

# zenit

MIT KURSPROGRAMM  
BILDUNG+SPORT

2|20

JUNI

WAS MACHT EIGENTLICH?

**Zu Besuch bei  
Bruno Stanek**

CORONAVIRUS

**Wie Covid-19 unser  
Leben verändert hat**

**SCHWERPUNKT:**  
*Berge versetzen*

MARGRIT SCHRIBER

**«Schreiben ist meine  
Erfüllung und mein Glück»**

PRO  
SENECTUTE

# 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 Mundgesundheits 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.



## 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.

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

## 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.



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

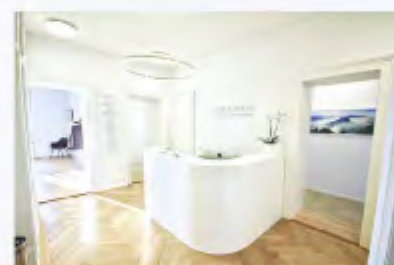
Gerne beraten wir Sie kostenfrei und unverbindlich, um die ideale Lösung für Sie zu finden. Persönlich, kompetent und fair.



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



club **66** sixtysix Partner  
unterstützt pro senectute kanton luzern



# inhalt

## Berge versetzen

Geschätzte Leserinnen und geschätzte Leser

Covid-19, Lockdown, Isolation, Schutzmasken, Kurzarbeit, Rezession – die vergangenen Wochen stellten unser Gesellschaftsleben auf den Kopf. Nach ersten Lockerungsmassnahmen scheint nun der Gipfel in Sichtweite. Allmählich finden wir zurück zur «neuen» Normalität. Nun muss es uns gelingen, «Berge zu versetzen». Denn die Vollbremsung der Wirtschaft wird nicht nur gravierende ökonomische, sondern auch gesellschaftliche Folgen haben.

Die in dieser Ausgabe porträtierten Frauen und Männer haben in ihrem Leben – aber auch in der Coronakrise – immer wieder Berge versetzt. So etwa die 81-jährige Margrit Schriber, die sich mit viel Ausdauer das Schreiben selber beigebracht hat. In diesem Jahr erschien bereits ihr 19. Buch. Der emeritierte Professor für Sozialpsychiatrie Ambros Uchtenhagen ist überzeugt, dass es im Leben durchaus möglich ist, «Berge zu versetzen», wenn man sich den Herausforderungen gewachsen glaubt und andere ihre Unterstützung signalisieren.

Dass bei einem Spitalaufenthalt gerade in Krisenzeiten nicht nur der Körper, sondern auch die Seele Pflege braucht, dies erlebte Spitalseelsorgerin Nana Amstad besonders stark. Zenit-Redaktorin Monika Fischer gewährt in ihrem Tagebuch ganz persönliche Einblicke in die Coronazeit. Durch die Globalisierung sei die Welt wie ein Dorf geworden und dadurch könne sich ein Virus sehr schnell in alle Kontinente verbreiten, sagt Prof. Dr. Henzen, Leiter Medizin am Luzerner Kantonsspital. Handhygiene werde deshalb auch in Zukunft wichtig bleiben. «Berge versetzt» hat auch die Zenit-Redaktion, fand doch die Sitzung mit der Festlegung des Schwerpunktthemas einige Wochen vor dem Lockdown statt. So entstanden manche Texte ganz zu Beginn der Coronakrise, einige mitten in der Lockdown-Phase und die letzten unmittelbar nach den letzten Lockerungsmassnahmen des BAG am 27. Mai. Nun wünsche ich Ihnen, dass es Ihnen auch in Zukunft gelingen wird, «Berge zu versetzen». Diese müssen nicht steil oder hoch sein. Kleine Schritte sind genauso wertvoll. Doch am allerwichtigsten ist: «Bleiben Sie gesund.»

**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  
Maihofstrasse 76  
Postfach 3640  
6002 Luzern  
Telefon: 041 226 11 88  
E-Mail:  
info@lu.prosenectute.ch

### Redaktion

Esther Peter (Leitung)  
Astrid Bossert Meier  
Monika Fischer  
Jürg Lauber  
Heidi Stöckli  
Michèle Albrecht  
(Bildung+Sport)

### Layout/Produktion

Media Station GmbH

### Inserate

Pro Senectute Kanton Luzern, Geschäftsstelle

### Druck und Expedition

Vogt-Schild Druck AG  
Gutenbergstrasse 1  
4552 Derendingen

### Auflage

50 000

### Abonnemente

Für club-sixtysix-Mitglieder im Jahresbeitrag inbegriffen

**4 IM ZENIT**  
Im Gespräch mit Margrit Schriber.

**10 WACHSEN AM WIDERSTAND**  
Werner Kieser über Unternehmertum, Kreativität und Bodybuilding fürs Gehirn.

**12 BERGE VERSETZEN**  
Franz Gasser-Furrer blickt auf seine Karriere als Sprengmeister zurück.

**14 HERAUSFORDERUNGEN ALS CHANCE**  
Ambros Uchtenhagen über pragmatische Drogenpolitik und Sozialpsychiatrie.

**16 PERSÖNLICHKEITEN**  
Vreni Moser-Laubi und Brigitte Peter-Hodel erzählen aus ihren bewegten Leben.

**19 LEBEN IN DER CORONAZEIT**  
Monika Fischer berichtet, wie Corona ihren Alltag verändert hat.

**22 SPITALSEELSORGE**  
Theologin Nana Amstad-Paul über ihre Erfahrungen mit Covid-19-Betroffenen.

**24 CORONAVIRUS UND DIE FOLGEN**  
Prof. Christoph Henzen vom LUKS über den Umgang mit Covid-19.

**28 BLICK IN DIE GESCHICHTE**  
Walter Steffen über die Eidgenössischen Schützenfeste.

**31 WAS MACHT EIGENTLICH?**  
Zu Besuch beim Raumfahrtexperten Bruno Stanek.

**32 AGENDA**  
Veranstaltungen zum Vormerken.

**38 RÜCKERSTATTUNGEN**  
Juristin Cécile Thomi über Rechtsfragen, die mit Corona zusammenhängen.

**43 GUT ZU WISSEN**  
Wichtige Adressen von Pro Senectute Kanton Luzern.



Fotos: Peter Lauth

# «Schreiben ist meine Er

Mit sehr viel Ausdauer hat sich Margrit Schriber das Schreiben selber beigebracht. Damit hat sie sich einen Traum erfüllt, ihren Lebensinhalt und Sinn gefunden. Sie freut sich: «Meine Bücher haben mich zu dem Menschen gemacht, der ich jetzt bin.»

VON MONIKA FISCHER

Dieses Jahr ist ihr 19. Buch «Die Vielgeliebte meines Mannes» erschienen. Der Roman handelt von einem verhängnisvollen Mädchenschwarm und von der Liebe in den 1960er-Jahren. «Wenn ich zurückdenke, ruft eines nach dem anderen», erzählt Margrit Schriber (81). «Ich kann mich noch genau an die Düfte, die Kleider, die Gefühle, die Wünsche und Träume erinnern. Ich kann



# füllung, mein Glück»

jene Zeit mit der ganz anderen Erziehung und Lebenshaltung mit allen Sinnen hervorholen.»

Anschaulich schildert sie das Leben in einem Dorf am Vierwaldstättersee mit steilen Nagelfluhwänden. «Welches Dorf ist es wohl?», fragt sich die Leserin. Die Schriftstellerin winkt ab: «Ich habe beim Schreiben wohl eine Region, jedoch kein reales Dorf vor Augen. Es ist Fantasie. Ich gestalte mir den Ort, damit er erlebbar wird.» Den jungen Organisten im Mittelpunkt der Handlung hat sie gewählt,

weil sie einen Musiker kannte, der sie sehr fasziniert hat. Das nötige Fachwissen hat sie genau recherchiert, es muss schliesslich alles stimmen.

Was hat die Geschichte mit ihr und ihrem Leben zu tun? «In jedem meiner Werke ist etwas von mir drin. Es ist immer auch ein Stück Vergangenheitsbewältigung und Verarbeitung des eigenen Lebens. Doch tauche ich mit jedem Buch wieder in ein anderes Leben, in eine andere Welt ein.»

Neben 19 Büchern hat Margrit Schriber mehrere Hörspiele geschaffen. Ihre Werke wurden mit Preisen ausgezeichnet. Das war für sie alles andere als selbstverständlich. Denn den Weg zur Schriftstellerin hat sie sich hart erarbeitet.

«In unserer Familie gab es keine Bücher», berichtet sie, die in Luzern als Margrit Weber geboren und als Tochter eines Wunderheilers mit einem Bruder in Ingenbohl aufgewachsen ist. Noch heute hört sie das Gemurmel der Menschen im Sprechzimmer des Wunderdoktors. Sie erinnert sich an die vielen Menschen, die den Vater mit ihren Fragen und Sorgen aufsuchten zu einer Zeit, in der es noch keine Psychiater gab. Wie schon der Grossvater war der Vater weit herum bekannt und berühmt durch seine Hellsichtigkeit, konnte er doch vielen Menschen helfen. Sie erinnert sich genau, wie er mit blumigen Worten den Weg zu einem als vermisst gemeldeten Mann beschrieb. Dieser wurde am betreffenden Ort tatsächlich gefunden.

### **Vom Vater das Sinnliche**

Der Vater lehrte sie zu schauen, zu fühlen, zu vernetzen und Rückschlüsse zu ziehen. «Er hat mir eingeprägt, jeden meiner Sinne, meine Vernunft und meinen Verstand zu nutzen. Zum Beispiel verlangte er, dass ich den Wurm, der sich vor meinen Füßen krümmte, in die Hand nehme. Er zeigte mir die Käfer in den Borken eines Baumes und die Schönheit eines Kirchenfensters, wenn Sonne durch die Farbsplitter leuchtete. Für jedes Geräusch fand er das passende Wort und verlangte, dass ich präzise schildere, was ich sehe und höre. Für alles gab es das richtige Wort.» Sie denkt, dass sie möglicherweise ihre Inspiration aus derselben Quelle schöpft wie Leute, die Visionen haben. Dass es etwas gibt, das Raum und Zeit aufhebt.

Nach der Scheidung der Eltern wuchs sie bei ihrer Mutter auf. «Als Geschiedene in einer katholischen Umgebung empfand sich meine Mutter als Makel. Ohne Selbstbewusstsein wollte sie es allen Leuten recht machen.» Die Mutter lehrte sie, sich zu ducken, ja nicht aufzufallen, still und bescheiden zu sein, nicht aufzubegehren. Die Kinder hatten sich an die gesellschaftlichen Regeln anzupassen und durften sich nicht wehren. In lebhafter Erinnerung geblieben ist ihr eine Versammlung, bei der die Mutter ihr Protokoll öffentlich vorlesen musste. «Ihre Knie schlotterten vor Angst. Sie las so leise, dass niemand etwas verstand. Ich habe mich mit der Mutter geschämt. Leise sind wir hinausgeschlichen.»

Dieser Vorfall und die vielen Tränen der Mutter stachelten ihren Ehrgeiz an. Sie wollte ihrer Mutter keinen Kummer machen, übernahm Verantwortung und wurde ein trauriges, zurückgezogenes Kind. Doch lernte sie gerne und legte ihre ganze Fantasie in ihre Aufsätze. «Dort

konnte ich mich verwirklichen. Sonst war ich ja niemand. Meine Aufsätze waren immer die besten, ich durfte sie in der Klasse vorlesen.» In der zweiten Sek meinte die Lehrerin: «Aus dir wird einmal eine Schriftstellerin.» Dieser Satz hat Margrit Schriber nie mehr losgelassen. Sie hatte nur noch das Schreiben im Kopf, lernte Maschineschreiben und machte das KV auf einer Bank. Das war damals der übliche Weg der guten Schülerinnen. Der Gedanke an ein Studium war unvorstellbar, vor allem für eine Frau.

Margrit Schriber arbeitete an verschiedenen Stellen. Sie war um die 28, als ihr das erste Mal in einem Buch mit Geschichten verschiedener Autoren gute Literatur unter die Augen kam. Nun wusste sie: «Das will ich auch. Deshalb habe ich mir das Schreiben selber beigebracht.» Beim Lesen versuchte sie herauszufinden, wie eine Erzählung beginnt, wie Personen eingeführt werden und eine Geschichte von Szene zu Szene zum gewünschten Ende geführt wird. «Ich zweifelte, jubelte und begann immer wieder von vorn. Denn Schreiben ist ein immerwährendes Suchen, Begreifen, Lernen.»

Angetrieben wurde sie vom Ziel, einen Roman zu schreiben. «Es war für mich eine Möglichkeit, aus mir herauszukommen, eine Gedankenwelt zu entwickeln und erlebbar zu machen.» Neben dem Schreiben versah sie Stellvertretungen und arbeitete sogar als Model, z.B. für die Ringier Modehefte in Zofingen. «Auch dabei konnte ich mich verkleiden, in andere Rollen schlüpfen und Bestätigung finden.»

### **Preise und Auszeichnungen**

Nach acht Jahren hatte sie es geschafft. 1976 kam ihr erstes Buch, «Aussicht gerahmt», heraus und wurde ein grosser Erfolg. Da es damals nur wenige Autorinnen gab, wurde Margrit Schriber als Frau gut aufgenommen. Sie erzählt von ihrem ersten grossen Auftritt mit viel Prominenz ein Jahr später in Luzern. «Ich sagte zu, obwohl ich starke Angst hatte. Ich wollte für mich hinstehen und damit die früher gemeinsam mit der Mutter erlebte Scham überwinden.» Das ist ihr gelungen. Seither hat sie bei Anfragen nie Nein gesagt. Deshalb ärgerte es sie nicht, als sie nachträglich erfuhr, dass neben den prominenten männlichen Rednern noch eine Alibifrau gesucht worden war. Auf den Einwand des einen Mannes, «ja kann die denn überhaupt reden», meinte ein anderer, «falls nicht, kann man sie wenigstens anschauen.»

Sie konzentrierte sich ganz auf ihre Arbeit und wurde vielfach gefördert. 1977 wurde sie mit einem Preis der Schweizerischen Schillerstiftung ausgezeichnet und wurde auch von der Pro Helvetia und dem Kanton Luzern gefördert. Fünfmal bekam sie ein Werkjahr des Kantons Aargau, 1998 den Aargauer Literaturpreis. Unterstützt



wurde sie auch bei Lesereisen im Ausland, zum Beispiel bei vier Reisen in die USA mit Auftritten in Botschaften und Universitäten. Die öffentliche Anerkennung bedeutete ihr viel. Neben einer Bestätigung ihrer Arbeit war sie auch eine wichtige finanzielle Unterstützung. Denn vom Schreiben allein hätte sie nicht leben können. Nach der Scheidung von ihrem ersten Mann lebte sie 13 Jahre sehr bescheiden allein. Mit Aushilfen konnte sie sich über Wasser halten.

Ihre Bücher handeln von Frauen, die ihren Weg suchen. Ab 2006 schrieb sie auch historische Romane über Frauen im 18./19. und 20. Jahrhundert. «Für diese eigenwilligen Frauen war es noch zu früh, um sich zu verwirklichen. Sie wurden getötet, verstossen, ausgebeutet und verachtet.» Selber litt sie jedoch nie an ihrem Frausein und fühlte sich auch nicht eingeschränkt. Sie wurde als Schriftstellerin wahrgenommen, die den Frauen eine Stimme gibt und damit auch emanzipatorisch wirkt.

Ihre grösste Befriedigung erlebte sie mit dem Roman «Die hässlichste Frau der Welt». Darin kämpfte sie um die Würde der Bartfrau Julia Pastrana, die als «Mittelding» zwischen Mensch und Tier von ihrem Impresario dem Publikum auf drei Kontinenten als «Affenfrau» präsentiert wurde. Erschüttert über dieses Schicksal wandten sich ihre Leserinnen mit einer Petition an den König in

Oslo. Kurz darauf wurde die präparierte Leiche der Frau aus dem Keller eines norwegischen Museums geholt und ehrenvoll begraben. Margrit Schriber freut sich: «Danach wurde ich als «Aktivistin» bezeichnet. Ich habe mich aber nie in einer politischen Gruppe engagiert, bin nie mitmarschiert. Doch hat mein Buch einen Denkprozess in Gang gesetzt und eine Veränderung bewirkt. Darauf bin ich stolz.»

Wenn sie schreibt, kann Margrit Schriber zehn, elf Stunden dranbleiben. «Auch nach Jahren bin ich kritisch und dauernd am Korrigieren, bis ich das richtige Wort, den passenden Rhythmus, den Fluss der Melodie gefunden habe. Es gibt keine Seite, an der ich nicht 50 Mal geschliffen hatte.»

#### **Handwerk als Leidenschaft**

Seit 32 Jahren mit Daniel Schären verheiratet, nimmt ihr dieser vieles ab, zum Beispiel das Kochen. Für die Immobilienfirma ihres Mannes führt sie die Buchhaltung. «Das gefällt mir. Da gibt es – anders als im Leben und in meinen Romanen – nur richtig oder falsch. Alles muss genau stimmen.»

Gemeinsam ist dem Ehepaar die Leidenschaft fürs Handwerk. Margrit Schriber liebt das Planen und Einrichten von Wohnungen und Häusern. «Dabei kann ich Welten schaffen wie in meinen Romanen.» Ihr Mann führt ihre Pläne aus, zum Beispiel die grosszügige Wohnung in Zofingen. Nach dem Kauf eines alten Herrschaftshauses in Frankreich vor dreissig Jahren konnten beide ihre praktische Seite richtig ausleben. «Wir haben das Haus renoviert, selber Böden gelegt, Wände gestrichen und pflegen den grossen Garten. Mit der Zeit wurde aber alles etwas viel. Deswegen bewohnen wir jetzt in der warmen Jahreszeit nur noch das Kutscherhaus.» Begeistert erzählt sie vom unkomplizierten Leben und vom Zusammensein mit Freunden und Bekannten.

Vor Kurzem konnte sie von ihrem Vater ein altes Jagdhaus am Rigi-Südhang erben. Erneut ist sie mit ihrem Mann begeistert am Renovieren. Denn Margrit Schriber ist auch mit 81 Jahren nicht müde geworden, im Gegenteil. Sie spürt bisher wenig vom Alter. «Es geht mir gut, ich habe gute Gene, lebe von innen heraus und packe gerne an. Auch im Alter kann man Neues dazulernen.» Im Frühling hat sie einen Vortrag zum Thema «Fit im Alter» für die Exposenio, die Messe für das Leben im Alter in Baden, vorbereitet. Wegen Corona wurde der Anlass auf den Oktober verschoben.

Es stört sie auch nicht, als alt bezeichnet zu werden, zum Beispiel als «die grosse alte Dame der Literatur». «Das Schreiben hält mich jung, verlangt etwas von mir und hält mich wach.» So möchte sie ihren Erzählband mit

verschiedenen Geschichten fertigstellen. Der Filmemacher Jörg Huwyler hat sie zudem zur Mitwirkung im Film «Das Korsett» angefragt. Darin berichten namhafte Frauen, was ihnen im Nachgang der 1968er-Jahre die Eingengung durch die katholische Kirche bedeutet hat.

Wie erlebt Margrit Schriber die Coronakrise? Sie zeigt auf, dass in den letzten Jahren Kultursendungen und Leseveranstaltungen durch Sparmassnahmen und Quotenzahlen eingedämmt wurden. «Kunst, die Stille braucht, wurde an den Rand gedrängt.» Sie hatte den Eindruck, Ideenreichtum, Fantasie und Beherrschung von Stilmitteln gehörten in den Freizeitpark. «Jetzt werden diese drolligen, lustigen, schrägen Vögel zur Entzückung der Leute ausgegraben. Veranstalter engagieren Computerfachleute und stellen ihr Netzwerk und Knowhow für Präsentationen zur Verfügung», freut sie sich. Sie lernte etwa, ein Video zu drehen, das vom Aargauer Literaturhaus ins Netz gestellt wird. Und Radio SRF leitete sie an, wie sie als Tontechnikerin eine Kultursendung gestalten kann. «So bin ich in meinen Kleiderschrank gekrochen, um ein gut klingendes Toninterview aufzunehmen. In Sachen Ideenreichtum und fantasievolle Auftritte gab es lange keine so spannende Zeit.»

Corona hat sie aber auch zutiefst erschreckt. «Ich habe wohl noch nie so deutlich gespürt, wie nah der Tod ist.



Und dass man überhaupt nicht vorbereitet ist, obwohl Vorsorgeformulare und Anordnungen für den Todesfall gemacht sind.» Ihr wurde bewusst, dass sie das eine oder andere noch nicht erledigt und richtiggestellt hat. «Ich habe es zum Beispiel unterlassen, einigen Menschen auszufragen, wie wichtig sie für mich sind. So bin ich nun dabei, diesen Menschen zu sagen, um wie viel einsamer ich meinen Weg ohne sie durchs Leben gegangen wäre. Wie viel Dank ich ihnen schulde. Das grösste Glück sind Menschen, die uns im Inneren nahe sind.»

Inserat

## BELVAIR



**Zentrale Reservation**  
+41 (0)81-861 06 20  
reservation@belvedere-scuol.ch  
[www.belvair.ch](http://www.belvair.ch)



## Ferien im Engadin | Scuol

Geniessen Sie unvergessliche Ferientage im Unterengadin mit Aktivitäten in der Natur, in pittoresken Engadiner Dörfern und mit Entspannung beim Wellnessen.

### SOMMERFIT IM BELVAIR

- 4 Übernachtungen
- Täglich alpines Frühstück
- Zvieri am Nachmittag
- 3 Nachtessen im Rahmen der Halbpension
- 1 Nachtessen im Restaurant Nam Thai
- 1 Dorfführung in der Region
- 1 Wandervorschlag und ein Lunchpaket
- 1/2 Tag Miete für ein E-Bike oder  
1 Römisch-Irisches Bad im Engadin Bad Scuol

AB CHF **685** pro Person

Der «ab» Preis ist auf die günstigste Zimmerkategorie & Saisonzeit gerechnet.

**Dazu täglich auch am An- & Abreisetag inklusive:**

**Engadin Bad Scuol**, unbeschränkter Eintritt, **PostAuto** in der ganzen Region inkl. Samnaun, **Rhätische Bahn** bis nach Zernez, **Bergbahn Motta Naluns & Ftan** (gemäss Betriebszeiten).



Partner-  
angebot

## Mit smarten Notruflösungen ist Hilfe nie weit entfernt.

Die Notruflösungen von «SmartLife Care» bieten Sicherheit für Notrufnutzer und ihre Angehörigen. Die drei intelligenten Bausteine für individuelle Notruflösungen entsprechen höchsten technischen und ästhetischen Ansprüchen:



### 1. Der passende Notrufknopf

SmartLife Care bietet verschiedene Notknöpfe an: Vom kostenlosen Basisknopf bis zum individuellen Designarmband, echten Uhren oder schmacken Medaillons.

### 2. Das optimale Basisgerät

SmartLife Care hat für jedes Bedürfnis das passende Basisgerät: Für zu Hause, unterwegs mit GPS oder beides.

### 3. Das richtige Abonnement

SmartLife Care bietet mehrere Wahlmöglichkeiten an: Vom Basisabo mit ausschliesslich persönlichen Kontaktpersonen bis hin zur Profilösung mit Hilfe direkt über die Notrufzentrale.



Gerne beraten und unterstützen wir Sie bei der Wahl der individuellen Notruflösung, Bestellung, Installation, Registrierung und weiteren Serviceleistungen. **Melden Sie sich bei uns!**

Pro Senectute Kanton Luzern, Maihofstrasse 76, 6006 Luzern

Telefon 041 226 11 52, [bildung.sport@lu.prosenectute.ch](mailto:bildung.sport@lu.prosenectute.ch), [www.lu.prosenectute.ch](http://www.lu.prosenectute.ch) > hilfen > notruflösungen

Partner:



Ein Unternehmen von swisscom und helvetia

# «Unmögliche Aufgaben»

In über 150 Fitnessstudios wird das nach ihm benannte Kieser Training praktiziert. Werner Kieser, Pionier des Krafttrainings, wird dieses Jahr 80 Jahre alt. Der erfolgreiche Unternehmer studierte mit über 60 Philosophie und führt ein geregeltes, aber spannendes Leben.

VON ROBERT BOSSART

«Endlich habe ich Zeit, all die Bücher zu lesen, die sich über die Jahre gestapelt haben.» Werner Kieser kann auch der Coronakrise Positives abgewinnen. Er ist einer, der das Leben und das, was es bietet, als Chance sieht. «Unser Leben wird von Zufällen bestimmt. Entscheidend ist, was wir damit anfangen.» Werner Kieser hat so einiges aus seinen «Zufällen» gemacht. Aus dem ehemaligen Schreinerlehrling ist ein Krafttrainings-Pionier und erfolgreicher Unternehmer geworden. Er hat viel bewegt und bewirkt in seinem Leben – und ist nie davor zurückgeschreckt, wenn es darum ging, scheinbar unverrückbare Berge zu versetzen.

«Mich reizen schwere oder gar unmöglich scheinende Aufgaben. Wenn alle sagen, das geht nicht, dann habe ich stets weitergemacht.» So war es auch, als er sich 1959 kurz vor den Schweizer Meisterschaften im Boxen eine Rippenfellquetschung zuzog und es hiess, er solle pausieren. Das ärgerte ihn. Schliesslich hörte er, dass Krafttraining die Heilung beschleunigen würde. Sein Umfeld inklusive sein Arzt schüttelten den Kopf, aber Werner Kieser liess sich nicht beirren.

Und so richtete er in der Waschküche seiner Mutter einen Krafraum ein, baute sich aus Metallteilen seine erste Maschine zusammen. Mitte der Sechzigerjahre stiess er damit gröss-

tenteils auf Unverständnis. «Manche sagten mir, das sei Schrott. Eigentlich hatten sie ja recht damit, denn ich holte die einzelnen Komponenten tatsächlich vom Schrottplatz.» Die Kritiker begannen zu verstummen, als Anfang der Siebzigerjahre die Fitnesswelle kam. «Plötzlich galt ich als Pionier.»

Wäre Fitness nicht zu einer Modeerscheinung geworden, wäre alles anders gekommen, gibt Werner Kieser rückblickend zu bedenken. Was mit einer verrückten Idee begann, entwickelte sich zu einem erfolgreichen Geschäftsmodell. Er übernahm die Vertretung für die amerikanischen Nautilus-Geräte in Europa, ab 1980 expandierte er mit seinen Fitnessstudios in der Schweiz auf Franchisebasis, später kamen weitere Studios in Deutschland und Österreich hinzu. Zudem schrieb er verschiedene Bücher. Sein wohl bekanntestes Werk trägt den Titel «Ein starker Körper kennt keine Schmerzen».

## Mit Kreativität zum Erfolg

Der grosse Erfolg von Werner Kieser erstaunt umso mehr, wenn man bedenkt, dass er eigentlich ein Self-made-Unternehmer war, der keine betriebswirtschaftliche Ausbildung im Rucksack hatte. Der 79-Jährige lächelt. Ein Erfolgsgeheimnis sei, so verrät er, dass er stets aus Fehlern gelernt habe.

Foto: Kieser Training AG/Michael Ingenweyen



**Werner Kieser:** «Krafttraining beschleunigt den Aufbau des Körpers auf Kosten des Abbaus.»

Und er hat die Fähigkeit, die passenden Mentoren zu finden, von denen er in seinem Leben immer wieder profitieren konnte. Damals war es Gustav Grossmann, ein Erfinder und Rationalisierungsfachmann. «Er lehrte mich, Fehler methodisch zu verwerten, statt sie unter den Teppich zu kehren.»

So hat er sich als junger Unternehmer mit Mängeln befasst, diese analysiert und sich gefragt, wie man diese beheben könnte. Diese Denk- und Vorgehensweise eignete er sich mittels Fernkursen an und lernte so, wie man ein Unternehmen erfolgreich führt. «Das hat meine Kreativität gefördert. Diese besteht nicht aus wilden Gedanken, sondern aus einem Mangel und der Frage, wie man diesen ins Gegenteil verwandeln kann.»

# reizen mich»



**Werner Kieser**, geboren 1940, wuchs in Bergdietikon AG auf und absolvierte eine Schreinerlehre. Wegen einer Boxverletzung begann er sich mit Krafttraining zu befassen und eröffnete 1964 das erste Kraftstudio in Dietikon. 1967 gründete er die Firma Kieser Training. Ab 1980 kamen in der Schweiz zahlreiche weitere Studios auf Franchise-Basis hinzu, ab 1990 auch in Deutschland, Österreich und weiteren Ländern. 2017 verkaufte Werner Kieser nach 50 Jahren sein Unternehmen.

Heute lebt er zusammen mit seiner Frau, Dr. med. Gabriela Kieser, in dritter Ehe zusammen in Zürich. Sie ist VR-Mitglied und Miteigentümerin von Kieser Training. Werner Kieser ist Autor verschiedener Bücher.

■ **«Marktwert Alter» – Potenziale nutzen und fördern – zu welchem Preis?»** zu diesem Thema unterhält sich Kurt Aeschbacher mit seinen Gästen, unter anderem Werner Kieser, beim Pro SenectuteTALK am Montag, 21. Juni 2021 im KKL Luzern (siehe Agenda Seite 35).

Der Körper besteht aus Auf- und Abbauprozessen. Krafttraining, so die Grundidee von Werner Kieser, beschleunigt den Aufbau auf Kosten des Abbaus. «So einfach ist die Welt», sagt er und lacht. Und so verhält es sich auch mit dem Intellekt, deshalb hat er

immer auch «Bodybuilding fürs Gehirn» betrieben – und mit über 60 noch Philosophie- und Wissenschaftsgeschichte studiert. «Ich bin neugierig und immer auf der Suche nach den Quellen, nach dem Warum», sagt er. In dieser Zeit kam ihm seine struktu-

rierte und disziplinierte Lebensweise zugute: Die Tage dauerten von vier Uhr morgens bis zehn Uhr abends und waren durchstrukturiert. Aber es habe sich gelohnt, versichert er. «Die Philosophie hat mich gelehrt zu erkennen, dass es keine Gewissheiten gibt. Für manche mag das beängstigend sein. Für mich bedeutet es eine Erleichterung zu wissen, dass wir uns vieles nur einbilden.»

## **Vielseitig interessiert**

Heute wohnt Werner Kieser zusammen mit seiner Frau in Zürich. Mit dem Begriff «Berge versetzen» kann er nicht viel anfangen, dafür lebt er auch heute noch getreu seinem Lebensmotto, dass der Mensch am Widerstand wächst.

Jetzt, da er seine Firma verkauft hat, nimmt er es zwar etwas ruhiger. Dennoch ist ihm nie langweilig, es gibt zu viel, das ihn interessiert. Auch heute noch liebt er geregelte Abläufe – das Frühstück mit seiner Frau, die noch als Ärztin tätig ist, das gemeinsame Zeitunglesen, den Spaziergang mit den Hunden, den Mittagsschlaf. Nachmittags arbeitet er unter anderem an der Aktualisierung seiner Bücher oder befasst sich mit philosophischen Fragestellungen.

Musik nimmt einen grossen Platz in seinem Alltag ein, nach Klavier und Schwyzerörgeli lernt er gerade, wie man eine Pedal-Steel-Gitarre mit Händen und Füssen bespielt. «Eine spannende koordinative Herausforderung.» Und ja, seine Muskeln trainiert er selbstverständlich auch heute noch regelmässig. Das erhält ihn jung, er betont aber, dass auch das Geistige und Menschliche wichtig sind. «Ich habe einen grossen Freundeskreis und finde es spannend zu sehen, womit sich andere Menschen beschäftigen.»

# «Man darf den Respekt vor



**Mineur Franz Gasser-Furrer:**  
«Die Technik, die Instrumente  
und das Wissen haben sich  
im Verlauf meiner Karriere  
enorm weiterentwickelt.»

Foto: Heidi Stöckli

Der Mineur – ein Beruf mit mystischer Ausstrahlung. Franz Gasser-Furrer, Sprengmeister im Ruhestand, hat in seinem Berufsleben bergeweise Fels detonieren lassen. Meistens ging es darum, dem Berg einen Weg abzuringen.

VON HEIDI STÖCKLI

«Keine Baustelle am Berg war gleich. Die Tätigkeiten, die Gesteinsbeschaffenheiten, die Aufträge unterschieden sich enorm. Dazu kam praktisch immer auch etwas Unvorhersehbares. Das war sehr spannend, aber auch herausfordernd», sagt der ehemalige Mineur Franz Gasser-Furrer. Er war über 45 Jahre für die Gasser Felstechnik AG im Einsatz. Die Firma ist spezialisiert auf die ganz schwierigen Fälle am Berg. Ihr Portfolio reicht vom Untertagbau über Felssicherungen und Sprengarbeiten bis zum Tiefbau. Die Arbeiter mit der orangeleuchtenden Sicherheitsbekleidung und dem blau-weissen G auf dem Rücken sind aber auch auf normalen Hochbaustellen anzutreffen.

«Bei meinem ersten Einsatz als verantwortlicher Sprengmeister hatte ich Sicherheitssprengungen beim Balmgütsch in Lungern zu machen. Da sprengten wir total 23 000 Kubikmeter Gestein aus dem Berg. Darüber wurde sogar im Fernsehen berichtet», sagt der 66-jährige Obwaldner. Volumenmässig eines seiner grössten Projekte war aber beim Emosson-Stausee, wo 40 000 Kubikmeter Fels abge-

tragen und zu einem Schutzdamm geformt wurden. Die Technik, die Instrumente, das Wissen haben sich während seiner Karriere enorm entwickelt und die Arbeit auch angenehmer gemacht. Früher habe man eher erst mal gesprengt und dann weitergeschaut. Heute werden satellitengestützte Geräte zur geologischen Vorerkundung eingesetzt. Die Projektleitung macht Messungen, Sondierbohrungen, kleine Testsprengungen und protokolliert Erschütterungen in der Umgebung. Gasser-Furrer stellt auch fest: «Die Anzahl der Projekte nahe von Siedlungen oder bei Häusern ist natürlich auch angestiegen. Oft mussten wir Sicherungsarbeiten in der Nähe von militärischen Bauten machen, welche mit hochsensiblen Geräten ausgestattet waren. Da mussten wir sehr vorsichtig ans Werk gehen.»

Gute Beispiele für Projekte in hochsensiblen Umfeld sind auch die ehemaligen Baustellen bei der Klinik St. Anna Luzern, wo bei laufendem Spitalbetrieb unterhalb der Operationsäle gearbeitet wurde, oder beim CERN in der Region Genf. «Bei Baustellen in ganz abgelegenen Gebieten, die

# dem Berg nie verlieren»

dann auch noch in schwer zugänglichem Gelände stattfinden, sind wir stark eingeschränkt, was die Maschinenauswahl betrifft. Da ist man dann plötzlich wieder sehr handwerklich am Arbeiten. Beim Bettmerhorn im Wallis beispielsweise waren wir zwei Sommer lang in ganz schlechtem Felsen unterwegs. Die Absicherungen nach dem Vortrieb waren aufwendig und die Materialanlieferung durch eine kleine Transportbahn beschränkt. Das wurde ein sehr kostenintensiver Skitunnel», so Gasser-Furrer.

Bei grossen Projekten war die Zusammenarbeit im Team jeweils der Schlüssel zum Erfolg. Gasser-Furrer führt aus: «An Grossbaustellen mit mehreren Fremdunternehmen beobachteten sich anfangs alle gegenseitig skeptisch. Können die auch etwas? Verstehen sie etwas von ihrem Fachgebiet? Hatte man sich dann die Anerkennung erarbeitet, liefen die Projekte nach Plan – oder sogar besser.»

## Gast im eigenen Haus

Mineur wird man bei der Arbeit. Es gibt keine Berufslehre. Viele kommen vom Bau. So startete auch Gasser-Furrer als Bauarbeiter ins Berufsleben. Nach der Tiefbaupolierschule assistierte er den damals oft aus Deutschland stammenden Sprengmeistern. Dann machte er die verschiedenen Sprengausweise – vom A- (mit 25 Kilogramm Sprengstoff pro Sprengung) bis zum C-Ausweis, der Grossbohrlochzulassung. Diese Ausweise mussten regelmässig mit Weiterbildungskursen verlängert werden. Das Risiko, nachlässig zu werden, darf man auf diesem Gebiet nicht eingehen. «Trotz modernster Technologie und Mehrfachabsicherungen müssen wir immer grössten Respekt vor dem Berg wahren. Exponierte Lagen, lose Felsblöcke, Chemikalien, Sprengstoff oder die schweren Maschinen sind alles Risikofaktoren, die sich multiplizieren können», so Gasser-Furrer. Leider wurde er auch Zeuge von Unfällen: «Das waren schwere Momente, bei denen sich alle fragten, wie sie vermeidbar gewesen wären. Die Frage nach dem ›Warum‹ beschäftigt einen dann noch lange.»

Der zweifache Vater war nicht viel zu Hause, oft nur als Wochenendaufenthalter: «Die Wege von den meist abgelegenen Baustellen waren weit, und im Schichtbetrieb war die freie Zeit knapp. Es war schon ein merkwürdiges Gefühl, Gast im eigenen Haus zu sein.» Dementsprechend war es eine Wohltat fürs Familienleben, als Projekte in der nahen Umgebung, wie etwa die Umfahrung seines Wohnorts Lungern, anstanden. Die letzten vier Jahre seiner Berufstätigkeit war Gasser-Furrer teilpensioniert und arbeitete noch in einem 20-Prozent-Pensum: «Eine ideale Lösung für alle

Beteiligten. Ich konnte so mein Know-how ohne den Druck der Projektverantwortung weitergeben und mich gleichzeitig an den Ruhestand gewöhnen.»

Ob am überhängenden Felsen, abgeseilt, im Klettergurt, mit Hunderten von Metern Luft unter den Füßen oder unter Tag: Die Arbeitsbedingungen zehrten an den Kräften. «Unter Tag ist es feucht, staubig, heiss und eng. Dort über längere Zeit zu arbeiten, war schon eine Belastung für Körper und Geist», beteuert der Neupensionär. Die Zeiten, wo Mineure an Staublungen starben, sind jedoch schon lange vorbei. Heute hat der Schutz des Arbeiters oberste Priorität. Es gelten strenge Vorschriften, deren Einhaltung von der Suva oder von der örtlichen Bauleitung geprüft werden. «Heute haben wir auch besseres Sprengmaterial. Damit können die äusserst versierten Sprengmeister viel präziser arbeiten», so Gasser-Furrer. Alfred Nobels Erfindung des Dynamits hat vor über 150 Jahren den Berg- und Tunnelbau revolutioniert. Die Weiterentwicklungen des Sprengstoffs haben die Profession des Mineurs in den letzten Jahrzehnten stark verändert – was bleibt, ist der Berg.

Inserat

## menschlich – herzlich – nah Dienstleistungen des SRK im Kanton Luzern

### Beratung zu Hause



041 418 70 10

### Entlastungsdienste



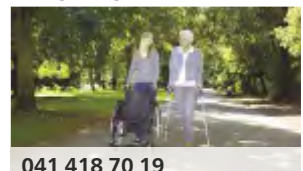
041 418 70 31

### Fahrdienste



041 418 70 18

### Hilfsmittel



041 418 70 19

### Notrufsysteme



041 418 70 11

### Patientenverfügung SRK



041 418 70 10

[www.srk-luzern.ch](http://www.srk-luzern.ch)

Schweizerisches Rotes Kreuz  
Kanton Luzern



# «Ich war nicht der einsame Besserwisser»

In den 1960er-Jahren bereitete Ambros Uchtenhagen\* die Sozialpsychiatrie vor, in den 1990er-Jahren half er mit, die pragmatische Schweizer Drogenpolitik zu entwickeln. Beruflich hat der Psychiater Berge versetzt. Doch er musste auch private Herausforderungen bestehen.

INTERVIEW ASTRID BOSSERT MEIER

***Der Glaube versetzt Berge, heisst es in der Bibel. Kann man wirklich alles erreichen, wenn man nur daran glaubt?***

Das wäre zu einfach. Doch die Überzeugung, dass man ein gesetztes Ziel erreichen kann, hilft, sich überhaupt daran zu wagen. In meinem Leben konnte ich dann «Berge versetzen», wenn ich mich der jeweiligen Herausforderung gewachsen glaubte und wenn andere ihre Unterstützung signalisierten.

***Wer Berge versetzen und etwas erreichen will, muss also andere mit ins Boot holen können?***

Ich war nicht der einsame Besserwisser. Ich liess mich auf Probleme ein, die auch andere erkannten. Ich verdichtete meine eigenen und fremde Erfahrungen zu einem zukunftsfähigen Konzept, mit dem ich andere überzeugen konnte – Fachleute, Behörden, Medien. Wichtig war aber auch, bei der Umsetzung fortlaufend positive wie negative Auswirkungen zu dokumentieren und auszuwerten. So ergab sich ein Netzwerk aus Überzeugungsarbeit.

***Mit Ihrer Überzeugungskraft haben Sie viel erreicht. In den 1960er-Jahren bereiteten Sie die Sozialpsychiatrie vor mit dem Ziel, Kranke klinikextern in die Gesellschaft zu integrieren. Zudem gelten Sie als ein Pionier der Schweizer Drogenpolitik, die auf Betreuung statt Strafe setzt. Damit konnten Sie zu Beginn keine Berge***

***versetzen. Ihre Ideen stiessen auch auf Widerstand!***

Herausforderungen erlebe ich als Inspiration, als Chance, mich zu bewähren, und als Chance, Abhilfe für ein Problem zu schaffen. In der Drogenpolitik beispielsweise habe ich vielfach erfahren, dass man den Betroffenen mit einer repressiven, bestrafenden Politik vor allem schadet, dass sich ihre Situation verschlimmert und ihre Angehörigen und ihr Umfeld in Mitleidenschaft gezogen werden. Das hat meine Überzeugung gestärkt, einen neuen Weg zu suchen. Wie dieser Weg aussehen könnte, habe ich in meiner Arbeit mit psychisch Kranken gelernt. Sucht ist eine Form von psychischer Krankheit.

***Warum waren Sie sicher, dass Repression in der Drogenpolitik nicht zum Ziel führt, sondern Ihr Weg der richtige ist?***

Ich war nicht sicher. Aber ich wusste, dass dieser Weg eine grosse Chance für viele Betroffene sein konnte. Wir bauten auf den positiven Erfahrungen mit therapeutischen Gemeinschaften für Drogenabhängige auf, aber auch auf den Vorteilen der methadongestützten Therapie, welche zu weniger Rückfällen führte als eine reine Abstinenzbehandlung. Das ermöglichte den Betroffenen eine Neuorientierung der Lebensführung, vielfach die Überwindung der Sucht.

***Auch Ihr privates Leben als Ehemann von Lilian Uchtenhagen, die als erste Frau für den Bundesrat kandidiert hat und gescheitert ist, war geprägt von Herausforderungen, Druck und Belastung. Wie sind Sie damit umgegangen?***

Im privaten Bereich galt es, immer wieder die Basis für unser gemeinsames Leben zu finden. Voraussetzung dafür war ein Zusammengehörigkeitsgefühl, das stärker blieb als das, was uns die unterschiedlichen beruflichen Heraus-

---

\* **Ambros Uchtenhagen** (92) ist emeritierter Professor für Sozialpsychiatrie und gilt als ein Wegbereiter des Vier-Säulen-Drogenmodells des Bundes mit Prävention, Therapie, Schadensminderung und Repression. Er war verheiratet mit der 2016 verstorbenen Lilian Uchtenhagen, welche 1983 beinahe zur ersten Bundesrätin gewählt wurde. Das Paar hatte drei Adoptivkinder.



**Ambros Uchtenhagen** in seinem Atelier, wo er sich seit seiner Emeritierung der Kunst widmet.

forderungen und persönlichen Entwicklungsschritte an Problemen bereiteten. Eine wichtige Rolle spielten die Familie, gemeinsame Aktivitäten. Wir hatten drei Waisenkinder adoptiert. Undenkbar, sie bei uns aufzunehmen und sich wegen persönlicher Differenzen wieder von ihnen zu trennen. Mehr noch: Die drei mit ihrer wachsenden Lebensfreude waren ein Quell gemeinsamer Lebensfreude.

**Was hat Ihnen in Ihrem Leben am meisten Kraft abgefordert?**

Die grösste Herausforderung war stets die jeweils aktuelle. Herausforderungen anzunehmen, hat sich immer gelohnt, auch wenn es Situationen gab, in denen ich überfordert war. So kam ich an meine Grenzen, als einer unserer Bubens in der Pubertät eine schwer erträgliche Entwicklung nahm. Lange quälte mich der Gedanke, wie ich ihm besser hätte helfen können.

**Wie haben Sie in schweren Zeiten Kraft gefunden?**

Mein Leben war und ist nur möglich dank allem, was ich

von anderen Menschen empfangen habe. Meine Eltern hatten mich trotz meines Werdegangs mit Umwegen akzeptiert in der Überzeugung, dass ich doch Erfolg haben werde. Als Werkstudent, dann als Arzt und angehender Psychiater und Psychotherapeut erfuhr ich ebenfalls Förderung, insbesondere durch zwei Professoren. Als es darum ging, eine zeitgemässe psychiatrische Versorgung zu schaffen, erhielt ich nachhaltige politische Unterstützung. All dies gab mir Kraft, meinen Weg weiterzugehen.

**Heute sind Sie 92, stehen dennoch mitten im Leben. Sie mischen sich in politische Prozesse ein, malen, schreiben ... Die Coronaepidemie hat auch Ihr Leben von einem Tag auf den anderen verändert. Fühlen Sie sich als «gefährdete Person» durch die Anweisungen des Bundesrats diskriminiert oder geschützt?**

Ich weiss um meine Gefährdung und lebe unter einem strengen Regime der Risikovermeidung, das ich mir auferlege. Die Anordnungen des Bundesrats gelten nicht nur dem Schutz der am meisten Gefährdeten, sondern insbesondere dem Schutz der Bevölkerung. Das ist voll zu respektieren.

**Was macht die Coronakrise aus sozialpsychiatrischer Sicht mit den Menschen, insbesondere auch mit der älteren Generation?**

Wie Menschen auf eine Pandemie reagieren und ihr Leben anpassen, das ist individuell sehr unterschiedlich. Der Schriftsteller und Philosoph Albert Camus hat in «La Peste» den Widerstand der Menschen gegen physische und moralische Zerstörung eindrücklich beschrieben. Das ist heute nicht anders. Aber es stehen uns mehr Möglichkeiten zur Verfügung, mit der Vereinsamung einfacher umzugehen – ich denke insbesondere an moderne Kommunikationsmittel wie Mail, Skype oder Facetime. Leider sind wie immer jene von der Krise am stärksten betroffen, die schon vorher Probleme mit ihrer sozialen Integration hatten.

**Normalität kehrt so schnell nicht wieder ein. Wie wird das Coronavirus unsere Gesellschaft verändern?**

Es zwingt uns, Entscheidungen zu fällen. Wir müssen abwägen zwischen optimalem Selbstschutz und einem Leben ohne grosse Einschränkungen im Kontakt zu anderen. Es zwingt unsere Gesellschaft aber auch, zwischen egoistischen Eigeninteressen und solidarischem Verhalten abzuwägen – beispielsweise gegenüber Menschen, die durch die Krisenzeit wirtschaftlich ruiniert sind. Ich weiss nicht, ob wir das schaffen. Ich hoffe es. Denn es ist die Hoffnung, die «Berge versetzt», was auch immer diese Hoffnung weckt und am Leben hält.

# Sich engagieren und Gutes tun

Sich einbringen, Dinge anpacken und Projekte umsetzen: Vreni Moser-Laubi und Brigitte Peter-Hodel haben in ihrem Leben viel geleistet und erreicht. Im Gespräch mit Zenit-Redaktorin Monika Fischer erzählen sie, weshalb sie sich auch in der Coronakrise für andere einsetzen und wie sie selber damit umgehen.

## Vreni Moser-Laubi, 78



Fotos: Peter Lauth

In den Jahren ihres vielseitigen politischen und sozialen Engagements hat sich Vreni Moser-Laubi einen grossen Freudes- und Bekanntenkreis aufgebaut. Diesen aktiviert sie in der Coronakrise mit dem Telefon. Es geht ihr gut. Doch möchte sie auch wissen, was die anderen brauchen.

Durch die Heirat kam Vreni Moser-Laubi 1968 nach Luzern. Ihren Mann Hans Moser hatte sie auf einer Pfadiwallfahrt kennengelernt. Geprägt durch das zwinglianische Zürich wollte sie ihre Talente nutzen. Die Mutter zweier Söhne arbeitete, wo sie gefragt war, redigierte Leserbriefe fürs «Vaterland» und kommentierte Modeschauen.

Mehr und mehr interessierte sie sich auch für das öffentliche und politische Leben. Bekannt durch ihre

klare und unverblümete Art, meinte ein Bekannter zu ihr: «Eher kommt ein Kamel durchs Nadelöhr als du in den Grossen Rat.» Er hatte sich getäuscht. Sie schaffte die Wahl und arbeitete 14 Jahre im Kantonsrat mit.

Sie liebt das Organisieren und schätzt es, dabei immer wieder Neues zu lernen. Mit viel Einsatz engagierte sie sich im Vorstand und als Präsidentin der Frauenzentrale Luzern und Umgebung, als Kirchenrätin der katholischen Kirchgemeinde und als

Bürgerrätin der Stadt Luzern, wo sie die Direktion Heime leitete. Daneben wirkte sie in Vereinen und in der Familienpolitik mit und unterrichtete Frauen im richtigen Auftreten und Reden. «Natürlich bildete ich mich parallel zu diesen Aufgaben immer weiter und lernte auch neue Techniken kennen», freut sie sich rückblickend.

Der grösste Einschnitt in ihrem Leben war der plötzliche Tod ihres Mannes vor sieben Jahren. Hilfreich war für sie seine vorbereitete Mappe mit der Aufschrift «Todesfall». Nach dem Vorbild der früh verwitweten Mutter wollte auch sie nicht im Selbstmitleid versinken. Sie suchte aktiv nach Unterstützung und fand diese unter anderem in einer Trauertreff-Gruppe. «Es tat gut zu sehen, dass andere genauso leiden und wie sie mit der Situation fertigwerden.»

### Die Situation annehmen

Die Coronakrise hat Vreni Moser nicht aus der Bahn geworfen, im Gegenteil. Sie fragt sich vielmehr, wie sich ihre Eltern wohl fühlten, als der Zweite Weltkrieg losbrach. Trotz der damaligen Bedrohungssituation hatten sie es gewagt, eine Familie zu gründen. «Wir müssen die Situation



annehmen, wie sie ist», meint sie pragmatisch. Es sei wichtig, angesichts der verordneten Massnahmen das Denken nicht zu vergessen. «Wir müssen uns selber überlegen, was wir verantworten können, und uns zum Beispiel regelmässig bewegen.»

Sie möchte in dieser Zeit nicht nur für sich Gutes tun, sondern fragt sich auch, was andere jetzt brauchen. In den ersten Tagen des Hausarrestes nahm sie sich vor, täglich vier Personen anzurufen, mit denen sie seit längerem keinen Kontakt mehr hatte. «Die alten Bekannten freuten

sich, wieder einmal von mir zu hören. Wir hatten einander viel zu erzählen.» Sie erfuhr, dass es den meisten trotz Krise gut geht. Sie haben wenig Angst um sich selber, machen sich jedoch Sorgen über die Zukunft der jungen Menschen.

Gerne nimmt sie an dem von Nachbarn organisierten Apéro im Hof teil. «Natürlich im gebotenen Abstand», sagt sie mit Hinweis auf die von ihr entwickelte Dankeskarte, mit der sie ebenfalls viel Freude bereiten kann. Es ärgert sie zwar ein wenig, dass sie vorläufig keine Kon-

zerte, keine Chorproben oder Veranstaltungen der Senioren-Uni besuchen kann. Auch vermisst sie die Freiheit, unterwegs zu sein. Doch findet sie: «Wir jammern auf hohem Niveau.»

Die dreifache Grossmutter ist dankbar für ihr reiches Leben. «Unserer Generation geht es gut. Wir haben wohl viel gearbeitet. Doch hatten wir auch Glück, dass wir von grossen Krisen verschont wurden. Deshalb sollten wir auch grosszügig sein gegenüber jenen, denen es jetzt nicht so gut geht.»

## Brigitte Peter-Hodel, 68



Im April konnte Brigitte Peter nicht wie geplant für zwei Monate nach Südafrika reisen. Dort hat sie nach der Pensionierung als Lehrerin für Textiles Gestalten in den Townships verschiedene Nähprojekte für Frauen und Kinder aufgebaut. Ihre Strategie der Hilfe zur Selbsthilfe hat sich bewährt. In der Coronakrise arbeiten die Frauen selbstständig weiter.

Aufgewachsen mit fünf Geschwistern auf einem kleinen Heimetli mit sechs Kühen, ist sich Brigitte Peter ein einfaches Leben gewohnt. Nach dem Besuch des Seminars für Handarbeitslehrerinnen in Luzern und kurzer

Berufstätigkeit lernte sie bei einer Reise durch die USA, auf eigenen Beinen zu stehen und sich unkonventionell mit wenig Geld durchzuschlagen.

1978 besuchte sie ihren Freund in Kapstadt, der dort im Kraftwerkbau

arbeitete. Bei ihrem halbjährigen Aufenthalt lernte sie die Apartheid, die klare Trennung von Weissen und Schwarzen, kennen. «Es war ein menschenverachtendes, entwürdigendes System, was ich allerdings erst später realisierte.» Ihr war klar: Sie wollte nie mehr in dieses Land reisen. Geblieben ist ihr die Freundschaft mit einer Englischlehrerin.

Neben Heirat, der Geburt zweier Kinder und Scheidung unterrichtete Brigitte Peter je 20 Jahre als Fachlehrperson für Textiles Werken in Emmenbrücke und Oberkirch. Schulmüde geworden, besuchte sie mit 60 ihre Freundin in Südafrika. Dabei lernte sie Marcus Solomon, den Leiter des Children's Resource Centre (CRC), und seine Projekte für Frauen und Kinder in den Townships kennen. «Das sind Wohnsiedlungen, die während der Rassentrennungspolitik in Südafrika für die schwarze, farbige und indische Bevölkerung errichtet wurden, dicht bevölkerte Hüttenviertel aus Wellblech und Pappkarton mit geringer Infrastruktur.»

Bei einem Filzworkshop mit Kindern erkannte sie, wie viel schon mit geringem Einsatz bewirkt werden

kann. Solomon zeigte ihr den Wonderbag, eine Art Slow Cooker. In dem mit Sagex-Kügelchen gefüllten Sack kann ein Gericht in einer Pfanne drei bis vier Stunden nachgaren und bleibt zehn Stunden warm. Dadurch können Kinder vor bösen Verbrennungen geschützt werden, und es kann Strom, der in den Townships rar ist, gespart werden.

Könnten die Frauen ihren eigenen Wonderbag (S. Bild Seite 17) nähen? Diese Frage liess ihr keine Ruhe. In die Schweiz zurückgekehrt, probierte sie die Arbeit aus. Ein Jahr später reiste sie wieder nach Südafrika, wo die Organisation inzwischen die ersten Nähmaschinen bekommen hatte. Sie kaufte Stoff aus eigenem Geld und brachte den Frauen Grundkenntnisse im Nähen bei. «Als ich ihre Begeisterung und brachliegenden Ressourcen sah, wusste ich, was ich nach der Pensionierung machen wollte.» Brigitte Peter eröffnete ein Spendenkonto für Südafrika und konnte es kaum erwarten, bis sie starten konnte.

Seit ihrer Pensionierung mit 62 reist sie jedes Jahr im Frühling und Herbst nach Kapstadt und arbeitet je zwei Monate mit Gruppen von Frauen und Kindern. Zahlreiche Wonderbags wurden genäht, die Kursteilnehmerinnen gleichzeitig in gesunder Ernährung und im Kochen unterrichtet. Viele wurden sogar zu Trainerinnen ausgebildet. Damit das

Projekt auf soliden Beinen steht, sorgt seit vier Jahren der Verein «Swiss Township Network» für Rechenschaft über die Verwendung der Spendengelder ([www.swisstownshipnetwork.ch](http://www.swisstownshipnetwork.ch)).

Inzwischen engagiert sich der Verein auch in einem weiteren, von einheimischen Frauen gestarteten Pro-

## «Nähprojekte für Frauen und Kinder ermöglichen in den Townships Hilfe zur Selbsthilfe.»

jekt: im Nähen von mit kaltem Wasser waschbaren Stoffbinden für Mädchen und Frauen. Diese werden auch angeleitet, wie sie die Binden verwenden und waschen müssen. Denn Millionen von Frauen und Mädchen in den Townships können sich Wegwerfbinden nicht leisten. Sie behelfen sich mit allem Möglichen und bleiben während ihrer Tage zu Hause.

Trotz der gefährlichen Situation im Land hat Brigitte Peter bei den Aufenthalten in «ihrer zweiten Heimat» keine Angst. «Ich bin mit guten Menschen zusammen und befolge die Ratschläge der Einheimischen. Wenn ich sehe, mit wie wenig die Leute leben, werde ich bescheiden und bin dankbar, angesichts der Ungerechtigkeiten in dieser Welt etwas für andere tun zu dürfen.»

Seit Ausbruch der Coronakrise macht sie sich grosse Sorgen um die Menschen in Südafrika. Sie weiss, wie schnell sich Covid-19 in den engen Verhältnissen mit den geringen Möglichkeiten zur Einhaltung der hygienischen Vorschriften in den Townships verbreitet. Bei ihren regelmässigen Kontakten hat sie erfahren, dass alle als Trainerinnen ausgebildeten Frauen eine Nähmaschine haben.

Wenn sie Material haben, können sie Wonderbags und Binden selbstständig nähen und verkaufen. Dank einer Spende haben die Frauen der Organisation sogar eine Art Gassenküche auf die Beine gestellt. Dort bieten sie Kindern und Bedürftigen einmal täglich eine warme Mahlzeit an. Diese Nachrichten sind eine Bestätigung für das auf der Hilfe zur Selbsthilfe aufgebaute Projekt. Es braucht jedoch noch einige Unterstützung, bis dieses selbstständig ist. Brigitte Peter wartet sehnsüchtig darauf, wieder reisen zu können. Bis dahin unterstützt sie «ihre» Frauen und Kinder so gut wie möglich aus der Schweiz.

Sie engagiert sich auch bei der Betreuung kranker Familienmitglieder, näht Masken aus mit 80 Grad waschbarer Baumwolle und hilft ihrer Tochter Sarah bei der Feldarbeit im Projekt «Randebandi», einer Gemüsebau-Kooperative für solidarische Landwirtschaft.

Inserat



Spitalregion Luzern/Nidwalden

 **luzerner kantonsspital**  
LUZERN SURSEE WOLHUSEN

**Wir sind immer für Sie da**  
24 Stunden am Tag, 365 Tage im Jahr.

Kompetenz, die lächelt.



Foto: Peter Lauth

## «Alles scheint wie gewohnt und ist doch ganz anders»

Im Bewusstsein um seine Endlichkeit hat das Leben einen anderen Stellenwert. Covid-19 zeigt unsere Verletzlichkeit auf. Auch in unserer westlichen Welt ist nicht alles sicher, nicht alles machbar. Zenit-Redaktorin Monika Fischer will sich deshalb aber nicht von Angst lähmen lassen, sondern sich auf das Leben ausrichten.

Gespannt verfolge ich im Februar die Nachrichten. Das Coronavirus kommt immer näher. Unvorstellbar, dass es auch uns treffen könnte. Die Zahlen der infizierten Menschen steigen und steigen. Mein Magen zieht sich zusammen, ein banges Gefühl erfasst mich.

Am 16. März verlassen die letzten Arbeiter unsere Gartenwohnung. Vier Wochen lebte ich wegen eines Wasserschadens auf einer Baustelle. Endlich wieder ungestört zu Hause wohnen, welch ein Geschenk! Am gleichen Tag wird der Lockdown ausgerufen. Schulen, Läden, Restaurants werden geschlossen. «Bleiben Sie zu Hause! Besonders wenn Sie zu einer Risikogruppe gehören oder über 65 Jahre alt sind!» Beim vielfach wiederholten Aufruf des Bundesrats läuft es mir kalt den Rücken hinunter. Ich kann die Situa-

tion nicht fassen. Alles scheint wie gewohnt – und ist doch ganz anders. Ich bin wie gelähmt, unfähig, ein Buch zu lesen oder einen Text zu schreiben. Zudem bange ich um die Rückkehr meines Mannes. Dieser versteht bei seinem Sprachaufenthalt in Sibirien nicht, was in der Schweiz los ist.

### Füreinander da sein

Ich lebe zwischen Schock, Unsicherheit und Faszination. «Endlich hat die Gesellschaft die Bedeutung der Grosseltern und der Care-Arbeit erkannt», freue ich mich. Fantastisch, was die Lehrpersonen aller Stufen für das Homeschooling in kürzester Zeit auf die Beine stellten. Welche Kreativität manche Geschäfte mit Hauslieferdienst entwickelt haben. Wie schnell der Bund finanzielle Hilfe aufgelegt hat.

Wie sich eine Welle von Verbundenheit, von Solidarität und Hilfsbereitschaft über das Land ausbreitet. «Füreinander da sein», lautet die Devise. Ist es der Anfang einer neuen Gesellschaft, bei der die Sorge für Mensch und Natur im Zentrum steht anstelle von Machbarkeitswahn und dem Streben nach immer besser, schneller, mehr?

Ich will nicht weiter in Angst leben. Will keine Bilder mehr sehen von beatmeten Menschen, von überfordertem medizinischem Personal und von Sälen voller Särge. Ich will mich aufs Leben konzentrieren, auf das, was für mich wichtig ist, und will weiterhin eigenständig denken. Deshalb beschränke ich meinen Medienkonsum auf wenige Nachrichten aus verschiedenen Quellen. Und doch erfasst mich Panik, als ich von der Ausgangs-

sperre für Menschen über 65 im Kanton Uri höre. Alles in mir wehrt sich gegen einen Hausarrest. Die Bewegung in der Natur, in der frischen Luft ist für mich lebensnotwendig. Sie stärkt mein Immunsystem und bringt mich ins Gleichgewicht. Gut, dass uns der Bundesrat ein Stück Freiheit lässt!

Neben der Solidarität bekommt die Verantwortung für mich und für andere eine wichtige Bedeutung. Dazu gehört die Verantwortung für meine Gesundheit, auch für eine gesunde Ernährung. Ich schätze neben dem nahen Hofladen meinen kleinen Gemüsegarten, in dem ich Federkohl, Winterlauch, Frühlingszwiebeln, Ruccola und bald auch wieder Kresse, Spinat und Schnittsalat ernten kann.

Endlich kehrt mein Mann auf einem Umweg aus Sibirien zurück, wo er sich wie auf einem anderen Planeten fühlte. Wir richten uns im neuen Alltag ein. Endlich kann ich mich von

den Aufregungen der letzten Wochen erholen. Ich schätze die Ruhe, das prächtige Frühlingswetter, das Zwitschern der Vögel, das Zirpen der Grillen, die Farben der Blumen: Alles erfahre ich viel intensiver. Ich geniesse die Entschleunigung und nehme wahr, wie wenig wir doch zum Leben brauchen. Die Zeit scheint aufgehoben, die Tage fliessen gleichmässig dahin und werden nicht durch Sitzungen, Konzerte und Chorproben unterbrochen.

Beim Gang über den Sonnenberg gibt es bei Begegnungen auch mit zwei Metern Abstand gute Gespräche. Nähe ist auch bei körperlicher Distanz möglich. Dies erfahre ich besonders in der Familie. Fast täglich treffen Videos und Anrufe ein. Wir hören mehr voneinander als im geschäftigen Alltag. Gross ist die Freude, als uns an Ostern die erste der jungen Familien mit einem Besuch im Garten überrascht.

Wie schön, mit der Zeit auch die anderen Kinder und Enkelkinder mit Distanz wieder zu sehen!

Unser Leben ist ausgefüllt. Wie privilegiert wir doch in dieser Pandemie sind, die weltweit alle Menschen betrifft und zeigt, wie sehr wir voneinander abhängig sind! Sorgen mache ich mir um unsere Freunde in der Ukraine. Gespräche mit unseren Projektpartnerinnen und Medienberichte zeigen, wie unterschiedlich die Menschen von der Pandemie und ihren Auswirkungen betroffen sind. Die Schwächsten trifft es am stärksten. Auch in der reichen Schweiz klappt die Schere zwischen Reich und Arm weiter auseinander. Die einen stehen Schlange vor Luxusläden, die andern vor der Ausgabe von Nahrungsmitteln.

Realitäten, die schwer auszuhalten sind. Gut, gibt es die Glückskette und Hilfswerke. Sie appellieren an unsere Solidarität, grosszügig auch an jene zu



**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** · Heidi Stöckli · Legate und Erbschaften  
Maihofstrasse 76 · Postfach 3640 · 6002 Luzern  
Heidi Stöckli, Telefon 041 226 11 83  
heidi.stoeckli@lu.prosenectute.ch · lu.prosenectute.ch

Spendenkonto   
CH30 0900 0000 6000 1599 8

denken, die von der Krise besonders schwer betroffen sind.

Wie einen Stachel empfinde ich es, plötzlich zu einer Risikogruppe zu gehören, zu meinem Schutz von der Gesellschaft ausgeschlossen zu sein. Wohl bin ich mit 75 eine alte Frau. Doch habe ich keine Vorerkrankungen, bin gesund und fit wie selten im Frühling. Ich verstehe, dass der Bundesrat zu Beginn der Pandemie eine Grenze ziehen musste und aus praktischen Gründen das AHV-Alter für Männer gewählt hat.

Aber wochenlang alle über 65 in den gleichen Topf werfen? Grenzt das nicht an Altersdiskriminierung? Wurde in den letzten Jahren nicht klar unterschieden zwischen dem dritten aktiven und dem vierten abhängigen Alter? Zudem hat sich gezeigt: Das Virus ist vor allem für Menschen mit Vorerkrankungen über 80 gefährlich. Wie wird sich diese gesellschaftliche Abgrenzung auf die ohnehin ange-

schlagene Generationensolidarität auswirken? Bald kommt es angesichts der wirtschaftlichen Folgen der Pandemie zu ersten Schuldzuweisungen an die alten Menschen. Wie froh bin ich, dass neben anderen Altersorganisationen auch Pro Senectute Schweiz eine differenzierte Betrachtung der Risikogruppen fordert! In diesen Wochen lerne ich mich und andere besser kennen. Ich erfahre, wie unterschiedlich Menschen die Krise erleben und wie verschieden sie damit umgehen.

#### Mit dem Risiko leben

Mit dem zweiten Lockerungsschritt kehren der Frühling und das Leben zurück. Das Aufatmen ist spürbar. Doch warum die Warnungen vor einer möglichen zweiten Welle? Müssen die Menschen mit Angst zur Vorsicht gemahnt werden? Daniel Koch beruhigt. Beim Einhalten der Abstands- und Hygieneregeln könn-

ten wir zuversichtlich sein. Zur Beruhigung tragen auch die Daten von Statistik Luzern vom 20. Mai bei: «In den Kalenderwochen 13 bis 19 liegt die Anzahl der Todesfälle nur leicht höher als in früheren Jahren. In den Wochen 18 und 19 sind im Kanton Luzern sogar weniger Personen verstorben als in der Vorjahresperiode.»

Was bleibt, ist die Unsicherheit. Wir haben nie alles im Griff und müssen lernen, mit Risiken zu leben. Dies haben wir bei der Krebskrankheit des ältesten Sohnes vor 25 Jahren erfahren. Die Diagnose war für mich ein Schock wie bei Covid-19. «Macht euch keine Sorgen», versuchte uns der damals 24-Jährige zu beruhigen, «ich kann es nehmen, wie es ist. Wenn ich eine Chance zum Überleben habe, werde ich kämpfen. Falls nicht, kann ich es auch nehmen, habe ich doch nie etwas hinausgeschoben, sondern wirklich gelebt.»

Inserate

**Bei Vergesslichkeit und Konzentrationsmangel**



**Tebofortin®**  
**uno 240**

Dies ist ein zugelassenes Arzneimittel.  
Lesen Sie die Packungsbeilage.



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

Besuchsverbot. Hygienevorschriften. Distanzregeln. Das Coronavirus hat den Alltag von Spitalseelsorgerin Nana Amstad-Paul verändert. In der Krise wurde aber umso deutlicher: Bei einem Spitalaufenthalt bedarf nicht nur der Körper der Pflege, sondern auch die Seele.

# Seelsorge am Krankenbett

VON ASTRID BOSSERT MEIER

Auf dem Pult von Spitalseelsorgerin Nana Amstad-Paul stapeln sich Akten. Was nicht dringend war, musste warten. Wochenlang galt im Luzerner Kantonsspital LUKS ein Besuchsverbot. Erst Mitte Mai wurden die Vorschriften gelockert. Viele Hospitalisierte waren deshalb besonders dankbar, wenn jemand von der Spitalseelsorge an ihre Zimmertür klopfte.

Doch was genau will eine Theologin am Bett der Patientinnen und Patienten? «Ich will nichts», sagt Nana Amstad. «Ich mache ein Angebot.» Gemäss ihrem Auftrag der aufsuchenden Seelsorge bietet sie Menschen je-

den Glaubens ihre Zeit an. Zeit, um über Gott und die Welt zu reden. Zeit, um Gedanken, Sorgen oder Ängste mit jemandem zu teilen. Zeit, um einen spirituellen Moment wie ein Gebet oder einen Segen zu erfahren.

Seit 18 Jahren arbeitet Nana Amstad als Spitalseelsorgerin. Die 63-Jährige hat viele schwere Momente und Krisensituationen erlebt. Doch die Coronapandemie ist anders. «Die Ungewissheit machte den Unterschied», sagt sie. Werden wir in Schweizer Spitälern bald Situationen wie in Italien erleben? Was, wenn wegen Platzmangel nicht mehr alle Patientinnen und Patienten behandelt werden könnten? Fragen wie diese gingen Nana Amstad durch den Kopf, als Ende Februar die erste Schweizer Covid-19-Erkrankung diagnostiziert wurde und die Fallzahlen im Tessin jäh nach oben schnellten.

## Arbeit und Gebet

Der Pandemiestab des LUKS, zu welchem Nana Amstad als Leiterin der Seelsorge und des Care-Teams bei Bedarf zugezogen wird, arbeitete damals bereits unter Hochdruck. Und auch das Seelsorgeteam bereitete sich auf das Schlimmste vor. Mitarbei-



Foto: Astrid Bossert Meier

tende verschoben ihre Ferien, externe Seelsorgerinnen und Seelsorger wurden vorsorglich um Unterstützung angefragt. Nana Amstad hat in dieser unsicheren Zeit viel gearbeitet. Und viel gebetet: «Ich bat um Kraft und Vertrauen. Ich betete für die erkrankten Menschen und deren Angehörige, aber auch für die Mitarbeitenden, damit sie gemeinsam durchhalten würden.»

Anfang März war das Luzerner Kantonsspital mit den ersten Corona-fällen konfrontiert. Dies hat die Arbeit der Seelsorge nicht grundlegend verändert. Dennoch ist seither vieles anders. Statt nahe bei den Betroffenen am Spitalbett zu sitzen, gilt für Gespräche die Zwei-Meter-Abstandsregel. Weisses Spitalkittel und Mundschutz gehören nun zur Arbeitskleidung. Trotzdem wurden die Besuche

## Im Luzerner Kantonsspital

**LUKS** mit den Standorten Luzern, Sursee und Wolhusen teilen sich zwölf Seelsorgerinnen und Seelsorger knapp neun Stellen. Nana Amstad-Paul leitet das Team und ist Chefin des Care-Teams LUKS, welches Menschen bei traumatisierenden Ereignissen wie beispielsweise einem schweren Verkehrsunfall zur Seite steht. Nana Amstad-Paul ist katholische Theologin, 63 Jahre alt, verheiratet und Mutter von zwei erwachsenen Kindern. Sie lebt in Emmenbrücke.



**Spitalseelsorgerin Nana Amstad-Paul** vor der «Sorgenwand» im Andachtsraum des Kantonsspitals Luzern. Hier kann man Bitten, Sorgen oder einen Dank auf einen Zettel schreiben und einstecken.

Wenn Nana Amstad Patientinnen und Patienten besucht, trifft sie auch schwere Situationen an – und dies unabhängig von Corona. Das «Mit-Aushalten» sei das Anspruchsvollste an ihrem Job. Aushalten, dass ein Unfall das ganze Leben eines Menschen auf den Kopf stellt. Aushalten, dass eine Schwangerschaft nicht zu Ende getragen werden kann. Aushalten, dass eine Krebserkrankung nicht mehr heilbar ist.

Kürzlich begleitete die Seelsorgerin eine 80-jährige Covid-Patientin. Trotz aller Therapien war es nicht möglich, sie zu retten. Nana Amstad wurde gerufen, um der Patientin den Krankensegen zu erteilen. «Stellvertretend für die Angehörigen stand ich ihr bei, während die Geschäftigkeit auf der Intensivstation weiterging. Das Leben steht nicht einfach still, wenn jemand stirbt. Und doch war es schmerzlich, zu sehen, dass ein Leben unter diesen Umständen zu Ende gehen muss.»

#### **Loslassen können**

In vielen anderen Fällen ermöglichte das LUKS den Angehörigen trotz Besuchsverbot einen kurzen Moment bei schwer Erkrankten. «Man kann den Menschen nochmals mit allen Sinnen wahrnehmen. Das hilft, den Tod zu begreifen.» Nana Amstad ermutigt die Angehörigen in solchen Momenten, einer sterbenden Person mitzuteilen, was sie ihr noch sagen möchten – selbst wenn dieser Mensch nicht reagiert. «Er nimmt die Worte vielleicht nicht mehr so wahr wie wir und kann nicht mehr antworten. Trotzdem bin ich überzeugt, dass er

etwas mitnimmt.» Auch für die Angehörigen könne es sehr lösend sein, der sterbenden Person noch etwas mitteilen zu können.

Nana Amstad ist nicht nur Theologin, sondern auch Atemtherapeutin. Atem sei etwas sehr Spirituelles, sagt sie. «Der Atem verbindet das Aussen mit dem Innen.» Doch ist es nicht Gott, der den Corona-Patienten den Atem nimmt und sie mit schweren Lungenentzündungen kämpfen lässt?

«Das ist nicht mein Gottesbild», sagt Nana Amstad. «Es ist nicht Gott, der den Atem nimmt. Der Atem geht zu Ende, weil die Kraft nicht mehr da ist.» Irgendwann gehe jedes Leben zu Ende. Ob durch einen Unfall, weil eine Erkrankung die Lebenskraft nehme oder weil ein Herz mit 90 Jahren einfach müde sei. «Ich bin jedoch davon überzeugt, dass Gott mitgeht und mitträgt in seiner Liebe und Sorge für jeden Menschen.»

Nach den ersten, sorgenvollen Wochen der Coronapandemie hat sich die Situation im LUKS entspannt. Auch bei der Seelsorgerin und ihrem Team ist ein Aufatmen spürbar – obwohl sich der Spitalalltag noch nicht normalisiert hat und die Sorge einer zweiten Ansteckungswelle belastet. Doch Spitalbesuche sind wieder möglich und die Dienstleistungen der Seelsorge damit vielleicht etwas weniger gefragt. Nana Amstad nimmt das nicht persönlich. «Wie gesagt, ich mache ein Angebot und bringe jene Zeit mit, die gerade nötig ist. Manchmal fünf Minuten, manchmal zwei Stunden, und manchmal braucht es uns gar nicht.» Auch das sei gut so.

mehr denn je geschätzt. «Sie schickt der Himmel», war die Begrüssung einer Patientin, als Nana Amstad eines Morgens an deren Zimmertür klopfte. Die spontane Reaktion zeige, dass Spitalseelsorge kein Relikt vergangener Zeiten sei. «Im Spital ist immer der ganze Mensch, mit Körper und Seele, anwesend. Das lässt sich nicht trennen, und beides bedarf der Pflege.»

Unter der Einhaltung strengster Hygienevorschriften besuchte das Seelsorgeteam auch Corona-Patientinnen und -Patienten auf der Intensiv- oder Isolierstation. Manche waren intubiert und nicht bei Bewusstsein. Ist Seelsorge unter diesen Umständen überhaupt möglich? «Ja natürlich. In solchen Momenten verweilen wir nahe am Bett, in Stille und in Gedanken fest verbunden mit diesem Menschen und seinen Angehörigen.»

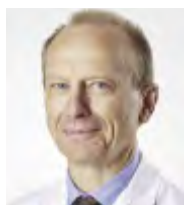
Das in der Schweiz seit Februar grassierende Coronavirus hatte weitreichende Konsequenzen auf unser Alltagsleben. Nach den harten Einschnitten kehrt nun wieder vermehrt Normalität ein. Verschwunden ist das Virus aber nicht. Christoph Henzen\*, Leiter des Departementes Medizin am Luzerner Kantonsspital, sagt, was vor allem für ältere Menschen wichtig bleibt.

# Gefragt ist Eigenverantwortung

INTERVIEW HANS GRABER

**Das Bundesamt für Gesundheit (BAG) hat im Zuge der Coronakrise alle über 65-Jährigen in die Risikogruppe eingeteilt. Diese «Grenzziehung» bei 65 Jahren war umstritten. Ihre Meinung?**

Die Grenze scheint mir in diesem Fall ziemlich zutreffend zu sein, denn alle Statistiken zeigen, dass das Alter auch ohne bestehende Vorerkrankungen der höchste und schwerwiegendste Risikofaktor für Covid-19 ist. Das Virus dockt sich nämlich in den Bronchialwänden an spezielle Fühler, den ACE2-Rezeptoren, an, die sich erst ab 35 bis 40 Jahren allmählich ausbilden. Im Alter von 65 bis 70 sind sie dann voll ausgeprägt. Je älter man also ist, desto mehr Andockmöglichkeiten hat das Virus und kann so am ehesten die gefürchteten Entzündungsreaktionen auslösen. Das relativ späte Heranbilden dieser Rezeptoren ist auch der Grund dafür, dass die allermeisten infizierten Kinder und Jugendlichen oft gar nicht richtig krank werden.



**\*Prof. Dr. med. Christoph Henzen** ist Leiter des Departementes Medizin und Chefarzt Innere Medizin & Endokrinologie-Diabetologie am Luzerner Kantonsspital. Aufgewachsen ist der 60-Jährige in Lalden im Oberwallis. Christoph Henzen ist verheiratet und Vater von vier Kindern. Als Hobbys

nennt er Sport («Alles, was mit Bewegung zu tun hat, von Fussball bis Skifahren»), Lesen («von Klassikern bis Science-Fiction») und Musik. Er ist Gitarrist in einer Freizeitband mit vielseitigen Stilrichtungen, von Rock über Country bis zu Liedern von Mani Matter.

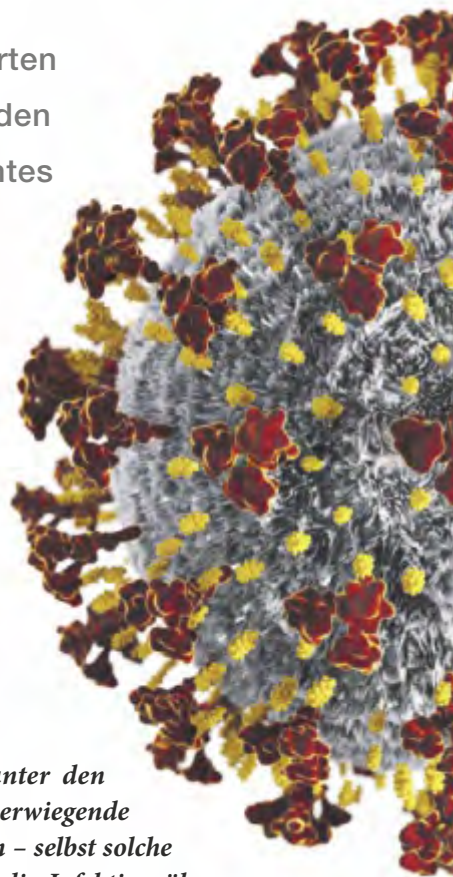
**Gleichzeitig hat auch unter den älteren Menschen die überwiegende Mehrheit der Betroffenen – selbst solche mit Vorerkrankungen – die Infektion überstanden, teils sogar mehr oder weniger problemlos. Welche Faktoren spielen da mit?**

Wenn wir das wüssten, könnten wir mit einer entsprechenden Publikation für grosses Aufsehen sorgen. Tatsache ist, dass man das noch nicht schlüssig sagen kann. Wir wissen nicht, weshalb es 90- oder sogar 100-Jährige gibt, die bei einer Infektion nicht speziell schwer erkranken, während 50-Jährige daran sterben. Ein gesicherter Risikofaktor für einen schweren Verlauf ist starkes Übergewicht, also Fettleibigkeit, was einem Body-Mass-Index von über 30 entspricht. Es gibt zwar noch andere Risikofaktoren, aber bei allen ist der Zusammenhang mit einem schweren Verlauf nicht so ausgeprägt.

**Welche Rolle spielt das Geschlecht?**

Frauen sind zwar häufiger von Covid-19 betroffen, aber schwere Verläufe und Todesfälle gibt es deutlich mehr bei Männern. Das war auch auf unserer Intensivstation sehr auffallend. Doch auch diesbezüglich weiss man nicht genau, weshalb das so ist. Die Vermutung liegt nahe, dass die Hormone Testosteron beim Mann und Östradiol bei der Frau den Krankheitsverlauf beeinflussen, aber gesichert ist das noch nicht.

**Geht aus dem bisher Gesagten hervor, dass man selber ausser dem Vermeiden von starkem Übergewicht kaum**





### ***etwas beitragen kann zur möglichen Verhinderung eines schweren Verlaufs?***

So absolut würde ich das nicht sagen, denn es gibt auch Normalgewichtige, die einen sehr ungesunden Lebenswandel haben. Mit einer ausgewogenen Ernährung, ausreichend körperlicher Bewegung, dem Rauchverzicht und der Beschränkung des Alkoholkonsums auf ein bis zwei Glas Wein täglich kann man sich und seiner Gesundheit sehr viel Gutes tun, nicht nur bei Covid-19, sondern bei allen Infektionskrankheiten, ja überhaupt im Leben.

### ***Stärkt das alles auch das Immunsystem?***

Tendenziell schon, wobei es nicht «das» Immunsystem gibt. Jeder Mensch hat gewisse Veranlagungen, und so kann sein Immunsystem ganz individuelle Strukturen haben. Jemand ist vielleicht immun gegen Malaria, dafür empfänglich für Pneumokokken. Es zeigt sich auch bei Covid-19, dass die Partnerin oder der Partner einer betroffenen Person nicht zwangsläufig angesteckt wird, obwohl das Paar eng zusammenlebt.

### ***Welche Rolle fürs Immunsystem spielt der psychische Stress, der seit dem Auftreten des Coronavirus gerade bei der Risikogruppe extrem hoch sein kann?***

Stress kann das Immunsystem zweifellos beeinflussen. Es

#### **OPERATIONEN NICHT AUFSCHEIBEN**

Das Luzerner Kantonsspital betont, dass Operationen und andere Therapien, die im März und April nicht möglich waren und abgesagt werden mussten, jetzt wieder problemlos möglich sind. Aus Angst, sich mit dem Coronavirus anzustecken, meiden aber gerade ältere Leute zum Teil weiterhin die Spitäler und sagen geplante Termine ab, obwohl umfassende Schutzmassnahmen getroffen wurden und weiterhin bestehen. «Normalpatientinnen und -patienten» oder auch Besucher kommen gar nicht erst in Kontakt mit einer Corona-Station. Christoph Henzen dazu: «Ich fühle mich selbst auf unserer Isolierstation weitaus sicherer als in einem Einkaufszentrum.»

gibt zwar auch positiven Stress, aber dieses Virus führte und führt zu Angst, Panik, Isolation und anderem mehr. Dieser Negativstress hat einen direkten Einfluss auf Abwehr- und Entzündungszellen oder auch die weissen Blutkörperchen. Ich glaube nicht, dass die Auswirkungen von Negativstress letztlich schlimmer sind als die Krankheit Covid-19 selber, aber geringschätzen sollte man ihn nicht.

### ***Was hilft gegen Angst und Panik?***

Gute Frage, aber sie ist verallgemeinernd nicht zu beantworten. Jeder Mensch muss auf seine Weise ausprobieren, was für ihn die beste Bewältigungsstrategie ist. Es ist zu hoffen, dass gerade ältere Menschen mit ihrer Lebenserfahrung, inklusive dem Meistern der einen und anderen Krise, die für sie passende Strategie gefunden haben. Der eine macht vielleicht Yoga oder hat einen Bastelkeller, die andere entspannt sich mit Musik oder begibt sich mit einem Buch in eine andere Welt. Es gibt viele Wege, wie man zur Ruhe kommen kann, aber den Königsweg für alle gibt es nicht. Man muss einiges an Selbstverantwortung übernehmen, und das können gerade in Zeiten grossen Negativstresses leider nicht alle. Immerhin gibt es aber einige Institutionen – wie unter anderem Pro Senectute –, die einem behilflich sind auf der Suche nach dem persönlichen Weg.

### ***Hilfreich sind sicher in fast jedem Fall soziale Kontakte, die man ja während des Lockdowns weitgehend meiden musste. Darf man als Risikopatient wieder «unter die Leute»?***

Ja, das ist sicher zu begrüssen. Das BAG hat viele Lockerungsschritte erlaubt. Diesen Rahmen sollten auch ältere Menschen nach Möglichkeit nutzen, immer unter Einhaltung der geltenden Schutzmassnahmen.

### ***Also Einkaufen und ÖV-Fahrten mit Maske?***

Ja, für ältere Menschen würde ich das vorerst weiterhin empfehlen, ebenso würde ich bei diesen Gelegenheiten und allgemein unter Leuten eine Brille oder Sonnenbrille tragen, weil eine Ansteckung auch über die Augenschleimhäute möglich ist. Weiterhin von grosser Bedeutung ist ferner die Handhygiene, also beim Nachhausekommen gründliches Händewaschen mit Seife und für unterwegs ein kleines Fläschchen Desinfektionsmittel, das notfalls verwendet werden kann, wenn keine Möglichkeit des Händewaschens besteht. Mit diesen Massnahmen ist man ziemlich sicher vor Covid-19 gefeit.

### ***Was ist beim Hüten der Enkelkinder zu beachten?***

Solange nicht ganz klar ist, inwieweit Kinder ansteckend sind, würde ich mich auch hier an die genannten Empfehlungen halten, wobei man stets ein wenig den gesunden



**drehscheiben 65plus**  
sicher, selbstständig und aktiv im Alter

## Die kostenlosen Anlaufstellen für Altersfragen im Kanton Luzern



Wir haben Antworten auf Fragen zu Themen wie Gesundheit, Vorsorge, Unterstützung im Alltag, Bildung, Bewegung, Recht, Finanzen, Steuern, Demenz, Freiwilligenarbeit und vielem mehr. Rufen Sie uns an!

**Region Seetal**  
**041 910 10 70**

**Region Rontal**  
**041 440 50 10**

**Region Entlebuch**  
**041 485 09 09**

**Region Sursee**  
**041 920 10 10**

Menschenverstand walten lassen darf und etwas differenzieren kann. Kleine Kinder, die weitgehend zu Hause sind, haben ein kleineres Gefährdungspotenzial als etwa Schulkinder, die dauernd mit vielen anderen Kindern in Kontakt sind.

### ***Auch ins Restaurant darf man wieder. Essen oder trinken mit Maske geht aber schlecht.***

Das stimmt, aber die Restaurants müssen ja ein Schutzkonzept haben. Um möglichst auf der sicheren Seite zu sein, würde ich am ehesten mit Leuten essen gehen, mit denen man eh schon in etwas näherem Kontakt steht, mit der Familie zum Beispiel.

### ***Aber ein Restrisiko bleibt.***

Ja, aber ein Restrisiko gibt es immer und überall im Leben, das war schon vor Corona so und wird auch so bleiben. Es sagt sich leicht, aber meines Erachtens sollte man sich nach Möglichkeit nicht ausschliesslich auf dieses Restrisiko fixieren. Das ist der Lebensqualität und damit der Gesundheit auch abträglich. Andererseits ist es in unserer Gesellschaft erstaunlicherweise üblich, dass die wirklich grossen Risiken einfach ausgeblendet werden.

### ***Zum Beispiel?***

Über die Hälfte der Schweizerinnen und Schweizer ist übergewichtig, das kann auf Dauer fatale Folgen haben und viele Krankheiten begünstigen. Und der sicherste Weg, im Schnitt sieben Lebensjahre zu verlieren, ist nach wie vor das Rauchen. Es lohnt sich in jedem Alter, das Rauchen aufzugeben.

### ***Angenommen, das Coronavirus würde über Nacht verschwinden oder es gäbe eine wirksame Impfung dagegen: Was soll bleiben von den Schutzmassnahmen?***

In erster Linie die Handhygiene, die ist auch ohne Coronavirus immer sinnvoll. Eine Maske würde ich im genannten Fall selber wohl nicht mehr tragen.

### ***Aber bei der nächsten Grippewelle im Herbst?***

Bester Schutz gegen die Grippe ist die Impfung und die Handhygiene. Eine Maske rein als Gripeschutz scheint mir nicht zwingend. Man sollte aber immer eigenverantwortlich handeln und sich bewusst sein, dass uns in Zukunft auch andere Viren bedrohen können. Dass durch die fortschreitende Globalisierung «die Welt ein Dorf» geworden ist, wie es sprichwörtlich heisst, hat zweifellos Vorteile, aber eben auch Kehrseiten. Ein Virus kann sich rasant in alle Kontinente ausbreiten. Insofern würde ich übrig gebliebene Masken und Desinfektionsmittel nicht vorschnell entsorgen, verbunden mit der Hoffnung, dass man sie nie brauchen wird.



Fotos: zVg

# Aus Liebe zum Kino!

## 16. Zurich Film Festival

Jeden Herbst präsentiert das Zurich Film Festival die schönsten Entdeckungen sowie die meisterwarteten Filme des Jahres. Lassen Sie sich in die Welt des Kinos entführen und profitieren Sie von der Vielfalt des nationalen und internationalen Filmes zwischen dem 24. September und 4. Oktober 2020. Bei rund 160 Filmen hat es bestimmt für alle interessante Vorführungen dabei.

### Aus Liebe zum Kino!

## Leserangebot

- Für CHF 25.– können Sie unter der Woche, jeweils nachmittags, unlimitiert ins Kino.
- Der «Nachmittagspass» ist gültig für alle regulären Filmvorstellungen, die im Rahmen des Festivals vor 18 Uhr gezeigt werden.
- Dazu erhalten Sie einen Gutschein für den Bezug eines Kaffees im Festivalzentrum.
- Ihnen werden vorab ein Programmheft und genaue Informationen zum «Nachmittagspass» (ca. Mitte September) zugestellt.

Dreh- und Angelpunkt des Geschehens liegen rund um das Zürcher Bellevue und im Sihlcity. Informationen und Programmübersicht unter [www.zff.com](http://www.zff.com)



### Coupon



# 16. ZÜRICH FILM FESTIVAL

24. September – 4. Oktober 2020

Ich bestelle  Nachmittagspässe für je CHF 25.– (statt CHF 59.–)\*.  
(\*Vorbehalten Zenit-Leserinnen und -Lesern in Luzern.)

Vorname, Name .....

Strasse .....

PLZ, Ort .....

Telefonnummer .....

Die Nachmittagspässe werden Ihnen vor Festivalbeginn inkl. Information und Rechnung, je nach Wunsch per Post oder Online, zugestellt.

Möchten Sie die Unterlagen per Post oder per Mail?

Post  E-Mail-Adresse: .....

**Talon senden an:**  
Zürich Film Festival, z.H. Daniela Wüschner, Bederstrasse 51, 8002 Zürich

Anmeldeschluss: 7. September 2020 Mit freundlicher Unterstützung von JTI

Im Falle einer Annullation der Veranstaltung aufgrund des Coronavirus und dessen Auswirkungen wird Ihnen die allfällig bereits bezahlte Leistung unmittelbar zurückerstattet.

# Die Eidgenössischen Schützenfeste

Das 58. Eidgenössische Schützenfest hätte vom 12. Juni bis 12. Juli 2020 in Luzern stattfinden sollen – seit 1832 bereits zum sechsten Mal an diesem Ort. Bis zu 50 000 Teilnehmende wurden erwartet, der grösste Sportanlass der Schweiz. Die Coronakrise hat sich auch hier ausgewirkt.



Regionale Schützenfeste gab es bereits in der alten Eidgenossenschaft seit 1452. Die Idee eines Schweizer Nationalfestes entstand aber 1798 in der Helvetischen Republik. Ein Volksfest mit sportlichem Wettbewerb sollte patriotische Gefühle wecken. Auch die Alpirtenfeste in Unspunnen von 1805 und 1808 dienten dem nationalen Zusammenhalt.

Am Wiener Kongress von 1815 wurde die Schweiz als neutraler Staat anerkannt. Es war ein lockerer Staatenbund von 24 souveränen Kantonen, ähnlich beschluss- und handlungsunfähig wie die heutige EU. Die vorrevolutionäre «alte Ordnung» wurde restauriert. Doch das Volk war unzufrieden. Der Ruf nach Erneuerung war bereits am ersten Eidgenössischen Freischiessen von 1824 in Aarau spürbar. Doch ein Jahr später kam die Gegenseite zum Zug: Uri, Schwyz und Nidwalden hielten ein «katholisches Urschweizer Gegenschieszen» ab. Nach Pariser Vorbild trat die Masse der Bürger 1830 auch hier aus der Unmündigkeit

heraus und organisierte sich in Strassenprotesten und Volksversammlungen. In zehn Kantonen kam es zu liberalen Umstürzen und Verfassungsrevisionen. Der freisinnige Arzt und Philosoph I. P. V. Troxler prägte den Begriff «Regeneration» für die Zeit von 1830 bis 1848: die Entstehungszeit einer freiheitlich-egalitären Staatsordnung und eines nationalen Ganzen. Am «Eidgenössischen» von 1832 in Luzern flammte der «echt vaterländische Geist» auf, denn die ganze Tagsatzung (so hiess die damalige Bundesregierung) wohnte dem Schiessen offiziell für einen Tag bei. Die Schützen rekrutierten sich mehrheitlich aus dem städtischen Mittelstand.

Dies bezeugt das Mitgliederverzeichnis des Eidgenössischen Schützenvereins von 1832: über 500 Offiziere, vorab Hauptleute, 125 Schützenmeister, 100 Richter und Juristen, 70 Ärzte, 100 Ratsherren, 100 Wirte. Die meisten der ca. 3000 Mitglieder waren Handwerksmeister. Hilfsarbeiter, Gesellen und Knechte fehlten. Um die Gleichheit der Mitglieder zu betonen, wurde das Tragen von Uniformen verboten. Erlaubt war nur das Abzeichen des Schützenvereins und die Kantonskokarde. Neben den Schützen schlossen sich in dieser Zeit auch Sänger, Turner, Musiker, Künstler, Naturforscher, Historiker, Offiziere, Studenten, Lehrer, Prediger und Tierärzte zu eidgenössischen Verbänden zusammen. Sie waren föderativ organisiert, sprachlich, konfessionell und politisch neutral – und bereiteten so den Weg und den Geist für die Bundesverfassung von 1848 vor.

Seit dem Luzerner Fest von 1832 begannen sich die Schützenfeste in einen sportlichen und einen politischen Teil aufzuspalten. «Bis 1842 blieben die meisten Festreden – obwohl fast immer mit radikal-liberalen Parolen gespickt – massvoll in Gehalt und Ton», bezeugt Beat Henzirohs in seiner Dissertation über die eidgenössischen Schützenfeste. Doch 1844, am Eidgenössischen zu Basel, tonte es plötzlich anders. Gottfried Keller erfasst die Bürgerkriegsstimmung, wenn er vom «höchst produktiven Hass und Groll» gegen

Der Schweizer Schiesssportverband (SSV) und die Organisatoren des Eidgenössischen Schützenfests Luzern 2020 (ESF2020) haben gemeinsam entschieden, den wichtigsten Anlass der Schiesssaison 2020 um ein Jahr zu verschieben.

## Das Eidgenössische Schützenfest in Luzern

wird neu vom 10. Juni bis 11. Juli 2021 stattfinden. Mit dieser Entscheidung legen der SSV und das OK ESF Luzern 2020 höchste Priorität auf die Gesundheit aller beteiligten Sportlerinnen und Sportler, Funktionäre und Helfenden. Ebenso bekundet der Verband mit dieser Entscheidung seine Solidarität mit allen Menschen, die von dieser Notlage betroffen sind.





Bild: Wikipedia



Bild: Schweizerisches Nationalmuseum

Eidgenössisches Schützenfest 1910 in Bern (links) und Eidgenössisches Schützenfest 1834 in Zürich.

Foto: Studer Otto, Entlebucher Wyberschiessen, 1939.



«Es geit bim Schiessse wie bim Wybe, s'git beidnen Orte g'fähti Schybe». Entlebucher Wyberschiessen 1939.

die Jesuiten schreibt, «welcher auf dem Fest zu Basel dermassen gewaltig rauschte, dass davon die Rede war, in corpore aufzubrechen und in den Festkleidern, den Festwein im Blute, hinzuziehen, um den Jesuiten das Loch zu verstopfen und ihre verrückte Theokratie zu zerstören».

Nach 1848 sollten die «Eidgenössischen» mit Umzügen und Festspielen die nationale Versöhnung verkörpern. Doch die Grossanlässe mit Tausenden Beteiligten dürfen nicht darüber hinwegtäuschen, dass sich nur eine kleine Schicht von Männern die Teilnahme an den Schützenfesten leisten konnte. Es waren Treffpunkte der liberalen, wirtschaftlichen und politischen Eliten. Besonders die Katholiken verweigerten lange die Teilnahme am «Eidgenössischen». Die Einbindung der Sonderbundskantone war schwierig. 1861 versuchte es der Bundesrat am Eidgenössischen Schützenfest in Stans, gegen den Widerstand der Nidwaldner Regierung und der Pfarrherren. Auch aus der Arbeiterbewegung konstituierten sich Arbeiterschützen-, -musik- und -sportvereine, die sich nicht an «Eidgenössischen», sondern an ihren eigenen «Schweizerischen» Festen trafen.

Nach der Einführung der allgemeinen Wehrpflicht 1848 wurde in der Militärorganisation von 1874 auch die ausser-

dienstliche Schiesspflicht durchgesetzt und die Schützenvereine wurden mit der Durchführung der Schiessübungen betraut. Nun entstanden nach und nach in fast allen Orten der Schweiz Schützenstände und Schützenvereine aller Couleur. Als das Schiessen 1896 in Athen olympische Disziplin wurde, setzten sich die Sportschützen vom militärischen Schiessen ab. Dem «reinen» Sport verpflichtet fühlen sich heute auch die Armbrust- und Bogenschützen – seit 2002 im Schweizer Schiesssportverband integriert.

Die Versöhnung und Verschmelzung der konfessions- und parteiorientierten zu wettkampfbetonten, eidgenössischen Verbänden dauerte über 100 Jahre. Die oft in Bierschaum gehüllten Männerfeste mutierten langsam zu Sportveranstaltungen: Die Schützen waren die Ersten, welche die Frauen nicht nur als Ehrendamen beim Festumzug zuließen. Bereits seit 1904 findet das Entlebucher Amts- und Wyberschiessen in der heutigen Form statt. Hatten die wackeren Entlebucherinnen mit ihrem «Wyberschiessen» diese Neuerung errungen?

Bei den Turnern ging es länger. Hier durften Frauen erstmals 1972 wettkampfmässig gegeneinander antreten, damals eine «sensationelle» Erneuerung: An den Schweizerischen Frauenturntagen in Aarau (eine Woche vor dem «Eidgenössischen» der Männer) wurde «das Experiment von Wettkämpfen auch bei den Frauen gewagt». Sie durften sich in Gymnastik und Leichtathletik messen – mit Ranglisten und Siegerinnen – und das ein Jahr nach der Einführung des Frauenstimmrechtes.



**\* 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.



Pro Senectute **IMPULS**

**PRO SENECTUTE**  
GEMEINSAM STÄRKER

Events  
Herbst  
2020

**«Altersschlau statt reingetappt» – Finanzieller Missbrauch vorbeugen**

Montag, 14. September 2020, 14 Uhr, Pfarreiheim Sursee  
Mittwoch, 28. Oktober 2020, 14 Uhr, Pfarreiheim Schüpfheim  
Dienstag, 10. November 2020, 14 Uhr, Zentrum St. Martin Hochdorf  
Mittwoch, 2. Dezember 2020, 14 Uhr, Pfarreiheim Ebikon

**RAIFFEISEN** Anmeldung (Eintritt 10.- inkl. Apéro/Vorortkasse):  
lu.prosenectute.ch/de/impuls2020 · 041 226 11 88

 Kanton Luzern  
lu.prosenectute.ch



**tcm praxis**  martin geisseler

Sempacherstrasse 20  
6003 Luzern  
041 210 00 02

**Schmerzfremie Laser-Akupunktur**

[www.luzern-akupunktur.ch](http://www.luzern-akupunktur.ch) [info@luzern-akupunktur.ch](mailto:info@luzern-akupunktur.ch)

**Bruno Stanek war jener Mann, der 1969 für das Schweizer Fernsehpublikum die erste Mondlandung kommentierte. Dieser Auftritt machte den Raumfahrtexperten auf einen Schlag berühmt und prägte sein weiteres Leben. Die Faszination fürs Weltall ist bis heute ungebrochen.**

Es ist der 21. Juli 1969, als die Mondlandefähre «Eagle» auf dem Erdtrabanten aufsetzt. 600 Millionen verfolgen live am Fernsehen, wie Neil Armstrong als erster Mensch den Mond betritt und einen der berühmtesten Sätze der Weltgeschichte spricht: «Es ist ein kleiner Schritt für einen Menschen, aber ein grosser Sprung für die Menschheit.»

Mittendrin in diesem historischen Ereignis steht der damalige ETH-Mathematik-Assistent Bruno Stanek,

Foto: Astrid Bossert Meier



## Unser Mann fürs Weltall

26 Jahre jung, der sich seit seiner Kindheit mit Begeisterung dem Weltall widmet. Er kommentiert für das Schweizer Fernsehen die Mondlandung und versorgt die wissensdurstigen Zuschauerinnen und Zuschauer mit dem nötigen Expertenwissen. Viele haben den eloquenten Kommentator noch heute vor Augen, wie er komplexe Zusammenhänge bildhaft erklärt und das Publikum für den Weltraum begeistert. Zu schade, hat das Schweizer Fernsehen dieses historische Zeitdokument für immer verloren. Das Band mit Staneks Originalkommentar zur Mondlandung wurde nämlich aus Kostengründen überspielt.

Doch Bruno Stanek erinnert sich noch genau an den Beginn seiner Fernsehkarriere. Er hatte das Apollo-Programm von Anfang an aus Originalquellen verfolgt. «Deshalb fiel mir die ungenügende Berichterstattung auf deutschsprachigen Sendern auf und ich bot dem Schweizer Fernsehen meine Dienste an.» Es blieb nicht bei diesem Auftritt. Bruno Stanek war jahrzehntelang als Experte am Bildschirm zu sehen und hatte in den 1970er-Jahren mit «Neues aus dem Weltall» sogar eine eigene Sendung. War die Mondlandung Fluch oder Segen für sein weiteres Leben? «Ganz klar ein Segen», sagt er rückblickend. «Es war ein Glücksfall, den Start des Weltraumzeitalters miterleben zu dürfen.»

Aufgewachsen in Rorschach am Bodensee doktorierte Bruno Stanek 1971 in Mathematik. Bald danach nahm er seine freiberufliche Tätigkeit als Mathematiker, Softwareautor, Schriftsteller und Verleger auf. Er war und ist

bis heute ein unermüdlicher Schaffer, produzierte eigene astronomische Filme, publizierte rund ein Dutzend Bücher und unzählige Artikel zu Themen wie Raumfahrt und Astronomie oder programmierte ein interaktives Weltraumlexikon.

Heute ist Bruno Stanek 76 und wohnt mit seiner Frau in Arth. Der zweifache Vater und Grossvater ist längst pensioniert, doch das kümmert ihn wenig. Nach wie vor hält er Vorträge und sein wissenschaftliches Interesse ist ungebrochen. Gerade erlebe die Raumfahrt eine Renaissance, sagt er. Nach Jahrzehnten, in welchen die Weltraumforschung von Staaten in West und Ost für politische Zwecke missbraucht worden sei, statt sie den Händen von überzeugten Pionieren zu überlassen, sehe er wieder Licht am Horizont. «Dank den neusten Entwicklungen besteht die Chance, dass ich ein weiteres Mal in meinem Leben eine Mond-, möglicherweise gar eine Marsexpedition erleben könnte.»

Derzeit allerdings ist es auch in Bruno Staneks Leben ruhiger geworden. Seine Vortragstätigkeit ist wegen der Coronapandemie auf Eis gelegt. Reisen – beispielsweise zu einem Sohn nach Kalifornien – sind unmöglich. Mit Lesen und Arbeiten hält er seinen kritischen Geist wach und blickt selbst in der Krise nach vorn: Sobald es die Situation zulasse, werde er seine Vortragstätigkeit wieder aufnehmen. «Denn es gibt schon wieder von neuen Fortschritten in der Raumfahrt zu berichten.»

ASTRID BOSSERT MEIER

22. BIS 28. AUGUST

FREIE PLÄTZE

## Begleitete Ferien im Brengenerwald

Das familiäre 4-Sterne-Hotel «Krone» liegt in ausgezeichneter Lage. Zahlreiche Spaziergänge und Ausflüge lassen sich von Schoppernau aus unternehmen.

■ Mehr Informationen und Anmeldung: Bildung+Sport, [www.lu.prosenectute.ch](http://www.lu.prosenectute.ch), Telefon 041 226 11 99

27. AUGUST UND 3. SEPTEMBER

## Besuch im Luzerner Kunstmuseum



Marion Baruch, «Viaggio organizzato», 2019

Entlang des langen Lebens der Künstlerin Marion Baruch (\*1929) lassen sich die Zäsuren des 20. Jahrhunderts schildern: Faschismus, Kommunismus, Kapitalismus, Feminismus, Pazifismus, Migration, Klassen, Nationen, Religionen, Sprachgemeinschaften, Ideologien. Marion Baruch bezieht sich in ihrer Kunst auf gesellschaftliche Themen und beschäftigt sich mit Innenwelten und Aussenräumen.

■ Am **Donnerstag, 27. August, und Donnerstag, 3. September**, lädt Sie die Firma JTI zum kostenlosen Besuch (inkl. Führung und Apéro) dieser aussergewöhnlichen Ausstellung im Kunstmuseum Luzern ein (siehe Inserat auf Seite 37).

■ Anmeldungen für den Museumsbesuch sind bis Montag, 3. August, 12 Uhr

zu richten an: Pro Senectute Kanton Luzern, Maihofstrasse 76, 6002 Luzern, [www.lu.prosenectute.ch/museum2020](http://www.lu.prosenectute.ch/museum2020) oder per Telefon 041 226 11 85.

■ **ACHTUNG:** Die Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt. Die Platzzahl ist beschränkt.

21. SEPTEMBER

## Vortragsreihe «Mitten im Leben»

Die Veranstaltungsreihe «Mitten im Leben» soll dazu dienen, Erfahrungen und benötigtes Wissen weiterzugeben, um verschiedene Fragen und Themen rund ums Älterwerden zu beleuchten. Moderator Kurt Aeschbacher führt am **Montag, 21. September**, im Rathaus Sursee durch den Abend.

Im ersten Teil der Veranstaltung hören die Anwesenden jeweils zwei interessante Referate. Im Anschluss findet eine Podiumsdiskussion, mit Simon Gerber, Bereichsleiter Sozialberatung Pro Senectute Kanton Luzern, zum Thema «Vorsorgeauftrag – plötzlich urteilsunfähig», «Vorsorgeauftrag statt KESB» unter der Leitung von Kurt Aeschbacher statt. Beim anschliessenden

Apéro besteht die Möglichkeit, sich mit den Referenten und Teilnehmern auszutauschen.

■ Eintritt: CHF 20.–

■ Ort: Rathaus Sursee, Centralstrasse 9, 6210 Sursee

■ Datum: Montag, 21. September

■ Begrüssung 18.30 Uhr, Verabschiedung 20.20 Uhr, danach Apéro mit persönlichem Austausch

■ Informationen und Anmeldung unter: [www.med-innocare.ch](http://www.med-innocare.ch)

21. SEPTEMBER BIS 31. OKTOBER

## Herbstsammlung 2020: Mithilfe willkommen

Seit mehr als 100 Jahren setzt sich Pro Senectute Kanton Luzern für das Wohl, die Würde und die Rechte der älteren Menschen ein. Wir bieten wirksame, umfassende und allen zugängliche Dienstleistungen an, damit ältere Menschen länger selbstbestimmt leben können.

Dank unserer kostenlosen und diskreten Sozialberatung leisten wir jährlich gegen 1 Million Franken Direkthilfe an bedürftige Seniorinnen und Senioren. Ohne Spendengelder wäre diese Unterstüt-



6. NOVEMBER BIS 8. NOVEMBER

## MESSE ZUKUNFT ALTER

Aufgrund der aktuellen Situation rund um die Ausbreitung des Coronavirus haben die Organisatoren der Messe Zukunft Alter entschieden, die diesjährige Ausgabe nicht durchzuführen.

Die Gesundheit aller Beteiligten – Besuchende, Aussteller, Partner und Mitarbeitende – hat oberste Priorität. Man habe nicht die Absicht, unter allen Umständen eine Messe durchzuführen. Ziel sei es, eine Messe zu organisieren, die für alle Beteiligten erfolgreich sei sowie die Gesundheit aller gewährleistet. Die aktuellen Bedingungen verunmöglichten beides, heisst es in der Pressemitteilung der Messe Zukunft Alter.

■ **Austragung 2021:**

**12. bis 14. November.**

■ Detaillierte Informationen unter: [lu.prosenectute.ch](http://lu.prosenectute.ch) oder [www.messe-zukunft-alter.ch](http://www.messe-zukunft-alter.ch)



zung nicht möglich. Darum führen wir alljährlich im Herbst (**21. September bis 31. Oktober 2020**) die Herbstsammlung im ganzen Kanton durch.

■ Wenn Sie mehr über unsere Herbstsammlung wissen oder sich in Ihrer Wohngemeinde für uns engagieren möchten, melden Sie sich bitte bei: Nicole Strasser, Verantwortliche Ortsvertretungen, Telefon 041 226 11 85 oder per Mail [ov@lu.prosenectute.ch](mailto:ov@lu.prosenectute.ch)

## Gesucht: Freiwillige Ortsvertretende

für folgende Gemeinden

- Bramboden ■ Eich ■ Emmen
- Entlebuch ■ Fischbach ■ Gelfingen
- Geuensee ■ Gisikon ■ Gunzwil
- Honau ■ Kriens ■ Marbach ■ Meierskappel
- Oberkirch ■ Ohmstal ■ Root
- St. Urban ■ Sursee ■ Udligenswil
- Ufhusen ■ Wertenstein ■ Wiggen
- Wolhusen ■ Zell

## Sensibilisierungskampagne «Generationenfrieden»

Im Rahmen einer Sensibilisierungskampagne hat Pro Senectute in einem 40-sekündigen TV-Spot auf nationalen Sendern bis Mitte Juni das funktionierende Miteinander von Jung und Alt in Szene gesetzt.

Im TV-Spot wird gezeigt, welche wichtige Dienste ältere Menschen für eine funktionierende Gesellschaft und die Wirtschaft leisten – von der Kinderbetreuung über das Einbringen von Wissen bis hin zur Gartenarbeit für Nachbarn – oder indem sie mit kleinen Aufmerksamkeiten Freude in den Alltag aller bringen.

Die Kampagne soll der spürbaren Zunahme der Antipathie gegenüber älteren Personen entgegenwirken. Pro Senectute setzt sich damit für



den auf die Probe gestellten Generationenfrieden ein und möchte mit Nachdruck jeglicher Altersdiskriminierung entgegenreten.

## Jassspass – zu zweit oder zu viert

«Stöck – Wys – Stich» – Jassen ist einer der beliebtesten Zeitvertreiber in der Schweiz. Beim Jassen wird üblicherweise zu viert und mit 36 Karten gespielt. In der Schweiz gilt Jassen als Nationalspiel. In den vergangenen Wochen und Monaten, während des Lockdowns von Covid-19, erfuhr das Jassen eine «Auferstehung» in den eigenen

vier Wänden. Doch gerade hier waren Alternativen gefragt, so zum Beispiel Jassen zu zweit mit «Schaggi Haas».

■ Alles rund ums Jassen sowie eine Spielanleitung zu «Schaggi Haas», die Spielbox «Jassen zu zweit», Blogs, Jassveranstaltungen sowie viele weitere Artikel für gemütliche Jassrunden gibt es auf [www.jassverzeichnis.ch](http://www.jassverzeichnis.ch)



■ Wollen Sie sich mit unserem Nationalspiel vertraut machen? Pro Senectute Kanton Luzern bietet Jasskurse für Anfänger und Fortgeschrittene an. Details finden Sie im Kursprogramm «impulse» 2. Halbjahr 2020 auf Seite 9. Anmeldung unter [www.lu.prosenectute.ch](http://www.lu.prosenectute.ch) oder über Telefon 041 226 11 96.

Inserat



Förderverein  
**club 66 sixtysix**  
unterstützt pro senectute kanton luzern

## Profitieren und gleichzeitig Gutes tun

Unterstützen Sie Pro Senectute Kanton Luzern

Sie erhalten attraktive Rabatte in rund 180 Geschäften im Kanton Luzern.

Jetzt Mitglied werden - [www.club66.ch](http://www.club66.ch)

IBAN CH71 0900 0000 6066 0660 4  
club sixtysix, Maihofstrasse 76, Postfach 3640, 6002 Luzern  
Telefon 041 226 11 88, [info@club66.ch](mailto:info@club66.ch)

**PRO SENECTUTE**  
GEMEINSAM STÄRKER

für nur  
CHF 66.00  
im Jahr

**Angebot für Gäste 60+** pro Person **CHF 36.-** oder **CHF 32.-** mit Halbtax

- Bahnfahrt Engelberg - Ristis retour
- Mittagsteller im Bergrestaurant Ristis

**GA** 100% gültig  
auf der Luftseilbahn  
Engelberg - Ristis

täglich bis Ende Juni  
und von 1. September bis  
15. November 2020

041 639 60 60 | [www.brunni.ch](http://www.brunni.ch) | [info@brunni.ch](mailto:info@brunni.ch)



# 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](http://hzs.ch)

HÖRZENTRUM  SCHWEIZ  
LUZERN

## GRATIS-EINTRITT

im Wert von CHF 10.–



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

Gültig bis 31. Dezember 2020 täglich ab 16 Uhr.  
Kann nur als freier Eintritt ins Spielcasino des Grand Casino Luzern  
eingelöst werden. Keine Barablöse möglich. Zutritt nur mit Führerschein,  
gültigem Pass oder europ. ID. Ab 18 Jahren. Täglich geöffnet.

Promocode: 075

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

GRAND  
  
CASINO LUZERN

## Pro SenectuteIMPULS

### «Altersschlau statt reingetappt» Finanzieller Missbrauch im Alter – nicht mit mir

JETZT ANMELDEN

Zu diesem spannenden Thema lädt Pro Senectute Kanton Luzern 2020 zu vier Impulsveranstaltungen ein.

Es kann alle treffen. Betrugsfälle mit finanziellen Folgen kommen in sehr unterschiedlichen Lebensbereichen vor – vom klassischen Diebstahl im öffentlichen Raum oder beim Bankomaten über gefälschte Internetanzeigen bis zum Zustellen von nicht bestellten Waren.

Je mehr Menschen über die gängigen Betrugsmaschinen informiert sind, umso besser können Betrugereien verhindert werden. Opfer können das Erlebte zudem besser verarbeiten, wenn sie sich jemandem anvertrauen beziehungsweise offen darüber sprechen können.

Roland Jost, Sicherheitsberater Polizei Luzern, gibt im Referat «Verhaltensprävention» einerseits wertvolle Informationen, wie man sich schützen kann, andererseits Tipps, wie man sich im Betrugsfall verhalten soll. In der anschliessenden Gesprächsrunde erzählen Bruno Roelli, ehem. Familienrichter und derzeit Berater bei der Kescha (Anlaufstelle Kindes- und



Erwachsenenschutz), sowie eine Fachperson von Pro Senectute Kanton Luzern über ihre tägliche Arbeit zu diesem Thema. Der Anlass wird musikalisch am Piano von Bruno Roelli umrahmt.

#### Programm

- Begrüssung: Ruedi Fahrni, Geschäftsleiter Pro Senectute Kanton Luzern
- Referat «Verhaltensprävention» von Roland Jost, Sicherheitsberater Polizei Luzern
- Podium mit Tipps und Inputs von Bruno Roelli, ehem. Familienrichter und Berater Kescha, einer Fachperson Sozialbera-

tung Pro Senectute Kanton Luzern sowie Roland Jost, Sicherheitsberater Polizei Luzern

- Moderation Esther Peter, Pro Senectute Kanton Luzern
- Austausch bei Kaffee/Tee und Gebäck
- Musikalische Begleitung: Bruno Roelli, Blues- und Barpianist

#### Neue Daten im Herbst

- Montag, 14. September, Pfarreiheim Sursee
- Mittwoch, 28. Oktober, Pfarreiheim Schüpfheim
- Dienstag, 10. November, Zentrum St. Martin Hochdorf
- Mittwoch, 2. Dezember, Pfarreiheim Ebikon

■ Jeweils 14 bis 16.30 Uhr. Türöffnung 13.30 Uhr.

■ Eintritt CHF 10.– (Vorortkasse)

■ Anmeldung bis 1 Woche vor der jeweiligen Veranstaltung über Telefon 041 226 11 85 oder [lu.prosenectute.ch/de/impuls2020](http://lu.prosenectute.ch/de/impuls2020) (siehe Inserat auf Seite 30).

## MONTAG, 21. JUNI 2021 – Pro SenectuteTALK

NEUES DATUM

### «Marktwert Alter»: Potenziale nutzen und fördern – zu welchem Preis?

Die auf Bundesebene verordneten Massnahmen zur Eindämmung des Coronavirus stellten Wirtschaft, Politik und das gesellschaftliche Miteinander während Wochen, ja sogar Monaten auf eine harte Bewährungsprobe.

Hat die Coronakrise das Ansehen der älteren Menschen in ihren Grundwerten erschüttert? Welchen Marktwert hat das Alter nach Covid 19? Hat sich der Umgang, die Denkweise zwischen Jung und Alt verän-



dert? Brauchen wir eine neue Alterskultur?

■ Moderator **Kurt Aeschbacher** diskutiert beim Pro SenectuteTALK am **Montag, 21. Juni 2021** im Konzertsaal des KKL (17 bis 19.30 Uhr) diese und weitere Fragen mit: **Marie-Theres Nadig** (ehemalige Schweizer Skirennfahrerin, Doppel-

Olympiasiegerin), **Julia Onken** (Autorin, Leiterin des Frauenseminars Bodensee); **Werner Kieser** (Philosoph, Wissenschaftshistoriker und Gründer Kieser

Training), **Dr. Benedikt Weibel** (ehemaliger Geschäftsleiter der Schweizerischen Bundesbahnen), **Alain Huber**, Direktor Pro Senectute Schweiz.

Unterhaltung mit der Komödiantin und Kabarettistin **Anet Corti**.

■ Eintritt CHF 35.–

■ Nummerierte Eintrittskarten: Kartenverkauf KKL Luzern (Montag bis Freitag 9 bis 18.30 Uhr, Samstag 10 bis 16 Uhr, [www.kkl-luzern.ch](http://www.kkl-luzern.ch), Telefon 041 226 77 77 von Montag bis Freitag, 13 bis 18.30 Uhr. Bereits gekaufte Tickets behalten ihre Gültigkeit oder können zurückvergütet werden (bitte beim KKL melden).

club **sixtysix**  
unverbindlich pro Senectute Kanton Luzern

Jetzt anrufen  
 und sofort profitieren\*  
**Tel. 041 368 99 90**  
\* Gratislieferung der ersten Bestellung

**Einkaufen ganz einfach gemacht –  
 dank dem sympathischen Hauslieferdienst vom Quai4**

**QUAI 4**  
 REGIONAL – NACHHALTIG – SOZIAL  
 Alpenquai 4 und Baselstrasse 66 – [www.quai4.ch](http://www.quai4.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](http://www.magicbad-schenker.ch)  
[info@magicbad-schenker.ch](mailto:info@magicbad-schenker.ch)



**PRO SENECTUTE**

Machen Sie mit!

**Gemeinsame Interessen**

Möchten Sie Interessen und Hobbys gemeinsam mit gleichgesinnten Menschen in einer Gruppe teilen?

14.07. Velotour «Von Einsiedeln nach Horw»  
 15.07. Wanderung «Appenzell»  
 16.07. MTB «Horwer-Halbinseln»  
 22.07. Wanderung «Sunnigrätli»  
 28.07. Velotour «Golfplatz-Tour»  
 30.07. MTB «Willisau»  
 30.07. Wanderung «Roggenstock»

06.08. Wanderung «Sidelhorn»  
 11.08. Velotour «3 Bach Fluss-Tour»  
 12.08. Wanderung «Thurgau»  
 13.08. MTB «Kriens - Krienseregg»  
 19./ 20.08. Zweitageswanderung «Greina»

21.08. Denk-Fitness-Treff Luzern  
 25.08. Velotour «Gurbental»  
 26.08. Digi-Treff Luzern  
 27.08. MTB «Sursee»  
 27.08. Wanderung «Piottinoschlucht»

02.09. Spazier-Treff Bahnhof Luzern  
 03.09. Gespräche am runden Tisch  
 03.09. Jass-Treff Militärgarten Luzern  
 08.09. Velotour «Von Sursee ins Wiggertal»  
 09.09. Wanderung «Reusstal»  
 09.09. Tanznachmittag Südpol Kriens  
 10.09. MTB «Luzern - Meggerwald»

**Weitere Informationen:**  
**Pro Senectute Kanton Luzern**  
 Kursprogramm «impulse»  
[lu.prosenectute.ch](http://lu.prosenectute.ch) > Freizeit  
 Telefon 041 226 11 99

22. OKTOBER 2020 – Pro Senectute/INFO

**JETZT ANMELDEN**

## «Vorsorge im Alter – Vorausdenken und selber entscheiden»

Am **Donnerstag, 22. Oktober**, lädt Pro Senectute Kanton Luzern in Zusammenarbeit mit Raiffeisenbank Luzern und der Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde KESB zur Informationsveranstaltung «Vorsorge im Alter: Vorausdenken und selber entscheiden» mit folgenden Referenten ein:

Simon Gerber, Bereichsleiter Sozialberatung Pro Senectute Kanton Luzern, lic. iur. Marco Kathriner, KESB Luzern-Land, und eine Vertretung der Raiffeisen Vermögensberatung. Moderation Heidi Stöckli, Bereichsleiterin Marketing, Kommunikation und Mittelbeschaffung Pro Senectute Kanton Luzern.

- Die Veranstaltung findet im Auditorium CH Media, Maihofstrasse 76, von 18.30 bis ca. 20.30 Uhr statt. Türöffnung 18 Uhr.
- Eintritt CHF 10.–, inklusive Apéro (Vorkasse). Die Platzzahl ist beschränkt.
- Anmeldung bis 1 Woche vor dem Anlass: [lu.prosenectute.ch/de/info2020](http://lu.prosenectute.ch/de/info2020) oder Telefon 041 226 11 88 (siehe Inserat Seite 42).

**BILDUNG+SPORT**

## Neues Kursprogramm «impulse»

**JETZT ANMELDEN**

**bildung sport**  
pro senectute bewegt



Mit den weiteren Lockerungsschritten durch das BAG von Ende Mai sind für Seniorinnen und Senioren wieder Besuche von Kursen möglich. Das Team von Bildung+Sport hat erneut ein tolles Kurs- und Aktivitätsprogramm für das zweite Halbjahr 2020 zusammengestellt. Darin enthalten sind viele neue, aber auch bewährte Kurse und Angebote.

«Humor kennt kein Alter», «Kriminalprävention», «Alphorn», «Ätherische Öle», «Osteoporosegymnastik» oder «Waldbaden» sind nur einige der 300 spannenden Kursangebote ab Anfang Juli. Im Hinblick auf die «Neue Normalität mit Corona» hat Bildung+Sport verschiedene Kurse entwickelt, welche die

Teilnahme zeitgleich via Internetvideo ermöglicht. Die entsprechenden Kurse sind im «impulse» mit einem speziellen Button gekennzeichnet. Freuen Sie sich auf die Angebote, die alle unter Einhaltung der Schutzkonzepte und Vorgaben durchgeführt werden. Das Bildung+Sport-Team von Pro Senectute Kanton Luzern freut sich auf Sie.

■ Weitere Informationen zu den oben erwähnten Kursen finden Sie im aktuellen Kursprogramm «impulse» 2. Halbjahr 2020, das diesem Zenit beigelegt ist. Infos erhalten Sie auch über Telefon 041 226 11 99 oder per E-Mail [bildung.sport@lu.prosenectute.ch](mailto:bildung.sport@lu.prosenectute.ch) – die Kurse können auch online unter [www.lu.prosenectute.ch](http://www.lu.prosenectute.ch) gebucht werden.

Inserat

## EXKLUSIV FÜR ZENIT-LESERINNEN UND -LESER

Gratisnachmittag mit Führung durch die Ausstellung «Retrospektive – innenausseninnen» im Kunstmuseum Luzern

Entlang des langen Lebens der Künstlerin Marion Baruch (\*1929) lassen sich die Zäsuren des 20. Jahrhunderts schildern: Faschismus, Kommunismus, Kapitalismus, Feminismus, Pazifismus, Migration, Klassen, Nationen, Religionen, Sprachgemeinschaften, politische Ideologien. Marion Baruch bezieht sich in ihrer Kunst auf gesellschaftliche Themen und beschäftigt sich mit Innenwelten und Aussenräumen.

JTI lädt Sie an zwei Nachmittagen zum kostenlosen Besuch (inkl. Apéro) dieser aussergewöhnlichen Ausstellung ein.

**Donnerstag, 27. August 2020, 14.00 – 16.30 Uhr**

**Donnerstag, 3. September 2020, 14.00 – 16.30 Uhr**

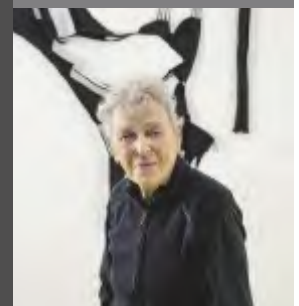
**Treffpunkt:** 14.00 Uhr im Kunstmuseum Luzern (4. Stock des KKL) • **Führung:** 14.15 – 15.15 Uhr • **Apéro:** 15.15 – 16.30 Uhr

Bitte melden Sie sich bis zum **3. August 2020** an:

Pro Senectute Kanton Luzern · Maihofstrasse 76 · 6002 Luzern · [www.lu.prosenectute.ch/Museum2020](http://www.lu.prosenectute.ch/Museum2020) · Telefon 041 226 11 85

Die Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt. Die Platzzahl ist beschränkt. Wir freuen uns auf Sie.

**JTI**



Marion Baruch (\*1929)

# Wer bezahlt die annullierte Reise?

Eine Reise, ein Flug oder ein Anlass wurde verschoben oder ganz abgesagt: Juristin Cécile Thomi, Stiftung für Konsumentenschutz, befasst sich mit vielen Rechtsfragen, die in Zusammenhang mit Corona stehen. Hier erklärt sie, was uns in folgenden Fallbeispielen zusteht – und was nicht.

VON ROLAND GRÜTER, QUELLE: ZEITLUPE 6-7/2020

## ***Ich habe eine Reise gebucht, die abgesagt wurde. Habe ich Anspruch auf Rückerstattung?***

Haben Sie die Reise bei einem Reisebüro gebucht, handelt es sich sehr wahrscheinlich um eine Pauschalreise (hier sind Reise und Unterkunft in einem Paket enthalten). Somit kommt das Pauschalreisegesetz zur Anwendung. Der Anbieter ist folglich verpflichtet, Ihnen ein alternatives Reiseprogramm anzubieten, falls möglich. Entspricht dies weitgehend der ursprünglich gebuchten Reise, müssen Sie diese Alternative akzeptieren. Die aktuelle Coronasituation hat aber in den allermeisten Fällen wesentliche Vertragsänderungen zur Folge. Eine wesentliche Änderung liegt beispielsweise vor, wenn Ihnen anstelle der ursprünglich gebuchten Weinreise nach Frankreich eine Reise nach Nordschweden angeboten oder die Reise um mehr als drei Monate verschoben wird. Hier können Sie wählen, ob Sie diese Änderung annehmen wollen oder die Rückerstattung aller bereits getätigten Zahlungen zurückfordern möchten.

## ***Ich habe eine Reise vor dem Lockdown des Bundesrates abgesagt, weil ich mich vor Corona fürchtete. Der Veranstalter sagt nun, ich hätte keinen Anspruch auf Rückerstattung des Geldes. Stimmt das? Eine Reiseversicherung habe ich nicht.***

Wer einzig aus Vorsicht oder Angst eine Reise umbucht oder storniert, hat keinen generellen Anspruch auf kosten-

losen Rücktritt vom Vertrag. In diesem Fall ist die Kulanz des verantwortlichen Reise- und Transportunternehmens entscheidend.

## ***Ich hatte für April bei Swiss einen Flug gebucht und am Zielort ein Auto reserviert – ich konnte die Reise aber nicht antreten, weil der Flug storniert wurde. Muss ich mir das Geld nun ans Bein streichen?***

Passagiere haben bei der Stornierung eines Fluges (gemäss europäischer Fluggastrechte-Verordnung) immer ein Recht auf Ticketrückerstattung oder auf eine alternative Beförderung. Sie sind folglich nicht verpflichtet, Gutscheine zu akzeptieren. Auf EU-Ebene sind jedoch Diskussionen im Gange, die Airlines bei coronabedingten Rückerstattungen zu entlasten – auch dies würde die Ansprüche der Passagiere einschränken. Stellt sich die für Ihren Flug verantwortliche Airline quer, wenden Sie sich an das Bundesamt für Zivilluftfahrt – am einfachsten per E-Mail unter [passengerrights@bazl.admin.ch](mailto:passengerrights@bazl.admin.ch). Auf der Internetseite des BAZL finden Sie zudem viele weitere nützliche Informationen zum Thema.

## ***Woran muss ich mit Blick auf Corona sonst noch denken?***

Wird ein Anlass abgesagt, dann haben Sie grundsätzlich Anspruch auf volle Rückerstattung der Kosten – egal ob ein Konzert, ein Sportevent oder Sprachaufenthalt. Es kommt jedoch nicht selten vor, dass Anbieter ihren Kundinnen und Kunden bei Rückerstattung der Kosten eine Gebühr berechnen. Viele Anbieter sehen solche Gebühren bereits in ihren AGBs vor. Lassen Sie sich davon jedoch nicht beirren: Sie haben einen Rechtsanspruch auf volle Kostenrückerstattung. Allerdings kann man davon ausgehen, dass die Coronakrise auch Anbietern erheblichen, nicht vorhergesehenen Aufwand bereitet. Für diese zusätzlichen Aufwände



\***Cécile Thomi** ist Juristin und seit fünf Jahren Leiterin Recht der Stiftung für Konsumentenschutz. Sie befasste sich lange Zeit fast ausschliesslich mit Fragen, in denen die Rechte der Konsumentinnen und Konsumenten coronabedingt eingeschränkt werden.



sollten sie einen moderaten, verhältnismässigen Betrag in Rechnung stellen dürfen. In komplexeren Situationen – ein Anbieter muss im Rahmen der Rückabwicklungen mit verschiedenen Vertragspartnern operieren – kann dieser Betrag allenfalls leicht höher ausfallen. Gebühren, die aber prozentual zum ursprünglich bezahlten Betrag berechnet werden, sind unverhältnismässig und ungerechtfertigt. Tipp: Prüfen Sie, ob Sie eine Annullationsversicherung abgeschlossen haben, die derartige Kosten übernimmt. Insbesondere bei Laufveranstaltungen ist das nicht abgeschlossen.

***Ich hatte für Anfang Juni in der Türkei eine Schiffsreise gebucht und diese wegen der Pandemiesituation vor Kurzem abgesagt. Nun will mir der Reiseveranstalter das Geld nicht zurückerstatten. Er stellt sich auf den Standpunkt, dass er die Reise vor Ort wie vorgesehen durchführen kann. Dass ich gar nicht einreisen kann, lässt er als Argument nicht gelten. Wie soll ich mich verhalten?***

Bleiben Sie unbedingt dran – und fordern Sie das Geld auf jeden Fall zurück. Sollte es sich um einen grösseren Betrag handeln, lohnt es sich allenfalls, sogar einen Rechtsanwalt beizuziehen, der sich in internationalen Rechtsfragen auskennt. Wenden Sie sich auch an Ihre Rechtsschutzversicherung, falls Sie eine solche besitzen. Denn: Sowohl nach Schweizer wie auch nach Europäischem Recht sollte hier eine klare Rückerstattungspflicht des türkischen Reiseveranstalters vorliegen. Schliesslich ist es Ihnen unmöglich, die Reise anzutreten, und zwar aus Gründen, die Sie nicht verschuldet haben (Einreisesperre Türkei). Und selbst wenn Sie in die Türkei einreisen könnten, könnte die Schiffsreise sehr wahrscheinlich nicht so durchgeführt werden wie ge-

plant, aufgrund der coronabedingten Einschränkungen sowohl an Bord als auch an den Orten, an denen das Schiff Zwischenstopps eingelegt hätte.

***Ich wollte im April ein Konzert besuchen und habe mir dafür ein Ticket gekauft. Der Anlass musste wegen Corona verschoben werden. Nun bietet mir der Veranstalter im Herbst einen Ersatztermin an, der mir aber nicht passt: Habe ich Anspruch auf Rückerstattung des Preises?***

Das neue Datum müssen Sie nicht akzeptieren. Passt Ihnen dieser Ersatztermin nicht, können Sie eine Rückerstattung verlangen. Wenden Sie sich dafür erst an jene Instanz, wo Sie das Ticket gekauft haben. Wollen Ihnen die Verantwortlichen keine Lösung anbieten? Dann kontaktieren Sie in einem zweiten Schritt den Veranstalter selber.

***Ich besitze ein Halbtaxabo der SBB. Da ich in Coronazeiten zu Hause bleiben musste: Habe ich Anspruch auf eine Vergütung?***

Leider gehen ausgerechnet Halbtax-Besitzerinnen und -besitzer leer aus: Sie haben keinen Anspruch auf Rückerstattung für die vielen Tage, in denen sie das Halbtax-Abo nicht nutzen konnten. Dasselbe gilt leider auch für Hunde-Generalabonnements und Ausflug-Abos.

***Wie steht es mit dem Generalabonnement (GA)?***

Für Generalabonnements (auf dem SwissPass oder auf der blauen Karte) gilt: Die Inhaber erhalten pauschal 15 Tage entschädigt – als Zeichen der Kulanz. Die Kulanztage werden bei der Erneuerung des Abonnements automatisch angerechnet. Kundinnen und Kunden müssen also nicht selber aktiv werden. Barauszahlungen gibt es leider keine.

# Docupass



Jetzt  
bestellen für  
**CHF 19.-**

**Wir wissen nicht, welche Wendungen das Leben nimmt. Sorgen Sie rechtzeitig vor. Mit dem DOCUPASS von Pro Senectute.**

Im DOCUPASS halten Sie alle Ihre persönlichen Anliegen, Bedürfnisse und Wünsche für den Ernstfall fest. Unser Vorsorge-dossier ist die anerkannte Gesamtlösung für alle Bereiche, die Sie mit einem Vorsorgedokument regeln können:

- **Vorsorgeauftrag**
- **Patientenverfügung**
- **Anordnung für den Todesfall**
- **Testament**
- **Vorsorgeausweis**
- **Informationsbroschüre**

Bestellen Sie Ihren DOCUPASS noch heute!

Mehr Informationen erhalten Sie unter Telefon **041 226 11 88**,  
online auf [lu.prosenectute.ch](http://lu.prosenectute.ch) oder [docupass.ch](http://docupass.ch).



Besitzerinnen und Besitzer des GAs auf der blauen Karte erhalten die Entschädigung automatisch per Post zugestellt, in Form eines RailBons. Der entsprechende Betrag kann danach beim Neukauf eines GAs eingesetzt werden. Voraussetzung für diese – nicht sehr kundenfreundliche – Entschädigung ist jedoch, dass das GA vom 17. März 2020 bis zum 10. Mai 2020 ununterbrochen gültig war. Wurde das GA nicht nahtlos verlängert, erhält man die Entschädigung nicht.

***Ich besitze ein Jahresabo eines Kulturbetriebes. Diverse Ausstellungen sind wegen der Coronapandemie aber ausgefallen. Muss ich das Geld, das ich dafür bezahlt habe, nun abschreiben, oder ist der Kulturbetrieb verpflichtet, mir das Geld zurückzuerstatten?***

Sie haben für eine Dienstleistung bezahlt, die Sie nicht wie vorgesehen in Anspruch nehmen konnten. Daher besteht ein Anspruch auf Rückerstattung des nicht nutzbaren Teils Ihres Abonnements. Falls die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) etwas anderes vorsehen, was leider häufig der Fall ist, lohnt es sich trotzdem, hartnäckig zu bleiben. Derartige AGBs könnten unter Umständen gegen Schweizer Recht verstossen. Jedoch: Die momentane Situation ist für viele Kulturbetriebe existenzbedrohend. Deshalb sollte

man allenfalls auch Alternativlösungen in Betracht ziehen. Falls Sie auch für das Folgejahr ein Abonnement lösen möchten, könnten Sie den Verantwortlichen beispielsweise vorschlagen, das neue Abo um jene Monate zu verlängern, die 2020 ausgefallen sind.

***Ich gehöre zur Hochrisikogruppe und muss mich auch in den nächsten Monaten vor Corona schützen. Gelten für mich besondere Rückerstattungsregeln, wenn ich beispielsweise einem Gym-Besitzer ein ärztliches Zeugnis vorlege?***

Eine direkte gesetzliche Regelung gibt es diesbezüglich nicht. Hier empfiehlt es sich unbedingt, mit den Verantwortlichen Kontakt aufzunehmen, um eine einvernehmliche Lösung zu finden. Ein Arztzeugnis kann diesen helfen, Ihre Situation besser einzuschätzen und zu verstehen. Auch hier würde sich anbieten, dass beispielsweise ein Abo um die «Ausfallmonate» verlängert wird. Bei Veranstaltungen könnten Sie einen Gutschein mit langer Gültigkeitsdauer (mindestens zwei Jahre) vorschlagen. Idealerweise umfasst der Gutschein das Recht, dass Sie zu einem späteren Zeitpunkt den bezahlten Betrag für die ursprüngliche Veranstaltung zurückverlangen können – falls Sie den Gutschein für eine Ersatzveranstaltung doch nicht einlösen wollen.

Inserat



**PRO SENECTUTE**  
GEMEINSAM STÄRKER

**Live-stream**  
ab 2. Halbjahr  
2020

**Online-Video-Unterricht**  
NEU für zu Hause ab Kursprogramm «impulse» 2. Halbjahr 2020  
**Entdecken Sie unsere Angebote für Sprachen, Bildung und Bewegung.**

**Weitere Informationen und Anmeldung:**  
Pro Senectute Kanton Luzern, Bildung+Sport,  
Telefon 041 226 11 96, [bildung.sport@lu.prosenectute.ch](mailto:bildung.sport@lu.prosenectute.ch)  
oder unter [lu.prosenectute.ch](http://lu.prosenectute.ch) > Online-Anmeldung

**Kanton Luzern**  
[lu.prosenectute.ch](http://lu.prosenectute.ch)

# Seematt

Kur- und Erholungshaus am Sempachersee

## Herzlich willkommen in der Seematt am Sempachersee.

Die herrliche Lage direkt am Sempachersee ist einmalig.  
Entspannung und Erholung beim rollstuhlgängigen Rundweg im Seepark ist geboten.  
Zimmer mit herrlichem Blick auf den See.  
Gastronomie mit kulinarisch feinem und frischem Essen für interne sowie externe Gäste.  
Professionelle Dienstleistungen bei Pflege und Medizin.  
Körperliches und seelisches Wohlergehen bei Therapie, Massage und Beauty.  
Die Seematt ist für Feriengäste, Kurgäste sowie für Pflegebedürftige der ideale Platz.

**Für Ihr Wohl und Ihre Geborgenheit wird rund um die Uhr gesorgt.  
Das Seematt – Team freut sich auf Ihren Besuch.**



Danner-Stiftung | Seestrasse 3 | 6205 Eich am Sempachersee | 041 462 98 00 | info@seematt-eich.ch | www.seematt-eich.ch

Pro Senectute **INFO**



**PRO  
SENECTUTE**  
GEMEINSAM STÄRKER

**Donnerstag,  
22.10.2020  
18.30 Uhr  
LZ-Auditorium  
Luzern**

## «Vorsorge im Alter» Vorausdenken und selber entscheiden

Referate

- **Finanzielle Vorsorge** im Alter, Raiffeisenbank Luzern
- **Vorsorgedossier DOCUPASS**, Simon Gerber, Leiter Sozialberatung, Pro Senectute
- **Vorsorgeauftrag - Rolle und Aufgaben der Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde**, lic. iur. Marco Kathriner, KESB Luzern-Land

Austausch beim anschliessenden Apéro

**RAIFFEISEN**

Anmeldung (Eintritt 10.- inkl. Apéro/Vorortkasse):  
lu.prosenectute.ch/de/info2020 · 041 226 11 88



**Kanton Luzern**  
lu.prosenectute.ch

## Pro Senectute Kanton Luzern

### GESCHÄFTSSTELLE

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

### BERATUNGSSTELLEN

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

**Region Emmen,  
Littau/Reussbühl  
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

### BERATUNG GEMEINDEN/ PROJEKTE

Maihofstrasse 76  
Postfach 3640  
6002 Luzern  
Telefon 041 226 11 81  
beratung.gemeinde@lu.pro-  
senectute.ch

### MAHLZEITENDIENST

Maihofstrasse 76  
Postfach 3640

6002 Luzern  
Telefon 041 360 07 70  
hzh@lu.prosenectute.ch

### ALLTAGS- UND UMZUGSHILFE

Maihofstrasse 76  
Postfach 3640  
6002 Luzern  
Telefon 041 211 25 25  
hzh@lu.prosenectute.ch

### TREUHAND+STEUERN

**Treuhand**  
Maihofstrasse 76  
Postfach 3640  
6002 Luzern  
Telefon 041 226 19 70  
treuhand@lu.pro-  
senectute.ch

### Steuern

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

### ORTSVERTRETUNGEN

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

### BILDUNG+SPORT

Maihofstrasse 76  
Postfach 3640  
6002 Luzern  
Telefon 041 226 11 99  
bildung.sport@lu.pro-  
senectute.ch

### WOHNEN IM ALTER

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  
Maihofstrasse 76  
Postfach 3640  
6002 Luzern  
Telefon 041 226 11 88 oder  
über die regionalen  
Drehscheiben  
info@lu.prosenectute.ch

### INFOSTELLE DEMENZ in Zusammenarbeit mit der Alzheimervereinigung Luzern

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

### CLUB SIXTYSIX

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

### VERMITTLUNG VON FREIWILLIGENARBEIT

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

Ihre Spende hilft.  
Herzlichen Dank.  
Postkonto 60-1599-8  
IBAN  
CH30 0900 0000 6000 1599 8  
[www.lu.prosenectute.ch](http://www.lu.prosenectute.ch)

Inserat

### Wissen anstelle von Angst

info  
stelle  
demenz

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**  
Luzern



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](https://raiffeisen.ch/nachlass)

**RAIFFEISEN**

Wir machen den Weg frei