

IMPACT

zhaw

Nº 56 | MÄRZ 2022

Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften



DOSSIER

Silver Society

ZHAW-ALUMNA

Wie Sozialarbeiterin Lea-Maria Leu bei der KESB in Dübendorf dem einzelnen Menschen gerecht werden will.

MENSCHEN

ZHAW-Dozent Jonathan Dominguez Hernandez und sein ungewöhnlicher Werdegang als Hebamme und Jurist.

Your motivation is what

drives

our CPU.

Adrian Bucher,
Electrical Engineer



#FeelFreeToSpeedUp

Are you passionate about tearing down barriers and breaking new ground? What about transforming intelligent ideas into valuable solutions through creativity and skill? Then you're in the right place. As an international service provider specialising in technology-driven innovation, we'll offer you the right challenges – and plenty of professional freedom to face them.

Feel free to Innovate. zuehlke-careers.com

IMPRESSUM

HERAUSGEBER:

ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte
Wissenschaften, Winterthur, und ALUMNI ZHAW

KONTAKT:

ZHAW-Impact, Redaktion, Postfach,
8401 Winterthur; zhaw-impact@zhaw.ch

AUFLAGE:

27'000 Exemplare
ZHAW-Impact erscheint viermal jährlich.

NÄCHSTE AUSGABE:

22. Juni 2022

ADRESSÄNDERUNGEN:

info@zhaw.ch

WEITERE EXEMPLARE:

zhaw-impact@zhaw.ch

REDAKTIONSLEITUNG:

Patricia Faller (Chefredaktorin)

Andrea Hopmann (Leiterin CC)

REDAKTIONSKOMMISSION:

Christa Stocker (Angewandte Linguistik);
Kathrin Fink (Angewandte Psychologie);
Andrea Kleinert (Architektur, Gestaltung und
Bauingenieurwesen); Tobias Hänni (Gesundheit);
Cornelia Sidler (Life Sciences und Facility Ma-
nagement); David Bäuerle (School of Enginee-
ring); Frederic Härvelid (School of Management
and Law); Regula Freuler (Soziale Arbeit)

PRODUKTION NEWS:

Mitarbeit Andreas Engel, Sibylle Veigl

REDAKTIONELLE MITARBEIT:

Irene Bättig, David Bäuerle, Sara Blaser, Regula
Freuler, Sandra Hürlimann, Elena Ibello, Tho-
mas Müller, Katrin Oller, Frank Richter, Kathrin
Reimann, Eveline Rutz, Bettina Sackenreuther,
Carole Scheidegger, Andrea Söldi, Fabienne
Trümpi, Sibylle Veigl, Susanne Wenger, Ümit
Yoker

FOTOS:

Conradin Frei, Zürich, alle ausser S. 4 l., 6–13,
29, 35, 36, 37, 56–67; Daniel Baumgartner
S. 29; Noëlle Guidon S. 4 l., 6; Pixabay S. 56, 58;
Archiv ZHAW LSFM S. 67 o.; Stefan Kubli
S. 67 u.; zVg S. 10–12; 35, 36, 37, 57, 59, 60–66

GRAFIK/LAYOUT:

Till Martin, Zürich; Klaas Kaat, Zürich;
Stämpfli AG, ZH/Bern

VORSTUFE/DRUCK:

Stämpfli AG, Zürich/Bern

INSERATE:

Fachmedien Zürichsee Werbe AG,
Laubisrütistrasse 44, 8712 Stäfa,
Impact@fachmedien.ch, Tel. 044 928 56 53



gedruckt in der
schweiz

IMPACT DIGITAL

Die aktuelle Ausgabe unter

↳ <https://impact.zhaw.ch>

Als pdf und weitere Infos:

↳ www.zhaw.ch/zhaw-impact

↳ www.zhaw.ch/socialmedia

EDITORIAL

Illusion und Wirklichkeit



Alle wollen lange leben, aber keiner will alt werden. Dennoch reden wir übers Älterwerden im Dossier dieses Magazins. Weil die alternde Gesellschaft eine Realität ist: Der Begriff «Silver Society» umschreibt diesen grundlegenden Wandel von Altersstruktur und Gesellschaft und ist einer der grossen Megatrends unserer Zeit. Wir zeigen, was den Forschenden zum Thema «Alter» einfällt.

Und was fällt Ihnen zum Thema «Alter» ein? Ich denke da an die Rentnerinnen und Rentner, die mich beim Wandern freundlich grüssend überholen, während ich mich Richtung Gipfel schleppe und den Schweiss von der Stirne wische. So fit will ich auch mal werden, wenn ich Ü65 bin! «Was fällt Ihnen zum Thema Alter ein?» Das wollten wir auch in unserer Spotlight-Umfrage von Studierenden, Absolventinnen und Absolventen sowie von Mitarbeitenden kurz vor der Pensionierung, aber auch von jüngeren Kolleginnen und Kollegen wissen (S. 36 und im Webmagazin). Unserem Illustrator Till Martin kam bei der Frage der Lebensherbst in den Sinn: Bei seiner Interpretation auf dem Titelbild schweben ältere Menschen an goldenen Fallschirmen sanft ins Leben. Andere werden von einer Böe ergriffen und kräftig durchgeschüttelt. Der leere Liegestuhl auf dem Dossier-Auftaktfoto von Conradin Frei lässt Raum für Spekulationen. Wartet der auf uns? Oder wurden wir bereits alle aus dem «Rentnerparadies» vertrieben? Voraussichtlich stimmen wir schon bald über die Reform AHV 21 ab, die unter anderem eine Flexibilisierung des Rentenalters vorsieht. In der Öffentlichkeit wird kaum über die Flexibilisierung debattiert, als sei sie unumstritten. Machen Sie sich selbst ein Bild bei unseren Pro- und Contra-Beiträgen zweier ZHAW-Fachleute (S. 48). Tauchen Sie nun ein in die vielfältige und vielschichtige Silver Society.

PATRICIA FALLER, Chefredaktorin

ALUMNI



Menschlich handeln: Lea-Maria Leu, Sozialarbeiterin bei der KESB 6

ABSCHLUSSARBEITEN



Weshalb lassen sich Menschen impfen und andere nicht? 20

MENSCHEN



Als Hebamme in einer Frauendomäne: Jonathan Dominguez Hernandez. 14

18 STUDIUM

Sozial engagiert im Studium

Gutes tun und dafür ECTS-Punkte erhalten: Das Mentoring-Programm Future Kids bietet Studierenden die Möglichkeit, ihre Erfahrungen und ihr Wissen spielerisch weiterzugeben, um benachteiligten Kindern gleiche Chancen in der Schule zu ermöglichen.

19 «Wir Frauen können IT»

Es braucht mehr Frauen in der IT-Welt, ist ZHAW-Dozentin Katja Kurz überzeugt. Deshalb thematisiert sie Gender Diversity bereits mit ihren Studierenden im Einführungsmodul für Wirtschaftsinformatik, sensibilisiert sie für unbewusste Vorurteile und Lohnunterschiede und verweist auf die Wichtigkeit von Vorbildern.

56 WEITERBILDUNG

Gesund, leistungsfähig und Ü50

Angesichts des Fachkräftemangels in der alternden Gesellschaft sollen Menschen länger im Arbeitsprozess bleiben. Damit das gelingt, braucht es mehr zielgruppengerechte Gesundheitsförderung und Prävention, ohne ältere Mitarbeitende zu diskriminieren.

NACHHALTIGKEITSWETTBEWERB: DIE GEWINNER SIND ...

127 Einsendungen gingen bei unserem Nachhaltigkeitswettbewerb ein. Herzlichen Dank! Die Jury aus drei Mitgliedern des ZHAW-Nachhaltigkeitsausschusses hatte keine leichte Aufgabe, die kreativsten Alltagsideen auszuwählen.

► Den **1. PREIS**, eine Nacht im Hotel «Capricorns» in Wergenstein, gewinnt **Harlies Schweizer** aus Bühler (AR) für die Idee des Geschichtenateliers, das Generationen verbindet. Sie organisiert es mit Maria Nanny und Jürg Engler in ihrer Gemeinde. Ältere Menschen erzählen aus ihrem Leben. Kinder und Erwachsene hören zu und zeichnen oder malen, was sie hören. Für alle eröffnen sich neue Perspektiven.

- Der **2. PREIS**, ein SBB-Gutschein, geht an **Sonja Schneiderbauer** aus Bremgarten (AG). Sie und ihre Familie benutzen gebrauchte Flipchartblätter als Geschenkpapier mit Ornamenten aus Buchstaben.
- Den **3. PREIS**, einen Gutschein für eine Veloreparatur, gewinnt **Franziska Ulmann** aus Rorschach (SG). Ihre Idee: monatlich stattfindende Tauschzirkel, zu denen jeder Dinge mitbringt, von denen er sich für einen Monat trennen kann.

Der Zufallsgenerator hat unter allen Teilnehmenden als **Zufallsgewinner A. Schwartz** aus Kilchberg (ZH) ermittelt für Vorschläge für einen nachhaltigen Alltag. Der Gewinn ist ein SBB-Gutschein. **Allen herzlichen Glückwunsch!**

65 PERSPEKTIVENWECHSEL

Leere Spielplätze

Ergotherapeutin Ines Wenger verbrachte im Rahmen Ihres Doktorats sechs Wochen in Schweden. Sie promoviert über Spielplätze und Inklusion von Kindern mit speziellen Bedürfnissen. Auf der Suche nach Spielgefährten für ihr Töchterchen traf sie wochentags nur leere Spielplätze an.

67 DAMALS & HEUTE

Vom Monokularmikroskop zum Hightech-Instrument

In der fünften Folge der Serie «Damals & heute», in der wir jeweils eine historische Fotografie einer aktuellen gegenüberstellen, geht es um Laborunterricht einst und heute. [Alle Folgen im IMPACT-WEBMAGAZIN.](#)



22 DOSSIER **SILVER SOCIETY**

Für Menschen ab 60 hat das Marketing viele Umschreibungen erfunden. Silver Agers, Golden Agers oder Best Agers. Doch wie halten wir es selbst mit dem eigenen Älterwerden? Jeder ganz individuell, wie Katharina Fierz, Projektleiterin des Schwerpunkts Angewandte Gerontologie, im Interview (S. 24) sagt: «Die ›Alten‹ als einheitliche Gruppe gibt es nicht.» Das mache es komplex, Antworten auf dringende Fragen der alternden Gesellschaft zu finden: Wie werden wir im Alter künftig wohnen (S. 30)? Wie können wir am gesellschaftlichen Leben teilhaben (S. 35)? Helfen Technologien wie Virtual Reality (S. 39) oder Apps gegen Einsamkeit (S. 40)? Wie nutzen Seniorinnen und Senioren das Internet (S. 47) und wie könnte man sie unterstützen (S. 54)? Ist die Flexibilisierung des Rentenalters das Allheilmittel für unsere Versorgungssysteme (S. 48)? Müssen wir stärker in die private Vorsorge investieren (S. 50)? Wie werden sich die Gesundheitskosten entwickeln (S. 52)? Weshalb altern wir überhaupt (S. 28)? Was hilft nach einem Schlaganfall (S. 30, 45)? Leisten wir uns einen persönlichen Gesundheitscoach (S. 45)? Lesen Sie im Magazin, wie ZHAW-Mitarbeitende wirkungsvolle nachhaltige Lösungen entwickeln.

- 3 EDITORIAL**
- 4 INHALT**
- 6 ALUMNI**
- 10 FORSCHUNG**
- 14 MENSCHEN**
- 18 STUDIUM**
- 20 ABSCHLUSSARBEITEN**
- 22 DOSSIER**
- 56 WEITERBILDUNG**
- 59 VERANSTALTUNGEN**
- 60 ALUMNI ZHAW**
- 65 PERSPEKTIVENWECHSEL**
- 66 MEDIEN UND SOCIAL MEDIA**
- 67 DAMALS & HEUTE**

IMPACT-Webmagazin
<https://impact.zhaw.ch>

Video Labradordame Jazz ist Therapeuthündin. Wenn sie Ergotherapeutin Luzia Buchli begleitet, vergessen ältere Klientinnen und Klienten ihre Schmerzen und trainieren für den Alltag.

Video Mit Augmented Reality und einem dynamischen Stuhl haben ZHAW-Forschende eine neue Therapieform für Schlaganfallpatienten entwickelt – motivierend und messbar.

Video Beim Mentoringprogramm Future Kids verhelfen ZHAW-Studierende Schülern zu mehr Chancengleichheit in der Schule und erhalten dafür ECTS-Punkte. Einblick geben Studentin Giulia und der zehnjährige Harun.



ERWACHSENENSCHUTZ

Sie will dem einzelnen Menschen gerecht werden

Lea-Maria Leu arbeitet bei der KESB. Nicht alle ihrer Klientinnen und Klienten kommen freiwillig zu ihr. In solchen Situationen menschlich zu bleiben, sieht die Masterabsolventin als eine wichtige Aufgabe.

REGULA FREULER

Dreizehn Kilometer können einen Unterschied machen. So viel beträgt die Strecke zwischen Lea-Maria Leus Arbeitsort – der Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde (KESB) in Dübendorf – und ihrer Wohnung in der Stadt Zürich. Gelegentlich joggt sie abends heim: Äusserer Abstand schafft inneren Abstand. «Manche Fälle lassen einen nach Feierabend nicht los», sagt die 31-Jährige.

Wir treffen uns an einem grauen Nachmittag bei ihr zu Hause. Neben dem Esstisch hängt ein Schwarzweiss-Plakat der Cinéma-thèque suisse aus den Achtzigern, an eine andere Wand gelehnt stehen alte Bilder. Alles Erbstücke des Onkels – und Ausdruck von Leus privater Seite, die beinahe ihre berufliche geworden wäre.

Auf leise Art laut sein

Schon als Jugendliche interessierte sie sich für Kunst, und bis heute fotografiert, malt und druckt sie. Aber um auf diesem Gebiet eine Karriere einzuschlagen, habe ihr der Mut gefehlt. Aus früheren Tagen stammen auch ihre Tätowierungen, die an Hals und Armen aus dem Shirt ranken: florale Muster, Gefieder, Ornamente. «Das hatte sowohl mit Kunstaffinität wie auch mit meiner extrovertierten Intro-

vertiertheit und mit Rebellion zu tun», sagt Leu lachend. «Ich wollte wohl auf leise Art laut sein.» Nur mässig motiviert absolvierte sie damals eine Handelsmittelschule. Als sie danach ein kaufmännisches Praktikum im Asylamt Biel machte, kam sie erstmals mit Sozialer Arbeit in Kontakt: Flüchtlinge sollten auf die Durchgangszentren im Kanton verteilt werden. Wie wird man dabei dem einzelnen Menschen gerecht? Diese Frage beschäftigte sie,

«Ich will den Menschen nicht sagen, wie sie leben sollen, sondern sie dabei unterstützen, wie sie leben wollen.»

Lea-Maria Leu, KESB-Mitarbeiterin

weshalb sie dann befristet in einem solchen Zentrum in Reconvilier im Berner Jura Asylsuchende betreute. «Es war ziemlich trostlos», erzählt Leu, «man konnte den Menschen kaum Abwechslung bieten, sie mussten einfach abwarten, manche von ihnen bis zu drei Jahre.»

Nach einer Auszeit nahm sie eine Stelle im IT-Support des Eidgenössischen Departements für auswärtige Angelegenheiten an. Doch statt sich ein Informatikstudium bezahlen zu lassen, wie man es ihr anbot,

entschied sie sich 2013 für ein Studium in Sozialer Arbeit. Sie machte den Bachelor an der Fachhochschule Nordwestschweiz teilweise im vollen Pensum und arbeitete zusätzlich in zwei Jobs. «Ich war oft erschöpft», erinnert sich Leu. Heute würde sie das Pensum besser verteilen.

In Praktika zur beruflichen Identität

Besser angepackt habe sie es bei der Wahl der beiden Studiumspraktika: «Sie halfen mir, meine berufliche Identität zu finden.» Als Erstes arbeitete sie in der Stiftung Netzwerk in Uster, einer Non-Profit-Organisation unter anderem für begleitetes Wohnen für junge Menschen zwischen 16 und 22 Jahren. Wer eine Wohnung haben wollte, musste eine Tagesstruktur nachweisen. Wer diese verlor, musste ausziehen. «Ich empfand das als hart. Und ich merkte, dass mir der stationäre Jugendbereich zu nah am eigenen Alltag war», erzählt sie. «Welche Nähe hält man aus und welche nicht? Auch das lernt man im Praktikum.»

Das zweite Praktikum erfolgte 2015 bei ihrem heutigen Arbeitgeber, der Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde Dübendorf. Diese Behörde gab es damals erst seit zwei Jahren. «Zuerst hatte ich Vorbehalte, weil es ein Zwangskontext ist. Aber die Aufgaben sind eben auch sehr menschlich, und man muss

«Selbstbestimmung ist auch innerhalb von Grenzen durchaus möglich», sagt KESB-Mitarbeiterin Lea-Maria Leu.

sie menschlich angehen», betont Leu. Bei der KESB arbeitet sie nun schon seit sechseinhalb Jahren, inzwischen als Fachmitarbeiterin und Ersatzbehördenmitglied.

Erwachsenenschutz gewinnt an Bedeutung

Im vergangenen Sommer schloss die gebürtige Burgdorferin ihr Masterstudium an der ZHAW ab: «Es ermöglichte mir die nötige fachliche Vertiefung. Und es hilft für das ‹Standing› am Arbeitsplatz neben Juristinnen und Psychologen.»

Leu beschäftigt sich in ihrem beruflichen Alltag überwiegend mit Erwachsenenschutz. Zu diesem Fachgebiet hat sie denn auch ihre beiden Abschlussarbeiten geschrieben. Beim Bachelor befasste sie sich

mit dem Entscheidungsfindungsprozess, beim Master mit Selbstbestimmung. Durch die demografische Veränderung – unsere Gesellschaft altert – gewinnt der Erwachsenenschutz, vor allem für ältere

«Welche Nähe hält man aus und welche nicht? Auch das lernt man im Praktikum.»

Lea-Maria Leu, ZHAW-Masterabsolventin

Menschen, in der Sozialen Arbeit an Bedeutung. Laut der jüngsten Statistik der Konferenz der Kantone für Kindes- und Erwachsenenschutz (KOKES) bestand Ende 2020 in der Schweiz für fast 100 000 Erwachse-

ne eine Schutzmassnahme. Das sind fast 10 000 mehr als noch drei Jahre zuvor.

Mit ihrer Masterthesis hat Leu eine Forschungslücke in Angriff genommen. Bisher existierten keine Studien zur Selbstbestimmung mit Fokus auf die Sicht von älteren verbeiständeten Personen, wie es im Behördenjargon heisst. «Ich fand das erstaunlich, zumal das 2013 revidierte zivilrechtliche Erwachsenenschutzrecht die Selbstbestimmung des Individuums in den Mittelpunkt rückte», sagt Leu.

Selbstbestimmung in bestimmten Grenzen möglich

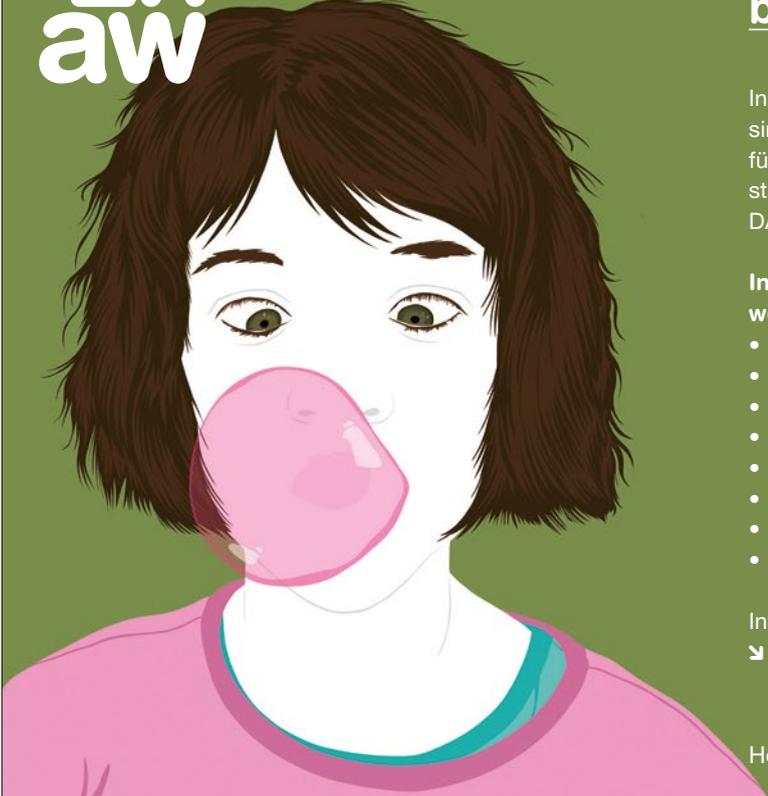
Die Errichtung der Beistandschaft bringt gewisse Einschränkungen, aber auch Möglichkeiten mit sich.

ANZEIGE

Zürcher Hochschule
für Angewandte Wissenschaften

zh
aw

Soziale Arbeit



Entwickeln Sie neue berufliche Spielräume

In welchem Bereich der Sozialen Arbeit Sie auch tätig sind: Eine Weiterbildung erhöht Ihre Kompetenzen für künftige Aufgaben. Vertiefen Sie Ihr Fachwissen und stärken Sie Ihre Handlungsfähigkeiten mit unseren CAS, DAS, MAS und Kursen. Machen Sie den nächsten Schritt.

In welchem Handlungsfeld möchten Sie sich weiterbilden?

- Kindheit, Jugend und Familie
- Delinquenz und Kriminalprävention
- Soziale Gerontologie
- Community Development und Migration
- Sozialrecht
- Sozialmanagement
- Supervision, Coaching und Mediation
- Psychosoziale Beratung

Infoveranstaltung: 9. Mai 2022
www.zhaw.ch/sozialearbeit

Hochschulcampus Toni-Areal, Zürich



Wie dies erlebt wird, eruierte Leu in leitfadengestützten Interviews mit Personen im Alter von 68 bis 80 Jahren. Das Fazit: Vier von fünf Befragten sahen vor allem die positiven Seiten, weil sie bei administrativen und finanziellen Angelegenheiten entlastet wurden. Dass man hingegen um sein eigenes Geld sozusagen bitten müsse, empfanden manche als störend oder gar demütigend. «Das ist verständlich», räumt die KESB-Mitarbeiterin ein. Dennoch ist das Ergebnis ihrer Befragungen erhellend: Selbstbestimmung ist auch innerhalb von Grenzen durchaus möglich.

Am juristischen Kontext ihres Berufs schätzt Leu, dass sie viele Fragen analytisch angehen kann, vom Eingang einer Gefährdungsmel-

dung bis zur Empfehlung für einen Entscheid. Trotz aller rationalen Abstraktion in der Fachabklärung ist

«Manche glauben, es sei ein undankbarer Job. Aber gerade im Erwachsenenschutz sind viele Menschen froh um Unterstützung.»

Lea-Maria Leu, Sozialarbeiterin

sie überzeugt: «Es ist enorm wichtig, die betroffenen Menschen im ganzen Prozess mitzunehmen, auch wenn dazu mehrere Gespräche nötig sind.» Die verbreiteten Vorbe-

halte gegenüber ihrer Arbeit kennt sie: «Manche glauben, es sei ein undankbarer Job. Aber gerade im Erwachsenenschutz sind viele Menschen froh um Unterstützung.»

Eingreifen bei Missbrauchsfällen
Und was antwortet sie jeweils auf den häufig geäußerten Vorwurf, die KESB verletze die familiäre Privatsphäre? «Leider geschehen die meisten Missbrauchsfälle innerhalb der Familie. Da muss man eingreifen können – zum Schutz der Betroffenen», betont Leu.

Wenn sich Menschen von ihr abgeholt fühlen, sieht sie sich in ihrer Tätigkeit bestätigt: «Ich will ihnen nicht sagen, wie sie leben sollen, sondern sie dabei unterstützen, wie sie leben wollen.» ■

ANZEIGE



Weniger Umverteilung und damit mehr für Sie

Erhalten Sie das, was Ihnen zusteht – dank einer flexiblen Vorsorgelösung mit zukunftsgerichtetem Vorsorgemodell und transparenter Verzinsung. Mit Vita Classic sind Sie und Ihre Mitarbeitenden direkt und ausgeglichen am Anlageertrag beteiligt. So geht Fairplay in der beruflichen Vorsorge.

Erfahren Sie mehr: vita.ch/fairplay

Berufliche Vorsorge von den Vita Sammelstiftungen und der Zurich Versicherung



AUSSTELLUNG «WATCHING THE WORLD»

Kunst und Forschung in einem Projekt



Ein Internet-Café irgendwo auf der Welt: eine der unzähligen Webcam-Aufnahmen, ausgesucht mittels Künstlicher Intelligenz.

«Watching the World» zeigt die Vielfalt der Welt im permanenten Live-Zustand. Das Projekt von Webcam-Künstler Kurt Caviezel und Helmut Grabner, Dozent am Institut für Datenanalyse und Prozessdesign der **SCHOOL OF ENGINEERING**, erschafft mit Webcam-Bildern, die durch Künstliche Intelligenz kuratiert werden, eine Ausstellung, die das «Jetzt» der Welt zeigt. Ausgangsmaterial sind 10 000 öffentlich zugängliche Webcams und Überwachungskameras auf der ganzen Welt – und es werden immer mehr. Im Schnitt sen-

den diese alle 15 Minuten ein neues Bild. Geordnet in unterschiedlichen Kategorien sehen Besucherinnen und Besucher der Projekt-Homepage eine sich ständig ändernde Live-Collage. Als Forschungsprojekt bietet «Watching the World» viele Ansatzpunkte für Bachelor- und Masterarbeiten. «Fast alle Themen im Bereich Data Science werden abgedeckt», erklärt Dozent Grabner. So stellen sich bei der Datenanalyse Fragen wie zum Beispiel: «Welche Bilder halten wir für interessant und welche nicht?»

↘ <https://bit.ly/3rVfeKQ>

Online-PR in Medien bleibt oft unerkannt

Das IAM Institut für Angewandte Medienwissenschaft hat die Nutzung von Native Ads untersucht: Native Ads sind an das Umfeld des Medientitels angepasste gesponserte Beiträge in journalistischen Medien. In einem Online-Experiment wurden 1800 Teilnehmende mit Native Ads konfrontiert. Gut ein Drittel davon konnte Native Ads nicht als bezahlten Inhalt erkennen. «Je nach Plattform und Art der Kennzeichnung bemerkten sogar bis zu 60 Prozent der Teilnehmenden nicht, dass es sich bei einem Beitrag um gesponserten Inhalt handelt», sagt Guido Keel, Studienleiter und Professor für Media Literacy am Departement

ANGEWANDTE LINGUISTIK. Auch konnten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer oft nicht erklären, was die Bezeichnungen für diese Werbeformen genau bedeuten. Insbesondere «Native Content» war für mehr als die Hälfte der Befragten unverständlich; «Paid Post», «Sponsored» oder «Präsentiert von ...» waren für jeweils mindestens 20 Prozent unklar. Im Eye-Tracking-Experiment wurde zudem ersichtlich, dass Hinweise auf das Sponsoring, die nicht direkt im Lauftext eines Beitrags aufscheinen, kaum zur Kenntnis genommen, sondern routiniert ignoriert werden.

↘ <https://bit.ly/3JR3VK3>

Online-Zahlungen: zur Hälfte mobil

Die Schweizer Bevölkerung zahlt Waren und Dienstleistungen, die sie nicht direkt vor Ort bezieht, sehr häufig mobil: 49 Prozent aller Transaktionen im sogenannten Distanzgeschäft erfolgen über ein Mobiltelefon, Tablet oder eine Smartwatch. Dies umfasst Zahlungen einerseits direkt über das Bankkonto wie mit Twint, andererseits aber auch mit einer Kredit- oder Debitkarte, die in einer App hinterlegt ist, wie zum Beispiel bei Apple Pay oder SBB Mobile. Das zeigt der zum sechsten Mal durchgeführte Swiss Payment Monitor der **SCHOOL OF MANAGEMENT AND LAW** und der Universität St. Gallen. Für die Untersuchung wurden Ende 2021 1460 Personen repräsentativ für die ganze Schweiz befragt. Insgesamt ist die Debitkarte mit einem Anteil von 30 Prozent aller Transaktionen (von Distanz- und Präsenzgeschäft) weiterhin das meistgenutzte Zahlungsmittel.

Wettervorhersage für die Finanzmärkte



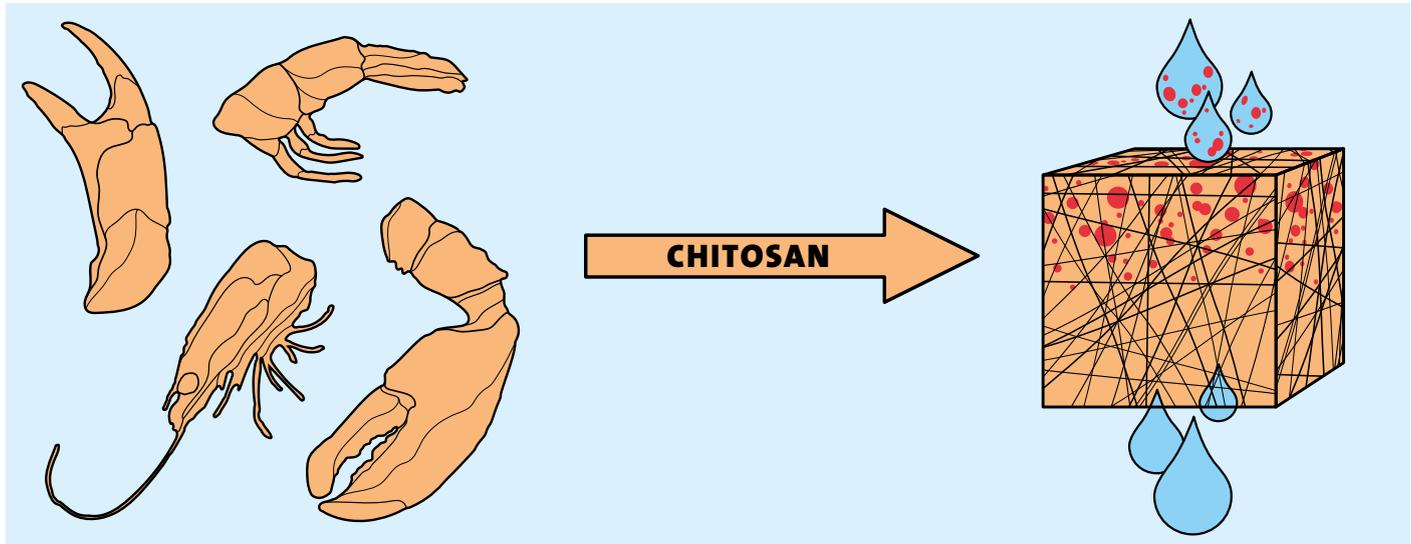
Der Banken-Distrikt City of London: Ein Forschungsprojekt will automatisierte Bankreports in Echtzeit erstellen.

Nach der Finanzkrise 2008 wurden neue Regeln zum Schutz des Bankensystems geschaffen, doch sind die Instrumente in ihrer technischen Struktur noch immer uneinheitlich, zeitintensiv und nicht effizient. Das Projekt «Data Driven Financial Risk and Regulatory Reporting» (DaDFiR3) setzt hier an. Die Projektpartner, bestehend aus Wolfgang Breyman von der **SCHOOL OF ENGINEERING**, Tim Weingärtner vom Departement Informatik der Hochschule Luzern und Walter Farkas vom Institut für Banking und Finance der Universität Zürich, haben sich zum Ziel gesetzt, eine digitale Infrastruktur zu entwickeln, die es ermöglicht, automatisierte Banken-Reports in Echtzeit zu erstellen. «Man kann sich das System wie eine Wettervorhersage für den Finanzmarkt vorstellen», erklärt Breyman. Das Projekt wird vom gemeinsamen Förderprogramm BRIDGE des Schweizerischen Nationalfonds und der Innosuisse unterstützt. Mehrere Unternehmen konnten als Umsetzungspartner gewonnen werden, insbesondere Regnology, einer der führenden Anbieter von Risiko- und Regulierungs-Technologien für Banken und Finanzaufsichtsbehörden weltweit.

↘ <https://dadfir3.com>

BIOLOGISCH ABBAUBARER SCHWAMM AUS CHITOSAN ALS FILTER

Weniger Mikroplastik im Wasser dank Austern-Prinzip



Austern filtern für die Nahrungsaufnahme mehrere hundert Liter Wasser pro Tag. Dieses Prinzip machten sich Forschende der Fachgruppe Funktionsmaterialien und Nanotechnologie am Departement **LIFE SCIENCES UND FACILITY MANAGEMENT** zunutze. Im Rahmen eines Projekts entwickelten sie einen

ähnlichen Filter, um Gewässer von Mikroplastik zu befreien. Dabei setzten sie auf hochporöse flexible Nanofaser-Schwämme – hergestellt aus dem biologisch abbaubaren Biomaterial Chitosan, das unter anderem in den Schalen von Krustentieren vorkommt und als Abfallprodukt der Lebensmittelindustrie

anfällt. Im «Austern-Betrieb» gelang es, Mikroplastik um 80 Prozent zu reduzieren, als klassischer Tiefenfilter erzielte der Schwamm über 99 Prozent Reinigungswirkung. Der Filter sollte möglichst nahe an der Quelle von Mikroplastik zum Einsatz kommen, also bereits in einer Waschmaschine oder auch zur

Reinigung von Meteorwasser aus Kunstrasen-Sportplätzen. Das Forschungsprojekt ist Teil des übergreifenden BIOMAT-Projekts an der ZHAW in Wädenswil, das unter anderem zum Ziel hat, verschiedene nachhaltige biobasierte Materialien und Prozesse zu entwickeln, um fossilbasierte Pendants zu ersetzen.

Klimawandel verschiebt Anbaugelände

Heutige tropische Anbaugelände für Kaffee, Avocado und Cashewkerne in Afrika, Asien und Südamerika werden sich infolge der Klimaerwärmung voraussichtlich in andere Regionen verschieben. Dies zeigt eine Studie am Departement **LIFE SCIENCES UND FACILITY MANAGEMENT**. Die genannten Kulturen sind wichtige Nutzpflanzen für tropische Kleinbauern rund um die Welt. Für die Prognosen im Hinblick auf das Jahr 2050 kombinierte Roman Grütters Team am Institut für Umwelt und Natürliche Ressourcen verschiedene Klimawandelmodelle und Bodenfaktoren. Die Analyse zeigte: Mit fortschreitendem Klimawandel werden die geeigneten Anbauflächen für Kaffee Arabica – die dominierende Kaffeeart –, Avocados sowie Cashewkerne in den meisten

heutigen Hauptproduktionsländern abnehmen und die Anbaugelände der drei Kulturpflanzen sich in höhere Lagen und Breitengrade verschieben. Profitieren könnten Regionen wie die USA, Argentinien, China und Ostafrika. Kaffee ist am anfälligsten: Die Landeignung wird in allen wichtigen Produktionsländern wie Brasilien, Vietnam, Indonesien und Kolumbien zurückgehen. Die Ergebnisse zeigen, dass sich die heutigen Produktionsländer an den Klimawandel anpassen müssen, zum Beispiel mit dem Anbau von Sorten, welche an höhere Temperaturen oder Dürre angepasst sind. Gemildert werden müssen aber auch die Umweltauswirkungen einer Expansion an neue Standorte.

↳ <https://bit.ly/3oXuBR3>

Gleichzeitig Tee und Strom produzieren

Die Agrivoltaik (APV) hat das Ziel, auf dem gleichen Stück Land sowohl Solarstrom als auch landwirtschaftliche Erzeugnisse zu produzieren. In seinem Projekt «Green!Tea» führt Grégoire Meylan vom International Management Institute der **SCHOOL OF MANAGEMENT AND LAW** eine prospektive Ökobilanz durch, um ökologische Brennpunkte und Verbesserungspotenziale von APV für die Produktion von grünem Tee in Vietnam zu identifizieren. Diese Teesorte eignet sich für den APV-Einsatz, da sie Beschattung benötigt. Gefördert wird das Projekt vom «Sustainable Impact Program» der ZHAW.



Tee unter Solarpanels: Wie steht es mit der Ökobilanz?

Sexarbeitende: Negative Folgen des Arbeitsverbots während Pandemie

Die Corona-Massnahmen in der Schweiz seit März 2020 hatten einen grossen negativen Einfluss auf das Leben der Sexarbeiterinnen und Sexarbeiter. Am schwersten wogen die Folgen durch das Arbeitsverbot. Wer trotz Verbot weiterarbeitete, erfuhr eine Machtverschiebung zugunsten der Kunden. Wie eine von der Stiftung für Soziale Arbeit Zürich unterstützte Studie des ZHAW-Departements **SOZIALE ARBEIT** unter der Leitung von Michael Herzig ergab, führte dies zu tiefen Preisen für Dienstleistungen sowie Nötigungen und Gewalt.



Das Arbeitsverbot für Prostitution führte zu Machtverschiebungen zugunsten des Kunden.

Häusliche Gewalt: Kein Pandemieeffekt

Entgegen vielfach geäusserten Befürchtungen lässt sich anhand der polizeilichen Kriminalstatistik kein Pandemieeffekt bei häuslicher Gewalt insgesamt nachweisen. Diese Statistik erfasst allerdings nur die angezeigten Straftaten. Bestätigt werden sie nun durch zwei Studien, geleitet von Dirk Baier vom Institut für Delinquenz und Kriminalprävention des Departements **SOZIALE ARBEIT**. Bei den Befragungen gaben im Jahr 2018 und erneut im Jahr 2021 rund 1500

beziehungsweise fast 2000 Erwachsene, die zum Befragungszeitpunkt in einer Partnerschaft lebten, Auskunft zum Erleben verschiedener partnerschaftlicher Übergriffe in den letzten 12 Monaten. Gemäss ihren Aussagen ist das Ausmass partnerschaftlicher Gewalt vor und während der Pandemie weitestgehend identisch. Allerdings nicht bei allen demografischen Gruppen: Bei jüngeren Befragten findet sich ein Anstieg physischer Gewalterfahrungen.

Arbeitswelt 4.0: Vielfältig und vernetzt

In seiner Reihe zur Arbeitswelt 4.0 hat das IAP Institut für Angewandte Psychologie am Departement **ANGEWANDTE PSYCHOLOGIE** seine fünfte Studie erarbeitet: Forschende haben neben aktuellen Fragestellungen auch Veränderungen gegenüber Erkenntnissen der ersten Studie aus dem Jahr 2017 erhoben. Die Mehrheit der Befragten nimmt die durch die Digitalisierung verursachten Veränderungen nach wie vor positiv wahr. Die Arbeit wird als vielfältiger und autonomer erlebt, für die grosse Mehrheit führt Digitalisierung auch zu mehr Selbstführung. Allerdings bezeichnen über 40 Prozent die Arbeit als anstrengender und belastender,

und über die Hälfte sagt, dass vermehrtes Homeoffice sich eher negativ auf die Teamkommunikation auswirkt. Für 74 Prozent der Befragten ist eine Trennung zwischen Arbeit und Freizeit wichtig.

➤ <https://bit.ly/34ONaA7>



Eine Erkenntnis: Digitalisierung führt zu mehr Selbstführung.

Ausgezeichnet

Fragebogen für klinische Anwendung

Forschende des Departements Gesundheit gewannen den mit 5000 Fr. dotierten Preis der Reha Rheinfelden für wissenschaftliche Arbeiten im therapeutischen Bereich. Die Forscherin Marina Bruderer-Hofstetter und ihr Team haben einen Fragebogen für ältere Personen mit kognitiven Einschränkungen für die klinische Anwendung in der deutschsprachigen Schweiz angepasst und auf seine Gültigkeit hin überprüft. Die Jury beeindruckte u.a. die hohe therapeutische Relevanz für die klinische Arbeit. Der Fragebogen ermöglicht es, Einschränkungen im Alltag, z.B. beim Kochen oder Einkaufen zu evaluieren.



Die Forscherin Marina Bruderer-Hofstetter (2. v. r.) mit Vertreterin und Vertretern der Reha Rheinfelden.

Smarte Beleuchtung für Pflanzen

Erst waren sie noch Studenten in Umweltingenieurwesen am Departement Life Sciences und Facility Management, nun sind sie zweifach preisgekrönte Jungunternehmer: Remo Oberholzer und Philipp Osterwalder haben mit ihrer Jungfirma Aurora den Zentralschweizer Startup-Award Zünder 2021 gewonnen, nach dem First-Ventures-Preis der Gebert-Rüf-Stiftung. Mit dem Zünder-Award erhalten sie eine Investitionszusage von 100 000 Franken von der SeedCapital Invest. Damit wollen sie ihr Beleuchtungssystem, das verschiedene Klima- und Vegetationszonen der jeweiligen Pflanzen simulieren kann, Mitte 2022 auf den Markt bringen.

➤ <https://bit.ly/3Br8Xtq>



Remo Oberholzer und Philipp Osterwalder (v.l.) an der Preisverleihung des Startup-Award Zünder 2021.

Wir begeistern Talente – Talente begeistern uns.

Baumer ist immer auf der Suche nach klugen Köpfen,
die unsere Leidenschaft für Sensoren teilen.

www.baumer.com/karriere



«Ich bin ein NOSER. Komm zu uns!»

Jonas, Software Engineer

Möchtest du ein NOSER werden und die Zukunft mitgestalten? Du realisierst spannende Projekte in verschiedenen Branchen und entwickelst digitale Lösungen von morgen. Du bist Teil eines starken Teams von mehr als 200 Consultants und Ingenieur*innen in einem etablierten Schweizer Software-Unternehmen.

Ist das auch dein Ziel? Dann überleg nicht lang, komm zu uns – we know how.

Noser Engineering AG

Winterthur | Luzern | Bern | Rheintal | Basel | München



noser.com/jobs
Jobs, die begeistern!



JONATHAN DOMINGUEZ HERNANDEZ

Er ist Hebamme und Jurist

Von Teneriffa über England und Österreich nach Winterthur: Jonathan Dominguez Hernandez ist schon viel herumgekommen. Seit letztem Sommer ist er Dozent im Masterstudiengang für Hebammen.

CAROLE SCHEIDEGGER

Es ist nicht das erste Interview, das Jonathan Dominguez Hernandez gibt. Schon an früheren beruflichen Stationen in England und Österreich sorgte «die männliche Hebamme aus Teneriffa» für Aufsehen. Der 42-Jährige willigt bei Medienanfragen ein, um anderen Mut zu machen: «Ich möchte Männer bestärken, diesen Beruf zu ergreifen, wenn sie eine Leidenschaft dafür haben.»

Über den Spanier gibt es aber mehr zu erzählen als nur, dass er ein Mann in einer Frauendomäne ist. Der Dozent im Master of Science Hebamme am Departement Gesundheit weist einen spannenden Lebenslauf auf. Begonnen hat er als Pfleger in seiner Heimat, der kanarischen Insel Teneriffa. Dort bekam es der Sohn eines Bauarbeiters immer wieder mit Müttern und ihren Neugeborenen zu tun, weil in Spanien stets Pflegefachkräfte die Wochenbettbetreuung übernehmen. Diese Arbeit gefiel ihm sehr.

Die erste männliche Hebamme Nordenglands

Teneriffa wurde ihm, so sehr er die Sonne und das Meer liebt, mit der Zeit zu eng. Er zog nach England. Auch dort arbeitete er zuerst in der Pflege. Dann eröffnete sich ihm durch ein Stipendium die Möglichkeit, Hebamme zu werden. Er war im Norden Englands tätig, wo er die erste männliche Hebamme war. «Von den schwangeren Frauen habe ich alle denkbaren Reaktionen erhalten. Manche waren erst über-

rascht, aber dann begeistert.» Andere lehnten eine männliche Hebamme ab, zum Beispiel aus religiösen Gründen oder weil sie sich nicht wohl fühlten damit. «Das war völlig in Ordnung und ich habe dann jeweils mit einer Kollegin getauscht», sagt der bekennende Feminist.

Seine Haltung als Hebamme – auch bei den Männern lautet die Berufsbezeichnung so – ist, dass er auf die Frau hört. Darauf, was sie möchte und braucht. «Die Frauen sollen bei der Geburt ihre Selbstwirksamkeit erfahren. Ich sagte ihnen: «Ich bin da, ich versuche, Ihre Wünsche

«Es ist ein einzigartiges Erlebnis, eine Frau dabei zu unterstützen, ein Baby zur Welt zu bringen.»

Jonathan Dominguez Hernandez, Dozent am Institut für Hebammen

zu erfüllen.» Das bedeutete für ihn auch, dass eine Frau zum Beispiel eine Periduralanästhesie gegen die Schmerzen bekommen sollte, wenn diese ihr ein gutes Geburtserlebnis verschaffte. «Ich kläre natürlich über die Risiken auf, aber am Ende entscheidet die Frau.»

Auch als Leiter einer Londoner hebammengeleiteten Ambulanz für übertragbare Krankheiten und Suchtkrankheiten in der Schwangerschaft setzte er sich zum Beispiel dafür ein, dass Frauen mit HIV nicht von vornherein zum Kaiserschnitt

angemeldet wurden, sondern vaginal gebären konnten. Es sei ein einzigartiges Erlebnis, eine Frau dabei zu unterstützen, ein Baby zur Welt zu bringen, sagt Jonathan Dominguez Hernandez mit einem Leuchten in den Augen.

Neben der Hebammenausbildung hat Jonathan Dominguez Hernandez einen weiteren Beruf erlernt: das Medizinrecht. Auslöser für sein Jurastudium war eine Tragödie: In einem Spital in einem Vorort Londons verlor eine Frau beim Kaiserschnitt das Leben. «Ich betreute sie zu Beginn der Geburt noch, dann war meine Schicht zu Ende und ich ging nach Hause. Am nächsten Morgen waren alle in Aufruhr, weil die Frau gestorben war.»

Eine Untersuchung folgte, bei der alle Mitarbeitenden intensiv befragt wurden. «In England wird sehr schnell gegen ein Krankenhaus geklagt», erklärt Jonathan Dominguez Hernandez. «Mich interessierte, wie ich mich selbst schützen konnte und welche Rechte Hebammen in solchen Fällen haben. Deshalb habe ich einen Master of Law in Medizinrecht abgeschlossen.»

Abkehr vom Beruf des Juristen

Er absolvierte sein Referendariat in einer entsprechenden Kanzlei. «Ich fand es sehr interessant, mir kamen aber die Gefühle dazwischen, wenn ich eine Person verteidigen musste, bei der ich genau wusste, dass sie einen Behandlungsfehler gemacht hatte», erinnert er sich. Also kehrte er zurück zur Hebammenarbeit. In England lernte Jonathan Dominguez Hernandez sei-

Will, dass Frauen bei der Geburt ihre Selbstwirksamkeit erfahren: Jonathan Dominguez Hernandez, Dozent im Master of Science Hebamme und bekennender Feminist.



Jonathan Dominguez Hernandez unterrichtet gern: Mit den Masterstudierenden könne er thematisch in die Tiefe gehen, sagt er.

ne heutige Frau kennen, eine Hebamme mit österreichischen Wurzeln, die mehr als ein Jahrzehnt lang auf der britischen Insel gelebt hat. Als sich das erste Kind des Hebammen-Ehepaars ankündigte, zogen die beiden nach Vorarlberg. «Zuerst fand ich: Das geht nicht, ich kann ja kein Deutsch!», sagt Jonathan Dominguez Hernandez. Doch es ging, und während seine Frau eine Stelle als Hebamme antrat, lernte er zunächst Deutsch. Später arbeitete er als Hochschullehrer in Gesundheitswissenschaften an der Fachhochschule Vorarlberg.

Aber sein Herz schlug weiterhin vor allem für die Hebammen-themen. So gelangte er im August 2021 ans Institut für Hebammen der ZHAW. Hier unterrichtet er die Masterstudierenden und vermit-

telt ihnen evidenzbasiertes Wissen – Wissen über nachgewiesene Wirksamkeit und Zusammenhänge – rund um Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett. Die Inhalte drehen sich um sogenannte Advanced-Practice-Kompetenzen, etwa die Konzeption und Einführung eines hebammengeleiteten Betreuungsmodells für schwangere Frauen in komplexen Situationen wie einer Risikoschwangerschaft.

«Mir macht der Unterricht grosse Freude. Die Masterstudierenden sind ja schon ausgebildete Hebammen. Wir können thematisch in die Tiefe gehen», sagt Jonathan Dominguez Hernandez. Er hat beste Erinnerungen an sein eigenes Masterstudium: «Ich war jahrelang mit einem Bachelorabschluss in der Praxis tätig. Als ich meinen ersten Master absolvierte, haben sich

meine Möglichkeiten in der Hebammenarbeit stark verändert, ich war besser informiert und konnte den Frauen mehr anbieten als zuvor. Ich hatte immer die evidenzbasierte Theorie im Kopf und bekam so quasi eine Helikopter-Optik.» Neben seinem juristischen Master hat er je einen in Public Health und Advanced Nursing Education absolviert.

Den aktuellen Masterstudierenden möchte er mitgeben, dass Hebammen mehr können, als sie manchmal wahrnehmen, und dass sie auch neue Rollen einfordern sollen. «Hebammen könnten zum Beispiel bei der Entwicklung von Leitlinien im geburtshilflichen Bereich mitarbeiten.» Jonathan Dominguez Hernandez spricht hier aus Erfahrung. Aufgrund seiner Tätigkeit in anderen Ländern weiss er: «In England gehen die Frauen für die Schwangerschaftsvorsorge normalerweise zu einer Hebamme, in Spanien sind Hebammen auch ins Brustkrebs-Screening integriert. Ähnliche Modelle wären doch auch in der Schweiz denkbar.»

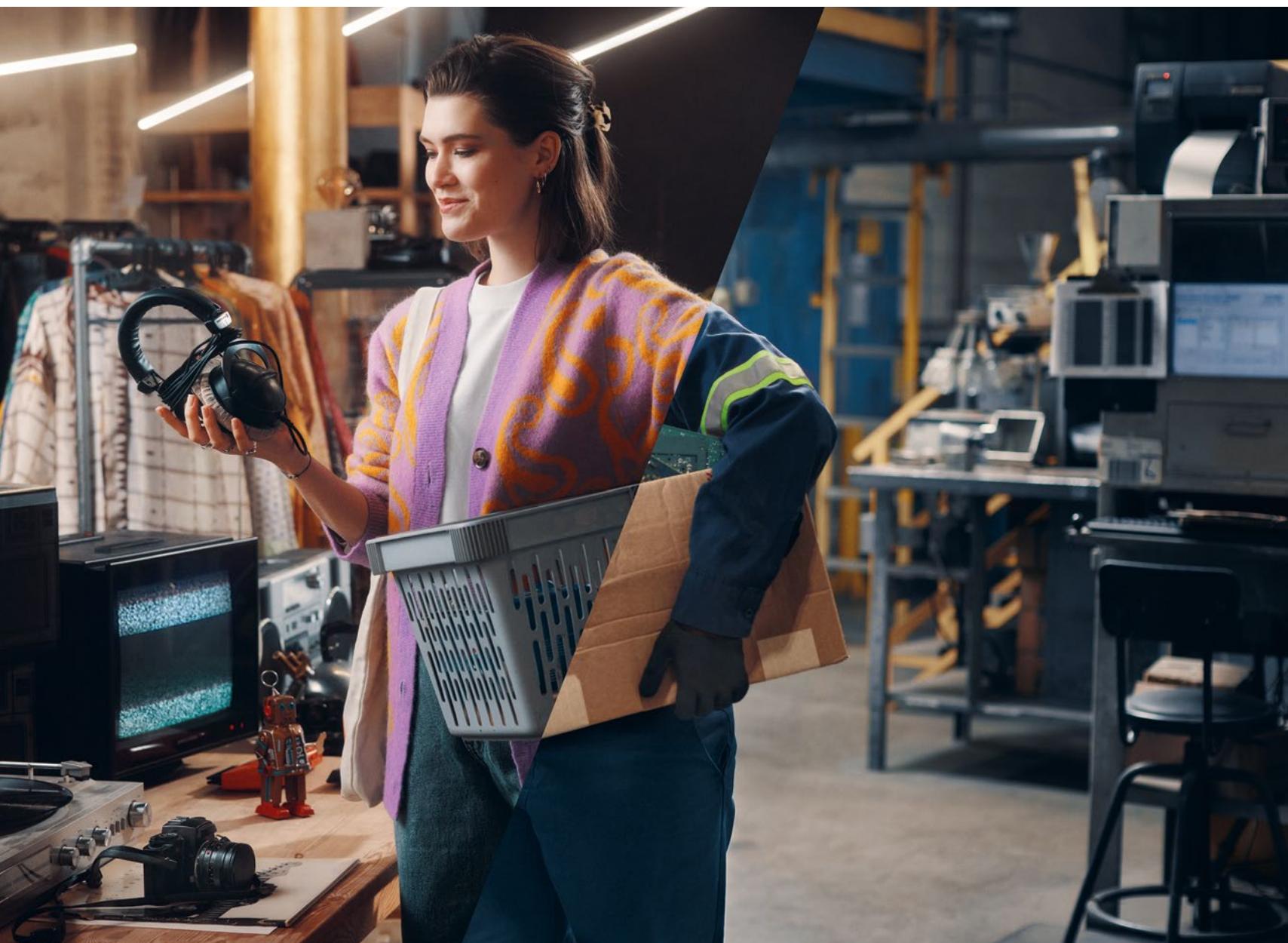
Die Angst der Frauen vor der Geburt

Die Kombination aus Dozieren und Forschen, wie sie an Schweizer Fachhochschulen üblich ist, reizt ihn. Und läuft alles nach Plan, hat er 2025 auch einen Dokortitel. Er wurde in ein Doktoratsprogramm der Universität Lancaster (GB) aufgenommen: «Ich will in meinem PhD die Angst von Frauen vor der Geburt untersuchen.» Wichtig ist ihm, dass Frauen selbst zu Wort kommen, etwa durch Digital-Storytelling-Methoden.

Langweilig wird es dem Vater einer achtjährigen Tochter und eines vierjährigen Sohnes nicht so bald. Vermisst er Teneriffa? «Natürlich», sagt er: «Aber das Leben dort ist hart geworden für die Einheimischen.» Mit seinen Kindern und seiner Frau teilt er in der raren Freizeit die Leidenschaft für den Wintersport: «Snowboarden erinnert mich ans Surfen auf Teneriffa.» ■

GLENCORE

Sie vermeiden Verschwendung.



Wir auch.



Wenn Sie gebrauchte Gegenstände kaufen, belasten Sie den Planeten weniger. Als eine der weltweit führenden Recyclerinnen von Elektroschrott geben wir dem Kupfer und den Edelmetallen aus entsorgten Geräten ein neues Leben in der Kreislaufwirtschaft. Was uns sonst noch verbindet, entdecken Sie auf [glencore.ch](https://www.glencore.ch)

FUTURE KIDS

Soziales Engagement im Studium

Gutes tun und dafür ECTS-Punkte erhalten: Das Mentoring-Programm Future Kids bietet Studierenden die Möglichkeit, ihre Erfahrungen und ihr Wissen spielerisch weiterzugeben. Doch es trägt vor allem zur Chancengleichheit im Schulsystem bei.

FABIENNE TRÜMPI

Tobias Wunderlin ist vielseitig engagiert. Neben seinem Teilzeitstudium in Wirtschaftsinformatik an der School of Management and Law arbeitet er als Werkstudent im Software-Testing, spielt Gitarre, Bass und Klavier und ist einer von aktuell 56 ZHAW-Mentorinnen und -Mentoren vom Programm Future Kids. «Ich habe schon immer gerne Nachhilfe gegeben und wollte mich sozial engagieren. Das Future-Kids-Mentoring-Programm eignet sich perfekt dafür», sagt der 28-Jährige.

Die ZHAW vermittelt Studierende für die Dauer von einem Schuljahr als Mentorinnen und Mentoren an Primarschulkinder (Mentees), die Unterstützung benötigen, die ihnen ihr privates Umfeld nicht geben kann. Damit sollen ihre Erfolgchancen im hiesigen Schulsystem erhöht werden. Future Kids wurde von der Zürcher Fachorganisation AOZ ins Leben gerufen. «Viele kennen die AOZ wegen ihrer Tätigkeit im Asylbereich. Sie ist aber längst nicht mehr ausschliesslich in diesem Bereich engagiert», erklärt Programmleiterin Åsa Kelmeling. Auch für die Teilnahme am Programm Future Kids ist ein Fluchthintergrund kein ausschliessliches Kriterium. Entscheidend sei die Einschätzung der Lehrperson.

Wer studiert, hat bereits mehrere Jahre Lerntechniken entwickelt und weiss, wie man sich Inhalte er-



Er hat schon immer gerne Nachhilfe gegeben: Wirtschaftsinformatik-Student Tobias Wunderlin mit seinem Mentee, dem achtjährigen Yahye.

arbeiten und am besten merken kann. Diese Erfahrungen setzen die Mentorinnen und Mentoren ein, um Wissen auf spielerische Art und Weise zu vermitteln. Denn sie sollen nicht die Rolle einer zusätzlichen Lehrperson einnehmen, sondern eher jene eines grossen Bruders oder einer Cousine. «Solange es zielführend ist, bin ich in der Gestaltung unseres wöchentlichen Austausches sehr frei», sagt Wunderlin.

Kreative Wege gehen

Als Mentor hat er Zugang zu einer Liste mit übergeordneten Zielen – fachlichen und überfachlichen – seines Schulkindes. Dann sind kreative Wege gefragt. «Ich habe zum Beispiel erfahren, dass sich Yahye für Videospiele interessiert. Daraufhin habe ich anhand von Zeitungsartikeln zu Videospiele eine Wortschatzübung gestaltet.» Zudem kommt Tobias' Gitarre regelmässig zum Einsatz: Er hat Yahye zu diesem Instrument inspiriert, und die Aussicht auf gemeinsames Üben nach jeder Unterrichtsstunde motiviert den Achtjährigen, dessen Familie

aus Somalia stammt, zusätzlich. Damit Mentor und Mentee an den gesteckten Zielen dranbleiben und der Lernfortschritt sichtbar wird, wird ein Lernjournal geführt, das vom pädagogischen Coach der AOZ sowie von der Lehrperson des Kindes angeschaut und kommentiert wird.

Positive Veränderungen

Für die ZHAW-Studierenden wird das Engagement im Rahmen von Future Kids doppelt belohnt. Mentorinnen und Mentoren erhalten an den meisten ZHAW-Departementen entweder ECTS-Punkte, oder die Einsätze lassen sich an die Praktikumszeit anrechnen. Die eigentliche Bereicherung ist aber eine andere: «Am schönsten ist es, sich eine kreative Unterrichtsstunde auszudenken, diese umzusetzen und zu sehen, dass der Mentee auch Spass daran hat. Wenn das Wissen dann noch haften bleibt, freut man sich umso mehr», sagt Wunderlin und ergänzt: «Die positiven Veränderungen, die ich als Mentor beim Schulkind anstossen kann, sind definitiv spürbar.»

GENDER DIVERSITY IM STUDIUM

«Vorbilder sichtbar machen»

Weniger Studentinnen in den MINT-Fächern, hohe Fluktuationsraten bei Frauen in technischen Berufen: Gender Diversity in diesen Bereichen ist wichtig, wie ZHAW-Dozentin Katja Kurz betont.

INTERVIEW BETTINA SACKENREUTHER

Wie steht es um die Gender Diversity in der Informatik?

Katja Kurz: Es braucht dringend mehr Frauen in der IT und in den MINT-Berufen. Leider sinken aktuell die Zahlen weiblicher Studierender in den MINT-Fächern, und die Fluktuation von Frauen in technischen Positionen ist hoch. Das ist im Hinblick auf Führung und Kultur relevant. Es gibt auch Studien, dass Frauen mehr über IT wissen, als sie häufig zugeben oder sich bewusst sind. Unternehmen, die die Geschlechtervielfalt leben, profitieren von höherer Produktivität.

Wie kann man diese Berufe für Frauen attraktiver machen?

Es ist wichtig, dass die Studierenden und Absolvierenden an Schweizer

Hochschulen ein funktionierendes Netzwerk sowie Vorbilder hier in der Schweiz haben, sogenannte Role Models. Women in Tech Switzerland zum Beispiel vernetzt Frauen in der Schweiz miteinander. Es gibt aber noch etliche weitere Netzwerke für Gender Diversity.

Welche Fragen stellen die Studierenden zu diesem Thema?

Am meisten interessiert sie, wie es mit den Lohnunterschieden aussieht. Denn es zeigt sich zum Beispiel, dass Absolventen mehr und erfolgreicher verhandeln als Absolventinnen, wenn es um den Lohn geht. Daher ist es sehr wichtig, dass alle Studierenden, nicht nur die Frauen, davon wissen und entsprechend in Studium und Beruf so handeln, dass sie ihre Kompetenzen auch einsetzen.

Wie ist Ihr Eindruck: Haben wir noch einen weiten Weg vor uns?

Die Studierenden sind sehr interessiert und gehen vielleicht offener damit um als frühere Generationen. Und doch können wir nicht oft genug auf diese «unconscious bias» –



also diese unbewussten Vorurteile – achten, weil unser Gehirn eben so funktioniert und wir so erzogen worden sind. Gerade wir Frauen in der IT dürfen uns öfter trauen, etwas Altes mit etwas Neuem zu ersetzen, um eine Veränderung herbeizuführen. Und wir Frauen sollten uns öfter trauen, einfach mal Ja zu sagen zu grösseren Herausforderungen.

➤ **Hier geht es zum ausführlichen Interview:** <https://bit.ly/3uzNbTd>

Will mehr Frauen für IT interessieren: Katja Kurz ist Dozentin für Wirtschaftsinformatik an der School of Management and Law und verantwortlich für das Modul «Einführung in das Wirtschaftsinformatik-Studium».

ANZEIGE

Raise the frequency

Expand your horizons and increase your market value – throughout Switzerland and around the globe.
Make a difference and create sustainable change for a smarter future.

Become part of the story – where market leadership meets startup spirit

www.sensirion.com/career

SENSIRION

Über Solaranlagen im Schnee, Paketfluten in der Stadt und die Impffrage

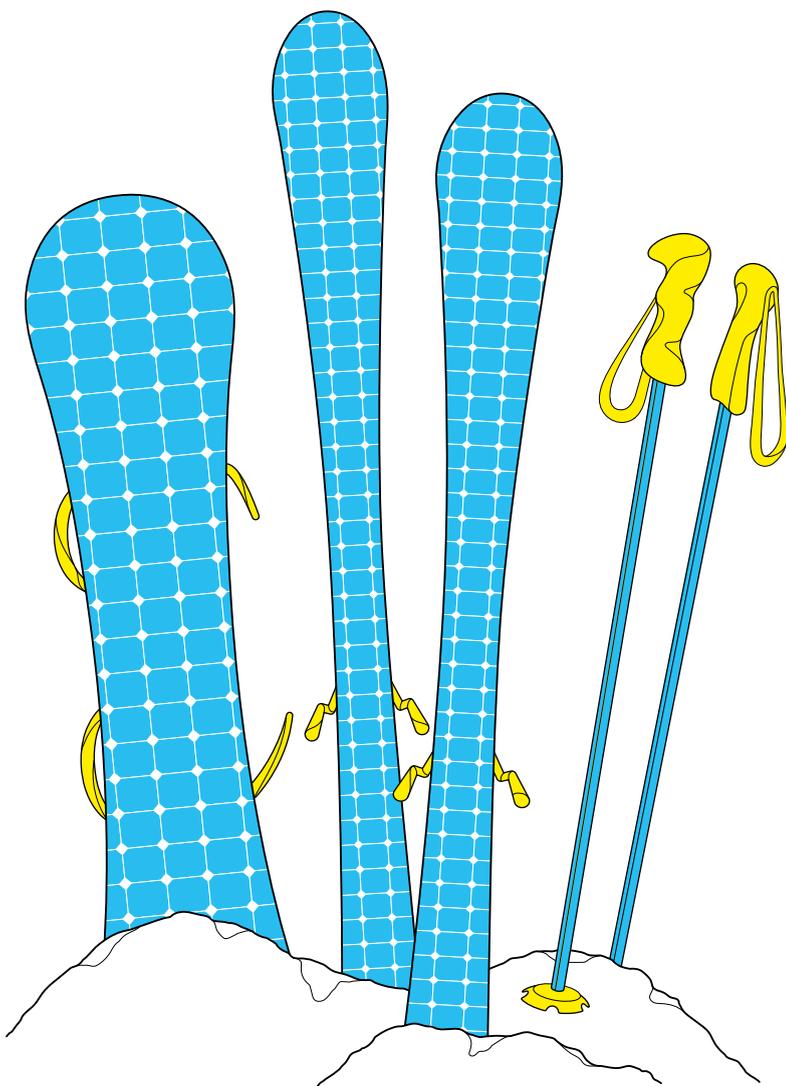
Wie denkt die Bevölkerung in Skiorten zu frei stehenden Solaranlagen? Wie können Paketabholstationen den Güterverkehr reduzieren? Und warum lassen sich Menschen nicht gegen Covid-19 impfen? Drei Abschlussarbeiten liefern Antworten.

Von Eveline Rutz

SOLARANLAGEN IN WINTERSPORTGEBIETEN?

Andrea Beerli (32) ist in ihrer Masterarbeit der Frage nachgegangen, wie die Bevölkerung grossflächige Solaranlagen in Wintersportorten beurteilt. Sie hat rund 1200 Personen befragt und verschiedene Szenarien bewerten lassen. Ihre Studie ist von EnergieSchweiz und dem EWD Elektrizitätswerk Davos unterstützt worden. Andrea Beerli hat am Departement Life Sciences und Facility Management den Masterstudiengang «Umwelt und Natürliche Ressourcen» abgeschlossen. Sie ist als Projektmanagerin bei der Firma Quant in Flims tätig.

In den Alpen lässt sich mit Solaranlagen deutlich mehr Strom produzieren als im Mittelland. Pro Jahr sind bis zu zweimal höhere Erträge möglich. «Da besteht ein grosses Potenzial», sagt Andrea Beerli. Sie erwähnt die Klimaziele, welche die Schweiz bis 2050 erreichen möchte. Dafür muss die Produktion von Solarstrom mindestens um den Faktor 20 erhöht werden. Es werde nicht genügen, auf Dächern Panels zu installieren, sagt die Masterabsolventin der ZHAW. Es müssten zusätzlich Photovoltaik-Freiflächenanlagen (PVFA) gebaut werden. «Wintersportorte, die bereits über Netzanbindungen verfügen, kommen dafür in Frage. Täler mit weniger Infrastruktur bleiben unangetastet.» Wie Andrea Beerli in ihrer Abschlussarbeit aufzeigt, steht die lokale Bevölkerung solchen Bauten durchaus offen gegenüber. Dies könnte daran liegen, dass sie es schon mehrfach erlebt hat, dass sich die Infrastruktur sowie das Orts- und Landschaftsbild verändern. Skepsis ist häufiger unter den Gästen auszumachen. Vor allem Touristen, die eine Gemeinde oft besuchen, lehnen Veränderungen ab. Insgesamt werden visuelle Aspekte allerdings weniger stark gewichtet, wenn es um den Klimaschutz geht. Eine Mehrheit der Befragten bevorzugt Szenarien, die möglichst stark auf erneuerbare Energien setzen. Sie spricht sich zudem dafür aus, dass die Anlagen von regionalen Akteuren betrieben werden. PVFA würden nicht nur akzeptiert, sagt die Autorin zusammenfassend. Sie könnten sich sogar positiv darauf auswirken, wie eine Feriendestination wahrgenommen werde. Für Andrea Beerli steht fest: «Wenn wir die Energiewende schaffen wollen, dann könnten Wintersportgebiete einen Teil zur Lösung beitragen.»



ELTERNHAUS PRÄGT DAS IMPFVERHALTEN

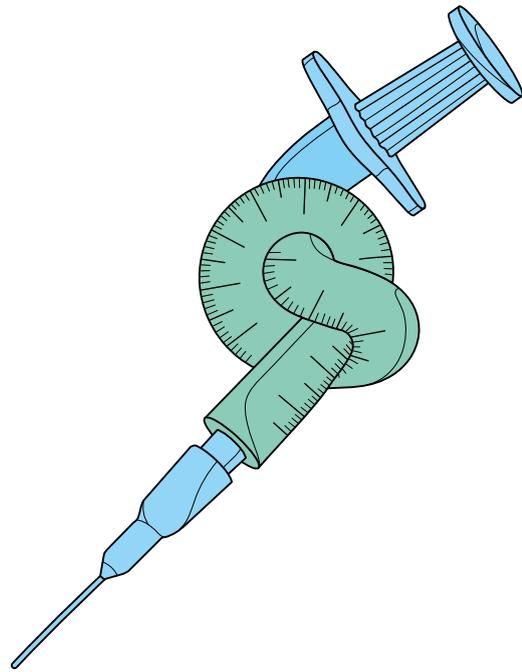
Christina Jäger (27)

hat in ihrer Masterarbeit in International Business untersucht, weshalb sich Menschen gegen Covid-19 impfen lassen oder eine Impfung ablehnen. Sie hat eine Online-Umfrage durchgeführt und rund 610 Antworten ausgewertet. «Die Fragen haben gewisse Leute zum Nachdenken gebracht», sagt die ZHAW-Absolventin.

Sie habe überraschend viele und ausführliche Reaktionen erhalten. Christina Jäger hat während ihres Studiums in der Pharmabranche gearbeitet und ist nun bei der KPMG als Consultant im Bereich Gesundheit tätig.

Wer in jungen Jahren gegen Kinderkrankheiten geimpft wurde, ist eher bereit, einen Impfstoff gegen Covid-19 zu akzeptieren. «Die Impfbereitschaft entwickelt sich früh», sagt Christina Jäger. Sie hat sich mit dem Covid-19-Impfverhalten in der Schweiz beschäftigt. Im Sommer 2021 beurteilten 81,7 Prozent der Befragten den Impfstoff positiv und 10,9 Prozent lehnten ihn ab. «Es waren viele Ängste vorhanden», sagt die ZHAW-Absolventin. Impfgegnerinnen und -gegner begründeten ihre Haltung mit möglichen Nebenwirkungen, unzureichenden Informationen und Sicherheitsbedenken. Sie äusserten oft auch nicht begründbare Befürchtungen wie etwa, dass die DNA beeinflusst oder die Fruchtbarkeit beeinträchtigt werde.

«Die Gründe gegen eine Impfung waren häufig nicht wissenschaftlich belegt», sagt die Autorin, die an der School of Management and Law studiert hat. Diejenigen, die sich für die Impfung entschieden, taten dies aus Solidarität. Wie die Online-Befragung ergab, beeinflussen individuelle Überzeugungen das Covid-19-Impfverhalten am stärksten. «Jene, die zurückhaltend sind oder die Impfung ablehnen, müssen nicht überzeugt werden», sagt Jäger im Bezug auf die nationale Impfstrategie. Viel wichtiger sei es, über Impfungen generell aufzuklären – und dies möglichst früh.



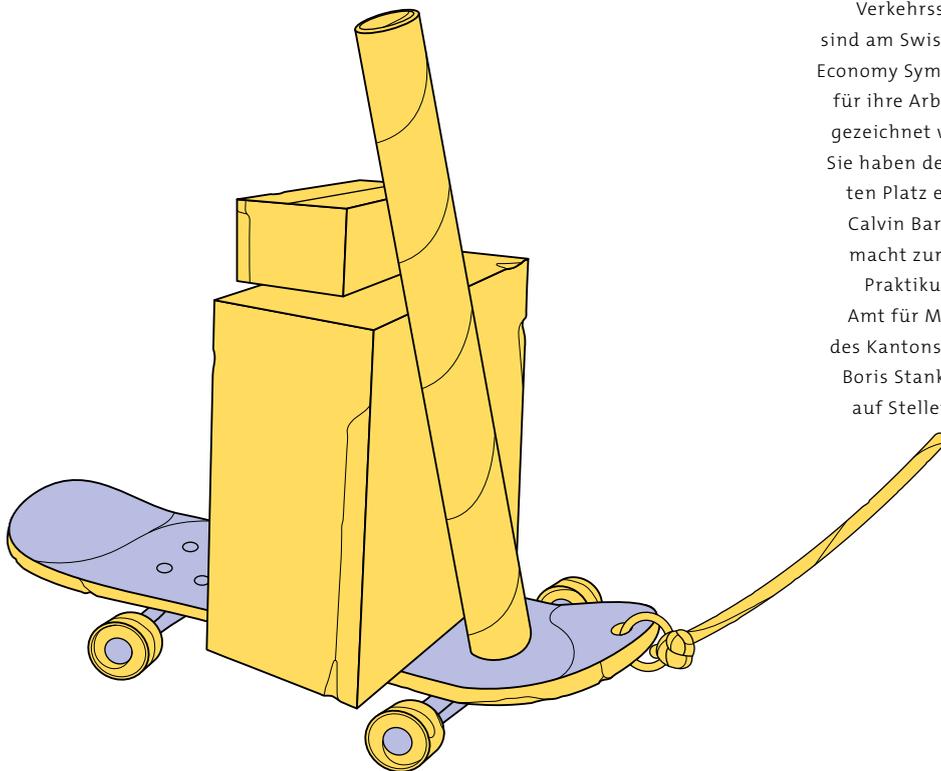
MICROHUBS, UM DIE PAKETFLUT ZU BEWÄLTIGEN

Calvin Barmettler (26) und **Boris Stankovic** (25)

haben sich in ihrer Bachelorarbeit mit Abholstationen für Pakete befasst. Sie haben untersucht, wo diese im Gebiet Zürich Nord idealerweise platziert werden müssten.

Die Absolventen des Studiengangs Verkehrssysteme sind am Swiss Green Economy Symposium für ihre Arbeit ausgezeichnet worden. Sie haben den zweiten Platz erreicht. Calvin Barmettler macht zurzeit ein Praktikum beim Amt für Mobilität des Kantons Zürich. Boris Stankovic ist auf Stellensuche.

Bücher, Schuhe oder Teigwaren: Immer mehr Waren werden nach Hause geliefert. Die Pandemie hat dem Online-Handel zusätzlich Auftrieb verliehen. Fachleute gehen davon aus, dass er weiter zunehmen wird. Auf den Strassen sind entsprechend rund um die Uhr viele Lieferfahrzeuge unterwegs. Die Folge sind höhere Schadstoff- und Lärmemissionen sowie Konflikte mit dem Individual- und Langsamverkehr. «In den Quartieren anbieten neutrale Paketstationen anzubringen, kann eine Lösung sein, den urbanen Güterverkehr zu reduzieren», sagen Calvin Barmettler und Boris Stankovic. Die Bevölkerung kann ihre Bestellungen an Microhubs abholen und aufgeben. Die Lieferanten stellen Pakete in größeren Fahrzeugen gebündelt zu und müssen weniger einzelne Ziele anfahren. «Optimale Standorte zu finden, ist schwierig», betonen die Absolventen der School of Engineering. Abholstationen sollen so platziert werden, dass sie gut per Langsamverkehr erreichbar sind und nicht zusätzliche Autofahrten auslösen. Barmettler und Stankovic entwickelten einen Algorithmus, um Standorte in Zürich Nord zu evaluieren. Sie haben berücksichtigt, wo die Menschen wohnen und wie viele Pakete an einzelne Adressen geschickt werden. Darüber hinaus haben sie die Transport- und Betriebskosten sowie die Gehdistanz optimiert. Das Resultat waren Standorte, die von rund 80 Prozent der Nutzenden in weniger als 250 Metern Gehdistanz vom eigenen Wohnort erreicht werden können.



DOSSIER

56/22

SILVER SOCIETY

24 Interview: «Alter als Ressource sehen.» **26 Hochschulbibliothek:** Einzigartige Sammlung rund ums Thema Alter. **28 Zellen altern, Sehnen verkleben, Muskeln schwinden:** Wenn unser Körper altert. **29 Virtual Reality in der Reha:** Virtuell Äpfel pflücken. **30 Wohnen im Alter:** Zu Hause wohnen – autonom und umsorgt. **34 Hausbesuche zur Prävention:** Beraten, bevor etwas passiert. **35 Fahrdienste:** Die vergessene Kundschaft. **36 Spotlight-Umfrage:** Was fällt Ihnen zum Thema Alter ein? **38 Barrierefreier Tourismus im Bodenseeraum:** Wenn Ferien zu Hürden werden. **39 Fussball oder Konzert:** Die Virtual-Reality-Brille als Tor zur Welt. **40 Soziale Teilhabe:** Einsamkeit macht krank. **42 Pflegende Angehörige:** Eine Stütze für die vielen, die andere stützen. **45 Tiziana Grillo:** Ein persönlicher Coach für die Gesundheit. **45 Luzia Buchli und ihr Therapiehund Jazz:** Ein Herz auf vier Beinen. **46 Infografik:** Silver, Golden oder Best Agers **48 Debatte:** Ist die Flexibilisierung des Rentenalters das Allheilmittel? **50 Private Vorsorge:** Mit einem Kniff zu mehr Geld im Alter. **52 Gesundheitskosten:** Ab Mitte 80 steigen die Kosten. **54 Tipps und Tricks:** Altersgerechte Apps und Websites.



Alte Dinge neu verpackt: Fotograf Conradin Frei hat Gegenstände aus Grossmutter's Zeiten, für die Dossier-Bildstrecke poppig in Szene gesetzt. Neu sind nur die Palme und der Liegestuhl. Er ist leer. Wer kann hier künftig noch Platz nehmen im Rentnerparadies?



AGIL ODER FRAGIL

«Alter als Ressource sehen»

Altern ist vielfältig und vielschichtig, sagt Katharina Fierz, Projektleiterin des Schwerpunkts Angewandte Gerontologie. Ein Interview zu Herausforderungen und Potenzialen einer alternden Gesellschaft.

INTERVIEW PATRICIA FALLER

Frau Fierz, was verbinden Sie mit dem Thema «Alter»?

Katharina Fierz: Komplexität ist das Erste, was mir da in den Sinn kommt. «Die Alten» sind keine einheitliche Gruppe. Das heutige Altern zeichnet sich durch ganz verschiedene Aspekte aus. Neben den verschiedenen Altersphasen – etwa die der älteren Erwerbstätigen, der «jungen Alten» oder der Hochbetagten – sehen wir auch sehr unterschiedliche Lebensentwürfe von Babyboomern, Traditionalisten oder LGBTI. Auch die Lebenslagen sind verschieden je nach Bildungsnähe beziehungsweise Einkommen. Zudem weisen Alterungsverläufe eine grosse Diversität auf: Es gibt Menschen, die können sehr unabhängig 100 Jahre alt werden, andere sind früh pflegebedürftig.

Wo sehen Sie die Potenziale einer alternden Gesellschaft?

In Erfahrung, Wissen, Kompetenzen, Weisheit. Viele ältere Menschen haben den starken Wunsch, weiter zum Bruttosozialprodukt beizutragen durch bezahlte oder freiwillige Arbeit. Die Gesellschaft könnte davon profitieren, wenn die älteren Arbeitnehmenden als «Golden Mentors» im Prozess der Wissensgenerierung blieben. Es gibt verschiedene Modelle der generationenübergreifenden Zusammenarbeit. Jemand könnte mit Blick auf die Pensionierung Verantwortung ganz oder teilweise abgeben, sein Wissen und seine Kompetenzen

aber weiter einbringen. Ich denke da an «seniors@work», ein Jobnetzwerk für lebenserfahrene 60plus. Das Potenzial der älteren Generation ist zudem die frei verfügbare Zeit nach der Pensionierung.

Haben heutige Rentnerinnen und Rentner wirklich noch Zeit? Wenn man sich mit ihnen verabreden will, sind sie ja oft zu beschäftigt.

Die verbleibende Lebenszeit will sinnvoll genutzt sein! Meine Patentante hat nach ihrer Pensionierung in Integrationsklassen Schulkinder

«Es wäre unfair zu sagen, man sei selbst schuld, wenn man im Alter krank ist. Healthy Ageing ist nicht normativ zu verstehen.»

betreut und mit ihnen rechnen geübt. Das hat ihr grosse Freude bereitet. Andere sind als Mentorinnen und Mentoren oder als Projektleitende im Einsatz. Initiativen wie «Rent a Rentner» bieten eine frei planbare Möglichkeit, Kompetenzen und Erfahrung sinnstiftend einzusetzen. Bei dieser Plattform kann man ältere Menschen mit besonderen Fähigkeiten aufbieten, etwa für Gartenarbeit oder um rare alte Geräte wieder zum Laufen zu bringen, wie gusseiserne Bernina-Nähmaschinen oder einen Citroën DS. Heute gibt es kaum mehr Fachleute, die dafür über notwendiges Wissen und Fertigkeiten verfügen. Alter sollte als wertvolle Ressource erkannt werden, nicht als Stigma.

In der Politik scheint Alter kein Stigma zu sein. Silbergraue Haare sind dort keine Seltenheit.

Leider spiegelt sich das weder in altersgerechter noch von Weisheit geprägter innovativer Politik.

An der ZHAW wurde neu ein Schwerpunkt Angewandte Gerontologie initiiert. Weshalb?

Wenn man die Komplexität der alternden Gesellschaft anschaut, dann sind Lösungen auf individueller, systemischer und gesellschaftlicher Ebene gefragt. Stichworte sind hier Altersvorsorge, Gesundheitsversorgung, betreuerische Versorgung, soziale Teilhabe, Freiwilligenarbeit, Angehörigenarbeit, Digitalisierung, Wohnen oder auch die Arbeitsmarktbeteiligung von älteren Menschen. Anhand dieser Aufzählung wird deutlich: Der Bedarf an Lösungsansätzen ist enorm und erfordert Interdisziplinarität und Interprofessionalität. Da haben wir an der ZHAW mit ihren acht verschiedenen Departementen ein Alleinstellungsmerkmal und eine ausgezeichnete Ausgangslage. Bereits bisher wurde an der ZHAW in vielen Projekten zu diesen Themen geforscht, verschiedene Departemente bieten Dienstleistungen, Weiterbildungen und Ausbildungsmodule im Bereich Alter und Altern an. Künftig wollen wir die Akteurinnen und Akteure intern und extern verstärkt vernetzen, womit wir Organisationen, Unternehmen, Stiftungen, Verbände, Vereinigungen, wie beispielsweise Pro Senectute, intensiver einbinden können.

KATHARINA FIERZ leitet seit 2018 das Institut für Pflege an der ZHAW. Die 60-jährige promovierte Pflegewissenschaftlerin ist zudem Projektleiterin des interdepartementalen Schwerpunktes Angewandte Gerontologie an der ZHAW, der vor gut einem Jahr initiiert wurde, nach der Übernahme der Spezialsammlung von Pro Senectute Schweiz rund um das Thema Alter (S. 28).

GERONTOLOGIE ist wissenschaftlich basierte Alterskunde. Sie beschäftigt sich mit Phänomenen des Alterns körperlicher, psychischer, sozialer, historischer sowie kultureller Art und sucht nach Lösungsansätzen für spezifische Fragestellungen.

GERIATRIE bezeichnet die Altersheilkunde, die sich mit den Krankheiten alternder Menschen beschäftigt.

A+ SWISS PLATFORM AGEING SOCIETY

Mit dieser Plattform wollen die Akademien der Wissenschaften Schweiz (a+) als mandatierende und die Schweizerische Akademie der Geistes- und Sozialwissenschaften (SAGW) als federführende Organisationen einen kontinuierlichen Austausch zwischen allen mit dem demografischen Wandel befassten Akteurinnen und Akteuren in der Schweiz ermöglichen. Damit werden die Zusammenarbeit zwischen Forschung und Praxis gefördert, gemeinsame interdisziplinäre Projektentwicklungen angestossen sowie Verbindungen zwischen internationalen und nationalen Initiativen gestiftet bzw. ausgebaut. Die ZHAW ist seit 2017 Mitglied bei der a+ Swiss Platform Ageing Society. An der Hochschule besteht eine interdepartementale Arbeitsgruppe a+, die eng mit dem Schwerpunkt für Angewandte Gerontologie zusammenarbeitet.

Kontakt:

Isabel Baumann; isabel.baumann@zhaw.ch

Gesundes Altern fängt in der Kindheit an. Sind wir auf dem richtigen Weg mit der Altersforschung?

Dieser Gedanke aus der Prävention ist wichtig. Doch Vorsicht: Wird «gesund» normativ, kann dies zu einer Zweiklassengesellschaft und zu Diskriminierung führen. Es ist ein Privileg, wenn man sich schon in der Kindheit auf ein gesundes Alter einstellen und sich als Erwachsener ein Umfeld schaffen kann, das gesundes Altern zulässt. Zudem gibt es neben den sozialen und sozioökonomischen viele weitere Einflüsse, wie beispielsweise genetische, biologische oder Umweltfaktoren, die alle stimmen müssen, damit gesundes Altern möglich ist. Es wäre also unfair zu sagen, man sei selbst schuld, wenn man im Alter krank ist. Healthy Ageing darf nicht normativ und absolut verstanden werden.

Was sind aus Ihrer Sicht die grössten Herausforderungen der alternden Gesellschaft?

Ganz klar die Vielfalt des Alterns, aber auch eine qualitativ hochwertige, bezahlbare Gesundheitsversorgung und die Teilhabe älterer Menschen am gesellschaftlichen Leben.

Wie wirkt sich die alternde Gesellschaft auf Gesundheitswesen und Gesundheitsversorgung aus?

Es braucht mehr professionelle Leute, denn in der alternden Gesellschaft nehmen chronische Krankheiten zu. Auf die Versorgung chronisch kranker Menschen ist das Gesundheitssystem aber gar nicht eingestellt, obwohl man schon seit über 20 Jahren davon spricht.

Wie müsste diese Versorgung chronisch Kranker aussehen?

Man macht etwa keine schlechten Erfahrungen mit regelmässigen Telefonanrufen, Videoanrufen oder aufsuchenden Besuchen. Im Gesundheitswesen könnten Millionen gespart werden, wenn die Erkenntnis konsequent umgesetzt würde, dass die Betreuung von Menschen mit chronischer Erkrankung interprofessionelle, hohe medizinische Kompetenzen, eine spezielle Systematik und Kontinuität erfordert. Entsprechend könnte man gesundheitliche Veränderungen frühzeitig erkennen und gesteuern.



«Von Golden Mentors profitiert die Gesellschaft»: Katharina Fierz, Projektleiterin des Schwerpunkts Angewandte Gerontologie.

Weshalb zählen Sie die Teilhabe zu den grössten Herausforderungen?

Die Herausforderung ist, ausserordentlich diverse Gruppen von älteren Menschen nicht aus dem sozialen Leben und der Gesellschaft aus-

«Ein Laden als Treffpunkt gefällt mir fast noch besser als ein Park als Treffpunkt.»

zuschliessen. sondern gemäss ihren Bedürfnissen einzuschliessen. Die Digitalisierung spielt hier eine wichtige Rolle. Ohne Computerkenntnisse ist Teilhabe heutzutage kaum mehr möglich. Wenn man als «Digital Immigrant» erst mit 70 oder 80 diese Möglichkeiten kennenlernt, dann ist das eine Herausforderung und eine Hürde für soziale Teilhabe.

«Wen kümmern die Alten? — Auf dem Weg in eine sorgende Gesellschaft» hat der deutsche Sozialexperte Thomas Klie 2019 sein Buch betitelt: Sind wir da schon weiter?

2019 ist ja noch nicht so lange her. Caring Communities sind ein Ansatz, der auch bei uns Fuss fasst. Während des ersten Lockdowns wurde über zahlreiche Initiativen zur Ermöglichung sozialer Teilhabe berichtet, dies zu einer Zeit, in der sich die alten Menschen kaum aus ihren Wohnungen trauten.

Viele Initiativen sind abgeflacht.

Ich bin der Überzeugung, dass es viele Menschen mit einem sozialen Gewissen gibt. In meinem Quartier in Zürich etwa gibt es einen Einkaufsladen, der für die Bewohnerinnen und Bewohner ein sozialer Treffpunkt ist. Das Ladenbesitzer-ehepaar kümmert sich um die ältere Kundschaft: Ein «Guten Tag, wie geht es heute?» reicht schon, um zu erfahren, wie es um jemanden steht. Taucht eine Person, die sonst täglich vorbeikommt, mehrere Tage nicht auf, dann fällt das den Ladenbesitzern auf und sie rufen an oder gehen vorbei. Ein Laden als Treffpunkt gefällt mir fast noch besser als ein Park als Treffpunkt. ■

IMPACT-WEBMAGAZIN

Die Schweiz gehört zu den Ländern, in denen Privatpersonen für Betreuung am meisten aus der eigenen Tasche zahlen müssen. Für den Mittelstand ist das ein Armutrisiko. Das ausführliche Interview mit Katharina Fierz unter <https://impact.zhaw.ch>



HOCHSCHULBIBLIOTHEK

Einzigartige Sammlung rund ums Thema Alter

Vergangenen Frühling erhielt die Hochschulbibliothek von Pro Senectute ein besonderes Geschenk: deren Bibliothek mit mehr als 60 000 Titeln. Die Sammlung wurde zum Ausgangspunkt für den Ausbau der ZHAW-Aktivitäten im Themenbereich Alter.

SANDRA HÜRLIMANN

Hochschulbibliotheken, das sind Regale voller wissenschaftlicher Literatur und Fachzeitschriften sowie junge Menschen, die über ihre Laptops gebeugt für die nächste Prüfung büffeln. Lebensgeschichten in Buchform, Spielfilme oder Gesellschaftsspiele – nach ihnen sucht man hier im Allgemeinen vergebens. Es sei denn, man befindet sich im Bereich «Angewandte Gerontologie» der ZHAW Hochschulbibliothek (HSB) in Winterthur.

Hier lagert seit Frühling 2021 der Bestand der früheren Bibliothek der Pro Senectute: eine seit den 1950er Jahren kontinuierlich gewachsene Sammlung an Publikationen rund um das Thema Alter. Neben 20 000 Artikeln aus Fachzeitschriften und einer grossen Zahl wissenschaftlicher Literatur befinden sich hier auch Spiele, DVD, Musik und Belletristik. «Einen solch speziellen, multimedialen Fokus zum Thema Alter gibt es in keiner anderen Bibliothek», so Dieter Sulzer, der als Fachreferent für die Sammlung im Bereich Alter zuständig ist. In der Sammlung finde sich praktisch alles, was in den vergangenen Jahrzehnten in der Schweiz zum Thema Alter publiziert worden sei. Dazu gehören Ratgeber, Romane, Krimis oder Biografien. Rund

2000 solcher Werke sind hier als Bücher oder E-Books zu finden. Darunter etwa Krimis von Henning Mankell oder Fachbücher für Kinder, wie «Oma Luise und die Schmetterlinge: ein Kinderfachbuch über Demenz» von Christina Kuhn.

Neben Lesestoff bietet die Bibliothek auch 2600 Aktivierungsmedien an, darunter 650 Spiele. Das sind Medien, die insbesondere Fachleute bei der Arbeit mit älteren Menschen einsetzen. Ein solches Aktivierungsspiel ist «Haarnadel & Puschettli», welches an der Hochschule Luzern entwickelt wurde. Anhand von Fragekarten werden die Teilnehmenden etwa nach der Höhe des ersten Lohns oder der Anzahl Geschwister gefragt. Dadurch wird nicht nur die Interaktion gefördert, sondern auch das Erinnerungsvermögen trainiert. Gleichzeitig können Pflegekräfte spielerisch wertvolle Informationen zum Leben der Mitspielenden gewinnen.

Filme als Spiegel des gesellschaftlichen Altersbildes

Im Medium Film könne man nachvollziehen, wie sich das Bild vom Alter in der Gesellschaft im Laufe der Zeit verändert habe, meint Sulzer: «In Spiel- und Dokumentarfilmen wird immer auch ein in einer bestimmten Gesellschaft zu einem bestimmten Zeitpunkt vorherrschendes Bild des Alters vermittelt.» Besonders wertvoll macht den über 1200 DVD umfassenden Fundus auch, dass viele der Filme nicht auf den gängigen Streaming-Plattformen zu finden sind.

Dass das Thema Alter kein Nischenthema ist, sondern in der alternden Gesellschaft zunehmend an Wichtigkeit gewinnt, wurde in

den vergangenen beiden Jahren besonders deutlich. «Mit der Coronapandemie standen ältere Menschen plötzlich im Fokus», meint Sulzer. Das habe sich konkret etwa an der Anzahl wissenschaftlicher Publikationen zum Thema Alter und Corona gezeigt. Und auch an der ZHAW hat die Altersthematik in den letzten Jahren an Bedeutung gewonnen.

Bei Jungen das Verständnis für ältere Menschen fördern

Dabei spielte die Übernahme der Pro-Senectute-Bibliothek keine unwesentliche Rolle. Denn bald nach deren Integration wurde der Schwerpunkt «Angewandte Gerontologie» initiiert (siehe Interview S. 24). Dass sich die ZHAW der Thematik annimmt, ist wichtig, so Sulzer: «Im Kontext der Hochschule besteht das besondere Potenzial, auch Jüngere zur Auseinandersetzung mit dem Alter zu motivieren, um so generell das Verständnis für ältere Generationen zu fördern.» ■

Angewandte Gerontologie an der Hochschulbibliothek

Die Sammlung Angewandte Gerontologie ist im Erdgeschoss der Hochschulbibliothek (HSB) in Winterthur untergebracht. Dort können alle Medien konsultiert und grösstenteils auch ausgeliehen werden. Digital findet sich der Bestand über die Website «Fachinformation Angewandte Gerontologie». Im vierteljährlichen Newsletter werden zudem aktuelle Entwicklungen im Schwerpunkt beschrieben und Literatur und Filme aus dem Fachbereich empfohlen. An der Hochschulbibliothek finden auch Veranstaltungen zum Thema statt: die nächste am 6. April 2022 über «Neue Technologien für das Alter».

Infos unter: <https://zhaw.ch/hsb/gerontologie>



Schach gehört zu den ältesten Spielen der Welt. Grossvater spielte mit seinem Reiseschach die Partien der Grossmeister nach.

ZELLEN ALTERN, SEHNEN VERKLEBEN, MUSKELN SCHWINDEN

Wenn unser Körper altert

Warum altert unser Körper und wie können wir diese Prozesse bremsen? Ein Feld, das die Forschung und die Anti-Aging-Industrie beschäftigt. Ziel ist, den Lebensabend möglichst beschwerdefrei zu leben.

IRENE BÄTTIG

Der Autopneu reibt mit der Zeit ab, Zahnräder am Velo unterliegen Verschleiss, die Holzfassade verwittert durch Regen und Sonne: Wie jedes andere Material ist auch der menschliche Körper ständig chemischen und physikalischen Belastungen ausgesetzt. Mit zunehmendem Alter summiert sich dieser Stress – der Körper altert. «Wir bestehen aus Materie und die unterliegt dem Zahn der Zeit», so Michael Raghunath, Leiter Fachstelle Zellbiologie und Tissue Engineering. Wie sich dieser Alterungsprozess aufhalten lässt, ist ein riesiges Forschungsfeld. «Dank moderner Medizin ist die Lebenserwartung deutlich gestiegen. Nun geht es darum, auch die Gesundheitsspanne zu steigern – dass wir also auch die letzten Jahre unseres Lebens möglichst gesund und fit sind.»

Am Anfang sind die Zellen

Die Alterungsprozesse im Körper laufen auf der Ebene der Zellen ab. So wie Sauerstoff Metalle rosten lässt, werden auch Zellen durch oxidative Vorgänge geschädigt. Und UV-Strahlung, die Kunststoffe spröde werden lässt, greift auch unsere Hautzellen an. Im Gegensatz zu toter Materie hat unser Körper aber die Fähigkeit, geschädigte Zellen zu ersetzen. In der Haut, im Darm oder in der Lunge erneuern sich die Zellen regelmässig, sie teilen sich. Beliebiger lässt sich dieser Vorgang

jedoch nicht wiederholen, denn die Anzahl der Zellteilungen ist beschränkt. Bei jeder Teilung können zudem auch kleinere Pannen passieren, indem zum Beispiel ein Teil der Erbinformationen verloren geht oder mutiert. Diese Fehler summieren sich mit der Zeit. Eine Folge davon ist, dass sich Zellen unkontrolliert vermehren und Krebs entsteht.

In anderen Organen teilen sich die Zellen kaum. Geht dort eine Zelle kaputt, kommen die sogenannten Stammzellen zum Einsatz. Sie können sich mehrfach teilen und haben die Fähigkeit, sich zu unterschied-

*«Werden dem Körper
essenzielle Aminosäuren
nicht zugeführt,
bedient sich die Leber am
Muskelprotein.»*

Michael Raghunath,
Leiter Fachstelle Zellbiologie
und Tissue Engineering

lichen Zelltypen zu entwickeln. So springen Stammzellen in die Bresche. Mit zunehmendem Alter werden aber auch sie müde und ihre Zahl nimmt ab.

Um die Zellalterung aufzuhalten, werden verschiedene Ansätze erforscht: beschädigte und gealterte Zellen gezielt auszuschalten, die Zellteilung wieder zu stimulieren oder den chemischen Stress zu reduzieren. Ein Beispiel sind Antioxidantien, die freie Radikale binden und so verhindern, dass sie Zellen angreifen.

Verlust von Beweglichkeit und Kraft

Weniger mit der Zellerneuerung zu tun hat, dass unser Körper mit der Zeit an Beweglichkeit einbüsst. Vielmehr sind dafür fortschreitende Vernetzungen verantwortlich:

Verschiedene Zuckerarten zirkulieren im Blut, um unsere Organe mit Energie zu versorgen. Sie gelangen auch ins Bindegewebe und verkleben das Kollagen in Sehnen, Bändern, Haut, Kapseln und Blutgefässen. Wird der Körper steifer, bewegt sich der Mensch weniger, die Muskeln bilden sich zurück. Der Verlust von Muskelmasse ist eine typische Alterserscheinung, die nicht allein mit dem Bewegungsverhalten zu tun hat. Auch die Ernährung ist wichtig, so Raghunath: «Werden dem Körper essenzielle Aminosäuren nicht zugeführt, bedient sich die Leber am Muskelprotein, um diese bereitzustellen.» Und schliesslich sind auch Muskelzellen dem Alterungsprozess unterworfen.

Für ein selbstständiges Leben bis ins hohe Alter spielen die Muskeln eine zentrale Rolle – sie sind wichtig für einen gesunden Grundumsatz und die Gewichtskontrolle, für das Gleichgewicht und als Prävention vor Stürzen. Hinzu kommt, dass Muskeltätigkeit auch für die Stabilität und Dichte von Knochen wichtig ist. Den Alterungsprozess von Muskeln zu erforschen und Substanzen zu finden, die deren Abbau verlangsamen, ist deshalb einer von vielen Forschungszweigen der Anti-Aging-Industrie.

Muskeln im Modell erforschen

So hat die Fachgruppe 3D-Gewebe- und Biofabrikation in Zusammenarbeit mit einem Pharmaunternehmen ein Modell eines Skelettmuskels entwickelt. «Im Muskel gibt es sogenannte Satellitenzellen», erklärt Forscher Markus Rimann. «Sie sind eine Art Stammzelle, die sich bei Bedarf zu Muskelzellen entwickeln und anschliessend fusionieren, um die langen Muskelfasern zu bilden. So kann sich der Muskel

zum Beispiel bei Verletzungen regenerieren.» Rimanns Gruppe hat mit einem 3D-Drucker solche Satellitenzellen zwischen zwei Pfosten gedruckt. Innerhalb von rund zwei Wochen entwickeln sich die Satellitenzellen zu ganzen Muskelfasern und verbinden sich mit den Pfosten – ähnlich wie die Muskeln im Körper mit den Knochen. «Wenn wir diesen Muskel mit elektrischem Strom stimulieren, zieht er sich zusammen und verbiegt die Pfosten», erklärt Rimann. Je stärker der Strom, desto stärker ist die Beugung und damit die Kraft.

Modell reagiert «natürlich»

Fügt man dem Muskelmodell eine Substanz bei, lässt sich messen, ob sich die Beugung verstärkt oder abschwächt. «Man weiss von verschiedenen Stoffen wie etwa Koffein, dass sie die Muskelkraft positiv beeinflussen», so Rimann. «Mit diesen Substanzen haben wir das Modell getestet und konnten zeigen, dass es wie ein natürlicher Muskel reagiert.» In Zukunft könnten solche Muskelmodelle aus Zellen von Menschen unterschiedlichen Alters oder mit muskulären Erkrankungen hergestellt werden, um die Muskelfunktion und die Wirkung von Substanzen zu erforschen.

Trainieren und kräftig würzen

Vorderhand ist aber noch kein Allheilmittel in Sicht, das den Muskelabbau im Alter stoppt. Machtlos sind wir aber trotzdem nicht, wie Michael Raghunath erklärt: «Bewegung und gezieltes Muskeltraining sind extrem wichtig, um bis ins hohe Alter fit zu bleiben.» Entscheidend ist auch eine ausgewogene Ernährung. Auch dazu hat der Mediziner einen Rat: «Weil auch der Geschmackssinn mit dem Alter nachlässt, schmeckt das Essen weniger und der Appetit lässt nach. Mein Rezept dagegen: Gerichte einfach stärker würzen, damit das Essen weiterhin Spass macht. Und: in Gesellschaft schmeckt es am besten.» ■



Der Proband sieht den Apfel – hier real gezeigt – nur in der AR-Brille.

Virtuell Äpfel pflücken

Game-orientierte Methoden können eine Therapie nach einem Schlaganfall motivierend und messbar gestalten. Mittels Augmented Reality und einem dynamischen Stuhl haben ZHAW-Forschende eine neue Therapieform entwickelt.

DAVID BÄUERLE

Jedes Jahr erleiden etwa 16 000 Schweizerinnen und Schweizer einen Schlaganfall. Enorm wichtig ist, schnell eine effektive und individuell angepasste Reha-Therapie zu beginnen. Dazu gehören auch Übungen, die dabei helfen, die Rumpfkontrolle wiederherzustellen. Denn es hat sich gezeigt, dass eine gute Rumpfstabilität mit der Ausübung alltäglicher motorischer Funktionen einhergeht.

Genau dort setzt das Innosuisse-Projekt Holoreach an, das in Zusammenarbeit mit den Departementen School of Engineering und Gesundheit, den Kliniken Valens sowie den Firmen Bitforge und rotavis 2018 gestartet ist. Das ZHAW-Team um Projektleiter Daniel Baumgartner entwickelte mithilfe von Augmented Reality (AR) und einem am Institut für Mechanische Systeme entwor-

fenen dynamischen Stuhl ein virtuelles Trainingsprogramm, womit die Rumpf- und Armfunktion von Schlaganfallpatientinnen und -patienten trainiert werden kann.

Rumpf stabilisieren

Mit der AR-Brille, welche die Wahrnehmung der Realität erweitert, sehen die Patientinnen und Patienten Gegenstände wie Äpfel, Bananen oder Birnen vor sich im Raum schweben. Für die Übungen müssen sie nun nach diesen Gegenständen greifen, wobei man den Rumpf durch den sich mitbewegenden Stuhl mit mobiler Sitzfläche immer wieder neu ausbalancieren muss. Dadurch lernen die Patientinnen und Patienten, Rumpf und Arme besser zu kontrollieren und damit zu stabilisieren.

Die Übungen mit Holoreach eignen sich gut für Schlaganfallpatientinnen und -patienten, die zum Grossteil älter als 60 Jahre sind. Der Schwierigkeitsgrad erhöht sich zudem je nach Fortschritt der Patientin oder des Patienten. ■

IMPACT-WEBMAGAZIN

Wie das Training funktioniert und wirkt: im ausführlichen Beitrag mit Video unter <https://impact.zhaw.ch>



WOHNEN IM ALTER

Zu Hause wohnen – autonom und umsorgt

Die meisten Menschen möchten trotz altersbedingter Einschränkungen in der eigenen Wohnung leben. Dabei sind sie jedoch auf helfende Hände angewiesen. Das Alterswohnen wird sich deshalb verändern.

SUSANNE WENGER

Die 89-jährige Frau ist verwitwet und lebt in einem Stadtquartier. Draussen benötigt sie eine Gehilfe, auch die Augen haben nachgelassen. Trotzdem lebt sie in der eigenen, bezahlbaren Wohnung und pflegt Kontakte, dies dank Unterstützung von verschiedenen Seiten. Das Mittagessen bezieht sie vom Mahlzeitendienst eines nahen Pflegeheims. Der Sohn steht ihr bei administrativen Angelegenheiten zur Seite, die Spitex kommt vorbei. Jeden Morgen klopft eine Nachbarin aus dem Haus an die Tür, um zu schauen, wie es ihr geht.

Mehrmals wöchentlich erhält sie Besuch von Freiwilligen aus dem Quartier: Eine jüngere Rentnerin geht mit ihr spazieren und einkaufen, eine Studentin begleitet sie zum Arzt, hilft ihr mit dem Tablet oder liest aus der Zeitung vor. Vermittelt wurden die Ehrenamtlichen von der Nachbarschaftshilfe, welche die städtische Quartierarbeit gemeinsam mit Pro Senectute, der Kirchgemeinde und der Spitex auf-

gebaut hat. Bei Fragen rund ums Wohnen und Älterwerden können sich die 89-jährige und ihre Angehörigen zudem an eine Anlaufstelle wenden, die sie durch den Angebotsdschungel lotst, vom Fahr- bis

«Gemeint ist eine Zivilgesellschaft, deren Mitglieder sich umeinander kümmern, jede und jeder ist gefordert.»

André Fringer, Institut für Pflege

zum Entlastungsdienst. Ein solches Sorge-Netzwerk wie in diesem modellhaften Beispiel gilt als zukunftssträchtiger Weg, um mit der alternden Gesellschaft umzugehen. Die Wissenschaft spricht von «Caring Communities», sorgenden Gemeinschaften.

Orchestriertes Kümmern

Gemeint ist eine Zivilgesellschaft, deren Mitglieder sich umeinander kümmern. Gefordert seien «jede und jeder Einzelne», sagt André

Fringer, Professor für Pflegewissenschaft am Institut für Pflege der ZHAW. Beteiligt sind aber auch Fachorganisationen, die zusammenarbeiten, sowie Gemeinden, die Projekte anstossen. Fringer spricht von «proaktivem und orchestriertem Kümmern».

Dort, wo sie daheim sind

Die Politik reagiert vor allem mit Gesundheitsversorgung auf die wachsende Zahl älterer Menschen. «Das wird jedoch nicht funktionieren», stellt Fringer fest. Die Probleme sind bekannt: Fachkräftemangel in der Pflege und steigende Gesundheitskosten. Kommt dazu: Die meisten älteren Menschen benötigen eher eine Alltagshilfe als ein Pflegebett. 85 Prozent der über 80-jährigen in der Schweiz leben in Privathaushalten, eine Minderheit wohnt im Pflegeheim. Töchter und Schwiegertöchter – im traditionellen Rollenbild lange fürs Kümmern zuständig – sind heute berufstätig oder wohnen weiter weg. Zugleich wünscht sich die grosse Mehrheit der Älteren, so lange wie möglich autonom zu wohnen. Um dies zu



Auf der Etagere wurde zu Grossmutterns Zeiten immer feinstes Gebäck zum Sonntagskaffee angerichtet.

fördern, sei eine neue gesellschaftliche Haltung erforderlich, sagt Pflegewissenschaftler Fringer. Das professionelle Versorgungssystem folge einer ökonomischen Logik und sei auf akute Gesundheitsereignisse ausgerichtet. Gefragt sei aber Sorge in einem umfassenderen Sinn, für ältere, chronisch kranke, hochaltrige und sterbende Menschen – dort, wo sie daheim seien.

Mit der «Gemeindeschwester» gab es die Sorgeskultur vor einigen Jahrzehnten noch, heute gilt es mit sogenannter gemeindenaher integrierter Versorgung daran anzuknüpfen. Diese bildet einen Schwerpunkt im Institut für Pflege, doch laut Fringer kann keine Berufsgruppe die Aufgabe allein wahrnehmen. So wird die Pflege unter anderem vermehrt mit der Sozialen Arbeit zusammenwirken. Mehrere Pioniergemeinden und -institutionen in der Schweiz haben den neuen Ansatz entdeckt. Nötig sei eine Vielfalt der Modelle, sagt der Wissenschaftler, angepasst an die lokalen Strukturen. So wie zum Beispiel beim Projekt «Älter werden im Quartier» in der Stadt Wil (SG). Dort geht die gemeinnützige Thurvita neue Wege. Die Pflegeheimbetreiberin gehört der Stadt und umliegenden Gemeinden. Zusammen mit der katholischen Kirchgemeinde realisiert sie im Ortsteil Bronschhofen eine Überbauung mit Alterswohnungen. Die ältere Mieterschaft wird aber nicht abgesondert leben, sondern eingebettet in ein Quartierzentrum: Es sind auch Wohnungen für Familien und Singles im Bau, dazu ein Restaurant und ein Laden.

Einsatz von digitalen Assistenzlösungen

Ist Pflege nötig, werden die Alterswohnungen vom hauseigenen Spitex-Stützpunkt betreut, sogar bei hohem Pflegebedarf. «Die Ansprüche der älteren Menschen verändern sich», stellt Susanne Hofer fest, Professorin für Facility Management mit Spezialgebiet Facility

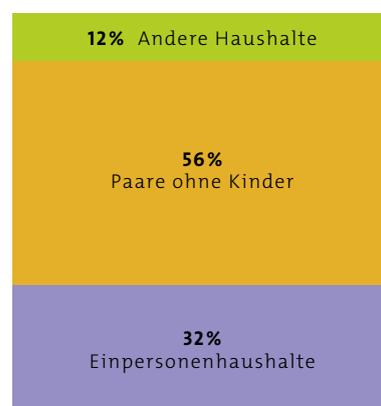
Management in Health Care an der ZHAW. Pflegeeinrichtungen seien ökonomisch gefordert, neue Versorgungslandschaften mit Dienstleistungen auch für zu Hause lebende Ältere im näheren Umfeld zu schaffen. Hofer und Mitforschende untersuchten anhand der Thurvita, wie dabei digitale Assistenz-

«Altersgerecht bedeutet mehr als Hindernisfreiheit: Die gesamte Wohninfrastruktur sollte altersgerecht sein.»

Susanne Hofer,
Institut für Facility Management

lösungen eingesetzt werden können. Denn altersgerecht bedeute heute mehr als Hindernisfreiheit: «Die gesamte Wohninfrastruktur sollte altersgerecht sein.» Der leicht zu bedienende Kochherd, um angelieferte Mahlzeiten aufzuwärmen, Bestellmöglichkeiten fürs Essen und den Wäschedienst, Notfallkontakt und Bewegungssensoren, die Alarm schlagen, wenn jemand

96% ÄLTERER MENSCHEN LEBEN ZU HAUSE



Von den 1,5 Mio. Menschen über 65 Jahre in der Schweiz (Stand 2016) leben 96 Prozent zu Hause, davon durchschnittlich gut ein Drittel alleine. Mit zunehmendem Alter liegt der Anteil der Alleinlebenden noch höher.

Quelle: BFS – Strukturerhebung 2016/BFS 2018

stürzt und liegen bleibt – auch solches gehört dazu. «Sicherheit ist beim Seniorenwohnen elementar», fügt Mitautor Paul Schmitter, wissenschaftlicher Mitarbeiter der Kompetenzgruppe Hospitality Management und Consumer FM des Instituts, an. Die Fallstudie zeigte unter anderem auf, dass spezielle Kompetenzen bei den Dienstleistern vonnöten sind. Dadurch eröffne sich dem Facility Management ein neues Berufsfeld. Mit anderen Worten: Auch die Gebäudebewirtschaftung ist gefragt, wenn es darum geht, dass ältere Menschen vermehrt zu Hause leben können.

Der Aufbau eines Netzwerks braucht Zeit und Engagement

Digital haben viele Ältere längst aufgeholt und Berührungängste verloren, gerade auch in der Pandemie-Zeit. So können lokale Online-Plattformen dazu genutzt werden, um Kontakte und gegenseitige Hilfe zu organisieren. Das zeigt ein grenzübergreifendes Forschungsprojekt rund um den Bodensee zum Thema «Technik im Quartier», an dem das Institut für Facility Management der ZHAW beteiligt war. Acht Quartiere in der Schweiz, Deutschland und Österreich wurden begleitet. Bis so ein Netzwerk steht, brauche es allerdings sehr viel Arbeit und Engagement, bilanziert Paul Schmitter, der bei diesem Projekt ebenfalls mitforschte.

Auch für Pflegewissenschaftler Fringer spielt der Faktor Zeit eine Rolle: Eine sorgende Gemeinschaft entsteht nicht von heute auf morgen. Mit dem Älterwerden der Babyboomer, also der Jahrgänge 1946 bis 1964 in der Schweiz, verändert sich vieles, glaubt Fringer. Nicht nur bilden sie ein Riesenpotenzial für ehrenamtliche Einsätze, weil sie meist fit und einsatzfreudig in Rente gehen. Auch hätten die 68er unter ihnen schon einmal gesellschaftliche Muster aufgebrochen: «Nun werden sie auch das Wohnen im Alter neu definieren.» ■



Die guten Kristallgläser wurden früher nur an ganz besonderen Festtagen oder wenn Besuch kam, aus dem Schrank geholt.

HAUSBESUCHE ZUR PRÄVENTION

Beraten, bevor etwas passiert

Kleine Veränderungen in der Wohnung unterstützen ältere Menschen dabei, länger selbstständig zu wohnen. Ergotherapie-Forschende der ZHAW haben dazu ein Konzept entwickelt.

SUSANNE WENGER

Fachpersonen der Ergotherapie suchen ältere Menschen zu Hause auf und überlegen mit ihnen zusammen, welche Anpassungen im Wohnraum hilfreich sein könnten: Das ist die Idee hinter einem neu erarbeiteten Konzept des Instituts für Ergotherapie. Es basiert zum einen auf der Befragung von Älteren und ihren Angehörigen wie auch von Fachpersonen. Zum anderen führten die Forschenden gemeinsam mit der Spitex Kriens (LU) und dem Zentrum für Ergotherapie Luzern eine Machbarkeitsstudie durch. Ziel sei, dass die älteren Menschen «alltägliche Aufgaben trotz Einschränkungen und Behinderungen wieder ausführen können», sagt Studienleiterin Brigitte Gantschnig, Professorin für Ergotherapie. Menschen dabei zu unterstützen, gehöre zur Kernkompetenz der Ergotherapie.

Dickere Griffe bei Zahnbürste oder Besteck

Im Rahmen der Studie gingen zwei Ergotherapeutinnen bei fünf Spitex-Klientinnen und -Klienten je zweimal eine bis zwei Stunden auf Hausbesuch. Bis auf eine Person waren die Besuchten über 80-jährig. Die vorgeschlagenen Massnahmen waren oft einfach. So rieten die Therapeutinnen etwa dazu, einen Teppich als Stolperfalle zu entfernen, im Badezimmer Griffe anzubringen, für helleres Licht zu sorgen oder an einer schweren Türe einen Riemen

anzubringen, damit sie leichter aufgestossen werden kann. Auch Griffverdickungen an Gegenständen wie zum Beispiel Besteck oder Zahnbürste waren ein Thema.

Zudem vermittelten die Ergotherapeutinnen Informationen zu Entlastungsdiensten und Hilfsmittelangeboten. Vielen Älteren sei gar nicht bewusst, dass es solche Beratungs- und Unterstützungsmöglichkeiten gebe: Das stellt Thomas Ballmer fest, der im Forschungsteam mitgearbeitet hat. Er sieht denn auch Vorteile in der Zusammenarbeit von Ergotherapie und Hauswirtschaftsspitex wie im Pilotprojekt mit der Spitex Kriens: «Die Mitarbeitenden der Spitex erkennen durch ihre regelmässige Präsenz, wo eine Wohnraumberatung angebracht wäre.» Und sie könnten als Vertrauenspersonen auf das ergotherapeutische Angebot aufmerksam machen.

Mehr als Sturzprävention

Ausserdem gelte es manchmal, längerfristig dranzubleiben, fügt Thomas Ballmer an. Die Spitex könne es ansprechen, wenn jemand mit den empfohlenen Anpassungen zögere. Erstrebenswert wäre, die ergotherapeutische Beratung möglichst frühzeitig durchzuführen. In skandinavischen Ländern wie Dänemark und Schweden seien präventive Hausbesuche bereits etabliert, weiss Ergotherapie-Professorin Gantschnig. Finanziert würden sie alle zwei Jahre von den Gemeinden, für alle über 65-Jährigen. In der Schweiz zahlt die Krankenkasse zwei ergotherapeutische Interventionen – aber nur, wenn eine Ärztin, ein Arzt sie verordnet hat.

Die ZHAW-Forschenden sehen hierzulande ungenutztes Potenzial, zumal eine präventive aufsu-

chende Beratung längerfristig Kosten verringere. Das zeigten Studien aus dem Ausland, sagt Gantschnig. Die älteren Menschen können länger zu Hause leben. Weil sie weniger stürzen, kommt es zu weniger Hospitalisierungen. Doch der Mehrwert für die Älteren gehe über Sturzprävention hinaus, unterstreicht die Forscherin: «Sie sollen so lange wie möglich autonom leben und an der Gesellschaft teilhaben können.»

Die Spitex Kriens zieht ebenfalls eine positive Bilanz. «Für uns hat sich gezeigt, dass der Einsatz der Ergotherapie hilfreich ist für die Kundinnen und Kunden», sagt Geschäftsleiter Hannes Koch. Die Ergotherapie decke ein breites Spektrum an Themen ab. Die Zusammenarbeit wird in Kriens denn auch weitergeführt. Auch sonst besteht Interesse am Konzept, wie Gantschnig berichtet, von Politikerinnen, Leistungserbringern und Altersorganisationen. Ältere Menschen selber erfuhren an Vorträgen davon. ■

Forschen für gesundes Altern

Das Thema Altern hält für Gesundheitsfachpersonen zahlreiche Herausforderungen bereit. Wie können ältere chronisch kranke Menschen versorgt werden? Oder wie kann die Lebensqualität mit neuen Technologien verbessert werden? Was bedeutet ein höheres Rentenalter für die Gesundheit? Was können wir von anderen Ländern in puncto Prävention lernen? Wie kann man Stürze vermeiden und Symptome von Demenzkranken besser erkennen? Diesen und vielen weiteren Fragen gehen die Forscherinnen und Forscher am Departement Gesundheit in Projekten und Studien, die wissenschaftlich fundiert und nah an den Menschen und an der Praxis sind, nach.

➤ Der Forschungsbericht des Departements Gesundheit zum Thema Altern unter: <https://bit.ly/3Kd3JEU>

FAHRDIENSTE

Die vergessene Kundschaft

Wer nicht alleine Zug und Bus fahren kann, ist auf Taxi-Fahrdienste angewiesen. Doch die Bedingungen erschweren häufig eine gleichberechtigte Teilhabe an der Gesellschaft, wie eine Studie zeigt.

ANDREA SÖLDI

Bis vor drei Jahren etwa war Mari Teres Steiner noch mobil. Heute kann sie nicht mehr alleine Tram, Bus und Zug fahren. Die 59-Jährige hat bereits im Alter von 25 Jahren einen Hirnschlag erlitten. In letzter Zeit hat sich ihr Zustand verschlechtert. Für Therapien, den Einkauf oder einen Besuch beim Coiffeur braucht sie deshalb einen Taxidienst.

Jeden Monat stehen ihr 14 vergünstigte Fahrten zu. Doch selbst bei kurzen Strecken summieren sich Hin- und Rückweg schnell einmal auf rund 20 Franken. «Finanziell ist das eine Belastung», sagt Steiner. Wenn immer möglich, organisiert sie sich deshalb eine Begleitperson, mit der sie den öffentlichen Verkehr benutzen kann. «Ich fahre sowieso lieber Tram», lacht die Baslerin. «So komme ich ein wenig an die frische Luft und bin unter den Leuten.»

Mari Teres Steiner hat an einer Studie über ÖV-ergänzende Fahrdienste teilgenommen, welche die ZHAW im Auftrag des Eidgenössischen Büros für Gleichstellung von Menschen mit Behinderung sowie der Stiftung Behindertentransport Kanton Bern durchführt. Die Studie geht der Frage nach, ob Menschen mit Mobilitätseinschränkungen genügend Möglichkeiten haben, am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen. Im Jahr 2021 hat das Projektteam insgesamt 31 Per-

sonen aus verschiedenen Regionen der Deutschschweiz zu ihren Erfahrungen befragt. «Es zeigte sich, dass die Fahrdienste am häufigsten für medizinische Termine genutzt werden, aber auch für Einkäufe und Freizeitaktivitäten», sagt Projektleiterin Brigitte Gantschnig, Leiterin der Forschungsstelle Ergotherapie. Schwierig werde es, wenn längere Fahrten über Kantons Grenzen hinweg anfallen: «Das kann zu extrem hohen Tarifen führen. Die kleinräumigen Strukturen und der Kantonlugeist sind ein Problem.»

ÖV-ergänzende Fahrdienste werden häufig von gewöhnlichen Taxi-Unternehmen angeboten, aber auch von Organisationen, die ehrenamtlich tätige Menschen beschäftigen – in Zürich etwa Tixi. In der Regel können normale Autos eingesetzt werden. Einige Personen benötigen jedoch rollstuhlgängige Fahrzeuge. Davon stehen tendenziell zu wenige zur Verfügung.

Erschwerte Spontaneität und komplizierte Finanzierung

Das Angebot in der Schweiz sei unübersichtlich und nicht überall zufriedenstellend, sagt Doktorandin Selina Egger, die an der Studie mitarbeitet. Vielerorts müssten Transporte mindestens einen Tag im Voraus gebucht werden. «Das geht bei einem Notfall nicht und verunmöglicht spontane Freizeitaktivitäten.»

Kompliziert ist auch die Finanzierung. Je nach Möglichkeiten der Person und nach Zweck zahlt der Nutzende selbst, die Krankenkasse, die Unfallversicherung oder die IV, erklärt Egger. Oder die Fahrdienste werden über Spendengelder finanziert. «Die Befragten wünschen sich eine bessere Koordination und we-



niger Aufwand.» Diese unbefriedigende Situation reduziere die Aktivitäten für Menschen mit Mobilitätseinschränkungen, bedauert Gantschnig. Die Schweiz sei jedoch gesetzlich verpflichtet, Menschen mit Behinderung die gesellschaftliche Teilhabe zu ermöglichen.

«Es gibt viele Baustellen in diesem Bereich», bestätigt Ronald Liechti, Geschäftsführer der Stiftung Behindertentransporte Kanton Bern, der rund 60 Transportdienste angeschlossen sind. Die Behindertenverbände kümmern sich hauptsächlich um die Verbesserung des öffentlichen Verkehrs. Die Fahrdienste dagegen seien kaum auf ihrem Radar. «Es handelt sich um eine vergessene Kundschaft.» ■

.....
IMPACT-WEBMAGAZIN Mehr Baustellen im System der ÖV-ergänzenden Fahrdienste unter <https://impact.zhaw.ch>

Die Situation der ÖV-ergänzenden Fahrdienste ist unbefriedigend: Mangelnde Koordination und ein hoher Aufwand für die Betroffenen mindern die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben.

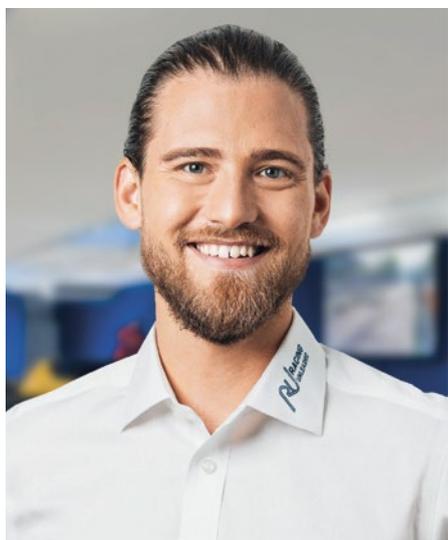
Was fällt Ihnen zum Thema Alter ein?

Was bedeutet für Sie Alter? Das wollte ZHAW-Impact von Mitarbeitenden – manche kurz vor der Pensionierung –, von Absolventinnen und Absolventen sowie Studierenden wissen. Ab wann ist man eigentlich alt und woran merkt man das? Oder: Wann haben Sie sich das erste Mal alt gefühlt?

Aufgezeichnet von Patricia Faller



Mirco Möckli, Bachelorstudent Bauingenieurwesen | Die wichtigsten Faktoren, die dazu führen, dass sich Menschen alt fühlen, sind eingeschränkte Mobilität und Einsamkeit. Als künftige Architekten und Ingenieure können wir Gebäude realisieren, die diesen Faktoren entgegenwirken und Lebensumstände positiv beeinflussen. So ein Beispiel ist das Gebäude 141 in Winterthur: Wir studieren dort, wo andere altersfreundlich wohnen.



Leandro Huber, Vorstandsmitglied ALUMNI ZHAW, SML-Absolvent | Es gibt für mich keinen schöneren Gedanken, als den Enkelkindern beim Spielen im Garten zuzuschauen und auf ein erfülltes und gelungenes Leben zurückzublicken. Und das, obwohl ich selbst noch keine Kinder habe. Vermutlich ist das die Essenz meiner romantischen Vorstellung des Altseins: Erfahrungen machen, weiser werden und gesund bleiben – hoffen wir, dass es so kommt.



Claudia Gähwiler, Lead Publikationen, Corporate Communications | Seit Jahren gibt es in meinem Wohnhaus eine Studierenden-WG mit wechselnder Zusammensetzung. Im Haus mit drei Wohnungen herrscht ein familiäres Klima. Alle duzen sich. Eines Tages werde ich von einer neuen Mitbewohnerin bei der Begrüssung gesiezt, noch bevor ich mich vorstellen kann. Ich war perplex und habe mich zum ersten Mal richtig alt gefühlt – dabei war ich damals «erst» Mitte vierzig.



Linda Zehnder, Bachelorstudentin Pflege | Als ich mit dem Studium begonnen und die Jahrgänge meiner Mits Studierenden gesehen habe – darunter viele 2000er Jahrgänge –, habe ich mich mit 25 Jahren ziemlich alt gefühlt. Alter ist eben relativ. Das habe ich beim Praktikum bei der Spitex festgestellt. Manche der älteren Menschen waren noch so aktiv, dass wir Termine verabreden mussten, um sie anzutreffen, bei anderen war das nicht nötig, weil sie kaum aus dem Haus gingen.



Barbara Schmutz, Leiterin Zentrum Lehre Angewandte Psychologie | Alter ist für mich eine spannende Lebensphase, in der die meisten Wissenschaftler:innen und Praktiker:innen, die sich aktuell mit ihr beschäftigen, selber noch nicht sind. Dass Beratende und Therapierende jünger sind als ihre Klientinnen und Klienten, stellt eine ganz besondere Konstellation dar. Und Gerontologie ist eine junge Wissenschaft.



Livio Gisler, Bachelorstudent Pflege | Alter ist mehr als eine Zahl oder ein körperlicher Faktor. Für mich bedeutet Alter Lebenserfahrung und Lebensgeschichte. Vor meinem Studium habe ich in der Langzeitpflege gearbeitet. Wenn die Bewohnenden aus ihrer Jugendzeit erzählten und wissen wollten, wie das heute bei mir ist, dann stellten wir häufig viele Gemeinsamkeiten fest: Früher war eben doch nicht alles anders oder besser.



Iris Arni, Leiterin Hochschulsekretariat Dem Altern stehe ich eher zwiespältig gegenüber und setze mich nicht so gerne damit auseinander. Einerseits freue ich mich aufs Pensioniertwerden und auf die Freiheiten, die damit verbunden sein werden. Auf der anderen Seite sehe ich Bekannte, die bereits in meinem Alter Angst haben vor allem Neuen oder krank und bettlägerig sind. Davor fürchte ich mich.



Daniel Greber, Leiter Institut für Risk & Insurance | Ich werde Ende Januar 2023 bei der ZHAW pensioniert. Da kommen finanzielle Entscheide zu meiner Pensionskasse und zum Anlageverhalten auf mich zu. Ich fühle mich aber wie Reinhard Wandtner, welcher sagte: «Die Kunst besteht darin, jung zu sterben, das aber so spät wie möglich.» Somit bedeutet das Alter für mich ein Dazuzählen von Jahrringen bei hoffentlich guter geistiger und körperlicher Gesundheit.



Daniela Händler-Schuster, Institut für Pflege Respekt vor der Privatsphäre und den persönlichen Gewohnheiten ist etwas, das in unserer individualisierten Welt einen zentralen Stellenwert eingenommen hat. Wenn man gewohnt ist, alles allein machen zu können, ist es nicht einfach, geeignete Personen zu finden, die einem tatsächlich helfen können. Seine Privatsphäre mit jemandem teilen zu müssen, den man nicht kennt, ist schwer.



Stefan Spiegelberg, IAP Institut für Angewandte Psychologie | Wann ich mich das erste Mal alt gefühlt habe, weiss ich nicht mehr; dafür erinnere ich mich sehr gut an eines der letzten Male: Das war, als ich nach einem langen Arbeitstag in den überfüllten Stadtbus einstieg und mir ein jugendlicher seinen Sitzplatz anbot.

.....
IMPACT-WEBMAGAZIN Alle und weitere Statements auch unter: <https://impact.zhaw.ch>



BARRIEREFREIER TOURISMUS IM BODENSEERAUM

Wenn Ferien zur Hürde werden

Das Bett ist zu hoch, das Zimmer zu klein oder die Auffahrt zu steil. Menschen mit einer Beeinträchtigung stossen in den Ferien immer wieder auf Probleme. Ein internationales Forschungsprojekt hat Hürden für Touristen in der Bodenseeregion eruiert – und Lösungen gefunden.

KATRIN OLLER

Ein älteres Ehepaar möchte ein Wochenende in einem Hotel am Bodensee verbringen. Es ist für sie nicht einfach zu verreisen, denn er sitzt im Rollstuhl und ihr Sehvermögen ist stark beeinträchtigt. Deswegen haben die beiden bei der Buchung viele Fragen: Ist das Zimmer gross genug, um sich mit dem Rollstuhl darin zu bewegen? Erreicht man mit dem Lift alle nötigen Räume? Gibt es barrierefreie Parkplätze?

Als die beiden im Hotel ankommen, tauchen neue Hürden auf: Im Lift gibt es nur einen Touchscreen, den Menschen mit schwacher Sehkraft nicht bedienen können. Der Spiegel im Badezimmer ist so hoch, dass sich der Mann im Rollstuhl beim Zähneputzen nicht sieht. Und den geplanten Ausflug müssen die beiden abbrechen – im Postauto hat es schlicht keinen Platz für den Rollstuhl.

200 Barrieren eruiert

Das Ehepaar ist ein Beispiel für ältere Personen und Menschen mit einer Beeinträchtigung, die beim Reisen immer wieder auf Hürden stossen. Für das Forschungsprojekt «Barrierefreier Tourismus im Bodenseeraum» haben Forscherinnen und Forscher Personen mit Seh- oder Hörproblemen, im Rollstuhl oder mit kognitiven Ein-

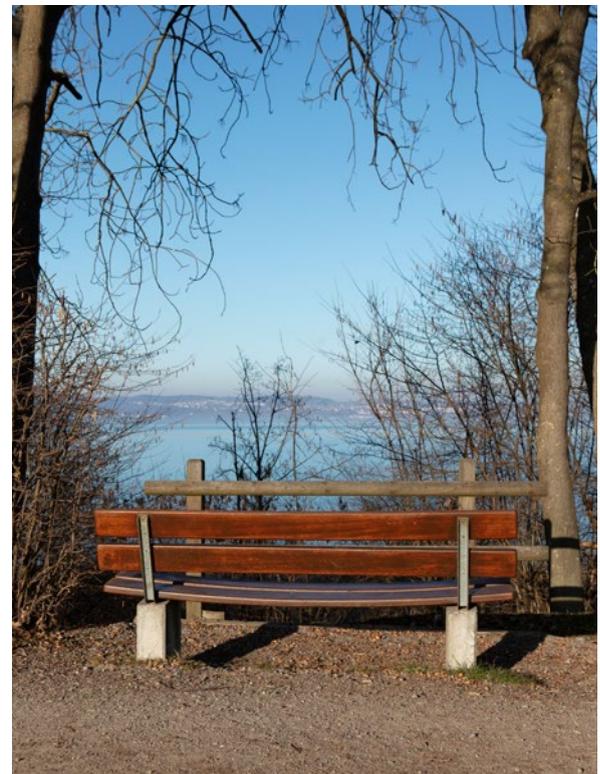
schränkungen befragt. 200 solche Barrieren wurden gesammelt. Das Projekt war Teil des Living Lab für «Active and Assisted Living» der Internationalen Bodensee-Hochschule. Geleitet wurde es von der ZHAW in Zusammenarbeit mit sieben Partnerinstitutionen.

«Im Projekt betrachten wir neben Barrieren auch Pains», sagt Co-Projektleiter und ZHAW-Professor Hans-Peter Hutter. «Denn wenn die Angst vor einer Barriere so gross wird, kann dies dazu führen, dass die Betroffenen die Reise gar nicht erst antreten.» Die Befragung habe gezeigt, dass die meisten Barrieren vermeidbar gewesen wären, sagt Hutter. Sie beruhen oft auf fehlenden, veralteten oder ungenauen Informationen auf der Website der Hotels oder der Buchungsportale. Dies nahm das Forschungsprojekt in einer zweiten Phase in den Fokus.

Notfalluhr und Sprachassistent

Ein Dutzend Personen mit Beeinträchtigungen verbrachten im Rahmen des Projekts einige Tage in barrierefreien Hotels rund um den Bodensee. Sie erhielten dabei technologische Unterstützung. Es kamen Partnerorganisationen zum Zuge, etwa die Berner Stiftung Claire & George, die eine Plattform betreibt für barrierefreies Reisen. Ebenso wurden die Teilnehmenden mit einer Notfalluhr und zwei Reiseapps ausgerüstet. Im Hotelzimmer hatten sie Zugang zu einem von der ZHAW entwickelten Sprachassistenten.

Auch der Co-Projektleiter und ZHAW-Professor Alireza Darvishy nahm selber am Feldversuch teil. Er ist seit seiner Jugend stark sehbehindert. «Ich habe wunderbare Tage in Heiden verbracht», sagt Darvishy. Allerdings stiess auch er auf Hinder-



nisse: «Im Restaurant legte man mir ein Papiermenü hin, das ich nicht lesen kann.» Oftmals fühle man sich als Tourist mit Beeinträchtigungen in Hotels nicht willkommen, weil den Angestellten die Sensibilität fehle, sagt Darvishy. «Das ist gar kein böser Wille, sondern oft einfach Unwissen.» Ebenso wichtig wie die technologische Unterstützung sei daher, dass die Hotels ihre Mitarbeitenden sensibilisieren.

Wie Darvishy waren die meisten Teilnehmenden des Feldversuchs zufrieden. Lediglich ein Rollstuhlfahrer musste den Aufenthalt abbrechen – die Toilettenschüssel war zu hoch, und es gab keine angemessene Alternative.

Gelobt wurden die Informationen auf der Buchungsplattform der Stiftung, etwa eine 360-Grad-Sicht des Zimmers, ein Bild des Bade-

Wenn die Angst vor einer Barriere zu gross wird, treten die Betroffenen die Reise gar nicht erst an. Deshalb werden Verbesserungen angestrebt.

zimmers und konkrete Angaben je nach Beeinträchtigung. Die Notfallohr schätzten diejenigen, die damit mit ihrer Begleitperson kommunizierten. So musste diese etwa nicht vor der Toilette warten. Allerdings habe der Sturzalarm oft Fehlalarme ausgelöst und die vier Knöpfe seien nicht für alle leicht zu bedienen, sagen die Projektleiter.

Die Reiseapp nutzten die Teilnehmenden kaum, da die meisten per Auto anreisen und mit Google Maps gut bedient waren. Auch die Ginto-App mit Informationen über barrierefreie Ausflugsziele wurde nicht so oft benutzt. Der Sprachassistent im Zimmer hingegen sei ein Highlight gewesen, sagen die Projektleiter. Viele hätten sich noch detailliertere Informationen gewünscht, etwa zu Abfahrtszeiten von Schiffen. Schnell fanden sie auch heraus, dass der Mini-Computer auf Sprachabruf nicht nur Informationen zeigt, sondern auch zum Spielen und Musikhören taugt.

Barrierefreie Fusswege

Es habe sich gezeigt, dass die technologische Unterstützung hilfreich sein könne, sagt Hans-Peter Hutter. Wichtig sei, dass der Mensch im Zentrum stehe. Anwendungen sollten von Beginn weg nutzerzentriert entwickelt werden und individuell anpassbar sein, sonst werden sie nicht genutzt. Es gäbe noch viel zu tun, sagt Alireza Darvishy. Das sei auch den Hotels bewusst, die Personen mit Beeinträchtigungen als Zielgruppen erkannt hätten. Da liege ein grosses Potenzial brach. Aufgrund des Projekts werden die Buchungsplattform und die technischen Hilfsmittel weiterentwickelt. Und auch die ZHAW-Forscher kümmern sich um Folgeprojekte: Hutter und Darvishy nehmen als Nächstes barrierefreie Fusswege unter die Lupe. Damit Menschen mit Beeinträchtigungen nicht nur im Hotel gut aufgehoben sind, sondern auch Spaziergänge unternehmen können. ■

OB FUSSBALL ODER KONZERT

Die Virtual-Reality-Brille als Tor zur realen Welt

Hält Virtual Reality körperlich beeinträchtigte Menschen geistig fit und lässt sie am gesellschaftlichen Leben teilhaben? Eine ZHAW-Studie soll dies ermitteln.

PATRICIA FALLER

«Tor», jubelt Franz Müller. Der 80-jährige, gehbehinderte Mann sitzt auf seinem Sofa und erlebt das Spiel dank Virtual-Reality-Brille (VR) fast so, als wäre er wie sein Enkel live im Stadion dabei. Müller freut sich auf den nächsten Besuch, wenn die beiden gemeinsam fachsimpeln werden über Können und Versagen von Spielern und Schiedsrichtern. Sein Enkel hat ihm die VR-Brille zum Geburtstag geschenkt und gezeigt, wie sie funktioniert.

Das Beispiel ist erfunden. Doch so ähnlich stellen sich Forschende der Fachstelle für Customer Experience & Service Design am Institut für Marketing Management eine Möglichkeit der sozialen Teilhabe älterer Menschen vor und planen eine Studie dazu. Projektleiter Wolfgang Schäfer ist überzeugt: «Mit VR könnte man auch dann spontan in ein Konzert oder ins Museum, wenn man körperlich eingeschränkt ist oder auch die finanziellen Mittel etwas bescheidener sind.»

VR nicht nur für Demenzkranke

Andere Studien zum Einsatz von VR-Brillen bei Demenzkranken zeigten positive Auswirkungen. Ihnen wurden Bilder aus den 50er und 60er Jahren von Städten, in denen sie einst lebten, aufgespielt. «Wir wollen nun untersuchen, wie sich das bei geistig aktiven Menschen, die körperlich beeinträchtigt sind, verhält, und zwar mit aktuellen

Inhalten wie Kultur- oder Sportveranstaltungen», so Schäfer. Können Seniorinnen und Senioren mittels VR-Brillen ihre geistige Fitness trainieren? Erhalten sie dabei das Gefühl, am gesellschaftlichen Leben teilzuhaben – dann etwa, wenn sie ein Konzert der Wiener Philharmoniker so erleben, als sässen sie den Musikern gegenüber, während ihre Tochter dieselbe Musik live im Konzertsaal hört? Fühlen sie sich dann «mitten im Leben», wenn sie sich mit anderen über aktuelle Veranstaltungen austauschen können, die sie zwar virtuell, aber fast wie in Realität erlebt haben?

Generationen verbinden

«VR könnte ebenso helfen, eventuelle intergenerationelle Konflikte zu mindern», sagt Schäfer. Diese Konflikte entstünden meist dann, wenn sich ältere Menschen abgehängt fühlten, wenig Neues mehr erlebten und deshalb die Vergangenheit verklärten, nach dem Motto «Früher war alles besser». VR könnte fürs lebenslange Lernen eingesetzt werden. Dabei stellt sich vor allem die Frage, wie die Inhalte aufbereitet sein müssen, damit sie verständlich sind und auch von älteren Menschen als gutes Erlebnis wahrgenommen werden.

All diese Aspekte wollen die Forschenden in ihrem Projekt untersuchen. Vorstudien sind bereits abgeschlossen. Eines steht schon fest: VR-Brillen müssen weiterentwickelt werden, müssen leichter, einfacher bedienbar und kostengünstiger werden. Erst dann können mehr Seniorinnen und Senioren wie Franz Müller gemeinsame Erlebnisse mit ihren Enkeln und Kindern teilen. ■

SOZIALE TEILHABE

Einsamkeit macht krank

Im Alter ist Einsamkeit weit verbreitet. Seit der Corona-Pandemie noch stärker als zuvor. Die Folgen für die Betroffenen sind nicht zu unterschätzen. Darum sind Forschung und Sensibilisierung wichtig.

ELENA IBELLO

Wir erleben eine Pandemie in der Pandemie.» André Fringer, Co-Leiter Forschung und Entwicklung am Institut für Pflege am Departement Gesundheit, spricht Klartext. Einsamkeit und soziale Isolation seien gerade bei älteren Menschen mit Unterstützungsbedarf oft ein grosses Problem. Das gelte für Menschen, die im eigenen Haushalt lebten ebenso wie für Menschen in Institutionen. «Man kann auch im Pflegezentrum mit 30 Mitbewohnenden leben und trotzdem sozial isoliert sein», sagt der Professor für Pflegewissenschaft.

In verschiedenen Forschungsarbeiten hat er sich mit dem Phänomen beschäftigt. Zuletzt im Projekt «Digitale Unterstützung gegen soziale Isolation und Einsamkeit», das er zusammen mit der wissenschaftlichen Mitarbeiterin Franzisca Domeisen Benedetti leitet.

Isolation in der Pandemie

Das Team um die beiden Pflegewissenschaftler ging der Frage nach, wie sich die Massnahmen gegen die Corona-Pandemie auf die älteren pflegebedürftigen Menschen in der Schweiz auswirkten und inwiefern digitale Hilfsmittel zum Einsatz kamen, um die Zeit der Kontaktbeschränkung zu überbrücken.

Dazu wurden Pflegefachleute der Spitex befragt. Die Ergebnisse liegen bereits vor, die Publikation befindet

sich zurzeit noch im Peer-Review-Prozess. «Das grosse Problem der weit verbreiteten Einsamkeit hat sich mit der Pandemie enorm zuspitzt», so Fringer. Einsamkeit sei schon davor gerade bei Menschen im Alter weit verbreitet gewesen.

Die Massnahmen, die 2020 in der Schweiz zur Eindämmung des Coronavirus ergriffen wurden, haben diese Entwicklung beschleunigt.

**«Je älter man wird,
desto eher
läuft man Gefahr,
bestehende Kontakte
zu verlieren.»**

André Fringer, Institut für Pflege

Die Untersuchung zeigte, dass im Frühling 2020 Einsamkeit und Isolation unter älteren Menschen mit Unterstützungsbedarf weit verbreitet waren (rund 85 Prozent), im Sommer etwas abnahmen (50 Prozent) und im darauffolgenden Winter noch einmal zunahmen (85 Prozent).

Dass dies die Gesundheit der betroffenen Menschen in vielerlei Hinsicht beeinträchtigt, haben frühere Studien bereits belegt. «Einsamkeit macht krank», fasst Fringer zusammen. Er betont, regelmässig allein zu sein, sei auf keinen Fall schädlich. Im Gegenteil, sich hin und wieder zurückzuziehen und Ruhe zu finden, sei wichtig. «Einsam oder sogar sozial isoliert sein ist aber etwas

anderes», so Fringer. Es gehe einher mit einem vagen Bedürfnis nach Gemeinschaft und löse negative Gefühle aus. Für das Gefühl der Einsamkeit gilt ein hohes Alter als Risikofaktor. «Je älter man wird, desto eher läuft man Gefahr, bestehende Kontakte zu verlieren. Nicht zuletzt, weil gesundheitliche Einschränkungen an sozialen Aktivitäten hindern können. Wer beispielsweise nicht gut sieht oder hört, kann weniger gut mit anderen kommunizieren.» Dazu komme, dass das Knüpfen von neuen Kontakten mit steigendem Alter schwieriger werde.

Das Gefühl der Einsamkeit und Isolation tut nachweislich weh. Neurologische Untersuchungen haben gezeigt, dass bei Menschen, die sich einsam fühlen, dieselben Hirnareale aktiviert sind wie bei Menschen mit chronischem physischem Schmerz. Doch was tun, wenn jemand im Alter allein ist, sich immer mehr zurückzieht, weil Beschwerden ihn oder sie an früheren Aktivitäten hindern? Wenn ein älterer Mensch Freunde verliert, weil sie im Alter sterben, wenn erwachsene Kinder weit weg wohnen und neue Kontakte so schwierig zu knüpfen sind?

Eine neue Normalität etablieren

«Man müsste aufbrechen können, was diesen Menschen als Alltag gewachsen ist. Eine neue Normalität etablieren, damit sie wieder am sozialen Leben teilnehmen können. Das ist das Schwierigste», sagt Fringer und bricht eine Lanze für die So-

ziale Arbeit. «Was in diesem Bereich in den letzten Jahren erreicht wurde mit Quartierarbeit oder der Gestaltung von Räumen, das ist enorm.» Es brauche dringend mehr solche Angebote, findet er.

Wie beispielsweise das Projekt des Instituts für Vielfalt und gesellschaftliche Teilhabe am Departement Soziale Arbeit, das zurzeit im Gang ist. Es untersucht, wie in Alterssiedlungen die Beteiligung gefördert werden kann. Involviert sind verschiedene Siedlungen in städtischen, ländlichen und in Agglomerationsgebieten. In zwei dieser Siedlungen sind Sozialarbeitende als «Siedlungsassistenten» angestellt und versuchen, Beteiligungsprozesse anzustossen.

Soziale Kontakte und Teilhabe fördern die Lebensqualität

Wie die Co-Projektleiterin Sylvie Johner-Kobi, Professorin am Institut für Vielfalt und gesellschaftliche Teilhabe, sagt, verlor viele Menschen durch den Umzug in ein neues Wohnumfeld ihre Kontakte. Um die Lebensqualität zu fördern und die individuelle Autonomie zu stärken, seien neue Kontakte wich-

tig. «Durch Begegnungen kann auch Nachbarschaftshilfe entstehen», sagt Johner-Kobi. Und betont: «Es braucht selbstbestimmte Aktivität und auch selbstbestimmten Rückzug.» Es geht also nicht darum, Bewohnerinnen und Bewohner einer Alterssiedlung zu Kontakten oder zur Teilnahme an Aktivitäten zu

«Es braucht selbstbestimmte Aktivität und auch selbstbestimmten Rückzug.»

Sylvie Johner-Kobi, Soziale Arbeit

drängen. Sondern darum, auf sie zuzugehen und Angebote zu machen.

Und wie steht es nun um den Einsatz digitaler Hilfsmittel? Kann er Einsamkeit im Alter lindern? Nein, eigentlich nicht, wie die eingangs genannte Studie zeigt. «Natürlich ist – gerade in der besonderen Situation der Corona-Pandemie – das Telefonieren wichtig. Auch Videotelefonie wird immer mehr genutzt von älteren Menschen. Aber diese Mittel können nur ergänzend helfen», sagt Fringer vom Institut für Pflege. Der

direkte, persönliche Kontakt könne durch nichts ersetzt werden. Das zeige sich auch in der täglichen Arbeit der Pflegefachpersonen der Spitex. «Viele Patientinnen und Patienten würden gerne noch etwas Zeit mit der Pflegefachperson verbringen, bevor diese zum nächsten Einsatz eilt.» Doch die Zeit ist zu knapp bemessen. «Dabei kann man den Menschen nichts Besseres tun, als Zeit zu schenken», so Fringer. Man vergesse, dass beispielsweise beim Haarekämmen sehr viel mehr passiert als reine Körperpflege.

Zeit schenken

Mehr Zeit ist also gefragt. Mehr Möglichkeiten für Menschen im Alter, um mit anderen in Kontakt zu kommen. «Da sind wir als gesamte Gesellschaft gefordert», sagt Fringer. «Es braucht einen Kulturwandel. Im Umgang mit dem Nachbarn, der allein ist, im Umgang mit Einsamkeit insgesamt. Diese muss als gesellschaftliches Problem ernstgenommen werden und wir müssen dafür sorgen, dass soziale Einsamkeit nicht mehr stigmatisiert wird.» Dazu brauche es Sensibilisierungsarbeit. Diese beginne mit Forschung, mit dem Sammeln von Daten, von denen in der Schweiz bisher zu wenige vorhanden seien.

Wünschenswert: Förderprogramm gegen Einsamkeit

Fringer vergleicht die «Pandemie der Einsamkeit» mit einem Gletscher, der langsam ins Rutschen kommt. «Da rutscht ein Gletscher zu Tal und keiner kriegt es mit. Keiner weiss etwas über diesen Gletscher: Welches Volumen hat er? Wie schnell rutscht er? Wohin genau bewegt er sich?»

All das müsse nun erforscht werden, und gleichzeitig brauche es bereits konkrete Massnahmen: in den Gemeinden und Städten, in der Gesundheits- und Sozialpolitik. «Ein nationales Förderprogramm gegen Einsamkeit wäre jetzt angebracht», findet Fringer. ■

«Am schlimmsten ist die Einsamkeit zu zweit»

Die Einsamkeit kann Menschen im Alter auch treffen, wenn sie in einer Partnerschaft oder Familie leben. Mit steigendem Alter oder mit chronischer Krankheit steigt auch der Unterstützungsbedarf. Wer im Alter beispielsweise den Partner oder die Partnerin betreut, kann sich trotz der Lebensgemeinschaft immer einsamer fühlen. Besonders betroffen sind jene, die einen an Demenz erkrankten Partner pflegen. Gabriela Nemecek hat im Rahmen ihrer Masterthesis am Departement Gesundheit die Bedürfnisse betreuender Angehöriger von Menschen mit Demenz untersucht. Ihre Arbeit trägt den Titel «Am schlimmsten ist die Einsamkeit zu zweit». Die Einsamkeit entwickle sich meist schleichend, sagt Nemecek. Im Verlauf der Demenzerkrankung nimmt die Kommunikation in der Beziehung ab, gemeinsame Unternehmungen werden schwieriger, soziale Kontakte gehen verloren. Das alles führt zu einem Gefühl der Einsamkeit. Angehörige von Menschen mit Demenz verlieren ihr gewohntes Leben. «Für die Betroffenen braucht es unbedingt Unterstützung – und zwar rechtzeitig, bevor die Einsamkeit gross ist», so Nemecek. Gesprächsgruppen für Angehörige oder Entlastungsdienste können zum Beispiel sehr hilfreich sein.

PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

Eine Stütze für die vielen, die andere stützen

Angehörige tragen entscheidend zur Pflege älterer Familienmitglieder bei. Bei Demenz stossen sie aber oft an ihre Grenzen – und suchen dennoch keine Hilfe. Weshalb, das haben ZHAW-Forschende untersucht.

ÜMIT YOKER

Sie gehen einkaufen und wechseln die Bettwäsche, erinnern an Arzttermine und helfen beim Haarewaschen: Angehörige übernehmen einen wesentlichen Teil der Sorge und Pflege von Menschen im Alter. Ihr Beitrag dürfte in den kommenden Jahren noch grösser werden.

Mehr und mehr kümmern sich Angehörige dabei auch um Familienmitglieder mit Demenz. Gemäss Prognosen des Bundesamtes für Gesundheit dürften bis ins Jahr 2045 rund 300 000 Personen oder mehr an Alzheimer oder einer anderen Form von Demenz leiden.

«Zwischen 80 und 85 Jahren kommt es zu den einschneidendsten Abbauprozessen beim Menschen», sagt Barbara Baumeister, Gerontopsychologin am Institut für Vielfalt und gesellschaftliche Teilhabe. Die Diagnose Demenz sei für alle ein sehr kritisches Lebensereignis. Zwar hätten Sensibilisierung und Bewusstsein für die Krankheit zugenommen, so die Dozentin und Forscherin am Departement für Soziale Arbeit. «Dennoch wissen viele Familien nicht, was mit einer Demenz auf sie zukommt.»

Körperliche und seelische Leiden

Die Pflege von demenzkranken Familienmitgliedern bedeutet eine grosse Herausforderung. Hält die

Belastung über längere Zeit an, kann das auch Folgen für die Gesundheit der Betreuenden haben: Sie reichen von körperlichen Leiden wie Rückenschmerzen bis hin zu psychischen Beschwerden wie Schlafstörungen oder Depressionen. «Zur grossen Trauer, die jede schwere Erkrankung einer nahestehenden Person begleitet, kommt bei

**«Gewalt an
pflegebedürftigen
Menschen geschieht
fast immer aus
Überforderung.»**

Barbara Baumeister, Gerontopsychologin

Demenz auch eine enorme Einsamkeit hinzu», sagt Baumeister. Zusehends entgleitet einem der Menschen, den man so gut zu kennen glaubte.

Häufen sich erschwerende Faktoren in der Betreuung – dazu gehören psychische Erkrankungen wie eben eine Demenz, aber auch Isolation oder Abhängigkeit – kann es sogar zu Gewalt kommen. «Angehörige handeln dabei in den aller seltensten Fällen vorsätzlich», betont Baumeister, die sich in mehreren Forschungsprojekten intensiv mit dem Thema auseinandergesetzt hat. «Gewalt an pflegebedürftigen Menschen geschieht fast immer aus Überforderung.» So dürfte ein solcher Kontrollverlust auch den Ange-

hörigen selbst sehr zu schaffen machen. Die Gerontopsychologin hält darum nicht viel davon, von Tätern beziehungsweise Täterinnen und Opfern zu sprechen. «Es muss vielmehr das ganze System betrachtet werden.»

Hilfesuche scheitert an Schamgefühl oder Pflichtbewusstsein

Immer wieder stellt Baumeister in Gesprächen mit Fachleuten und betroffenen Familien fest: Vielen Angehörigen fällt es schwer, Hilfe anzunehmen; professionelle Beratungsstellen werden häufig nicht oder erst spät aufgesucht.

Die Gründe dafür sind vielfältig: So gehe es hier um einen privaten und intimen Bereich, in den man grundsätzlich eher ungern Einblick gewähre, sagt die Forscherin. Eine Rolle spielten aber auch Schamgefühle, ebenso ein ausgeprägtes Pflichtbewusstsein. Die Pflege nicht alleine gewährleisten zu können, werde als Versagen empfunden, und man glaubt, eine ausschliessliche Betreuung auch dann schuldig zu sein, wenn man längst seine Grenzen erreicht hat.

Gleichzeitig sind Angehörige bisweilen skeptisch, ob der pflegebedürftige Vater externe Hilfe annehmen würde – und ob diese ihren eigenen Ansprüchen entspricht. «Es fällt den Betreuenden auch nicht immer leicht, einen Teil der Ver-



Selbst gestrickte Socken von Tanten und Omas – bei manchen Neffen, Nichten oder Enkelkindern der Hit, bei anderen nicht.

antwortung abzugeben.» Manchmal wissen Angehörige aber auch nicht, welche Unterstützungsmöglichkeiten existieren, oder es gibt schlicht keine passenden Angebote in der Nähe. «Ganz klar ist Entlastung zudem eine finanzielle Frage», betont Baumeister. Längst nicht alle Betreuenden könnten sich eine solche Hilfe leisten.

Das Gefühl bekommen, nicht allein zu sein

Fachleute können Angehörigen entscheidendes Wissen vermitteln und Handlungsoptionen aufzeigen. Gerade der Umgang mit Demenzkranken setzt viel Verständnis für die Krankheit voraus. Solche Gespräche mit Expertinnen und Experten seien aber aus einem weiteren Grund wichtig, weiss die Psychologin Isabelle Nessensohn: «Sie sind für Betreuende ein Ausbruch aus der Isolation.» Es geht also auch um das Gefühl, nicht allein zu sein, Gehör zu finden, anerkannt zu werden. Fachleute wüssten, was unter gegebenen Umständen normal sei, und auch, wie schwer es sein könne, die eigenen Bedürfnisse nicht zu kurz kommen zu lassen.

Nessensohn hat für ihre Masterarbeit am ZHAW-Departement für Angewandte Psychologie untersucht, wie Angehörige das Angebot der Gerontologischen Beratungsstelle SiL erleben. Im Gegensatz zu aufsuchenden Demenzberatungen andernorts, die erst nach einer Diagnose aktiv würden, besuche die Stadtzürcher Organisation gefährdete Menschen früher, meist auf eine Verdachtsmeldung von Hauseigentümerinnen, Nachbarn oder der Polizei hin. So könne durch ihre Arbeit oftmals eine Institutionalisierung hinausgezögert oder eine notfallmässige Hospitalisation vermieden werden.

«Oft können selbst nahestehende Menschen nur bedingt nachvollziehen, was die Sorge für ein pfe-

gebedürftiges Familienmitglied bedeutet», sagt Nessensohn, die heute Geschäftsführerin von Alzheimer Thurgau ist. Gerne werde die Pflege mit den Herausforderungen verglichen, welche die Betreuung von kleinen Kindern mit sich bringt. Was die beiden Situationen aber fundamental unterscheidet: Die Pflege eines demenzkranken Menschen ist stets vom Bewusstsein begleitet, dass sich die Spirale kon-

«Viele Betreuende sind sich gar nicht bewusst, was für eine enorme Leistung sie erbringen.»

Samuel Wehrli, Leiter des Netzwerks Soziale Arbeit und Digitalisierung

tinuierlich abwärtsdreht und am Schluss nicht das volle Leben wartet, sondern der Tod.

Eine besonders niederschwellige Form der Unterstützung von betreuenden Angehörigen erarbeitet derzeit ZHAW-Forscher und -Dozent Samuel Wehrli. Gemeinsam mit der Zürcher Hochschule der Künste und den Praxispartnern We+Tech und Pro Aidants entwickelt er eine App, die Wissen über Demenz und Beratungsmöglichkeiten bündeln und leichter zugänglich machen soll.

Eine App zur mentalen Gesundheit der Betreuenden

«Gleichzeitig möchte die App zur mentalen Gesundheit der Angehörigen beitragen», sagt der Leiter des Netzwerks Soziale Arbeit und Digitalisierung am ZHAW-Departement Soziale Arbeit. Es gehe darum, einen Reflexionsprozess in Gang zu setzen und mit gezielten Fragen und Lösungsansätzen mitzuhelfen, dass schwierige Situationen früher erkannt und die eigenen Grenzen gewahrt werden können, so Wehrli: «Viele Betreuende sind sich gar nicht bewusst, was für eine enorme Leistung sie erbringen.» ■

Überstürzt ins Heim – und dann?

Betreuende Angehörige spielen auch dann eine wichtige Rolle, wenn ältere Menschen in eine Pflegeeinrichtung eintreten. Ein solcher Schritt geschehe meist überstürzt, erklärt ZHAW-Gerontopsychologin Barbara Baumeister. Der Grund sei häufig ein akutes Ereignis wie etwa ein Sturz, und meist schliesse der Eintritt direkt an den Spitalaufenthalt an. «Das Vertrauen von betroffenen Personen und ihren Angehörigen in eine Pflegeinstitution wird oft als gegeben angenommen», stellt die Wissenschaftlerin fest. «Es muss aber erst aufgebaut werden.» Zu oft würden Familienmitglieder in einer kommunikativen Holschuld belassen, zu selten kämen Mitarbeitende aktiv auf sie zu. Erfahre zum Beispiel ein Sohn oder eine Tochter vom Sturz der Mutter nur, weil er oder sie bei einem Besuch zufällig den Wundverband am Kopf entdeckt, liessen sich Zweifel schwer zerstreuen.

Früh und eng in Prozesse einbeziehen

«Ein guter Start entscheidet massgeblich mit, wie der Aufenthalt in einer Pflegeeinrichtung später verläuft», betont Baumeister. Auch wenn es künftig immer häufiger intermediäre Lösungen geben dürfte, bei denen ältere Menschen solche Angebote in Einrichtungen vor allem tageweise in Anspruch nehmen. Angehörige wie auch Pflegebedürftige sollten früh und eng in verschiedene Prozesse einbezogen werden. «Eine wertschätzende und funktionale Kommunikation ist hierbei ebenso wichtig wie ein guter Umgang mit Konflikten.» Schulungen könnten Lücken in dieser Hinsicht schliessen. Das Erstgespräch sollte nicht nur dazu dienen, Finanzielles zu besprechen und biografische Daten zu erfragen, sondern auch gegenseitige Bedürfnisse und Erwartungen klären. Der Eintritt in eine Pflegeeinrichtung verlangt von den Betroffenen viel Anpassung. Er bedeutet nicht nur Abschied vom bisherigen Zuhause, sondern auch von gewohnten Abläufen und Ritualen. Es sollte gleich im ersten Gespräch festgelegt werden, wer für die Angehörigen die primäre Ansprechperson in der Institution sei und wann ein nächstes Treffen stattfinden solle, sagt Baumeister. «Das schafft Vertrauen.» Schliesslich profitierten auch die Pflegeeinrichtungen von einer guten Zusammenarbeit mit den Angehörigen: Sie bringt auch ihnen Entlastung.

Ein persönlicher Coach für die Gesundheit

KATHRIN REIMANN

Während eines langen Lebens eignet man sich viele Gewohnheiten an. Viele wirken sich positiv auf die Gesundheit aus, andere nicht. Doch wie schafft man es, schlechte Gewohnheiten loszuwerden? Hier kann ein persönlicher Gesundheitscoach – Personal Health Coach – helfen. «Ich sehe das Personal Health Coaching als besten Weg, nachhaltige und ganzheitliche Verbesserungen für das Wohlbefinden und die Gesundheit eines Menschen zu erreichen», sagt Tiziana Grillo, die derzeit eine Weiterbildung in diesem Bereich besucht. Sie ist diplomierte Physiotherapeutin mit langjähriger Erfahrung und Weiterbildungen in den Bereichen Didaktik, Neurologie und

einem Master in Supervision und Coaching. Grillo lehrt am ZHAW-Departement Gesundheit, hat eine eigene Praxis und bietet Coachings im Bereich Karriere und Krisen an.

«Die Nachhaltigkeit von Therapien beschäftigt mich schon lange», sagt sie: «Oft stelle ich bei Patienten fest, dass nebst den körperlichen Beschwerden auch andere Themen Beachtung verdienen würden, die aber nicht zu meinem Leistungsauftrag gehören.» Als sie den CAS an der Universität Basel entdeckte, schien er ihr wie das fehlende Puzzleteilchen. Das Coaching ruht auf den Säulen Bewegung, Ernährung und Mental Health. «Als Coach gebe ich den Weg nicht vor, sondern begleite Menschen auf ihm.» Grillo ist überzeugt, dass Personal Health Coachings zukunftsweisend sind. Sie hofft, dass



Hausärzte vermehrt langfristige Veränderungen anstreben und Patienten künftig zum Coach statt in die Apotheke schicken.

Tiziana Grillo betont: «Das Interesse an persönlichen Gesundheitscoachings nimmt zu.»

.....
IMPACT-WEBMAGAZIN Das ausführliche Porträt unter <https://impact.zhaw.ch>



Ein Herz auf vier Beinen

FRANK RICHTER

Die Iren haben ein Sprichwort: Ein Hund ist ein Herz auf vier Beinen. Besser könnte man Labradordame Jazz wohl nicht beschreiben. Ihr grösstes Talent ist es, den Menschen in ihrem Umfeld ein Lächeln ins Gesicht zu zaubern. Jazz ist die Therapiehündin von Luzia Buchli, Dozentin am ZHAW-Institut für Ergotherapie und Fachexpertin im CAS Best Practice in Ergotherapie – Geriatrie. Sie arbeitet als selbstständige Ergotherapeutin im Bereich Domiziltherapien mit älteren Menschen. Zu ihren Aufgaben gehört es, Menschen zu unterstützen, die sich etwa nach einem Schlaganfall zurück in den Alltag kämpfen.

Dank Jazz erleben Buchlis betagte Klientinnen und Klienten viel Abwechslung im Therapiealltag. Der gezielte Einsatz der Hün-

din wirkt oft wie eine Motivationspritze, der Antrieb und die Aktivität werden gefördert und Schmerzen eine Zeit lang vergessen. Jazz apportiert Gegenstände, gibt Pfötchen oder lässt sich gerne kraulen. «Ein Therapiehund ist ein Streichelhund, ein sehr kontaktfreudiger und neugieriger Hund», erklärt Buchli. Das erste Training beginnt bereits im Welpenalter. Die gezielte Therapiehundeausbildung startet frühestens im Alter von zwei Jahren und dauert ein knappes Jahr.

«Jazz leistet viel Kopfarbeit. Sie muss mich und die Klientinnen und Klienten gut lesen und muss wissen, wann sie sich zurückzunehmen hat», erklärt die Ergotherapeutin. Zwei Jahre lang hat sie Jazz im Akutspital eingesetzt. «Als Therapeutin war es teilweise schwierig, ältere Klientinnen und Klienten mit akuten Beschwerden, mit Ängsten oder



Schmerzen zur Betätigung zu motivieren. Wenn sie jedoch wussten, dass Jazz mich begleitet, sassen sie bei der Ankunft schon aufgeregt auf der Bettkannte.»

Mit Therapiehündin Jazz motiviert und trainiert Ergotherapie-Dozentin Luzia Buchli ihre Klientinnen und Klienten.

.....
IMPACT-WEBMAGAZIN Einblick in die Therapiestunde mit Therapiehund Jazz im Video. <https://impact.zhaw.ch>



Silver, Golden oder Best Ager

Ab wann ist man alt? Und wie alt werden wir noch? Wie aktiv sind die 65+ und an was haben sie Spass? Wie nutzen sie das Internet? Spotlights auf die vielfältige alternde Gesellschaft.

Inhalt Patricia Faller; Grafik Klaas Kaat

44%
 der sportlich aktiven Frauen im Alter 75+ und 56% der gleichaltrigen Männer nannten 2020 Wandern/ Bergwandern als ihre beliebteste Sportart.

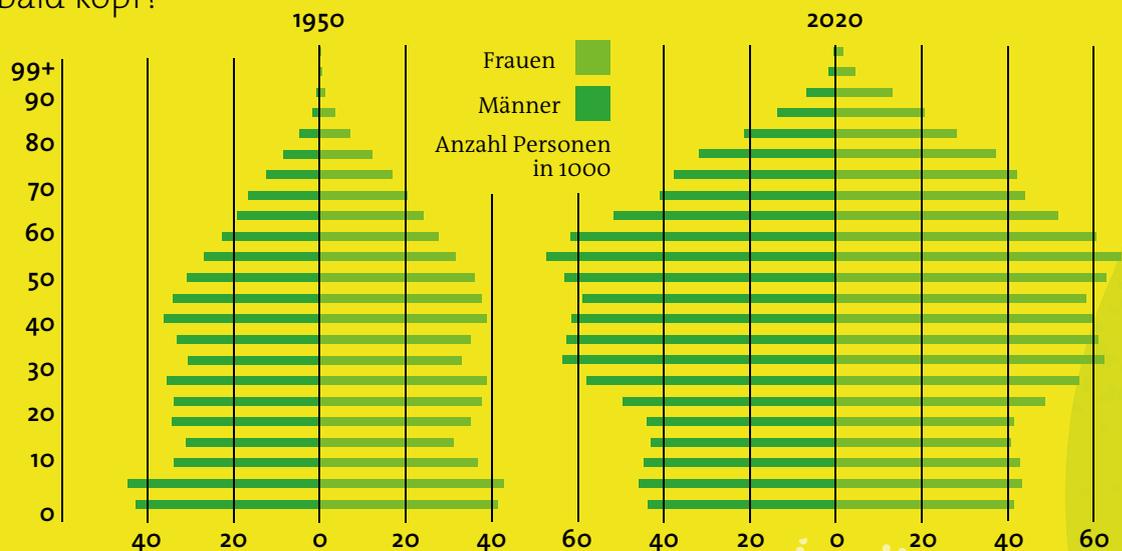
Quelle: Sport Schweiz 2020, Schweizer Sportobservatorium



Steht die Alterspyramide bald kopf?

Immer weniger junge und mehr ältere Menschen: Bis 2050 leben in der Schweiz 2,67 Millionen Menschen, die 65 Jahre und älter sind. Ihr Anteil an der Gesamtbevölkerung läge dann schätzungsweise bei 25,6 Prozent. Mit dieser Zunahme rechnet das Bundesamt für Statistik. Im Jahr 2020 waren es 1,64 Millionen Menschen. Ihr Anteil an der Gesamtbevölkerung betrug 18,9 Prozent. Treten die Babyboomer in den Ruhestand, wird sich dieses Phänomen verstärken.

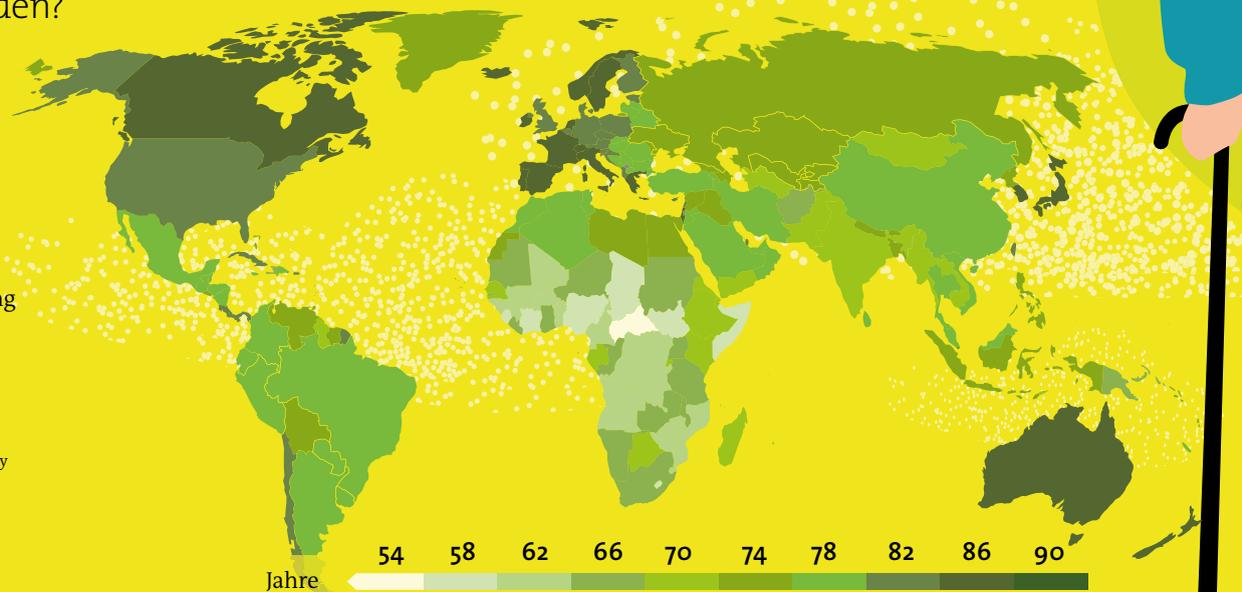
Quelle: Bundesamt für Statistik (BFS) 2021



Wie alt können wir werden?

In vielen der reichsten Länder der Welt haben Neugeborene eine Lebenserwartung von über 80 Jahren. Im Jahr 2019 lag die Lebenserwartung in der Schweiz, Italien und Australien bei über 83 Jahren. In Japan war sie mit fast 85 Jahren am höchsten. Die Bevölkerung der Zentralafrikanischen Republik hatte im Jahr 2019 mit 53 Jahren die niedrigste Lebenserwartung.

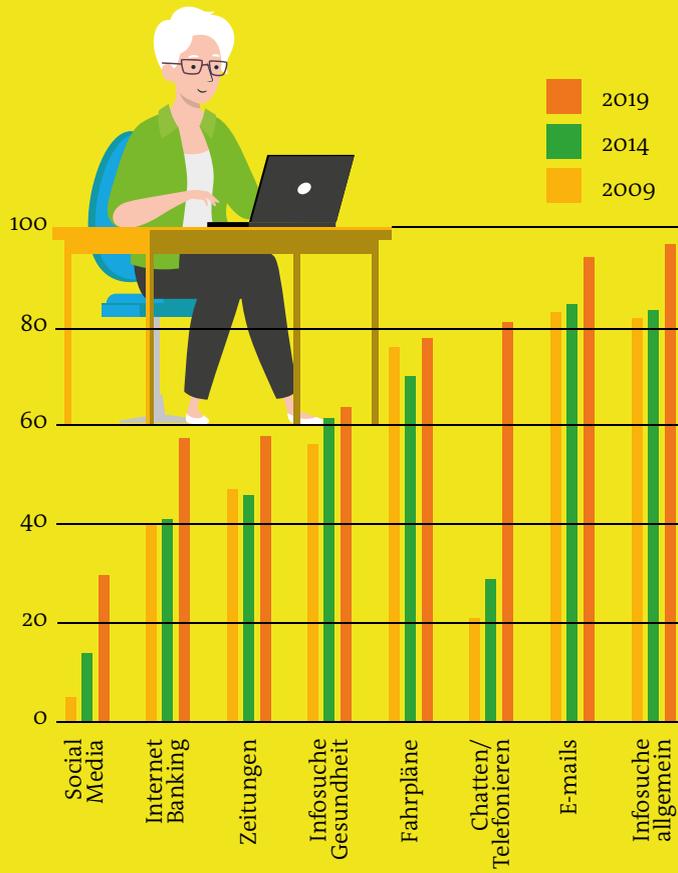
Quelle: <https://ourworldindata.org/life-expectancy>



Wie nutzen Menschen ab 65 das Internet?

Die Technikakzeptanz bei älteren Menschen ist ansteigend, weil immer mehr Menschen pensioniert werden, die schon längere Erfahrungen mit neuen Technologien gemacht haben. Digitale Kommunikationsformen ermöglichen auch wenig mobilen alten Menschen regelmässige Kontakte mit entfernt lebenden Familienangehörigen oder Freunden.

Quelle: Digitale Senioren 2020, UZH



45%

der 60-bis 74-Jährigen und 37 Prozent der 75+-Jährigen engagierten sich 2019 durch Freiwilligenarbeit.

Quelle: Freiwilligen-Monitor 2019

2019

unternahmen Menschen ab 65 Jahren rund 10 Tagesreisen und 65 Reisen mit Übernachtungen.

Quelle: Bundesamt für Statistik – Reiseverhalten

So viele 100-Jährige gibt es in der Schweiz

Von 1950 bis 2010 hat sich die Zahl der hundertjährigen und älteren Personen in der Schweiz alle zehn Jahre nahezu verdoppelt. 80 Prozent der Hundertjährigen sind heute Frauen.

Quelle: Bundesamt für Statistik (BFS) 2021



Drei Generationen, eine Frage:

Nach welchen Kriterien wählen Sie aus, was Sie kochen?

Kochkriterien	Grosseltern	Eltern	Kinder
vor allem schnell	1.7%	22.9%	23.0%
andere Person entscheidet	13.8%	9.4%	1.0%
hauptsächlich gesund	34.5%	29.2%	21.0%
muss mir schmecken	50.0%	46.9%	63.0%

Quelle: 3-Generationen-Studie der ZHAW, 2015

Befragt wurden Studierende von drei deutschen Hochschulen und der ZHAW sowie deren Familien, insgesamt 247 Personen zwischen 16 und 91 Jahren.



Ist die Flexibilisierung des Rentenalters das Allheilmittel?

JA Eine längst notwendige Reform



Roland Hofmann,
Fachstelle für
Personal Finance
& Wealth
Management

Viele Staaten haben ihre Rentensysteme in den letzten Jahren umfassend reformiert. Es zeigt sich, dass automatische Mechanismen, welche die drei Stell-schrauben der Vorsorgesysteme – Beitragshöhe, Rentenniveau und Rentenalter – an sich verändernde demografische und ökonomische Rahmenbedingungen anpassen, erfolgreich sind. Um eine finanzielle Nachhaltigkeit der Vorsorge sicherzustellen, braucht es nicht zwingend politisches Zutun. Zudem sind in vielen Ländern die Rentenalter angehoben worden: Dänemark plant mit Alter 74, Estland und Ita-

lien mit 71, die Niederlande mit 69. Mit der generellen Erhöhung geht dort oft eine Flexibilisierung des Rentenalters einher: Wer später geht, erhält eine höhere Rente. Wer früher geht, muss tiefere Renten in Kauf nehmen. Die Schweiz hingegen tut sich schwer mit den Reformen der Altersvorsorgesysteme. Wir sind

«Viele Länder haben das Rentenalter angehoben. Inwiefern die Situation in der Schweiz ein Rentenalter 65 rechtfertigt, ist schleierhaft.»

Roland Hofmann

seit der letzten grossen AHV-Revision 1997 faktisch handlungsunfähig. Ernüchterndes Fazit: Wir leisten uns ein mustergültig reguliertes System, das aber weder nachhaltig finanziert ist noch angemessene Leistungen sicherstellt.

Axel Börsch-Supan, der deutsche Experte für Ökonomie und demografischen Wandel, hat sicher recht, wenn er meint, dass nicht die Demografie das Problem der Altersvorsorge sei, sondern die schwierig umzusetzenden Reformen. Er empfiehlt, die Herausforderungen zu separieren. Ich sehe im «Giesskannen-Prinzip» das Problem. Dies soll anhand von zwei häufig genannten Gründen gegen eine Flexibilisierung des Rentensystems illustriert werden:

1) *Reformen führen zu sinkenden Renten. Die Renten sind aber heute schon tief!* Die Frage des Rentenniveaus ist zu trennen von der un-

bestreitbar wichtigen Frage der Prävention vor Altersarmut. Vielen Pensionierten geht es heute finanziell überdurchschnittlich gut. Von einem nicht nachhaltigen, zu hohen Rentenniveau nach Giesskannen-Prinzip profitieren auch diejenigen, die es gar nicht nötig haben (die Millionärsdichte unter den Pensionierten ist besonders hoch). Das ist unsolidarisch gegenüber der jüngeren Generation. Für diejenigen, welche finanziell nicht auf Rosen gebettet sind, haben wir mit den Ergänzungsleistungen (die man durchaus ausbauen könnte) ein bewährtes Instrument. Zudem ist die Aussage sinkender Renten falsch: Die Renten steigen heute schon. Denn durch die längere Bezugsdauer infolge der zunehmenden Lebenserwartung steigt die ausbezahlte AHV-Rentensumme pro Rentnerin und Rentner laufend an, notabene bei gleich bleibender Beitragsdauer. Um das Leistungsniveau stabil zu halten, müssten die monatlichen Renten eigentlich sinken.

2) *Wer will schon ältere Arbeitnehmer! Wer kann schon so lange arbeiten!* Tatsächlich haben ältere Arbeitslose oft Mühe, wieder eine Stelle zu finden. Und in einigen Berufen ist die körperliche oder mentale Belastung sehr hoch. Auch für diese Herausforderungen ist die unflexible Giesskanne des Rentensystems nicht ideal. Ein Schuh durchschnittlicher Grösse ist für die eine Hälfte der Bevölkerung zu klein, für die andere zu gross. ■

Die Flexibilisierung des Rentenalters ist neben der Erhöhung des Rentenalters für Frauen und der Mehrwertsteuererhöhung ein wichtiger Bestandteil der AHV-Reform 21, der das Parlament zugestimmt hat. Nicht alle applaudieren. Zwei ZHAW-Fachleute und ihre Meinungen.

NEIN

Sie hält nicht unbedingt, was sie verspricht

Seit der Veröffentlichung unserer Studie zu flexiblen Rentensystemen in verschiedenen Ländern vor zwei Jahren hat sich politisch einiges verändert. Das Parlament hat dem Stabilisierungspaket für die AHV zugestimmt. Die Gewerkschaften machen dagegen mobil. Voraussichtlich kommt es im September zu einer Volksabstimmung. Interessanterweise wird in der Öffentlichkeit sehr viel über die Erhöhung des Rentenalters für Frauen und über die höhere Mehrwertsteuer für alle diskutiert. Viel weniger aber über die Flexibilisierung des Rentenübergangs, welche ein flexibles Rentenalter und den Bezug von Teilrenten ermöglichen soll. Unumstritten ist aber auch dieser Aspekt nicht.

In der Vorlage ist eine Flexibilisierung des Rentenalters zwischen 63 und 70 Jahren vorgesehen, versehen mit einem finanziellen Anreizsystem. 65 Jahre gilt dann als Referenzalter in der AHV und in der obligatorischen beruflichen Vorsorge. Wer sich vor diesem Referenzalter zur Ruhe setzt, erhält Abzüge bei der Rente. Wer das später tut, erhält Zuschläge.

Ein Beweggrund für die Einführung von flexiblen Rentensystemen – in der Schweiz und anderen Ländern – ist, einen Anreiz für einen längeren Verbleib im Arbeitsleben zu setzen. Ein weiteres Motiv ist, der Gesundheit älterer Arbeitnehmender stärker Rechnung tragen zu können, indem Teilzeitarbeit gefördert wird und der Zeitpunkt des

Eintritts in die Rente den individuellen Bedürfnissen angepasst werden kann.

Unsere eigene Forschung sowie Studien aus anderen Ländern zeigen jedoch, dass diese Ziele nicht unbedingt erreicht werden. Wir untersuchten in einer Studie über einen längeren Zeitraum Länder, die

«Sollen ältere Beschäftigte länger im Arbeitsleben verbleiben, braucht es noch andere spezifische Gesundheitsmassnahmen.»

Isabel Baumann

das flexible Rentenalter schon kennen. Dabei hat sich gezeigt, dass die Flexibilisierung des Rentenalters nicht zwingend dazu führt, dass Menschen länger arbeiten, und dass nicht unbedingt jene Personen, die gesundheitliche Schwierigkeiten haben, frühzeitig in Rente gehen.

Insgesamt macht unsere Studie deutlich, dass flexible Rentensysteme unterschiedliche Auswirkungen haben können, je nachdem, in welchen wohlfahrtsstaatlichen Kontext sie eingebettet sind. Tendenziell findet in liberalen Wohlfahrtsstaaten wie den USA oder Chile mit verhältnismässig tiefen Rentenleistungen der Rentenübergang später statt als in skandinavischen Wohlfahrtsstaaten mit grosszügigen und umfassenden Leistungen.

Im vorliegenden Schweizer Gesetzesentwurf liegt der Fokus ein-



seitig auf dem flexiblen Rentenalter. Bei diesem ist jedoch ungewiss, ob es wirklich den erwünschten Effekt hat. Möchte man erreichen, dass ältere Arbeitnehmende länger im Arbeitsleben verbleiben, braucht es noch andere Massnahmen, die ganz spezifisch auf die Gesundheit der Menschen abzielen. Aus diesem Grund könnte der Aspekt der Teilrenten mit der expliziten Möglichkeit zur Teilzeitarbeit ausgeweitet werden. Solche Investitionen können sich für den Einzelnen, aber auch für die Gesellschaft als Ganzes lohnen. ■

Isabel Baumann,
Forschung am
Institut Public
Health

PRIVATE VORSORGE

Mit einem Kniff zu mehr Geld im Alter

Nur eine von fünf Personen schöpft die Steuervorteile wirklich aus, die der Staat bei der individuellen Altersvorsorge als Anreiz gesetzt hat. Die Quote liesse sich mit einigen Retuschen in der dritten Säule steigern.

THOMAS MÜLLER

Die Politik müht sich seit Jahren mit Reformversuchen ab, wenn es um die Altersvorsorge geht. Das betrifft vor allem die AHV und die Pensionskassen – die erste und die zweite Säule also. Fast vergessen geht dabei die individuelle Altersvorsorge in der dritten Säule. Sie dient als Ergänzung. Das Sparen in der dritten Säule ist aktueller denn je. Denn als Folge der höheren Lebenserwartung müssen die angesparten Pensionskassengelder einer Person auf mehr Jahre verteilt werden. Bei vielen Pensionskassen sinken dadurch die monatlichen Rentenzahlungen, die Angestellte nach ihrer Pensionierung künftig erwarten können. Die derzeit tiefen Zinsen verstärken diesen Trend noch.

Sparfüchse wissen, wie sie in der dritten Säule am meisten herausholen. Sie zahlen Jahr für Jahr den zulässigen Maximalbetrag ein. Derzeit sind es für Angestellte 6883 Franken. Dieses Geld bleibt in der Regel bis zur Pensionierung gebunden. Im Gegenzug für die Einzahlung in die sogenannte Säule 3a gibt es einen Abzug bei den Steuern. Mit dieser Belohnung will der Staat bei Erwerbstätigen die private Altersvorsorge fördern. Das Konzept, das seit 1987 gilt, leuchtet ein. Allerdings hat die Sache einen Haken: Diese Förderung wird wenig genutzt.

«Über die Hälfte der rund 3,4 Millionen erwerbstätigen Steuerpflichtigen zahlt nicht in die Säule 3a ein», sagt Roland Hofmann vom Institut für Wealth und Asset Management. Ein erheblicher Teil von ihnen ist beim besten Willen nicht dazu in der Lage. Roland Hofmann geht von bis zu einer Million Menschen in der Schweiz aus, die zu wenig verdienen, um in die Säule 3a einzuzahlen.

«Vorab profitiert der gehobene Mittelstand, ansonsten wirkt der Steuerrabatt schlecht oder gar nicht.»

Roland Hofmann, Institut für Wealth und Asset Management

Hinzu kommen all jene, die nicht einzahlen, obwohl sie es durchaus könnten. Sie konsumieren lieber heute, als sich mit der privaten Altersvorsorge abzumühen – im Wissen, dass der Staat niemanden verhungern lässt, wenn die Mittel nach der Pensionierung zu knapp sind. Bei anderen spiegeln die Konsumpräferenzen die Familiensituation: Während die Kinder heranwachsen, sind die Ausgaben einer jungen Familie eher hoch. Ist der Nachwuchs aus dem Haus, ziehen die Eltern in eine kleinere Wohnung und leben genügsamer. Wer einzahlt, zahlt oft nicht jedes Jahr und nicht immer den vollen Betrag ein.

Bleibt in einem Jahr etwas Geld übrig, wandert es in die Säule 3a. In anderen Jahren hat es dann halt nicht gereicht. Den maximalen Betrag schöpft nur etwa ein Fünftel der erwerbstätigen Steuerpflichtigen aus – also rund 600 000. Für Hofmann ist klar: «Es nutzen nur wenige Leute die Säule 3a im vollen Ausmass.» Vorab der gehobene Mittelstand profitiere, «bei allen anderen wirkt der Anreiz mit dem Steuerrabatt schlecht oder gar nicht.»

Modellanpassung für mehr Sparer und höhere Rendite

Gibt es denn andere Lösungen? Lässt sich das Konzept verbessern? «Ja, durchaus», entgegnet Hofmann. Sein Vorschlag basiert auf dem bisherigen Modell, ändert aber drei Punkte. Der erste betrifft die Gruppe der Trägen: Jene Leute, die eigentlich in der Säule 3a sparen könnten, es aber stets hinauschieben. «Ihnen muss man die Sache erleichtern», sagt er. Das heisst, den Vorgang mit Sparplänen möglichst einfach machen, damit alles automatisch abläuft.

Konkret schlägt Hofmann folgende Lösung vor: «Wenn der Lohn ausgezahlt wird, geht jeden Monat automatisch ein Teil in die Säule 3a – als Daumenregel zum Beispiel ein Anteil von 10 Prozent.» Dieser Dauerauftrag könne beim Arbeitgeber eingerichtet werden oder bei der Bank, wenn das Salär eingeht.

So müssen sich Erwerbstätige nicht mehr aktiv um die Säule 3a kümmern. Wer nicht mitmachen will, kann den Mechanismus ganz einfach stoppen. Eine Mail oder ein Telefonanruf genügt.

Die Trägen anstupsen

Eine solche Umkehr der Grundeinstellung ist wirkungsmächtig, wie die Verhaltensökonomie nachweist. «Ob man ablehnen oder zustimmen muss, ist entscheidend dafür, ob die Leute mitmachen», sagt Hofmann. Die Forschung weist erstaunliche praktische Erfolge durch solches «Nudging» nach, durch das richtige «Anstupsen» im Entscheidungsprozess. Was als Standard vorgeschlagen ist, machen laut Hofmann die meisten.

Genutzt wird dieser Umstand schon längst. Ein Beispiel ist das Elektrizitätswerk der Stadt Zürich. Bis 2006 erhielt die Kundschaft automatisch den günstigsten Strommix und musste sich melden, wenn sie ein ökologischeres Produkt wollte – was nur eine Minderheit tat. Fortan war «Naturpower» das Standardprodukt, und wer eine günstigere Variante wollte, musste sich melden. Das Resultat: 85 Prozent blieben bei «Naturpower». Eine ähnliche Wirkung erwartet Hofmann in der Säule 3a: «Ein wesentlicher Teil der Leute wird den automatischen

Abzug vergessen und die Ausgaben nach dem Betrag ausrichten, der ihnen auf dem Bankkonto bleibt.»

Die Ärmern subventionieren

Die zweite Änderung betrifft jene Gruppe, die gar nicht einzahlen kann. Bei ihnen soll die öffentliche Hand einspringen. Wenn eine Person finanziell so knapp dran ist, dass sie keine Einkommens- und Vermögenssteuern zahlt, überweist der Staat an ihrer Stelle im betreffenden

**«Wer daran glaubt,
dass die Menschheit
Fortschritte macht, hat
keinen Grund dazu,
auf Aktienanlagen zu
verzichten.»**

Roland Hofmann

Jahr automatisch ihren Betrag an die Säule 3a. Dieses Vorgehen wird international unter dem Stichwort Steuerkredit diskutiert und kommt einer Subvention gleich.

Das sei kompatibel mit einem liberalen Staatsverständnis, hält Hofmann fest. Der Staat springe bei Bedürftigkeit im Alter mit Ergänzungsleistungen oder nötigenfalls Sozialhilfe ein, werde somit in solchen Fällen ohnehin zur Kasse gebe-

ten. Doch die in einer früheren Phase ausgesprochenen Steuerkredite hätten einen entscheidenden Vorteil: «In der Säule 3a kann man über den Kapitalmarkt das Wirtschaftswachstum während vieler Jahre nutzen. Dank dem Zinseszinsseffekt steht am Schluss viel mehr Kapital zur Verfügung, als ursprünglich aufs Konto ging – auch jeder Franken öffentlicher Mittel erzielt so eine höhere Wirkung.» Ein solches Kapitaldeckungsverfahren sei günstiger als das Umlageverfahren, wie es beispielsweise die AHV nutzt: «Beim Umlageverfahren nutzt der Staat das Wirtschaftswachstum nicht, er nimmt ja das Geld von den einen und gibt es den anderen.»

Langfristige Wertschriftenanlagen

Damit ist die dritte Änderung angesprochen: Die 3a-Gelder bleiben nicht einfach fast ohne Rendite auf einem Konto liegen. Stattdessen erfolgt standardmässig eine Anlage in Wertschriften. So partizipieren die Sparerin und der Sparer am Wertschöpfungswachstum in der Welt und müssen sich nicht mit tiefen Zinsen abfinden. Die jeweiligen Aktienfonds sollen ähnlich kostengünstig sein wie der staatliche Vorsorgefonds in Schweden mit Gebühren von jährlich 0,15 Prozent der angelegten Summe.

Bei 30-jährigen dürften es durchaus 100 Prozent Aktien sein. Wenn das Pensionsalter näherrückt, werde der Wertschriftenanteil natürlich zurückgefahren. Hofmann räumt ein, dass die Anlage in Wertschriften Wertschwankungen unterworfen ist. Doch angesichts des langen Anlagehorizonts spiele das eine geringe Rolle. Wer diese Standardlösung nicht will, könne natürlich auch in diesem Punkt seinen Widerspruch einlegen: «Doch wer daran glaubt, dass die Menschheit Fortschritte macht, kreativ ist und Ideen verwirklicht, hat eigentlich keinen Grund dazu, auf Aktienanlagen zu verzichten.» ■

Krypto-Anlagen für Pensionskassen

In der Finanzwelt etablieren sich die Kryptowährungen als zusätzliche Anlagemöglichkeit – zumindest als Beimischung in tiefer Dosierung. Das zeigt auch ein Entscheid der Eidgenössischen Finanzmarktaufsicht: Sie genehmigte im Herbst 2021 den ersten Schweizer Kryptofonds. Er bildet die Entwicklung von zehn Kryptowährungen ab, ist aber nur qualifizierten Anlegern zugänglich. Dazu gehören etwa Banken, Vermögensverwalter oder Versicherungen – und theoretisch auch Vorsorgeeinrichtungen. Doch: Dürfen Pensionskassen überhaupt in Kryptowährungen investieren? Und sollen sie es auch? Diese Fragen untersucht ein Projekt unter Leitung von Markus Moor vom Institut für Risk & Insurance. Es eruiert, welche Art von Kryptoanlagen anlagetechnisch sinnvoll und welche rechtlich zulässig sind. Überdies will das Projekt die Meinung der Betroffenen erheben, zum einen bei Pensionskassenverantwortlichen, zum anderen mit einer repräsentativen Umfrage bei Versicherten.

GESUNDHEITSKOSTEN

Ab Mitte 80 steigen die Kosten

Die zunehmende Anzahl älterer Menschen droht die Gesundheitskosten in die Höhe zu treiben. Mehr Prävention und Autonomie für ältere Menschen können den Kostenanstieg dämpfen – und die Lebensqualität verbessern.

THOMAS MÜLLER

Bis ins Jahr 2050 dürfte sich in der Schweiz die Zahl der Seniorinnen und Senioren ab 80 Jahren mehr als verdoppeln: ein Anstieg auf 1,11 Millionen. In der Altersgruppe ab 90 Jahren ist mit einer Verdreifachung zu rechnen. «Ab Mitte 80 steigt bei vielen Menschen der Pflege- und Betreuungsbedarf stark an», sagt Flurina Meier, Gesundheitsversorgungsforscherin im Winterthurer Institut für Gesundheitsökonomie. Vermehrt komme es ab diesem Alter zum Eintritt in ein Alters- und Pflegeheim.

Dort kostet ein Beherbergungstag im Durchschnitt 319 Franken. Die Betriebskosten aller schweizerischen Alters- und Pflegeheime summierten sich 2020 auf 10,8 Milliarden Franken. Ein erheblicher Anteil geht auf die Fragilität der Hochaltrigen ab 80 Jahren zurück, oft gekoppelt mit Demenz und anderen kognitiven Einschränkungen. Für Meier ist klar: «Vor allem die steigende Anzahl hochaltriger Personen wird zu einem deutlichen Anstieg der Gesundheitskosten führen.» Prävention, also die Verlängerung der gesunden Jahre im Alter, und die verstärkte Versorgung zu Hause können dies verringern.

Fehlanreize

Dieser Trend ist bereits zu beobachten und wirkt bremsend auf die Kosten. «Immer mehr ältere Menschen können heute zu Hause versorgt

werden», sagt Meier. Zugleich ist aber wichtig, dass dabei die Angehörigen nicht überlastet werden. Bei Gebresten wird die spitalexterne Pflege (Spitex) beigezogen. Ist die Pflegebedürftigkeit nicht sehr ausgeprägt, funktioniert ein solches Arrangement auch über mehrere Jahre. Allerdings ist es entscheidend, dass die Betroffenen zu Hause ausreichend versorgt sind, um langfristig Kosten zu sparen. Das Problem liegt weniger bei den Pflegeleistungen. In vielen Fällen kann die Pflege mit einigen Einsätzen sichergestellt werden. «Lücken vermutet man

«Immer mehr ältere Menschen können heute zu Hause versorgt werden, was bremsend auf die Kosten wirkt.»

Flurina Meier, Winterthurer Institut für Gesundheitsökonomie

vielmehr bei der Betreuung», sagt Flurina Meier. Vielleicht braucht jemand eine 24-Stunden-Überwachung zu Hause oder kann nicht allein zum Arzt fahren oder benötigt Unterstützung in finanziellen Dingen.

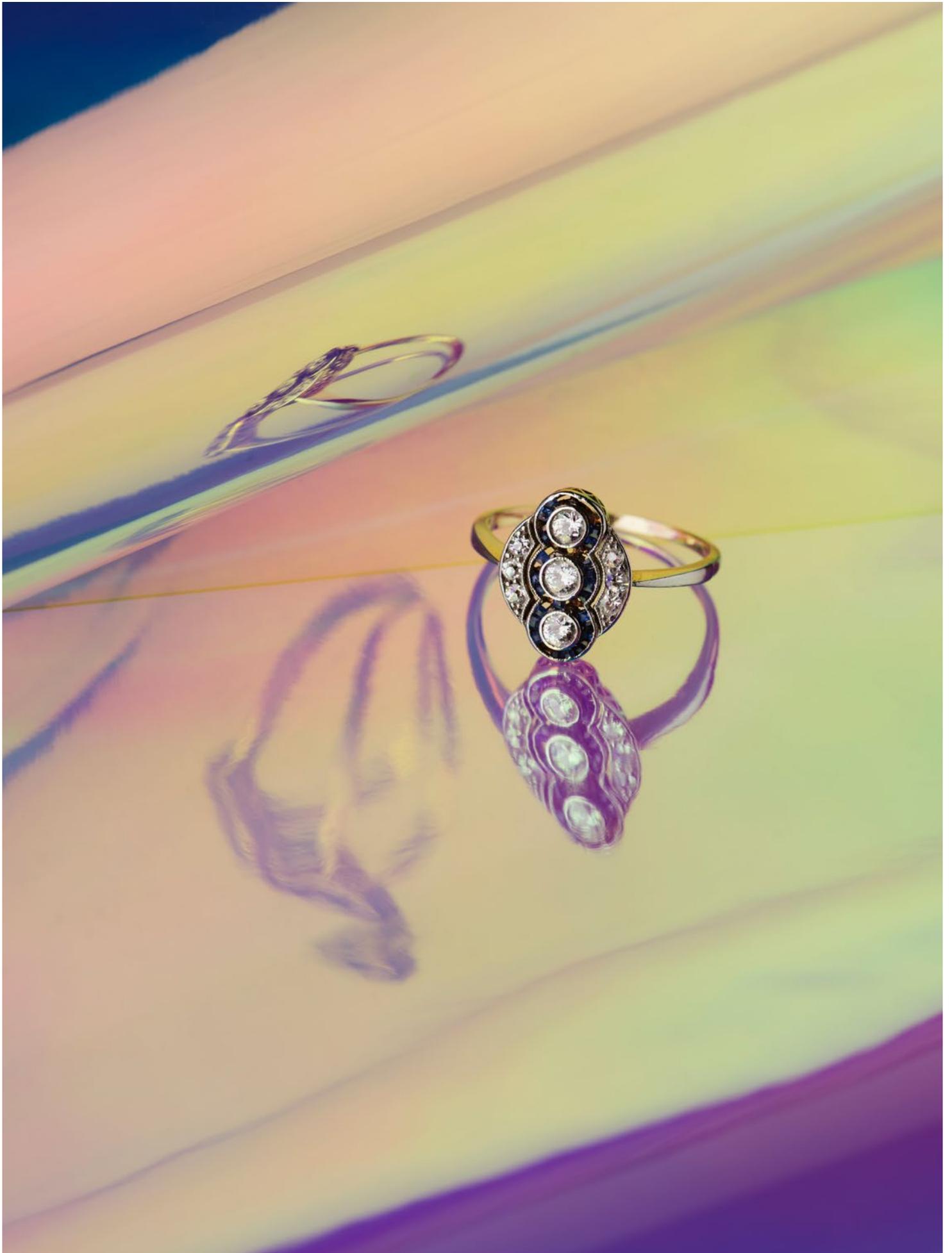
Betreuungsleistungen gehen aber grundsätzlich zulasten der betroffenen Person. Das kann ein Problem werden, wenn benötigte Leistungen mit Blick auf die anfallenden Kosten nicht bezogen werden. Es droht ein verfrühter Heimeintritt. Hinzu kommt ein Fehlanreiz: Ab einem gewissen Grad der Pflegebedürftigkeit ist die Spitex für eine Krankenkasse teurer als das Heim, weil dort die öffentliche Hand einen grösseren Anteil übernimmt. Auch das kann dazu führen, dass jemand früher als nötig ins Alters- oder Pflegeheim

geht. «Es ist wichtig, die Beratungsangebote für die Betroffenen zu verstärken», fordert Flurina Meier. Damit sie ausreichend pflegerisch und betreuend versorgt sind und gegebenenfalls ein Antrag für Ergänzungsleistungen gestellt werden kann, um frühzeitige Heimeintritte vermeiden zu können. Auch unbürokratische Ansätze seien gefragt: «In Luzern zum Beispiel kann die Anlaufstelle Alter & Gutscheine für selbstbestimmtes Wohnen vergeben.» Zeige sich etwa, dass mit einer schwellenlos zugänglichen Dusche ein Heimeintritt vermeidbar ist, sei ein entsprechender Beitrag möglich.

Bürokratische Hürden bei den Ergänzungsleistungen

Allerdings hat der Staat die bürokratischen Hürden ausgerechnet bei den Ergänzungsleistungen erhöht. Seit 2021 gilt nach dem Tod eine Rückerstattungspflicht der Erben, sofern der Nachlass den Betrag von 40 000 Franken übersteigt. «Das setzt einen falschen Anreiz», sagt Martina Filippo vom Zentrum für Sozialrecht an der School of Management and Law. Hinzu kommt, dass Ergänzungsleistungen bei älteren Menschen in einem Eigenheim schlecht funktionieren. Denn zuerst muss das Vermögen weitgehend aufgebraucht, sprich das Eigenheim verkauft werden. Das Ziel, möglichst autonom zu Hause zu leben, wird damit vereitelt.

Die Ergänzungsleistungen seien ohnehin kein taugliches Instrument zur Finanzierung der Pflege, sagt Filippo. Sie spricht sich für eine gesamtschweizerische Pflegeversicherung aus – inklusive Deckung oder Teilfinanzierung der Betreuungskosten: «Denn gute Betreuung beugt Pflegebedürftigkeit vor.» ■



Schmuck, über Generationen vererbt: Häufig sind es die damit verbundenen Erinnerungen, die ihn erst kostbar machen.

TIPPS UND TRICKS

Altersgerechte Apps und Websites

Ältere Menschen haben Computer und Co. erst später im Leben kennengelernt. Diese Möglichkeiten zu nutzen wird, zur Herausforderung. ZHAW-Forschende haben Tipps für altersgerechte barrierefreie digitale Tools zusammengetragen. Hier einige Antworten auf häufige Fragen.

BETTINA SACKENREUTHER

Wie viele ältere Menschen nutzen das Internet?

80 Prozent der Menschen von 60 bis 69 Jahren nutzen das Internet regelmässig. Für die Altersgruppe über 70 Jahre hat sich die Internutzungsrate in den letzten zehn Jahren zwar verdoppelt, betrug Ende 2020 aber immer noch erst 53 Prozent.

Was tun ältere Menschen online?

Die bevorzugten Anwendungen bei älteren Personen sind E-Mails senden und empfangen, allgemeine Informationssuche im Web, Suche und Abrufen von Fahrplaninformationen, Informationen über Ämter und Behörden sowie Auskünfte zu Gesundheitsthemen. Ältere Benutzerinnen und Benutzer möchten die normalen Websites verwenden, keine besonderen «seniorengerechten» Websites. Eine Etikettierung im Sinne von «speziell für die Alten» sollte vermieden werden.

Welche Sorgen bereiten digitale Tools älteren Menschen?

Ältere Menschen sind teils unsicher im Umgang mit neuen Technologien. Die Befürchtung, etwas falsch zu machen, kann dazu führen, dass Websites nicht im vollen Umfang oder gar nicht genutzt werden. Bedienung und Dateneingabe sollten generell intuitiv oder selbsterklä-

rend und die Systemreaktion transparent und vorhersehbar sein.

Wie können Websites besser gestaltet werden?

Bei der Gestaltung von Websites sollte auf eine klare, übersichtliche und konsistente Präsentation der Inhalte geachtet werden. Durch unübersichtliche Websites können ältere Benutzerinnen und Benutzer schnell überfordert werden, sodass sie diese nicht mehr verwenden können oder wollen.

Welche Hilfestellungen wünschen sich ältere Menschen?

Viele ältere Menschen suchen auf einer Website gezielt nach Informationen. Sie möchten mit möglichst wenigen, klaren Schritten zum Ziel geführt und bei der Suche nicht unnötig abgelenkt werden (z.B. durch Werbung, Pop-up). Hilfestellungen und Links sollen klar ersichtlich und möglichst selbsterklärend sein. Ausserdem hilfreich sind Kontaktinformationen, ein Glossar und eine Zusammenstellung der häufigsten Fragen und Antworten (FAQs).

Wie wichtig ist der Datenschutz?

Sicherheit im Internet und Datenschutz sind für ältere Menschen wichtige Themen, da sie Angst vor Datenmissbrauch und Internetkriminalität haben. Sicherheitskritische Anwendungen (z.B. Online-Banking) werden daher oft nur mit grossen Vorbehalten genutzt. Der Webauftritt muss daher einen seriösen Eindruck machen und es muss erkennbar sein, was mit den eigenen Daten geschieht.

Wie oft sollte man das Design einer Website ändern?

Ältere Menschen schätzen es, wenn Websites ihr Aussehen möglichst

nicht oder nur wenig ändern. Das Zurechtfinden auf einer neu gestalteten Seite ist für sie immer mit einem Lernaufwand verbunden. Ständige Layoutwechsel von Websites mindern die Motivation, die Website zu nutzen.

Was gibt es bei Apps zu beachten?

Mobile Apps werden verwendet, um etwas Bestimmtes zu tun, wie Nachrichten lesen, sich per GPS zurechtfinden oder Fahrkarten bestellen. Da das Smartphone kleiner ist als ein PC, sollte die App nicht überfüllt und die Interaktion einfach sein. Apps werden oft unterwegs eingesetzt. Deshalb sollten sie sich konsequent auf ihre Kernfunktionalität konzentrieren, um die Benutzerin oder den Benutzer optimal zu unterstützen. ■

**ICT Accessibility Lab:
«Altersgerechte digitale Kanäle»**

Das ICT Accessibility Lab der ZHAW School of Engineering will Computertechnologien für Menschen mit besonderen Bedürfnissen so einsetzen, dass sie ihre Beschränkungen im Alltagsleben teilweise oder vollständig überwinden können. Alireza Darvishy, Leiter des ICT Accessibility Labs, Hans-Peter Hutter, Leiter Forschungsschwerpunkt Human-Information Interaction, sowie der Gerontologe Alexander Seifert von der Universität Zürich haben Empfehlungen zur altersgerechten Gestaltung von Websites und mobilen Apps im Buch «Altersgerechte digitale Kanäle» zusammengetragen.



Negative von Grossmutter's Ferienfotos. Damals musste man noch einen Film in die Kamera einlegen – wehe, man vergass es.

Gesund, leistungsfähig – und Ü50

Fachkräftemangel und die Sicherung des Vorsorgesystems: Beide Aspekte münden in der Forderung nach einem längeren Verbleib im Arbeitsleben. Doch nur wer gesund ist, kann auch über das Rentenalter hinaus leistungsfähig bleiben. Das fordert Führungskräfte und Personalverantwortliche.
SIBYLLE VEIGL

Ein Haus mit vier Stockwerken – so hat der finnische Wissenschaftler Juhani Ilmarinen die Arbeitsfähigkeit im Unternehmen visualisiert. Sein «Haus der Arbeitsfähigkeit» hat er als Beratungsmodell seit 2004 entwickelt, und es wird bis heute angewandt. Es will Antworten darauf geben, welche Einflussfaktoren zu einem vorzeitigen Ausscheiden aus dem Erwerbsleben führen beziehungsweise was dazu führen kann, damit Menschen länger arbeiten. Im ersten Stockwerk seines Hauses ist die Gesundheit angesiedelt. In den oberen Stockwerken dann befinden sich Berufskennnisse und -kompetenzen, Werte und die Arbeitsumgebung. «Das Modell zeigt sehr gut auf, warum Arbeitgeber ein grosses Interesse an Gesundheitsthemen haben sollten», sagt Isabel Baumann. Sie ist wissenschaftliche Mitarbeiterin am Institut für Public Health am Departement Gesundheit und hat in einem Projekt den Einfluss eines längeren Arbeitslebens auf die Gesundheit untersucht. Denn bei der Diskussion der Erhöhung und Flexibilisierung des Rentenalters in der Schweiz werde ein Aspekt meist vernachlässigt: die Gesundheit der älteren Ar-



Die Gesundheitsbedürfnisse ändern sich im Verlauf des Arbeitslebens: Es gilt, die spezifischen Bedürfnisse älterer Beschäftigter zu berücksichtigen.

beitnehmenden, ist Baumann überzeugt. Für ältere Arbeitnehmende kann eine Verlängerung des Arbeitslebens eine Herausforderung sein (vgl. Debattenbeitrag Seite 48/49). Es gilt deshalb, gesundheitlich belastende Aspekte zu reduzieren und den Verbleib in der Arbeitswelt generell attraktiver zu machen. «Was braucht ihr, um bis zur Rente bei uns zu arbeiten?», wurden die Arbeitnehmenden von Liebherr-Haushaltsgeräte im Jahr 2013 gefragt. Die deutsche Gesellschaft der Schweizer Firmengruppe Liebherr International hatte das Modell Haus der Arbeitsfähigkeit am deutschen Standort Ochsenhausen als Pilotprojekt mit dem Ziel gestartet, die Arbeitsfähigkeit und das Wohlbefinden der älteren Beschäftigten zu stärken. Seither wurden diverse Massnahmen umgesetzt, wie im jüngsten Corporate-Responsibility-Bericht von 2019 beschrieben wird: Beispielsweise wurden die Akkordzeiten an den Produktionsinseln

limitiert, um die unterschiedlichen Arbeitsweisen älterer und jüngerer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in Einklang zu bringen, die Pausenzeiten angepasst und noch stärker auf ergonomische Aspekte geachtet.

Zielgruppengerechte Gesundheitsmassnahmen

Obwohl heute in der Schweiz schon viele gesundheitsförderliche Massnahmen am Arbeitsplatz umgesetzt werden, werde dabei aber nur selten auf die spezifischen Bedürfnisse älterer Beschäftigter eingegangen, sagt Baumann und bezieht sich hier auf Ergebnisse einer Bachelorstudie von Jasmine Suter zur betrieblichen Gesundheitsförderung bei über 50-jährigen Mitarbeitenden. Die Begründung lautet oft, dass dies als diskriminierend empfunden werden könnte. Baumann hält dagegen: «Aus Sicht der Gesundheitsförderung und -prävention sind selektive Interventionen sinnvoller.» Denn tägliche Routinearbeit wirkt sich

mit zunehmendem Alter in Abnützungerscheinungen aus. Nicht nur bei körperlicher Arbeit: «Der zunehmende Arbeitsdruck durch die Digitalisierung hat ein grosses Potenzial für Abnützungerscheinungen», sagt Baumann.

Altersgerechte Massnahmen können das Recht auf Teilzeitarbeit, Stellenwechsel innerhalb des Betriebs, Job-Rotation und vermehrte Erholungsmöglichkeiten sein, lauten die Empfehlungen der Studie von Jasmine Suter. Ihr Rat an Führungskräfte und Personalverantwortliche: eine zielgruppengerechte Prävention in Kombination mit einer nicht-diskriminierenden Kommunikation. Zum Beispiel, indem ältere Beschäftigte die Massnahmen mitgestalten können. «Das Wichtigste ist, mit den Menschen zu reden», sagt Baumann. Denn Gesundheit ist ein subjektives Empfinden, das Gesundheitsgefühl relativ – und jeder hat andere Ressourcen, auf die er zurückgreifen kann.

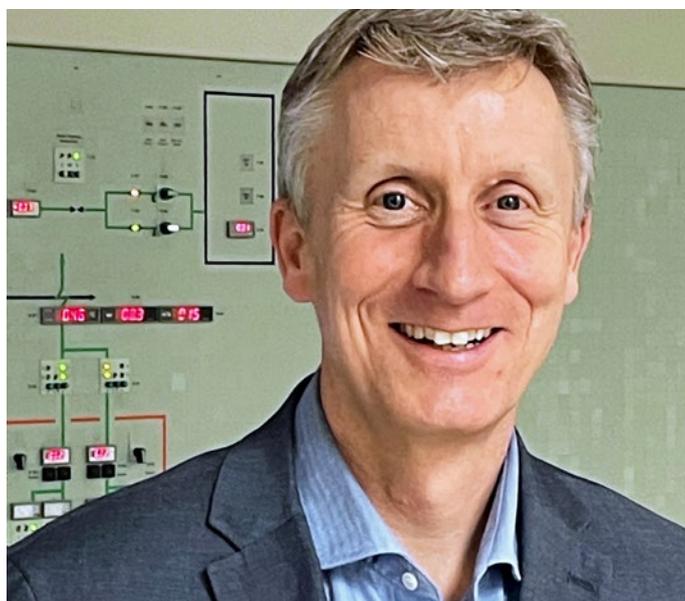
«Man darf keine Berührungsängste haben»

Andreas Läderach ist seit über 30 Jahren im Facility Management tätig. Nun absolviert er eine anspruchsvolle Weiterbildung: Angesichts neuer beruflicher Herausforderungen und der Diskussionen um höhere Rentenalter genau zur richtigen Zeit, meint er.

Seit gut elf Jahren arbeitet Andreas Läderach beim französischen Baukonzern Bouygues Energies & Services im Raum Basel. Der Konzern zählt mit seinen Bereichen Gebäudetechnik, Facility Management und Energie/Verkehr/Telekom in der Schweiz zu den drei grössten seiner Branche. Seit Anfang Jahr ist Läderach im Facility Management Mandatsleiter für die Region Basel. Er verantwortet mit einem Team von 16 Personen ein Mandat eines Grosskunden mit 130 Liegenschaften auf einem zusammenhängenden Areal. Zum Mandat gehören vor allem die Energieherstellung und -verteilung und die Instandhaltung der dafür notwendigen Anlagen. Er komme mit vielen Anspruchsgruppen in Kontakt, sagt er. Dieses Zusammenspiel von unterschiedlichen Interessen sei sehr spannend für ihn.

Sein Weg ins Facility Management begann Ende der achtziger Jahre mit einer Lehre als Kältemonteur bei Ciba-Geigy in Basel. Er arbeitete dann unter anderem als Projektleiter in einem Ingenieurbüro, war Mitbegründer einer Firma, stellvertretender Abteilungsleiter bei einem Elektrotechnik-Unternehmen und Account Manager einer Gebäudebewirtschaftungsfirma. Alles in allem 30 Jahre Berufserfahrung, die der 51-Jährige nun schon mitbringt.

Vor gut fünf Jahren hat er als neues «Hobby», wie er es nennt, die Weiterbildung entdeckt: «Ich merkte damals, dass ich in betriebswirtschaftlichen Fragen doch Defizite hatte.» Im Jahr 2016 bildete er sich zum eidgenössisch diplomierten Betriebswirt aus – und bekam Spass an der Materie: Seit Oktober 2020 absolviert er an der School of Management and Law den Master of Advanced Studies (MAS) in Business Administration, in zwischen ist er an seiner Masterarbeit. Diesen Master will er noch zum Master of Business Administration (MBA) ausbauen. Am meisten faszinieren ihn die Studieninhalte Strategie und Management, auch wenn diese im Moment in seinem Arbeitsall-



Hat die Weiterbildung als neues Hobby entdeckt: Andreas Läderach, Mandatsleiter beim Baukonzern Bouygues Energies & Services.

tag eine geringere Rolle spielen. Doch die Analysewerkzeuge habe er bei der Integration des neuen Mandats gut anwenden können.

Ja, er sei der einzige «Ü50» im Studiengang, lacht er. Aber es sei ein Gewinn für ihn, mit jüngeren Teilnehmenden zusammenzukommen und zu erfahren, wie sie denken und handeln. «Ich würde es allen empfehlen, man darf da keine Berührungsängste haben», sagt er. Warum er diese anspruchsvolle Weiter-

bildung macht? Nebst dem Interesse am Thema wollte er wieder à jour werden, wissen, was heute gelehrt wird und gefragt ist. Ein Sprung ins mittlere Management könnte dann vielleicht auch in Frage kommen. Ein Grund war aber auch die Überlegung, dass er je nach Höhe des Rentenalters vielleicht länger als bis 65 wird arbeiten müssen. «Ich mache die Weiterbildung genau zum richtigen Zeitpunkt», ist er deshalb überzeugt.

Sibylle Veigl

Weiterbildungen zu Altersfragen

Eine Auswahl an Lehrgängen, die sich mit den Bedürfnissen älterer Menschen befassen:

Gesundheit

- MAS in Gerontologischer Pflege
- CAS Klinische Kompetenzen in Gerontologischer Pflege
- CAS Beratung in Gerontologischer Pflege
- CAS Best Practice in

Ergotherapie – Geriatrie

- CAS Klinische Expertise in Geriatrie
- CAS Geriatrie

Soziale Arbeit

- CAS Psychosoziale Interventionen im Alter (in Kooperation mit dem Departement Angewandte Psychologie)
- CAS Soziale Gerontologie

Facility Management im Spital

Der Wandel im Gesundheitswesen stellt komplexe Anforderungen an das Facility Management (FM) und verlangt nach Fachleuten mit einem breit abgestützten Fachwissen. Das Departement **LIFE SCIENCES UND FACILITY MANAGEMENT** reagiert darauf mit einem neuen CAS: Er beleuchtet Themen wie Prozess- und Servicemanage-

ment, Health Care Economics, Digitalisierung und Nachhaltigkeit und richtet sich an Fach- und Führungskräfte im Gesundheitswesen und in Pharmafirmen mit Immobilienportfolio.

[CAS FACILITY MANAGEMENT IN HEALTH CARE](#)

Start: 25. August 2022

Kontakt: weiterbildung.lsfm@zhaw.ch

Nachhaltiges Verpacken

Der Weiterbildungskurs «Nachhaltige Verpackungen: Grundlagen, Materialien und Bewertung» des Departementes **LIFE SCIENCES UND FACILITY MANAGEMENT** gibt einen Überblick über Markt und Forschung in diesem Bereich. Die Teilnehmenden lernen, wie eine Nachhaltigkeitsbewertung aufgebaut ist und was die ökologischen Vor- und Nachteile verschiedener Verpackungslösungen sind. Und sie lernen das Nach-

haltigkeitspotenzial von Verpackungen in ihrem Arbeitsumfeld erkennen. Angesprochen sind Interessierte aus Lebensmittel- und Verpackungsfirmen, in Produktion, Technologie, Beschaffung oder Marketing.

WBK [NACHHALTIGE VERPACKUNGEN: GRUNDLAGEN, MATERIALIEN UND BEWERTUNG](#)

Start: 21. Juni 2022

Kontakt: weiterbildung.lsfm@zhaw.ch



Umweltschonend verpacken: ein Trendthema.

Diplomatie in der Praxis

Im Bereich der Internationalen Beziehungen bietet die **SCHOOL OF MANAGEMENT AND LAW** neu einen modular aufgebauten Diploma of Advanced Studies (DAS) an. Der Lehrgang besteht aus dem etablierten CAS Foreign Affairs & Applied Diplomacy, ergänzt durch zwei neuere Kurse, die sich der Digitalisierung und der Informationssicherheit widmen. Der Studiengang richtet sich an Personen, die im Bereich Aussenbeziehungen und in verwandten Feldern tätig sind oder sich auf eine solche Aufgabe vorbereiten möchten. Sie sollen sich anschliessend sicher auf internationalem Parkett bewegen. Ihr Netzwerk erweitern sie an Exkursionen nach Bern, Genf, Brüssel, Tallinn und Wien.

DAS [IN APPLIED DIPLOMACY](#)

Start: laufend

Kontakt: info-weiterbildung.sml@zhaw.ch

Stabile Kundenbeziehungen

Die Pflege von nachhaltigen und profitablen Kundenbeziehungen muss sowohl Priorität in der Unternehmensführung haben wie auch in der Organisationskultur verankert sein. Strategie und Planung sind ebenso wichtig wie operative Massnahmen, Technologien, Daten oder verhaltenswissenschaftliche Grundkonzepte. Der neue CAS Strategisches Kundenmanagement der **SCHOOL OF MANAGEMENT AND LAW** nimmt sich dieser Perspektiven an und vermittelt den Teilnehmenden die strategische Sicht und das grundlegende Werkzeug für die Umsetzung. Er richtet sich an Fach- und Führungskräfte, die ihre Organisation nachhaltig kundenorientiert gestalten wollen.

CAS [STRATEGISCHES KUNDENMANAGEMENT](#)

Start: August 2022

Kontakt: marcus.zimmer@zhaw.ch

AUSWAHL AKTUELLER WEITERBILDUNGSANGEBOTE AN DER ZHAW

ANGEWANDTE LINGUISTIK

CAS [COMMUNITY COMMUNICATION](#)

Start: 29.04.2022

Kontakt: info.iam@zhaw.ch

CAS [RHETORIK: DEN RICHTIGEN TON TREFFEN](#)

Start: 18.06.2022

Kontakt: info@ilc.zhaw.ch

ANGEWANDTE PSYCHOLOGIE

CAS [LEADERSHIP BASIC \(ONLINE\)](#)

Start: 19.05.2022

Kontakt: info.iap@zhaw.ch

LIFE SCIENCES UND FACILITY MANAGEMENT

WBK [COLLECTING, GENERATING & STRUCTURING DATA FOR SIMULATIONS](#)

Start: 11.05.2022

Kontakt: claus.horn@zhaw.ch

WBK [WILDSTAUDENPFLEGE ZUR BIODIVERSITÄTSFÖRDERUNG](#)

Start: 13.06.2022

Kontakt: doris.tausendpfund@zhaw.ch

CAS [ENERGIEMANAGEMENT](#)

Start: 08.09.2022

Kontakt: weiterbildung.ifm@zhaw.ch

SCHOOL OF ENGINEERING

WBK [DATA, ENERGY AND MOBILITY FOR SUSTAINABLE SMART CITIES & REGIONS](#)

Start: 13.05.2022

Kontakt: weiterbildung.engineering@zhaw.ch

WBK [FIT FÜR DIE ENERGIE-ZUKUNFT](#)

Start: 10.06.2022

Kontakt: weiterbildung.engineering@zhaw.ch

CAS [ANGEWANDTE IT-SICHERHEIT](#)

Start: 13.09.2022

Kontakt: weiterbildung.engineering@zhaw.ch

SOZIALE ARBEIT

CAS [BEHINDERUNG UND SELBSTBESTIMMUNG – ZUKUNTSORIENTIERTE ANGEBOTE ENTWICKELN](#)

Start: 04.07.2022

Kontakt: weiterbildung.sozialarbeit@zhaw.ch

CAS [SOZIALHILFE – RECHT, VERFAHREN UND METHODEN](#)

Start: 29.8.2022

Kontakt: weiterbildung.sozialarbeit@zhaw.ch

CAS [PSYCHOSOZIALE INTERVENTIONEN IM ALTER](#)

Start: 15.09.2022

Kontakt: weiterbildung.sozialarbeit@zhaw.ch

MAS Master of Advanced Studies, CAS Certificate of Advanced Studies, WBK Weiterbildungskurs, DAS Diploma of Advanced Studies
 Weitere Kurse und Informationen unter www.zhaw.ch/de/weiterbildung (Mitglieder ALUMNI ZHAW erhalten Rabatte)

Management-Konferenz EURAM Die digitale Transformation meistern



Die grösste BWL-Konferenz Europas findet zum ersten Mal in der Schweiz statt: Sprechen wird auch Bundespräsident Ignazio Cassis.

Die kontinuierlich fortschreitende Digitalisierung mit ihren Merkmalen und Trends wie Big Data, Algorithmen und Smart Analytics verändert die Art und Weise, wie Unternehmenswerte geschaffen werden: Branchengrenzen verwischen, Unternehmensleistungen werden neu definiert und Geschäftsarchitekturen modular aufgebaut. Um erfolgreich zu sein, müssen Unternehmen datengetrieben und digital optimiert sein, riesige Datenmengen generieren und intelligent analysieren. Die diesjährige Konferenz der European Academy of Management (EURAM) geht unter dem Titel «Leading Digital Transformation» diesen Entwicklungen

nach. Sie ist die grösste betriebswirtschaftliche Tagung Europas und findet zum ersten Mal in der Schweiz statt: vom 15. bis 17. Juni 2022 auf dem Campus der **SCHOOL OF MANAGEMENT AND LAW** in Winterthur. Sprechen wird auch Bundespräsident Ignazio Cassis. Im Zentrum steht die interdisziplinäre Perspektive: Sie kombiniert Einsichten und Strategien von Fachrichtungen wie strategischem Management, Marketing, Personalwesen, ICT oder Bildungswesen. Neben dem Konferenzprogramm bietet der Anlass ein Doktorandenkolloquium und eine Reihe von «Labs», die Anwendungen aus verschiedenen Branchen zeigen.

Startups aus Energie und Cleantech

Der Energy Startup Day findet am 17. Mai 2022 in der Messe Zürich in Partnerschaft mit den «Powertagen» statt, der grössten Schweizer Strommesse. Rund 40 Startups aus Energie und Cleantech präsentieren sich dem Publikum. Die Veranstaltung wird zum achten Mal von der **SCHOOL OF MANAGEMENT AND LAW** organisiert.

Mitsprache in Jugendheimen

Kinder und Jugendliche, die in Heimen aufwachsen, sollen in Themen einbezogen werden, die sie betreffen. Die Tagung «Partizipation junger Menschen in stationären Erziehungshilfen» des Departementes **SOZIALE ARBEIT** am 16. Juni 2022 befasst sich unter anderem mit dem Platzierungsprozess und mit Kinderrechten.

Vortragsreihe Blauer Montag Ressourcen schonen beim Bauen

Das Bauwesen ist ein ressourcenintensiver Sektor: Die Bewirtschaftung von Gebäuden ist weltweit für etwa 40 Prozent des Gesamtenergieverbrauchs und 30 Prozent der direkten CO₂-Emissionen verantwortlich. In der Vortragsreihe «Blauer Montag» des Departementes **ARCHITEKTUR, GESTALTUNG UND BAUINGENIEURWESEN** werden Wege zum dringend nötigen ressourcenschonenden Bauen aufgezeigt. Die Veranstal-

tungen finden am 28. März, 11. April und 9. Mai 2022 in Winterthur statt. Dem Thema verpflichtet ist auch das neue Zentrum Bautechnologie und Prozesse ZBP: Es hinterfragt die am Bau beteiligten Prozesse, macht sich die Digitalisierung zu deren Verbesserung zunutze, konzipiert Konstruktionsweisen neu und trimmt den Gebäudebetrieb konsequent in Richtung erneuerbare Energien und Emissionsfreiheit.

Soziale Fairness Künstlicher Intelligenz



«Planet Digital»: Wie gerecht entscheidet KI?

Egal ob bei Job-Bewerbungen, der Beurteilung von Häftlingen, der Vergabe von Sozialhilfe oder bei der Benotung von Schülern: Künstliche Intelligenz (KI) ist schon längst Teil unseres Alltags. Oftmals ohne dass Menschen davon wissen. Doch können

Algorithmen auch gerecht und fair entscheiden? Dieser Frage gehen vier Kurzfilme nach, die Forschende der **SCHOOL OF ENGINEERING** in Kooperation mit dem gemeinnützigen Verein «AlgorithmWatch Schweiz» konzipiert haben. Sie sind in der Ausstellung «Planet Digital» im Museum für Gestaltung Zürich zu sehen, welche noch bis 6. Juni 2022 dauert. Das Team der ZHAW will mit einer kritischen Auseinandersetzung zur Frage beisteuern, ob diese Technologien einen Nutzen bilden oder wo sie zu ungerechtfertigter Ungleichbehandlung beitragen.

Fachtagung Arbeitsintegration Der Imperativ der Marktnähe

Möglichst nahe am Markt – dieses Motto wird in der Arbeitsintegration oft hochgehalten. Doch handelt es sich dabei um einen sinnvollen Grundsatz oder um ein problematisches Dogma? Die erste Zürcher Fachtagung Arbeitsintegration des Departementes **SOZIALE ARBEIT** am 15. Juni 2022 befasst sich damit in Referaten. In Workshops geht es

dann unter anderem um Selbstbestimmung, Bildung und Wirkungsorientierung.



Arbeitsintegration: ein Spagat zwischen Markt und Staat.

ALUMNI ZHAW

60 ALUMNI ZHAW 60/61 Close-up 61 Conecto ZHAW 62 School of Management and Law 62 Engineering & Architecture 63 Facility Management 64 ALUMNI ZHAW 64 Events 64 Kontakte

Liebe ALUMNI-Mitglieder

«Es gibt nur eins, was auf Dauer teurer ist als Bildung: keine Bildung.» Das soll John F. Kennedy einmal gesagt haben. Dies sei wieder einmal all jenen in Erinnerung gerufen, die leichtfertig am liebsten bei der Bildung sparen wollen. Um die Wichtigkeit von Bildung noch zu unterstreichen, sei hier auf eine Veranstaltung hingewiesen, bei der vorbildliche Bildung ausgezeichnet wird: auf die Verleihung des 5. Nationalen Bildungspreises Mitte November. Mit dieser Auszeichnung, von der Stiftung FH SCHWEIZ mitgetragen, wird jährlich ein Unternehmen oder eine Organisation geehrt, welche die Förderung der dualen Berufsbildung vorbildlich umsetzt. 2021 war das die Stadt Zürich. FH SCHWEIZ, die Dachorganisation der Absolventinnen und Absolventen, organisierte einen denkwürdigen Abend auf dem neuen ZHAW-Campus Haus Adeline Favre in Winterthur. Alumni ZHAW hat als Partner beigetragen. Alles Wichtige zur Veranstaltung findet ihr auf unserer Homepage www.alumni-zhaw.ch.

Die Stärken des dualen Bildungssystems können wir nicht genug betonen. Diese besteht nicht nur in der wissensbasierten und praxisorientierten Berufsbefähigung, sondern auch in der Chancengerechtigkeit für alle. Für die Schweiz als Land mit hoher Zuwanderung ist das ein nicht unerheblicher Aspekt. Mit einer Berufslehre und anschliessender praxisorientierter Fachhochschulbildung bieten wir allen Kindern und Jugendlichen die gleichen guten Chancen. Wie Statistiken zeigen, ist

dieser Weg für junge Menschen oft erfolgsversprechender für eine attraktive Karriere mit guten Löhnen als ein Studium an einer universitären Hochschule. Dies gilt es auch deren Eltern immer wieder aufzuzeigen. Die Zahlen zeigen auch, dass Fachhochschulabgängerinnen und -abgänger bezüglich Lohn und Karriere direkt nach dem Studium oft eine bessere Ausgangslage haben und diese häufig ein ganzes Berufsleben lang zu nutzen wissen. Dass dieses Bildungssystem so attraktiv bleibt, dafür setzen sich ALUMNI ZHAW und FH SCHWEIZ ein. In den letzten Ausgaben haben wir in verschiedenen Beiträgen die FH SCHWEIZ vorgestellt, wobei mir das Interview mit Präsident und FDP-Nationalrat Andri Silberschmidt in besonders guter Erinnerung geblieben ist (ebenfalls auf unserer Homepage zu finden). Wer arbeitet, soll aber auch feiern: Endlich können wir Mitte Mai wieder eine physische Mitgliederversammlung durchführen (siehe Seite 64). Das freut mich überaus. Bitte tragt euch das Datum dick in eure Agenda ein.

Einen schönen Frühling wünscht euch
PIERRE RAPPAZZO,
Präsident ALUMNI ZHAW



ALUMNI ZHAW CLOSE-UP

«Ich bin nicht kompatibel mit Pharmafirmen»

War dir bereits während deines Chemiestudiums klar, welche Richtung du anschliessend einschlagen möchtest?

Doris Weber: Nein, überhaupt nicht. Ich habe das Studium und die Weiterbildungen nach meinen Interessen gewählt, ohne zu wissen, wohin es mich führen wird. Auf den Zulassungsbereich bin ich im Masterstudium in Bern gestossen. Ich kannte ihn nicht, empfand ihn jedoch als äusserst spannend.

Was hat dich veranlasst, vor sieben Jahren deine eigene Firma zu gründen?

Ich arbeite sehr gerne im Pharma-Zulassungsbereich, bin je-

doch als Mitarbeiterin nicht wirklich kompatibel mit den globalen Pharmafirmen. Die Selbstständigkeit erlaubt mir, als Dienstleisterin dieser interessanten Arbeit nachzugehen, ohne Mitarbeiterin eines Grosskonzerns zu sein. Zudem bin ich gerne meine eigene Chefin.

Wie gestaltet sich dein Alltag?

Da ich parallel mit mehreren Firmen zusammenarbeite, gestaltet sich dieser sehr abwechslungsreich. Ich betreue die Schweizer Zulassung einiger Arzneimittel und mache dabei alles, was im Lebenszyklus anfällt. In meinem Alltag sind die

strukturierte Arbeitsweise sowie die klare Kommunikation sehr wichtig – sowohl mit den Behörden als auch innerhalb der Pharmafirmen.

Welche Projekte sind dir wichtig?

Es sind nicht unbedingt einzelne Projekte. Grundsätzlich ist es mir wichtig, als kompetente und flexible Dienstleisterin mit meinen Kunden zusammenzuarbeiten. Eine vertrauensvolle Zusammenarbeit macht vieles möglich und bringt Zufriedenheit und Freude.

Kannst du uns einen Einblick in eine Medikamenten-zulassung geben?

Man kann sich das wie ein über rund eineinhalb Jahre dauerndes Pingpong-Spiel zwischen der Antragstellerin und der Zulassungsbehörde vorstellen. Mit dem Zulassungsantrag werden der Behörde alle Daten bezüglich Qualität, Wirksamkeit und Sicherheit eingereicht. Die Behörden begutachten die gesamte Dokumentation und melden sich mit Fragen zurück, die innerhalb einer bestimmten Frist beantwortet werden müssen. Für diese Beantwortung ist die Zusammenarbeit zwischen den lokalen und globalen Experten der Pharmafirmen wichtig. Sind die Antworten aus Behördensicht zufriedenstellend, folgt ein positiver Vorbescheid.

Wie geht es danach genau weiter?

Im Vorbescheid sind meist noch offene Punkte aufgeführt, welche die Antragstellerin wiederum fristgerecht beantworten muss. Sobald alle noch offenen Punkte ausreichend beantwortet wurden, erfolgt die Zulassung, und das Medikament darf auf den Markt gebracht werden. Falls die Behörde jedoch Bedenken hat, die nicht ausgeräumt werden konnten, wird das Arzneimittel nicht zugelassen.

Was sagst du als Expertin zur enorm schnellen Zulassung des Covid-Impfstoffs?

Aus professioneller Sicht ist das sehr spannend und ich war beeindruckt von den, für Schweizer Verhältnisse, kurzen Zulassungszeiten. Klar ist, dass dies nur mit enormem Aufwand aller Beteiligten möglich war.

Ist das Lifecycle-Management das Folgeprogramm einer Zulassung?

Ja genau. Sobald sich nach der Zulassung etwas ändert, zum Beispiel im Herstellungsprozess, den Anwendungsmöglichkeiten oder im Nutzen-Risiko-Verhältnis, muss diese Anpassung bei Swissmedic beantragt werden.

Welche Vorteile bringt dir der Abschluss des Nachdiplomstudiums in Pharmazeutischer Medizin?

Ich habe einen breiteren Blickwinkel auf die Arzneimittelentwicklung erhalten, interessante Diskussionen geführt und dabei internationale Kontakte geknüpft.

Wie wichtig ist es für dich, gut vernetzt zu sein?

Ein gutes Netzwerk ist wichtig. Bei mir ist das durch die Tätigkeit in Industrie-Arbeitsgruppen, Verbänden und persönlichen Kontakten während der Arbeit im Pharmabereich entstanden.

Therese Kramarz



Doris Weber (49) studierte von 2001 bis 2004 an der ZHW (Vorgängerinstitution der ZHAW) in Winterthur Chemie. Später schloss sie den Master in Biomedical Engineering an der Universität Bern und einen DAS in Pharmazeutischer Medizin an der Uni Basel ab. Vor und während des Studiums war sie als medizinische Laborantin, später als Laborleiterin und ab 2010 im Pharma-Zulassungsbereich tätig. Seit 2014 ist sie Inhaberin und Geschäftsführerin der Pharcons Pharma Consulting in Frauenfeld, welche auf Arzneimittelzulassungen in der Schweiz spezialisiert ist.

CONECTO ZHAW**Campus meets Business**

Der Übergang vom Studium ins Berufsleben kann schwierig und herausfordernd sein. Der Verein Conecto ZHAW erleichtert Studierenden den Karriere-Einstieg, indem er jährlich die gleichnamige Fachhochschul-Kontaktmesse organisiert.

Diese fand bisher unter dem Namen Absolvententag statt und ist die grösste ihrer Art in der Schweiz. Im Rekordjahr 2020 konnte die Fachhochschul-Kontaktmesse mit rund 170 teilnehmenden Unternehmen noch knapp vor den ersten Corona-Massnahmen wie gewohnt physisch durchgeführt werden. Es folgte im Jahr 2021 die erste virtuelle Veranstaltung – mit 90 teilnehmenden Unterneh-

men und rund 750 Studierenden ebenfalls ein grosser Erfolg. Dennoch haben sich die Organisatoren entschieden, bei der diesjährigen Durchführung Anfang März wieder auf das bewährte Messekonzept in den Eulachhallen Winterthur zu setzen – bei knapp 150 angemeldeten Unternehmen und mehr als 1200 Messebesucherinnen und -besuchern der richtige Entscheid. Die Studierenden konnten aktiv mit den Unternehmen in Kontakt treten und sich über Stellenangebote und Einstiegsmöglichkeiten informieren – getreu dem Motto der Messe «Campus meets Business». Neben der Vernetzung konnten die Stu-



Die Fachhochschul-Kontaktmesse Conecto ZHAW zog Anfang März über 140 Unternehmen und mehr als 1400 Besucherinnen an.

dierenden kostenlos ihren Lebenslauf von Expertinnen und Experten überprüfen oder ein professionelles Bewerbungsfoto schiessen lassen. Vor und

nach der Messe organisierte Conecto ZHAW weitere Veranstaltungen rund ums Thema Berufseinstieg.

Jessica Selhofer

ALUMNI ZHAW SCHOOL OF MANAGEMENT AND LAW

Das Zürich der Stadtoberen und Hübschlerinnen

Es bricht bereits die Dämmerung über dem Zürcher Lindenhof herein. Kurze Zeit später erscheint Markus Lienhart mit Hellebarde und Laterne ausgestattet. Als Nachtwächter mit langem schwarzem Mantel verkleidet, taucht er mit den ALUMNI ZHAW SML in das Leben während des 17. Jahrhunderts in den Zürcher Altstadtgassen ein. Damals galten anders als heute strikte Regeln für alle, wie Lienhart der Gruppe klarmacht: «Wer wie ihr ohne Laterne unterwegs ist, müsste am nächsten Tag eigentlich seine Ehre wiederkaufen – heute würde man das als Busse bezeichnen.»



Mit Hellebarde und Laterne: Nachtwächter Markus Lienhart.

bei der Arbeit zu erscheinen. Wer danach draussen noch erwischt wurde, musste – wie jene ohne Laterne – dafür (finanziell) büssen. Besonders beliebt war die Aufgabe des Nachtwächters allerdings trotz Besoldung nicht:

Sperrstunde um 21 Uhr

Die Nachtwächter hätten dafür sorgen müssen, dass die Bewohnerinnen und Bewohner nach 21 Uhr zu Hause gewesen seien, um am nächsten Morgen pünktlich

Meistens wurde sie von ehemaligen Soldaten ausgeführt.

Kleider machen Prostituierte

Nach dem Start auf dem Zürcher Lindenhof ging es hinunter zur Oetenbachgasse und danach weiter durch schmale Gassen in den Rennweg. Hier stand einst einer von mehreren Wehrtürmen, der als Gefängnis für Ehebrecher beider Geschlechter diente. Eine Ehe galt damals noch für immer, man fiel dementsprechend auch bei einer gewünschten Scheidung oder bei Streitigkeiten in Ungnade. «Glaubt mir, wenn man in diesen Räumen tagelang eingesperrt ist und jeweils nur drei Mahlzeiten pro Tag gemeinsam erhält, verträgt man sich recht schnell wieder.»

Generell schienen die Menschen im mittelalterlichen Zürich ganz spezielle Lösungen für die Pro-

bleme des Alltags zu haben: Die Kleiderordnung sorgte dafür, dass jederzeit klar war, ob man es mit einem der Stadtoberen zu tun hatte oder einer Hübschlerin, sprich Prostituierten. Der Abfall – inklusive der menschlichen Ausscheidungen – wurde nach dem gesetzlich vorgeschriebenen Warnruf an Passanten in der Gasse einfach aus dem Fenster gekippt. Und auch der Minimalabstand zwischen den Häuserzeilen war pragmatisch geregelt: Es reichte, wenn sich ein einjähriges Schwein um die eigene Achse drehen konnte. Im Anschluss ging es statt zu Fuss oder mit Kutsche etwas moderner als früher mit Tram und S-Bahn weiter in Richtung Zürich-West, wo die Alumni den Abend bei einem leckeren Fondue in Frau Gerolds Garten ausklingen liessen.

Dominic Bleisch

ALUMNI ZHAW ENGINEERING & ARCHITECTURE

Sterne beobachten wie vor über 100 Jahren

Sie gehört zu Zürich wie das Landesmuseum oder das Grossmünster: Die Urania-Sternwarte unterhalb des Lindenhofs existiert bereits seit 1907. Sie war die erste öffentliche Sternwarte der Schweiz und wurde vom Schweizer Architekten Gustav Gull (1858–1942) geplant.

Die Urania-Sternwarte war ausserdem der erste Betonbau, der in Zürich errichtet wurde. Der markante Turm ist 51 Meter hoch und wurde ohne Verbindung zum übrigen Haus erstellt. Der Sockel des Teleskops steht auf einem Fundament von 48 Holzpfehlern, die rund 12 Meter tief in den Baugrund aus Seekreide gerammt wurden, bis sie auf Felsen stiessen. Darüber liegt eine gegossene und erschütterungs-

freie Betonplatte, die den Sockel des Teleskops trägt.

Das Herz des Gebäudes bildet der Refraktor im Kuppelraum des Turmes. Die Linse des zwölf Tonnen schweren Teleskops aus der optischen Werkstätte Carl Zeiss in Jena (D) ist ein Einzelstück und besitzt einen Durchmesser von 30 Zentimetern und eine Brennweite von 5,05 Metern. Zum Vergleich: Ein menschliches Auge hat einen Durchmesser von rund 2,7 Zentimetern und eine Brennweite von ungefähr 20 Millimetern.

Lichtjahre entfernt

Zu was das technisch herausragende Teleskop in der Lage ist, konnten die Alumni an diesem Januar-Abend gleich selber be-



Mit dem technisch herausragenden Teleskop der Sternwarte Urania konnten die Alumni Lichtjahre entfernte Sterne orten.

staunen: Die Sterne Rigel und Betelgeuze befinden sich rund 864 bzw. 550 Lichtjahre von der Erde entfernt und sind die hellsten Sterne des Sternbilds Orion. Nach der interessanten, aber

frostigen Führung durch die unter Denkmalschutz stehende Sternwarte konnten sich die Alumni beim anschliessenden Apéro wieder aufwärmen.

Céline Simmen

ALUMNI ZHAW FACILITY MANAGEMENT

Das Kongresshaus der Superlative



Nach vierjährigem Umbau erstrahlen das Kongresshaus und die Tonhalle Zürich im neuen Glanz. Prunkstück bleibt der Kongresssaal mit bis zu 2000 Sitzplätzen. Dank voller Vernetzung der Räume lassen sich aber auch Veranstaltungen mit bis zu 4500 Gästen abhalten.

«Wir befinden uns hier mitten im Zürichsee», erklärt Philippe Marclay (29) den verdutzten gut 40 Alumni. Wie auch viele andere Ufergebiete rund um den See wurde das Areal am General-Guisan-Quai einst zur Landgewinnung aufgeschüttet, weshalb der komplette Bau auf Holzpfehlern und somit eigentlich im Wasser steht. Beim vierjährigen Totalumbau von Kongresshaus und Tonhalle, der letzten Herbst abgeschlossen wurde, seien auch die Pfehle überprüft worden. «Sie befinden sich immer noch in einem Top-Zustand, obwohl sie mittlerweile über 80 Jahre auf dem Buckel haben.» Der ZHAW-Alumnus Philippe Marclay ist seit eineinhalb Jahren Head of Facility Management des Kongresshauses und trägt die Verantwortung für die gesamte Gebäudetechnik. Er kennt das Haus und seine rund 600 Räume wie seine Sacko-Tasche. Mehr als 170 Millionen Franken habe die Revision des 5300 m² grossen Komplexes der Zürcher Steuerzahler gekostet. «Das Gebäude ist jetzt wieder auf dem neuesten Stand.»

Die Architekten hätten Wert darauf gelegt, den zuvor weit verzweigten Komplex mit seinen

zahlreichen Gängen und Räumen offener zu gestalten. Das ist ihnen gelungen: Schon beim Gang durchs Foyer staunen die Alumni beim Blick in den pflanzenbewachsenen Innenhof. Neue Räumlichkeiten seien entstanden, etwa die Seezimmer mit Gartenzugang oder der neue Gartensaaltrakt, der mit Zwischenwänden unterteilt flexibel nutzbar sei. «Highlight ist aber das öffentliche Aussichtsrrestaurant mit grosser Terrasse. Der Blick auf den See und die Alpen ist immer wieder herrlich», schwärmt Marclay.

Prunkstück ist weiterhin der Kongresssaal – mit bis zu 2000 Sitzplätzen der grösste Raum des Gebäudes. «Für noch grössere Events haben wir neu die Möglichkeit, mehr als 20 Zimmer digital miteinander zu vernetzen und so Veranstaltungen mit bis zu 4500 Teilnehmern durchzuführen», erklärt Marclay beim Blick von der Bühne des Saals. Die Grossküche ein Stockwerk tiefer sei fast so gross wie der Kongresssaal selbst.

Bei den Renovationsarbeiten wurde dafür gesorgt, den Betrieb des Hauses möglichst ökologisch zu halten. So werden etwa die Küchenabfälle gesamt,

um aus ihnen CO₂-neutrales Biogas herzustellen. Marclay führt die Alumni zur Seewasserzentrale im Keller, mit welcher das Gebäude im Sommer gekühlt und im Winter geheizt wird. «Mit der Anlage können wir den Verbrauch von Heizöl gering halten.»

Der Umbau des unter Denkmalschutz stehenden Gebäudes habe aber auch seine Tücken gehabt: «Die Geländer der Treppen etwa sind sehr tief. Bei Kinderkonzerten brauchen wir deshalb extra Aufsichtspersonen, damit die Kinder nicht über die Geländer klettern.» Beim Bau selber wurde kein Aufwand gescheut, die Seele des 1939 eröffneten

Kongresshauses zu bewahren. Das mehrschichtige Sgraffitto im Foyer sei in zweijähriger Kleinstarbeit wieder in den Originalzustand versetzt worden. Wie denn die Glühbirnen der riesigen Kronleuchter der Tonhalle ausgetauscht werden, will ein Alumnus wissen. «Die Kronleuchter sind elektrisch absenkbar. Wir müssen also nicht jedes Mal hinaufklettern, wenn eine Birne defekt ist», meint Marclay schmunzelnd. Für andere Arbeiten habe man eine Spezialmaschine gekauft, die jede Ecke der bis zu 15 Meter hohen Decken erreicht. Ohne Hightech geht es auch im Traditionsbau nicht.

Andreas Engel

Tonhalle – Konzertsaal von Weltruf

Bereits 1895 wurde der Bau der Tonhalle Zürich fertiggestellt – doch erst 1939 verschmolz das zuvor palastartige Gebäude mit dem damals zur Landesausstellung erbauten Kongresshaus. Die Grosse Tonhalle gilt als einer der besten Konzertsäle der Welt, musste für den vierjährigen Umbau aber in ein zehn Millionen Franken teures Holz-Provisorium in der Maag-Halle umziehen. Ab sofort begeistert das 100-köpfige und hochgelobte Tonhalle-Orchester um Musikdirektor Paavo Järvi wieder an alter Stätte. Für den optimalen Klang wird auf jedes Detail geachtet, weiss Philippe Marclay: «Die Temperatur des Raumes muss zwischen 21 und 24 Grad liegen, damit die Schwingungen der Instrumente zum perfekten Klang führen.»

ALUMNI ZHAW

MV 2022: Verschoben ist nicht aufgehoben!

Mitte Februar hat der Bundesrat weitreichende Lockerungen der Corona-Massnahmen bekannt gegeben. Die ganze Schweiz, und mit ihr auch der Vorstand der ALUMNI ZHAW, atmet auf! Denn unter den gegebenen Umständen sollte einer physischen Durchführung der ALUMNI-ZHAW-Mitgliederversammlung 2022 nichts mehr im Wege stehen. Die erste physische MV seit zwei Jahren soll neu am Donnerstag, 19. Mai 2022, im Haus Adeline Favre im ZHAW-Departement G in Winterthur durchgeführt werden. Die Türöffnung ist auf 17:30 Uhr angesetzt. Das Haus Adeline Favre ist mit dem ÖV gut erreichbar und mit Abstand das grösste Schweizer Bildungs- und Forschungszentrum für Ergo- und Physiotherapie, Hebammen und Pflege. Interessierte Alumni können sich für eine Führung durch den erst 2020 eröffneten, imposanten Neubau anmelden. Vor der MV wird uns der bekannte Schweizer Moderator und Comedian Stefan Büsser seine unverbesserliche Art zum Besten geben. Büsser ist mit grossem Abstand der beliebteste Radio- und TV-Moderator der Schweiz. Seit 2017 ist er in der ganzen Schweiz mit dem Programm «Masterarbeit» unterwegs. Wir bitten um eine Anmeldung, sowohl für die Führung als auch für die MV, bis 12. Mai 2022 über unsere Website www.alumni-zhaw.ch/events.



Beste Unterhaltung: Vor der MV laden die ALUMNI ZHAW zur Führung durch den imposanten Neubau Haus Adeline Favre. Anschliessend gibt Comedian Stefan Büsser seine Gags zum Besten.

trium für Ergo- und Physiotherapie, Hebammen und Pflege. Interessierte Alumni können sich für eine Führung durch den erst 2020 eröffneten, imposanten Neubau anmelden. Vor der MV wird uns der bekannte Schweizer

Moderator und Comedian Stefan Büsser seine unverbesserliche Art zum Besten geben. Büsser ist mit grossem Abstand der beliebteste Radio- und TV-Moderator der Schweiz. Seit 2017 ist er in der ganzen Schweiz

mit dem Programm «Masterarbeit» unterwegs. Wir bitten um eine Anmeldung, sowohl für die Führung als auch für die MV, bis 12. Mai 2022 über unsere Website www.alumni-zhaw.ch/events.

Roger Roggensinger

ALUMNI-EVENTS (STAND MÄRZ 2022) [EVENTDETAILS/ANMELDUNG UNTER: WWW.ALUMNI-ZHAW.CH/EVENTS*](http://WWW.ALUMNI-ZHAW.CH/EVENTS*)

ALUMNI ZHAW inkl. Fachbereichen	Datum	Art und Inhalt des Anlasses	Zeit	Ort
ALUMNI ZHAW	19.05.2022	Mitgliederversammlung	17.30	Winterthur
ENGINEERING & ARCHITECTURE	06.05.2022	Lindt Home of Chocolate	16.15	Kilchberg
FACILITY MANAGEMENT	28.04.2022	4. Jahrestreffen ALUMNI ZHAW Facility Management – Botanischer Garten Uni Zürich	17.15	Zürich
	01.07.2022	Besuch im Bruno Weber Park	17.00	Dietikon
MANAGED HEALTH CARE WINTERTHUR	23.06.2022	MHC Sommerevent 2022	17.15	tbd
SCHOOL OF MANAGEMENT AND LAW	06.04.2022	Tauche ein in die Welt von Turicum Gin	18.30	Zürich
	12.04.2022	Tauche ein in die Welt von Turicum Gin	18.30	Zürich
	11.05.2022	Jahresversammlung	18.00	Zürich
	07.06.2022	Theatersport	18.00	Winterthur

Adressliste/Kontakte
ALUMNI ZHAWAbsolventinnen
und Absolventen der ZHAW

ALUMNI ZHAW
Geschäftsstelle: Alendona Asani, Tanja Blättler, Eliane Briner, Roger Roggensinger (Leitung), Christine Todt
Gertrudstrasse 15
8400 Winterthur
Telefon 052 203 47 00
sekretariat@alumni-zhaw.ch
www.alumni-zhaw.ch

ALUMNI ZHAW Fachbereiche

Angewandte Psychologie
Ansprechperson: Stefan Spiegelberg
ap@alumni-zhaw.ch

Arts & Fundraising Management
Ansprechperson: Eliane Briner
afrm@alumni-zhaw.ch

Engineering & Architecture
Ansprechperson: Tanja Blättler
ea@alumni-zhaw.ch

Facility Management
Ansprechperson: Eliane Briner
fm@alumni-zhaw.ch

Gesundheit
Ansprechperson: Tanja Blättler
gesundheit@alumni-zhaw.ch

Life Sciences
Ansprechperson: Eliane Briner
ls@alumni-zhaw.ch

Managed Health Care Winterthur
Ansprechperson: Tanja Blättler
sekretariat@alumni-zhaw.ch

School of Management and Law
Ansprechperson: Alendona Asani
sml@alumni-zhaw.ch

Sprachen & Kommunikation
Ansprechperson: Tanja Blättler
sk@alumni-zhaw.ch

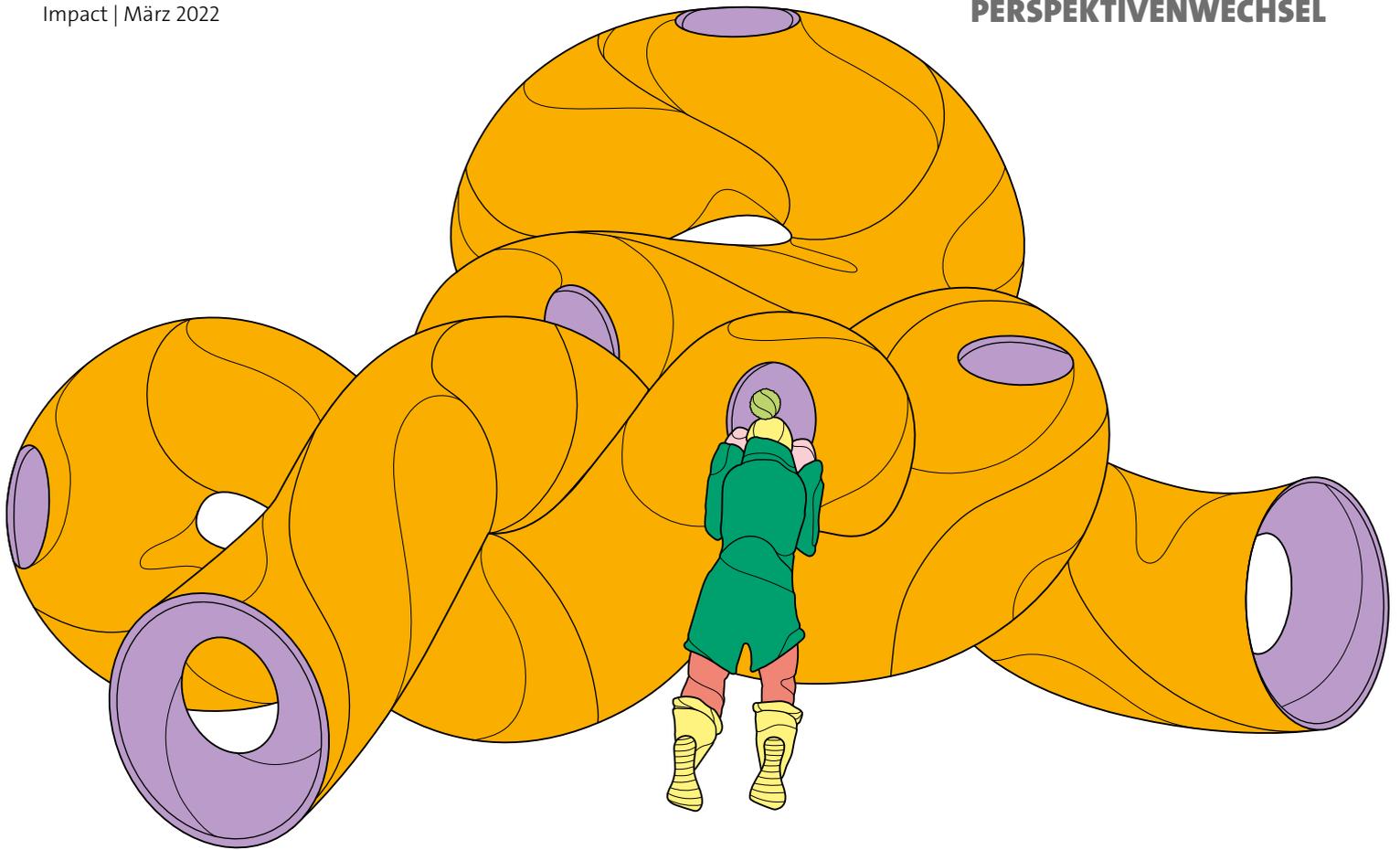
Columni
Ansprechperson: Alendona Asani
columni@alumni-zhaw.ch

Partnerorganisationen

Alias, Studierende der ZHAW
Technikumstrasse 81/83
8400 Winterthur
info@alias-zhaw.ch

Stiftung ZHAW
Gertrudstrasse 15
8400 Winterthur
Telefon 058 934 66 55
info@stiftungzhaw.ch

Conecto ZHAW
Gertrudstrasse 15
8400 Winterthur
Telefon 058 934 66 74
contact@absolvententag.ch



Leere Spielplätze und viel Gemütlichkeit

Winterthur–Luleå: Die Ergotherapeutin Ines Wenger verbrachte im Rahmen ihres Doktorats sechs Wochen im Norden Schwedens zusammen mit ihrem Partner und ihrer Tochter.

In meinem Doktorat befasse ich mich mit der Gestaltung von Kinderspielplätzen in Bezug auf die Inklusion von Kindern mit speziellen Bedürfnissen. Ich doktoriere in Occupational Science im internationalen P4Play Marie Skłodowska-Curie Innovative Training Network, einem von der EU finanzierten Doktoratsprogramm, an dem mehrere europäische Hochschulen – darunter die ZHAW und die Technische Universität Luleå – teilnehmen.

Mein Aufenthalt in Schweden war kein klassischer Forschungstrip, sondern sah die Halbzeitverteidigung meiner Dissertation vor und bot mir

Gelegenheit für Austausch mit anderen Doktorandinnen und Betreuerinnen. Dies gefiel mir besonders, denn normalerweise treffen wir uns nur virtuell – nicht nur wegen der Pandemie, sondern weil wir alle in unterschiedlichen Ländern wohnen und studieren.

Einen Auslandsaufenthalt mit der ganzen Familie zu planen, erlebte ich um einiges komplizierter als für eine Person allein. Wir hatten Glück damit, dass sich die Arbeit meines Partners mit dem Aufenthalt vereinbaren liess und der Zeitraum etwas flexibel war, denn unser Aufenthalt war stark von äusseren Faktoren bestimmt und wir mussten ihn mehrmals verschieben: Mal waren es die Quarantänebestimmungen für Rückreisende in der Schweiz, die uns abhielten, mal die Restriktionen in Schweden. Zudem ist es in Schweden im Sommer schwierig, berufliche Ter-

mine zu vereinbaren, weil alle Ferien machen. Von Anfang September bis Mitte Oktober klappte es dann aber.

Sich in Schweden zurechtzufinden, ist einfach, wenn man Englisch spricht. Die Herausforderung war für uns eher die Vereinbarkeit von Arbeit und Kinderbetreuung. Zu Hause besucht unsere Tochter teilweise eine Kita. Diese Betreuung fiel in



Ines Wenger mit ihrer Tochter im schwedischen Luleå.

Schweden natürlich weg. Kontaktmöglichkeiten mit anderen Kindern mussten wir zuerst finden. Auf Spielplätzen trafen wir nämlich unter der Woche kaum andere Kinder an. Durch einen Tipp fanden wir dann aber gute Kontakte in Spielgruppen.

Typisch schwedisch ist für mich die Gemütlichkeit. Viele Wohnungen sind mit Lichtern dekoriert, und die Einrichtungen laden zum Verweilen ein. Das hängt vielleicht mit den langen, kalten Wintermonaten zusammen. Ein wichtiger Bestandteil des schwedischen Alltags ist die Fika – das Pendant zu Znüni und Zvieri. Man trifft sich zum gemütlichen Kaffeetrinken und um einen Schwatz zu halten – beruflich wie auch privat. An der Universität habe ich dieses Ritual sehr genossen, um mich mit anderen Doktorierenden und Forschenden auszutauschen. ■

Aufgezeichnet von Sara Blaser

Medienschau

St. Galler Tagblatt 02.03.2022

«Der Blick in die Kristallkugel: Wie werden Tiere 2050 gehalten?»

Isabel Jaisli, Dozentin für Nachhaltigkeitstransformation & Ernährungssysteme, spricht im «Tagblatt» über die gewaltigen Verbesserungen in der Nutztierhaltung und darüber, welche Auswirkungen ein reduzierter Fleischkonsum auf das Tierwohl hat.

Tages-Anzeiger 24.02.2022

«Am Schluss wird trotzdem abgerissen»

Zürich gilt als Stadt, die alte Bauten unzweifelhaft wegräumt. «Dabei gelte es, das Unperfekte wieder schätzen zu lernen», sagt Christoph Schläppi, ZHAW-Dozent für Architekturkritik. Er stellt in dem Beitrag fest, dass sich die Haltung, das Bestehende zu bevorzugen, langsam durchsetzt.

NZZ 12.02.2022

«Die Auflösung der Pnos verheisst nicht nur Gutes»

Das Ende der Partei National Orientierter Schweizer (Pnos) bedeutet noch lange kein Ende des Rechtsextremismus, kommentiert Dirk Baier, Leiter des ZHAW-Instituts für Delinquenz und Kriminalprävention, die Auflösung der Organisation im Januar. Vielmehr sterbe eine Aktionsform aus, leider aber nicht die Ideologie dahinter.

SRF 10vor10 09.02.2022

«Police gegen Cyberangriffe»

Cyberangriffe nehmen rasant zu. Damit sind auch Versicherungen gefordert, erklärt Carlo Pugnetti, Dozent Risk & Insurance an der ZHAW, in der Nachrichtensendung. Doch nicht der Gewinn treibe die Unternehmen in die Cybersparte, sondern die Bedürfnisse der Kundschaft.

Landbote 05.02.2022

«Die Stadt wird ihre Schulden nicht los»

Schuldenabbau oder Investitionen? Die Stadt Winterthur steht finanziell vor grossen Herausforderungen. Doch steigen die Zinsen, sinkt der finanzielle Spielraum, warnt Andreas Bergmann, Professor für öffentliche Finanzen, in der Tageszeitung.



instagram.com/zhaw



Internationaler Frauentag 2022 #BreaktheBias

«Besonders stört mich das Klischee, dass Frauen nichts von Technik verstünden. Solche Stereotype verhindern, dass Mädchen und Frauen überhaupt erst auf die Idee kommen, sich mit Technik zu beschäftigen.» Corinna Hertweck arbeitet an der ZHAW an einem Forschungsprojekt, das sich mit der Schnittstelle von Technik und Gesellschaft beschäftigt. Anlässlich des Internationalen Frauentags 2022 spricht sie im Interview über weibliche Stereotype, Gender Bias und darüber, wieso Algorithmen beim Thema Gleichberechtigung dringend Nachhilfe brauchen.

#IWD2022 #internationalwomenday #BreakTheBias #ZHAW

♥ 130

Videotipp



youtube.com/ZHAWch

Mit Hanf statt Hopfen zum nachhaltigen Bier

Die Blüten von Nutzhanf werden heute einfach weggeworfen. ZHAW-Forscherin Amandine André will sie zum Bierbrauen verwenden – und so den Schweizer Brauereien zu mehr Unabhängigkeit verhelfen.



twitter.com/ZHAW

Neuer MOOC-Kurs an der ZHAW

Ein neuer #MOOC-Kurs der #ZHAW führt an die wichtigsten globalen Herausforderungen für eine nachhaltige Entwicklung heran. Im Fokus stehen #Stadtentwicklung und #sozialeGerechtigkeit. 🌱🍌📈🌳 Jetzt kostenlos anmelden. @edXOnline @zhawdigital

👍 11 🔄 5



linkedin.com/school/zhawlsfm

Hello future

change makers 🙌

Startschuss für den ersten Jahrgang! Letzte Woche hatte der allererste MSc Preneurship for Regenerative Food Systems seinen Willkommens- tag in dieCuisine. Wir heissen alle 25 Studierenden herzlich willkommen und wünschen ihnen eine erfolgreiche und spannende Studienzeit.



#lifesciences #masterofscience #zhawlsfm #preneurshipforregenerativefoodsystems #food



👍 52 💬 1



facebook.com/zhaw.angewandtinguistik

Ein Semester in Oman

Die Pandemie stellte die Reiseindustrie auf den Kopf. Trotzdem verbrachte Roxanne Gräflein, Studentin im Bachelor Angewandte Sprachen, ihr Praktikumssemester bei einem Reiseveranstalter im Sultanat Oman. Für ihr Praktikum entwickelte sie u.a. ein Marketing-Konzept für den inländischen Tourismus. 🇦🇴🇦🇴



👍 2

ZHAW auf Social Media: zhaw.ch/socialmedia



Vom Monokularmikroskop zum Hightech-Instrument: In den 1950er Jahren mussten die Studierenden im Laborunterricht in Wädenswil beim Blick durchs Mikroskop noch ein Auge zukneifen. Heute sind die Geräte am ZHAW-Departement Life Sciences und Facility Management binokular und lassen sich direkt an Computer anschließen. So wandern die Augen beim Forschen, wie hier im Botanik-Praktikum von Christine Bühler am Institut für Umwelt und Natürliche Ressourcen, häufig zum digitalen Bildschirm.



School of
Management and Law



Braucht Ihr Talent neues Wissen?

Berufsbegleitende Weiterbildung

MAS Business Administration (MAS BA)

Master of Business Administration (MBA)

www.zhaw.ch/imi/talent

**Start der 50. Durchführung im Februar 2022.
Wir freuen uns auf dieses besondere Jubiläum!**



Building Competence. Crossing Borders.