfahrten mit Oldtimer-Bussen
- 28. – 30. Juni** Jodlerfest (keine Anmeldung erforderlich)

**Anmeldung und weitere Infos: www.vbl.ch/events,
mail@vbl.ch oder 041 369 65 65**

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme an den kostenlosen und informativen Veranstaltungen.

vbl

verkehrsbetriebe
luzern
verbindet uns

Ermässigung
beim Vorweisen dieses Gutscheins.
Gratis-Startpaket im Wert
von CHF 229.-
Staunen Sie, wie günstig
persönliches Training sein kann!

MRS. SPORTY



Fotos: z/Vg



Was ist Ihr gesundheitliches Ziel?

Seit Jahren feiern Frauen im Mrs. Sporty Club Luzern ihre Erfolge. Das neuerdings für jede Frau individuell angepasste funktionelle Training und die stetige persönliche Anleitung sind der Schlüssel dazu. Über 200 000 Frauen in Europa fühlen sich fit und gesünder mit diesem effizienten Kurzprogramm für Frauen jeden Alters: Werden auch Sie Teil dieser Erfolgsgeschichte? «Durch die familiäre Atmosphäre und die persönliche Betreuung fühlen wir uns in unserem Club gut aufgehoben. Wir haben Spass und Erfolg mit dem abwechslungsreichen kurzen Training. Dank der angeleiteten Abläufe braucht es

keinerlei Überwindung und es ist egal, welche sportliche Vergangenheit wir mitbringen», sagt Club-Mitglied Annalis Amstad (79). «Die Ergebnisse unserer Frauen können sich sehen lassen», weiss die langjährige Trainerin Connie Fankhauser. Die 32-minütigen individuellen Trainings können auch mit diversen Einschränkungen unter Aufsicht absolviert werden, damit Körper und Geist wieder zu ihrer Kraft finden.

Wieso Muskeln?

Muskeln können bis ins ganz hohe Alter erstaunlich schnell aufgebaut werden. Und die Forschung bestätigt: Muskulatur

ist auch für die psychische Gesundheit resp. den Hormonhaushalt sehr wichtig. Daneben verbrennt die Muskulatur von innen heraus das Fettgewebe und strafft den Körper.

Wir unterstützen Sie!

Qualicert: Wir sind Krankenkassen- anerkannt!

Melden Sie sich noch heute:

MRS. SPORTY CLUB LUZERN

Bleicherstrasse 11, 6003 Luzern

Telefon 041 210 44 15

www.mrssporty.ch/club/luzern

club@mrssporty-luzern.ch

Gratisparkplätze für unsere Mitglieder

Inserat

club **66** sixtysix
unterstützt pro senectute kanton



Profitieren und gleichzeitig Gutes tun

Werden Sie Mitglied für mindestens 66 Franken pro Jahr. Profitieren Sie von grosszügigen Einkaufsvergünstigungen in rund 200 Geschäften und Firmen in der Stadt und anderen Ortschaften im Kanton Luzern.

Infos und Anmeldung

Telefon 041 226 11 88 / www.club66.ch

60-660660-4 / IBAN CH71 0900 0000 6066 0660 4

Rabatte von 5 bis 60 Prozent

LUZERNER SINFONIEORCHESTER

1805
RESIDENZORCHESTER KKL LUZERN

EXKLUSIVES KONZERTERLEBNIS

Extrakonzert zum Muttertag Carmen und L'Arlésienne

Geniessen Sie zum Muttertag grossartige und bewegende Musik im Konzertsaal des KKL Luzern. Das Luzerner Sinfonieorchester offeriert allen ZENIT-Leserinnen und -Leser sowie den Mitgliedern des Magazins 20% Ermässigung auf die Eintrittspreise. Bitte beachten Sie, dass das Angebot limitiert ist und pro Bestellung maximal 4 Karten erworben werden können. Der Bestelleingang wird berücksichtigt.

Sonntag, 12. Mai 2019
11.00 Uhr | KKL Luzern, Konzertsaal

Luzerner Sinfonieorchester
Lawrence Foster, Leitung
Nelson Freire, Klavier

Maurice Ravel (1875–1937)

«Ma Mère l'Oye»

Wolfgang Amadeus Mozart (1756–1791)

Klavierkonzert Nr. 9 Es-Dur KV 271 «Jeunehomme»

Georges Bizet (1838–1875)

Carmen- und L'Arlésienne-Suite (Auswahl Lawrence Foster)

«Ma Mère l'Oye» ist eine wunderbare Hommage an Mimi und Jean, die beiden Kinder von Ravels polnischem Freund Cyprian Godebski. «Der Plan, in diesen Stücken die Poesie der Kindheit heraufzubeschwören, hat mich von selbst dazu geführt, meinen Stil zu vereinfachen und meine Schreibweise zu verdünnen.» Unnötig zu betonen, dass das Ravel hervorragend gelungen ist: eine feine, leichtgewichtige Partitur, die Kinder und Erwachsene unmittelbar anspricht. Dasselbe ist zu erwarten, wenn Nelson Freire, der grosse Altmeister unter den tonangebenden Pianisten, Mozarts «Jeunehomme»-Konzert spielt – junge Musik in weissen, lang geübten Händen. Anschliessend geht es in die Provence: Mit der Schauspielmusik zu Alphonse Daudets «L'Arlésienne» schrieb Georges Bizet ein Werk, das vor lauter südfranzösischem Licht nur so blendet. übertroffen wird das nur noch vom bunten Spanienkolorit in der Carmen-Suite, die auf Bizets gleichnamige Erfolgsoper zurückgeht, wo Stierkampf-Jubel, Schmugglerhöhlen und Sternennächte für ein Höchstmass an atmosphärischer Spannung sorgen.

Beratung und Information:

T 041 226 05 15 | karten@sinfonieorchester.ch
sinfonieorchester.ch

Bestellung bitte mit Stichwort «ZENIT» an:
Luzerner Sinfonieorchester, Kartenverkauf
Pilatusstrasse 18, 6003 Luzern

Kat. 1: Tickets zu CHF 96 (statt CHF 120)

Kat. 2: Tickets zu CHF 76 (statt CHF 95)

Kat. 3: Tickets zu CHF 56 (statt CHF 70)

Kat. 4: Tickets zu CHF 40 (statt CHF 50)

Kat. 5: Tickets zu CHF 20 (statt CHF 25)

Zusätzlich Porto + Spesen CHF 5 pro Bestellung

EXKLUSIVE
SPEZIAL-
PREISE!

GESCHÄFTSSTELLE

NEU: Maihofstrasse 76
Postfach 3640
6002 Luzern
Telefon 041 226 11 88
info@lu.prosenectute.ch

BERATUNGSSTELLEN

Stadt Luzern, Kriens,
Region Weggis Vitznau
NEU: Maihofstrasse 76
Postfach 3640
6002 Luzern
Telefon 041 319 22 88
luzern@lu.prosenectute.ch

Region Emmen, Littau/
Reussbühl
Rontal, Michelsamt, Seetal
Sempach, Neuenkirch
Gerliswilstrasse 63
6020 Emmenbrücke
Telefon 041 268 60 90
emmen@lu.prosenectute.ch

Regionen Willisau,
Sursee, Entlebuch
Menzbergstrasse 10
Postfach
6130 Willisau
Telefon 041 972 70 60
willisau@lu.prosenectute.ch

FACHSTELLE GEMEINWESENARBEIT

NEU: Maihofstrasse 76
Postfach 3640
6002 Luzern
Telefon 041 226 11 81
fachstelle.gwa@lu.pro-
senectute.ch

MAHLZEITENDIENST

Habsburgerstrasse 26
6003 Luzern
Telefon 041 360 07 70
hzh@lu.prosenectute.ch

ALLTAGS- UND UMZUGSHILFE

Habsburgerstrasse 26
6003 Luzern
Telefon 041 211 25 25
hzh@lu.prosenectute.ch

TREUHANDDIENST

Habsburgerstrasse 26
6003 Luzern
Telefon 041 226 19 70
treuhand@lu.pro-
senectute.ch

STEUERERKLÄRUNGS- DIENST

NEU: Maihofstrasse 76
Postfach 3640
6002 Luzern
Telefon 041 319 22 80
steuern@lu.prosenectute.ch

ADMINISTRATION/ ORTSVERTRETUNG

NEU: Maihofstrasse 76
Postfach 3640
6002 Luzern
Telefon 041 226 11 85
ov@lu.prosenectute.ch

BILDUNG+SPORT

Habsburgerstrasse 26
6003 Luzern
Telefon 041 226 11 99
bildung.sport@lu.pro-
senectute.ch

Pro Senectute ist umgezogen
NEU: Maihofstrasse 76, 6006 Luzern

IMMOBILIENBERATUNG: HAUSVERKAUF/ SANIERUNG/UMBAU- TEN/WOHNUNGS- ANPASSUNGEN

NEU: Maihofstrasse 76
Postfach 3640
6002 Luzern
Telefon 041 226 11 88
info@lu.prosenectute.ch

UNENTGELTLICHE RECHTSAUSKUNFT

Einmal im Monat an
verschiedenen Standorten
(Luzern, Sursee, Ebikon,
Hochdorf, Wolhusen,
Schüpfheim)
Anmeldung erforderlich
NEU: Maihofstrasse 76
Postfach 3640
6002 Luzern
Telefon 041 226 11 88 oder
über die regionalen
Drehscheiben
info@lu.prosenectute.ch

CLUB SIXTYSIX

Gönnerverein Pro Senectute
Kanton Luzern
c/o Pro Senectute
Kanton Luzern
Geschäftsstelle
NEU: Maihofstrasse 76
6006 Luzern
Telefon 041 226 11 88
info@club66.ch
club66.ch

INFOSTELLE DEMENZ IN KOOPERATION MIT DER ALZHEIMERVEREIN- IGUNG LUZERN

NEU: Maihofstrasse 76
Postfach 3640
6002 Luzern
Telefon 041 210 82 82
infostelle@alz.ch

VERMITTLUNG VON FREIWILLIGENARBEIT WIN60PLUS

Habsburgerstrasse 26
6003 Luzern
Telefon 041 210 53 70
info@win60plus.ch

Zweigstelle Region Seetal

Haus Sonnmatt, Residio AG
Hohenrainstrasse 12
6280 Hochdorf
Telefon 041 910 10 70

Ihre Spende hilft. Herzlichen Dank.

Postkonto 60-1599-8

IBAN

CH30 0900 0000 6000 1599 8

www.lu.prosenectute.ch

Regeln Sie Ihre Bestattung kostengünstig mit einem einmaligen Beitrag.

Sorgen Sie vor und bestellen Sie jetzt
mehr Informationen.



Kremationsverein Luzern
Postfach 3111, 6002 Luzern
Tel. 041 360 51 58
oder 041 420 34 51
www.kremationsverein.ch

Gegen eine einmalige Zahlung übernimmt der
Kremationsverein die Kosten für die Feuerbestattung,
und zwar unabhängig davon, welche Teuerung sich seit
dem Beitritt bis zum Todesfall ergeben hat.

Verlangen Sie unverbindliche Unterlagen.



Immer da, wo Zahlen sind.

Nachlassplanung

Das Gesetz regelt Ihr Erbe,
wenn Sie es nicht tun.

Mit einer sorgfältigen Nachlassplanung können Sie
Ihr Vermögen nach Ihren Wünschen weitergeben.
Wir beraten Sie gerne ganz persönlich.

raiffeisen.ch/nachlass

RAIFFEISEN

Wir machen den Weg frei