

Wohn Zeit

NR. 3/2017

MAGAZIN DER STIFTUNG
ALTERSWOHNUNGEN
DER STADT ZÜRICH SAW

SCHWERPUNKT

Psychosoziale Spitex: Unterstützung, wenn die Seele weh tut

SOZIOKULTUR

Das Gemeinschaftsleben
bereichern: So einfach geht's

PORTRÄT

Rosemarie Egger,
Siedlung Waldgarten

Ihr Magazin der Stiftung Alterswohnungen der Stadt Zürich

Liebe Leserinnen und Leser

In der dunklen Jahreszeit können sich dunkle Gedanken leichter als sonst in unsere Hirnwindungen schleichen. Bei manchen Menschen liegen sie als schwarze Schatten auf der Seele und machen einfachste Alltagsaktivitäten fast unüberwindlich schwer: Schon der Weg vom Bett zur Kaffeemaschine kann dann morgens eine Art Eigennordwand sein. In solchen Situationen sollte man nicht lange zögern und Hilfe in Anspruch nehmen. «Reden Sie darüber!», sagt eine betroffene Mieterin, die ihre schwere Depression inzwischen überwunden hat: «Fragen Sie jemanden von der Spitex oder Ihren Hausarzt nach psychosozialer Unterstützung – die hilft wirklich.» Das SAW-Team der psychosozialen Spitex lernen Sie in unserem Schwerpunktbeitrag kennen ([Seite 4](#)).



Isabel Baumberger
Verantwortliche
Kommunikation SAW

Bestimmt eine gute vorbeugende Massnahme gegen depressive Verstimmungen im Winter sind Nachmittage im Kreis von Nachbarinnen, mit denen man gemeinsamen Interessen nachgeht. In der Siedlung Friesenberg haben sich vier Frauen gefunden, die gern spielen; Initialzündung dazu war ein Anruf bei der SAW-Soziokulturbefragten, die das Unternehmen unkompliziert unterstützte ([Seite 8](#)).

Lesen Sie ausserdem das Porträt einer Mieterin, die schreibt und über Gott nachdenkt ([Seite 10](#)), sowie ein Interview mit der Vizepräsidentin des SAW-Stiftungsrates zur kürzlich erfolgten Wahl der neuen Direktorin ([Seite 13](#)).

Wir wünschen anregende Lektüre und
eine schöne Weihnachtszeit!

Ideen für die
WohnZeit sammeln? Mitdenken,
mitreden? Melden Sie sich unter
saw-wohnzeit@zuerich.ch
Betreff: WohnZeit
Oder: 044 415 73 77

Psychosoziale Spitex: Unterstützung, wenn die Seele weh tut

TEXT: ISABEL BAUMBERGER; FOTOGRAFIE: DOMINIQUE MEIENBERG

Psychische Erkrankungen im Alter sind weder selten noch sollte man sich dafür schämen müssen.

Trotzdem fällt es vielen Menschen schwer, sich bei Bedarf Hilfe zu holen. Doch wer es frühzeitig tut und sich aktiv mit seiner Situation auseinandersetzt, hat gute Chancen, wieder auf die Beine zu kommen.

Die psychosoziale Spitzex der SAW bietet dabei Unterstützung und hilft, den Alltag auch mit Einschränkungen selbstständig zu bewältigen.

Frau K. findet morgens kaum mehr aus dem Bett. In ihrer Küche stapeln sich schmutzige Teller – ebenso die Rechnungen auf dem Wohnzimmertisch. «Warum schaffe ich nicht einmal mehr das, was früher ohne viel Aufhebens nebenherlief?», grübelt die 75-Jährige und zieht sich immer mehr in sich selbst zurück. «Das ist typisch für eine Altersdepression», erklärt Cornelia Arnold, Fachverantwortliche für psychosoziale SpiteX bei der SAW. Rasch ergebe sich daraus ein Teufelskreis: «Weil man den Haushalt nicht bewältigt, möchte man niemanden mehr in die Wohnung lassen. Aber rausgehen mag man auch nicht, weil zu Hause so viel Unerledigtes liegt und auch die Energie fehlt.» Für Frau K. gab es einen Ausweg: Sie vertraute sich ihrem Hausarzt an, der eine Depression diagnostizierte und psychiatrische SpiteXleistungen verordnete. Der Erfolg liess nicht lange auf sich warten: Bereits nach einigen Monaten Unterstützung durch die psychosoziale SpiteX der SAW konnte Frau K. ihren Alltag wieder selbstständig bewältigen. «Dass es so schnell geht, ist nicht die Regel», sagt Arnold, die Frau K. betreut. «Aber die Lebensqualität verbessern können wir auf jeden Fall – wenn die Kundin oder der Kunde an der Situation wirklich etwas ändern will und mitarbeitet.» Psychosoziale Betreuung auf ärztliche Anordnung werde von der Krankenkasse bezahlt und müsse wirksam, zweckmäßig und wirtschaftlich sein. «Es geht also um die professionelle Behandlung einer Erkrankung», erläutert Arnold. Man bespricht den Alltag und schaut, was sachte verbessert werden kann: «Niemand braucht um sieben Uhr aufzustehen, wenn das nicht geht», so die Fachfrau. «Aber um acht Uhr kurz das Bett zu verlassen, um die verordneten Antidepressiva zu nehmen, war zum Beispiel für Frau K. wichtig. Aufgrund der Wirkung hatte sie gegen zehn Uhr genug Kraft, um den Tag in Angriff zu nehmen. So kommt die betroffene Person in kleinen Schritten weiter und gewinnt mit jedem Erfolg an Selbstvertrauen.» Um finanzielle und soziale Fragen zu klären, arbeitet die psychosoziale SpiteX mit Lilo Farrér vom Sozialdienst der SAW zusammen. «Im Fall von Frau K. konnten wir eine Familienangehörige beziehen, die sich nun um die Finanzen kümmert», so Arnold.

Das Team der psychosozialen SpiteX SAW (von links nach rechts):
Viola Hug, Cornelia Arnold und Mia Lenzi

Die Begleitung von Menschen durch schwierige Phasen macht ihr Freude, denn: «Man kann mit vergleichsweise wenig Aufwand sehr viel bewirken. Und wenn jemand mit etwas Unterstützung weiterhin in der eigenen Wohnung zurechtkommt, ist das für die betroffene Person ein grosser Gewinn. Zudem kostet es weit weniger als die permanente Betreuung in einer Institution.»

Wohnassistenz: autonom leben trotz psychischer Einschränkungen

«Man sagt mir, ich lache wie der Clown Dimitri», sagt Frau M. und zeigt dabei ihr breites Lachen. Sie habe ein fröhliches Naturell und sei vom Leben geliebt, erklärt sie. Nur gebe es leider einige «Unmenschen», die ihr das Glück neideten und sie deshalb schon lange umbringen wollten. «Aber zum Glück sind diese bösen Wesen alle ausserhalb der SAW-Siedlung – hier drinnen gibt es nur wunderbare Menschen», ist die zierliche 64-Jährige im Moment gerade überzeugt. Das ist nicht immer so, aber mindestens beim Mittagessen im Gemeinschaftsraum der Siedlung Felsenrain fühlt sie sich «sicher und geborgen». Lebhaft diskutiert sie mit der SpiteX-Fachfrau Margreth Preisig, die heute den Mittagstisch betreut, über das von den Bäumen fallende Herbstlaub und die Vergänglichkeit alles Lebendigen. «Schrecklich», sagt sie und zeigt auf ein Ahornblatt der Tischdekoration, «diese toten, verschrumpelten Blätter!» Preisig reagiert verständnisvoll, macht aber darauf aufmerksam, dass die Bäume im Frühling nur neu ausschlagen können, ↗

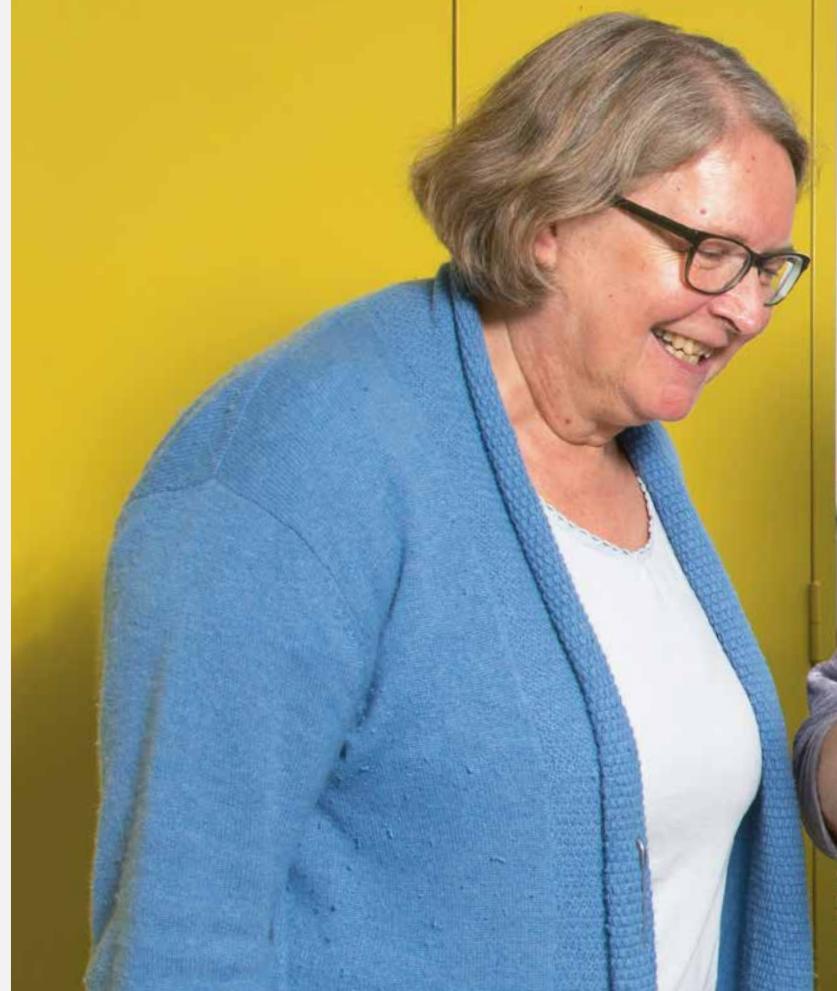


wenn sie die alten Blätter los sind. «Also muss man das umfassender sehen», erwidert Frau M. und scheint ihren Abscheu vor den «toten» Blättern überdenken zu wollen.

Frau M. ist eine von zurzeit knapp 20 Mieterinnen und Mietern, die bei der SAW von der «Wohnassistenz» profitieren. Diese spezielle Wohnform beinhaltet neben der Wohnungsmiete auch die vertragliche Verpflichtung, am betreuten Mittagstisch teilzunehmen und kontinuierlich mit der zuständigen Fachperson der psychosozialen Spitex Zürich SAW im Gespräch zu bleiben. «Der Mittagstisch gibt dem Tag Struktur und verhindert die soziale Isolation», sagt Viola Hug. Die Fachfrau Psychiatriepflege ist im Gebiet Nord der Spitex Zürich SAW nicht nur für die sieben Mieterinnen und Mieter mit Wohnassistenz zuständig, sondern auch für alle anderen, die psychosoziale Unterstützung brauchen. «Den meisten unserer Kundinnen und Kunden genügen regelmässige psychosoziale Beratungsgespräche im Verbund mit weiteren pflegerischen und hauswirtschaftlichen Leistungen, die wir als Spitesteam Hand in Hand erbringen. Die Wohnassistenz bietet mit ihrer engeren Begleitung und dem Mittagstisch mehr Sicherheit für chronisch erkrankte Menschen, die sonst kaum selbstständig wohnen könnten.» Dass die Wohnassistenz ihren Kundinnen und Kunden diese selbstbestimmte Lebensweise trotz psychischer Einschränkungen ermöglicht, ist für Viola Hug eine grosse Befriedigung: «Mir ist es wichtig, dass auch Menschen mit psychiatrischen Diagnosen in ihrer Autonomie respektiert werden», meint Hug, die seit 2015 bei der SAW tätig ist. Allerdings ist der Verbleib in der eigenen Wohnung nur möglich, wenn jemand Hilfe auch akzeptieren kann. «Wir können niemanden dazu zwingen, Unterstützung anzunehmen», sagt Hug. «Aber wer sich frühzeitig Hilfe holt, hat gute Chancen, selbstständig zu bleiben.»

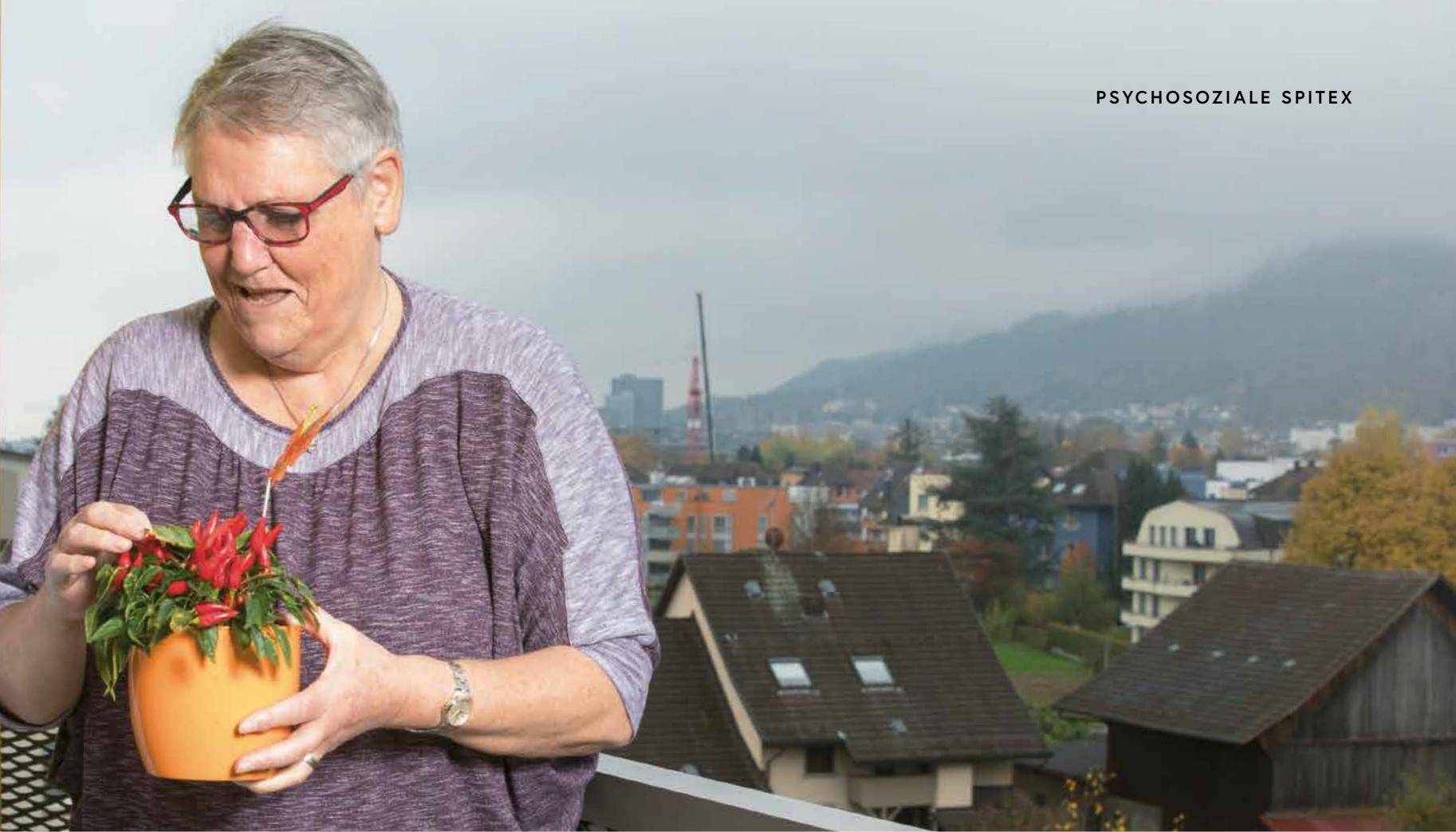
Seelische Leiden können schleichend beginnen

«Ich hätte nie gedacht, dass mir jemals so etwas passieren könnte», sagt die ehemalige Wohnassistenz-Mieterin Ruth Enzensberger, die inzwischen



glücklich in einer Zweizimmerwohnung der SAW ohne Wohnassistenz lebt. Mit «so etwas» meint die pensionierte Büroangestellte eine schwere Depression, von der lange Jahre niemand wusste, auch sie selbst nicht. Es begann schlechend: Schlafstörungen, permanente Müdigkeit, innere Leere waren die Anzeichen. «Ich sah Magnolienbäume blühen, nahm die Wärme der Sonne wahr, hörte eine Amsel singen – aber es bedeutete nichts, ich konnte keine Freude empfinden.» Irgendwann kam der Zusammenbruch, mehrere Klinikaufenthalte folgten. Damals setzte sich Enzensberger intensiv mit dem Thema Depression auseinander und stiess bei ihren Recherchen unter anderem auf die Wohnassistenz der SAW. «Dieses Angebot war super für mich», sagt Enzensberger, die besonders das tägliche Mittagessen als wichtigen





Ruth Enzensberger (rechts) begutachtet auf ihrem Balkon mit Spitex-Fachfrau Cornelia Arnold eine neu eingetopfte Chiliflanze.

Fixpunkt ihres Tagesablaufs empfand: «Ich war stets pünktlich dort, half den Pflegefachfrauen beim Tischdecken und später beim Aufräumen. Das hat mir enorm gut getan.» Auch die regelmässigen Gespräche mit «ihrer» Fachfrau Cornelia Arnold seien hilfreich gewesen, meint die 71-Jährige, die «grössten Respekt» vor der Arbeit der psychosozialen Spitex bekundet. «Diese Frauen müssen wohl manchmal Nerven wie Drahtseile und riesengrosse Geduld haben, denn nicht alle Kundinnen und Kunden können einen Rat annehmen. Aber wer sich nicht aktiv mit seiner Krankheit auseinandersetzt, kommt nie aus dem Elend heraus.»

Ruth Enzensberger hat es geschafft. In Absprache mit Arnold reduzierte sie schrittweise die Anwesenheiten beim Mittagstisch und verlängerte die Intervalle zwischen den Betreuungsgesprächen. Vor einigen Monaten schliesslich markierte der Umzug in eine andere Siedlung den Schritt in ihr neues Leben ohne Wohnassistenz. Inzwischen engagiert sie sich in der Kirchgemeinde, besucht einen Kurs für Specksteinbildhauerei und absolviert regelmässig ihr Fitness-

programm. Es geht ihr gut. Nur alle paar Wochen noch kommt Cornelia Arnold zu Besuch. «Das bringt mir die Gewissheit, dass allfällige Schwierigkeiten rechtzeitig wahrgenommen und besprochen werden», sagt Enzensberger. Ihr Rat an alle, die spüren, dass sie psychisch am Abrutschen sind: «Reden Sie darüber! Fragen Sie jemanden von der Spitex oder Ihren Hausarzt nach psychosozialer Unterstützung. Die hilft wirklich – aber aktiv werden müssen Sie selber.

So holen Sie Sich Unterstützung bei psychischen oder sozialen Problemen

Reden Sie mit Ihrem Hausarzt oder sprechen Sie eine Pflegefachperson Ihres Siedlungsteams an – die Namen finden Sie am Anschlagbrett im Eingangsbereich.

Kontaktieren Sie unseren Sozialdienst – Lilo Farrér ist für Sie da: **044 415 73 74**.

Sie können auch direkt Kontakt mit unserer Fachverantwortlichen für psychosoziale Spitex bei der SAW aufnehmen: Cornelia Arnold erreichen Sie über die **SAW-Zentrale: 044 415 73 33**.

Gleichgesinnte finden – so einfach kann es sein

TEXT: NINA SCHEU; FOTOGRAFIE: DOMINIQUE MEIENBERG

Wer etwas unternehmen will und dafür Verbündete sucht, findet bei der Verantwortlichen für Soziokultur in der SAW Unterstützung. Sie organisiert Veranstaltungen und Kurse – und hilft allen, die selbst etwas auf die Beine stellen wollen.

Ruth Cernelc greift zum Telefon. Sie wohnt seit einem Jahr in der SAW-Siedlung Friesenberg, und sie wünscht sich Gleichgesinnte, die mit ihr Canasta spielen. «Dazu braucht es mindestens zwei Spielerinnen», erklärt die weit über 80-Jährige, «aber die Runde kann auch zu viert sein.» Nur: Die ganze Siedlung nach Mitspielerinnen oder Mitspielern abklappern, das wollte sie nicht. Deshalb rief sie Gabriela Kossak an, die bei der SAW noch bis Ende Jahr zuständig für Soziokultur ist. Das heisst: Sie organisiert gemeinschaftliche Aktivitäten, Kurse und Veranstaltungen – und sie unterstützt Eigeninitiativen, die das Gemeinschaftsleben in den Siedlungen stärken. Deshalb ist sie genau die richtige Ansprechpartnerin, wenn man etwas zusammen mit anderen organisieren will, aber dabei Hilfe braucht. «Soziokulturelle Angebote haben einen grossen Einfluss auf die Lebensqualität und damit auch auf die Gesundheit», ist Kossak überzeugt. Dieses Wissen habe sich auch in der Fachwelt durchgesetzt. Gerade im Alter, in dem Einsamkeit ein Krankheitsrisiko darstellt, habe das Gemeinschaftsleben in der unmittelbaren Umgebung eine besondere Bedeutung. «Soziale Kontakte sind heute, wo Kinder und Angehörige nicht mehr in der Nähe wohnen, enorm wichtig. Wenn man sich gegenseitig kennt und hilft, fühlt man sich auch sicherer», erklärt Kossak: «Nur schon, weil es auffällt, wenn jemand nicht wie gewohnt zum gemeinsamen Mittagessen, in der Lesegruppe oder zum Kurs erscheint.» Man sorgt sich umeinander – auch ausserhalb der organisierten Veranstaltungen. Logisch also, dass Kossak neben

dem breiten Kurs- und Veranstaltungsangebot der SAW auch die freiwillige Nachbarschaftshilfe koordiniert – ebenso wie die «agil & mobil»-Gedächtnis- und Bewegungstrainings (früher SEBA®), die regelmässig in zahlreichen SAW-Siedlungen stattfinden.

Vier Frauen, ein Schrank und viele Spiele

Zurück zur Siedlung Friesenberg und Ruth Cernelc, die Spielpartnerinnen suchte: Gabriela Kossak verfasste mit ihr zusammen einen Aushang für die Treppenhäuser. Bereits ein paar Tage später meldete sich als Erste Alice Schmid. In ihrer Wohnung steht ein ganzer Schrank voller Gesellschaftsspiele, doch die Canasta-Regeln kenne sie noch zu wenig, findet sie. Auch Brigitte Rentsch und Silvia Prinz wissen kaum etwas über Canasta – dafür umso mehr darüber, wie bereichernd es ist, zusammen mit anderen etwas zu unternehmen. Inzwischen treffen sich die vier Frauen regelmässig, um Schmids Spiele-Schrank zu erkunden. Als wir sie mit dem Fotografen besuchen, ist Rummikub an der Reihe, ein Spiel mit Zahlen, bei dem man viel kombinieren muss. Canasta gehört noch nicht zum Programm der vier Damen: Die Regeln sind zu kompliziert. Auch in anderen Siedlungen treffen sich Gruppen zu regelmässigen Veranstaltungen, die zum Teil von der Soziokulturverantwortlichen angestossen oder organisiert wurden. Neben «Erzählcafés» gibt es über das ganze Jahr verteilt zahlreiche Vorträge zu ganz unterschiedlichen Themen – von praktischem Alltagswissen über Gesundheitsthemen bis zu Reiseberichten aus fernen Kulturen.

3

5

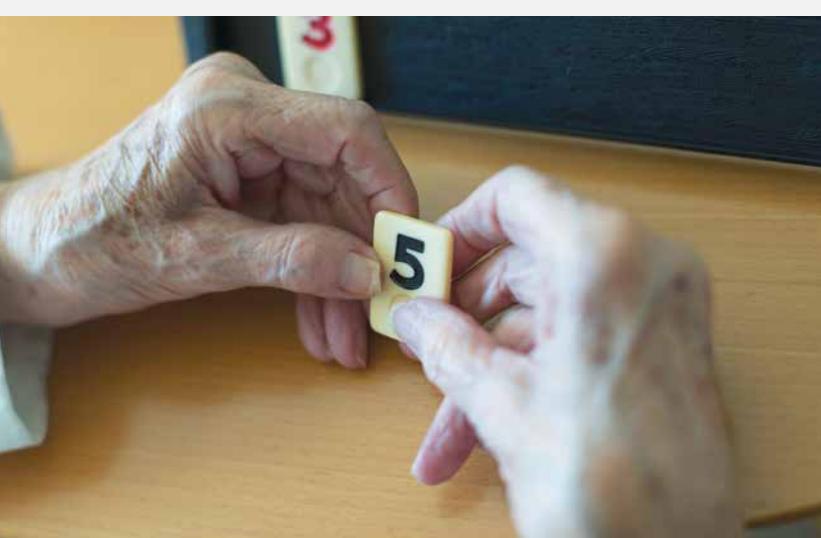
8



Ruth Cernelc ist die Initiantin des «Spielclubs» in der Siedlung Friesenberg.



Die vier spielfreudigen Ladys treffen sich zum Beispiel ...



... zum Rummikub, einem Spiel ähnlich wie Rommé, aber mit Zahlenplättchen statt Karten.



Kunst im Köschenrüti

Und manchmal geht es auch ganz ohne Unterstützung: So organisierten künstlerisch tätige Mieterinnen und Mieter der Siedlung Köschenrüti eine Ausstellung in Eigenregie. Der Hauswart Markus Römer hat ihre Bilder mit viel Kunstverständ und Einfühlungsvermögen im Eingangsbereich aufgehängt, wo sie trotz der farbigen Wände hervorragend zur Geltung kommen. Am 21. Oktober war Vernissage: Mitbewohnerinnen, Enkelkinder, Söhne und Töchter bestaunten die Werke, und drei junge Musikerinnen spielten Mozart und Bach. Entstanden war die Idee bei einem der monatlichen Kaffeetreffs im Gemeinschaftsraum. Ein ähnlicher Treff wurde kürzlich auch in der Siedlung am Schaffhauserplatz ins Leben gerufen – auf Anregung einer Mieterin und mit Kossaks praktischer Unterstützung. Mittlerweile organisieren sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer selbst. Auch die vier Spielerinnen im Friesenberg verabreden sich längst ohne die Koordinationshilfe der SAW. Für neue Projekte und Anliegen ist die Bereichsleiterin Wohnen Marianne Lobrinus zuständig.



Sie suchen gleichgesinnte Nachbarinnen oder Nachbarn? Sie wüssten ein Thema fürs nächste «Erzählcafé»? Sie möchten selbst eine Veranstaltung organisieren oder einen Kurs besuchen? Informieren Sie sich auf der Internetseite der SAW: www.wohnenab60.ch

Oder melden Sie sich mit Ihrem Anliegen direkt bei Marianne Lobrinus:

marianne.lobrinus@zuerich.ch
044 415 73 55

«Je weniger man hat, desto freier ist man.»

AUFSCHREIBUNG: ISABEL BAUMBERGER; FOTOGRAFIE: DOMINIQUE MEIENBERG

Rosemarie Egger, 1938 in Wien geboren, verbrachte als kriegsgeschädigtes Kind einige Zeit in der Schweiz. Später lebte sie in Zürich, heiratete einen Schweizer und wurde Schriftstellerin. Nach dem Tod ihres Mannes verbrachte sie zwölf Jahre auf der Insel Formentera, bevor sie 2013 zurück nach Zürich zog. Seit 2015 bewohnt sie eine Einzimmerwohnung in der Siedlung Waldgarten.

Rosemarie Egger geniesst ihre Spaziergänge im nahen Wald. «Da kann ich gut nachdenken», sagt die 79-Jährige.

«Ich kann mich noch genau an den Tag erinnern, an dem ich anfing zu schreiben: Es war der 31. Januar 1948, der Tag nach Mahatma Gandhis Tod. Damals war ich zehn Jahre alt und entsetzlich traurig, denn Gandhi war für unsere ganze Familie ein unglaublich wichtiger Mensch gewesen. Vor allem mein Vater konnte seine Ermordung kaum fassen, und um ihn zu trösten, schrieb ich für ihn ein Gedicht über Gandhi. Mein Vater wurde 90 Jahre alt, aber diesen ersten kleinen Text von mir hat er immer aufbewahrt.

Schreiben ist mir Lebenselixier. Meine beste Zeit ist der Morgen, deshalb sitze ich spätestens um sieben Uhr für mindestens zwei Stunden am Schreibtisch. Im Moment vor allem, um Briefe zu meinem Buch zu beantworten, das vor einigen Monaten erschienen ist. Es geht darin um Fragen, über die ich seit langer Zeit nachdenke. Zum Beispiel: Warum ist das Dunkle, Teuflische so leicht auszuführen, das Gute aber mit grosser Anstrengung verbunden, es zu tun? Was ist Nächstenliebe? Wo ist Gottes Barmherzigkeit in der Welt, in der wir leben? Die Fragen, mit denen ich ringe, habe ich eines Tages in einem Anfall von grandiosem Selbstbewusstsein allen berühmten Theologen geschickt, die mir eingefallen sind. Und man stelle sich vor: Alle haben geantwortet.



Unter anderem Hans Küng, Eugen Drewermann und der leider inzwischen verstorbene Kurt Marti. Ihre Gedanken sind nun in diesem Buch versammelt, was mich sehr glücklich macht. Aber wenn Gott mich einst fragt, was hast du Gutes getan in deinem Leben, dann erwähne ich nicht als Erstes eines meiner Bücher. Sondern ich sage: Die Sache mit den Hunden in Formentera! Dort lebte ein Rudel verwildert am Meer. Oder vielmehr: Die Hunde vegetierten dort – krank, halb verhungert, von Parasiten geplagt und sehr scheu. Aber ich glaube, mein eigener Hund redete ihnen gut zu, so dass sie Vertrauen fassten. So konnte ich sie schliesslich in mein Häuschen holen, aufpäppeln und mithilfe einer befreundeten Organisation an gute Plätze vermitteln. Es berührt mich heute noch sehr, wenn

ich daran denke. Im Talmud steht irgendwo der Satz: «Wenn du eine Seele rettest, hast du die Welt gerettet.» Und dass auch Tiere Seelen haben, weiss man ja inzwischen.

«Nur ein Leben, in dem man alles Unnötige weglässt und sich auf das Wesentliche konzentriert, ist ein wirkliches Leben.»

Rosemarie Egger, Schriftstellerin

Ich lebe hier sehr spartanisch: ohne Bilder an den Wänden, ohne Radio, ohne Fernseher, ohne Musikgerät. Nur die NZZ habe ich abonniert, vor allem wegen des Feuilletons. Jeden Morgen, bevor ich aufstehe, überfallen mich zuerst Gedanken wie: Heute musst du das tun, dies anpacken, jenes erledigen. Aber dann frage ich mich: Was davon ist wirklich notwendig? Was brauche ich? Früher lebte ich ganz anders. In bunten Gewändern, mit Ketten behängt, an jedem Finger einen Ring – eine richtig exzentrische Frau war ich. Heute scheint mir, dass nur ein Leben, in dem man alles Unnötige weglässt und sich auf das Wesentliche konzentriert, ein wirkliches Leben ist. Je weniger man hat, desto freier ist man.

In meiner kleinen Wohnung hier fühle ich mich wohl. Vom Schreibtisch aus sehe ich Wiesen, auf denen im Sommer Schafe weiden, und im nahen Wald kann ich jeden Tag spazieren gehen. Mein Leben ist erfüllt. Aber eins möchte ich unbedingt noch erfahren, bevor ich gehe: Wo ist Gottes Barmherzigkeit?»



**Die zwei letzten Bücher
von Rosemarie Egger:**

Kann man ein Geheimnis lieben?

Edition Fischer, Frankfurt/Main 2017

Leben auf einer Insel

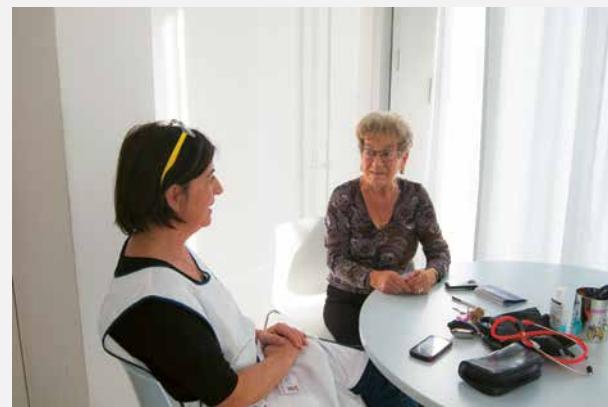
Orte-Verlag 2015

Die Siedlungssprechstunden – nicht nur für Gesundheitsfragen

Die früheren Spitex- oder Gesundheitssprechstunden sind zu allgemeinen Siedlungssprechstunden geworden und finden nun wieder regelmässig in allen Siedlungen statt.

Zum Dienstleistungspaket, das bei der SAW in den Nebenkosten inbegriffen ist, gehören unter anderem auch die Sprechstunden bei Fachpersonen des zuständigen Spitex-teams. Früher fanden sie täglich statt, waren aber ausschliesslich für medizinische Fragen gedacht. Neu ist die Anzahl der Sprechstunden individuell auf den Bedarf in den einzelnen Siedlungen abge-

stimmt – das Minimum ist zweimal wöchentlich. Und: Man kann nicht nur Blutdruck messen und sich Rat zu Gesundheitsthemen holen, sondern auch alle anderen Fragen anbringen, die mit dem Wohnen in der Siedlung zu tun haben. Ob man sich Sorgen um einen Nachbarn macht oder um die serbelnde Jassgemeinschaft, ob man mit seinen Rechnungen nicht mehr zurechtkommt oder sich über vereiste Treppenstufen ärgert: In der Siedlungssprechstunde wird einem weitergeholfen. Fragen und Anliegen, die nicht direkt die Spitex betreffen, leitet die zuständige Fachperson innerhalb



der SAW weiter an jemanden, der antworten oder etwas zur Lösung des Problems beitragen kann.

Die Sprechstundenzeiten in Ihrer Siedlung finden Sie an der Anschlagtafel im Eingangsbereich. (bai)

Geld gut und sinnvoll anlegen – in der SAW-Depositenkasse

Seit 20 Jahren hat die Stiftung Alterswohnungen eine eigene Depositenkasse, die inzwischen über 23 Millionen Franken verwaltet.

Als Mieterinnen und Mieter der SAW können Sie hier kleinere oder grössere Geldbeträge sicher anlegen und erhalten einen sehr attraktiven Zins. Dieser lag bisher 0,75 % unter dem jeweiligen Referenzzinssatz. Ende August dieses Jahres hat der Stiftungsrat beschlossen, diese Differenz auf 0,5 %

zu senken. Da der Referenzzinssatz aktuell 1,5 % beträgt, verzinst die SAW-Depositenkasse Einlagen neu mit 1,0 %. Und dies, obwohl pro Monat bis zu 20 000 Franken ohne Kündigung zurückgezogen werden können. Verwendet wird das Geld für die Verwaltung, den Unterhalt und den Bau von Siedlungen der SAW. Damit bringt es nicht nur einen guten Zins, sondern auch ein gutes Gewissen, denn Sie tragen mit Ihren Einlagen zum Blühen des Unternehmens SAW bei. Und: Als Sicherheit für Ihr Guthaben haften

das gesamte Liegenschaftsvermögen der SAW sowie eine Garantie der Stadt Zürich. (bai)

Das Formular zur Eröffnung eines Depositenkontos finden Sie in Ihrem Mieterordner. Oder Sie melden sich einfach bei der SAW. Unser Sekretariat schickt Ihnen gern ein Anmeldeformular zu.

Zentrale SAW: 044 415 73 33

Zukünftige Direktorin der SAW gewählt

INTERVIEW: ISABEL BAUMBERGER; FOTOGRAFIE: CHRISTINE ZENZ, MAGGIE AMMANN

Die neue Direktorin der SAW heisst Andrea Martin-Fischer und tritt ihr Amt im April 2018 an. Ihre Wahl durch den Stiftungsrat war von medialen Nebengeräuschen begleitet. Drei Fragen dazu an die Vizepräsidentin des SAW-Stiftungsrates, Susanne Bernasconi-Aeppli

Frau Bernasconi, der Stiftungsrat hat Anfang November die neue Direktorin der SAW gewählt. Mit welchen Eigenschaften und Erfahrungen konnte Andrea Martin-Fischer die Wahl für sich entscheiden?

Andrea Martin-Fischer hat einen eindrücklichen beruflichen Werdegang von der Pflegfachfrau zur Geschäftsführerin mit fundierter Führungserfahrung. Es gelang ihr, die Familie mit zwei Kindern und ihre berufliche Entwicklung in Einklang zu bringen, was Belastbarkeit und Flexibilität erkennen lässt. Ihre frühere Tätigkeit in Spitex-Organisationen kommen ihr in der SAW zugute – ebenso die Weiterbildungen im Gesundheitsbereich und in Betriebswirtschaft. Sie war in leitenden Funktionen im regionalen Pflegzentrum Baden tätig, das der Stadt Baden gehört. Zusammenarbeit mit der Verwaltung ist ihr daher nicht fremd. Heute ist sie Geschäftsführerin der Senevita Residenz Nordlicht, die Alterswohnungen, eigene Spitexleistungen

und Langzeitpflegeplätze anbietet. Frau Martin-Fischer hat eine offene, gewinnende Art. Sie freut sich sehr auf ihre neue Aufgabe als Geschäftsführerin der SAW.

Rund um die Wahl gab es einigen Wirbel – mit entsprechendem Medienecho. Ein Stiftungsratsmitglied ist per sofort zurückgetreten mit der Begründung, dem Stiftungsrat seien vor der Wahl wichtige Informationen vorenthalten worden. Was sagen Sie als Vizepräsidentin dazu?

Der Stiftungsrat hatte die Wahl zwischen zwei sehr qualifizierten Persönlichkeiten. Seine Mitglieder erhielten detaillierte Unterlagen zu den Kandidierenden und konnten sich daraus ein erstes Bild machen. An der Wahlsitzung folgte dann die persönliche Begegnung. Zu Beginn der anschliessenden Diskussion berichtete ein Mitglied des Stiftungsrates mündlich über die Begegnung der Kandidierenden mit

der Geschäftsleitung und deren Reaktion. Im Nachhinein kann man sich fragen ob auch die per Mail übermittelten Einschätzungen des interimistischen Direktors schriftlich hätten abgegeben werden sollen, unterschlagen wurden sie nicht. Die Wahl der neuen Direktorin ist korrekt erfolgt.

Seit der Frühpensionierung der langjährigen Direktorin Linda Mantovani vor viereinhalb Jahren tritt mit Frau Martin-Fischer bereits die dritte Nachfolgerin an. Wo sehen Sie die Gründe für diesen raschen Wechsel, und wie schätzen Sie die Chancen ein, dass sich die Situation nun nachhaltig beruhigt?

Unter der zwölf Jahre dauernden Führung von Linda Mantovani war die damalige strategische Ausrichtung kein kontroverses Thema. Danach gab es – wie häufig bei Führungswechseln – unterschiedliche Vorstellungen bezüglich der Ausrichtung und Führung der SAW. Hinzu kamen grosse personelle Veränderungen innerhalb der Geschäftsleitung. Nach dem Abgang der letzten Direktorin übernahm mit Ernst Tschannen ein mit den städtischen Gegebenheiten vertrauter und führungserfahrener Mann interimistisch die Leitung. Unter seinem Vorsitz analysierte die heutige Geschäftsleitung alle Tätigkeiten der SAW und erarbeitete ein Schwerpunktprogramm. Diese Grundlagen werden der neuen Direktorin den Einstieg wesentlich erleichtern.



Susanne Bernasconi-Aeppli



Andrea Martin-Fischer

Haben Sie
Fragen an die SAW?
Schreiben Sie uns an:
saw-wohnzeit@zuerich.ch oder
(per Briefpost): SAW, WohnZeit,
Postfach, 8036 Zürich

Liebe SAW...

zum Thema Kabelanschluss

Kürzlich erhielten alle Mieterinnen und Mieter die Nachricht, dass die SAW ihren Vertrag mit der UPC (ehemals Cablecom) per 1. Januar 2018 gekündigt hat. Danach gab es viele Anfragen wie etwa: «Ich möchte, dass alles weiterfunktioniert wie bis anhin – stellt man mir jetzt das Internet ab?» oder «Ich bin bereits bei einem anderen Anbieter, muss ich das der Cablecom melden?» Da man zurzeit auch davon liest, dass die analogen Leitungen abgestellt werden, fragen sich einige Mieterinnen und Mieter zudem, ob ihre Telefonapparate dann noch funktionieren. Balz Christen, Leiter Finanzen und Services bei der SAW, antwortet.

Zunächst zur Beruhigung all jener, die möchten, dass alles weiterläuft wie bisher: Sie müssen gar nichts unternehmen. Die Kündigung des Vertrags mit der UPC bedeutet lediglich, dass Sie die Kabelgebühr nicht mehr mit den Mietnebenkosten an uns, sondern direkt an die UPC bezahlen. Von dieser werden Sie dafür eine Rechnung erhalten, entsprechend sinken Ihre Nebenkosten. Bei manchen Abos ist die Kabelgebühr aber auch schon inbegriffen, dann ändert sich für Sie gar nichts. Sollten Sie eine Rechnung von UPC erhalten, obwohl sie den Anschluss eines anderen Anbieters nutzen, dann melden Sie das der UPC unter 058 388 79 97. Dort lassen Sie sich mit der Administration verbinden. Sie können auch vorsorglich anrufen, um Ihr Abonnement überprüfen und Ihren tatsächlichen Bedürfnissen anpassen zu lassen. In der Wahl des Anbieters sind Sie frei. Wenn Sie ihn wechseln wollen, melden Sie sich bei einem neuen Anbieter, schliessen ein Abo ab und erkundigen sich dort, was Sie gegenüber Ihrem bisherigen Anbieter tun müssen. Der SAW brauchen Sie nicht Bescheid zu geben.

Zuletzt noch ein Tipp in Sachen Telefon: Da die analogen Leitungen abgestellt werden, empfiehlt es sich, zu überprüfen, ob Ihr Apparat tauglich für die neuen Glasfaserkabel ist: Sehen Sie rechts neben der Taste Null eine Raute (bekannt als «Gartenhag») und links einen Stern? Dann funktioniert Ihr Telefon auch im neuen Netz. Wenn nicht, oder wenn Sie noch einen Apparat mit Wähl scheibe haben, müssen Sie sich fürs Festnetz ein neues Telefon anschaffen. In Fachgeschäften gibt es eine Vielzahl von Modellen, darunter auch einfach zu bedienende Apparate mit gut lesbaren Zahlen.

DEZEMBER 2017

14. Dezember 2017, 14 Uhr

Lernen im Alter? Ja, nur anders!

Fürs Lernen ist man nie zu alt. Gedankenanstösse zu lebenslangem Lernen

Siedlung Krone Altstetten
Feldblumenstrasse 9, 8048 Zürich

JANUAR 2018

18. Januar 2018, 14 Uhr

«agile & mobile» Lezione di prova

Corsi di lingua italiana. Mantenimento, sostegno e allenamento del fitness mentale e fisico

Siedlung Feldstrasse
Feldstrasse 110, 8004 Zürich

FEBRUAR 2018

1. Februar 2018, 14 Uhr

Mehrgenerationen-Wohnen in der Zootierwelt

Gut gehalten, erreichen Zootiere ein hohes Alter – wie sieht ihr Seniorenleben aus?

Siedlung Hirzenbach
Hirzenbachstrasse 85, 8051 Zürich

FEBRUAR 2018

15. Februar 2018, 14 Uhr

Wind und Wetter – Was ist mit dem Klima los?

Die Ursachen des Klimawandels verstehen. Ein Blick von der Vergangenheit in die Zukunft

Siedlung Irchel
Möhrlistrasse 110, 8006 Zürich

MÄRZ 2018

1. März 2018, 14 Uhr

«agil & mobil» Schnuppertraining Erhalt, Förderung und Training der mentalen und körperlichen Fitness

Siedlung Dufourstrasse
Baurstrasse 11, 8008 Zürich

MÄRZ 2018

27. März, 14 Uhr

**Everdance® – alleine und doch gemeinsam
Gesellschaftstänze: von Walzer bis Cha-Cha-Cha – alleine tanzen, Gemeinsamkeit erleben**

Siedlung Hirzenbach
Hirzenbachstrasse 85, 8051 Zürich

APRIL 2018

12. April 2018, 14 Uhr

Musikalische Literatur

Eine Begegnung zweier Menschen, zweier Generationen und zweier Kunstformen: Wort und Gesang

Siedlung Dufourstrasse
Baurstrasse 11, 8008 Zürich

Details zu den Veranstaltungen auf

wohnenab60.ch → Aktuelles

→ Veranstaltungskalender

Gerne können Sie telefonisch einen gedruckten Veranstaltungskalender bestellen: **044 415 73 33**

«Ich möchte Anordnungen treffen – für den Fall, dass mir etwas passiert. Aber wie mache ich das genau?»

Sorgen? Fragen?

Der SAW-Sozialdienst ist für Sie da! Rufen Sie an: 044 415 73 74

Lilo Farrér steht Ihnen mit Rat und Tat zur Seite – entweder in der SAW-Geschäftsstelle oder auf Wunsch auch bei Ihnen zu Hause.



Stiftung Alterswohnungen
der Stadt Zürich SAW

