

«Er isch min Schatz.»

Ein Blick aus dem Fenster des Hochhauses, in dem Beatrice Keller seit 48 Jahren lebt, eröffnet einem die urbane Vorstadtgegend von Zürich Altstetten und den Himmel.



Die Gebäude bilden einen Gegensatz zur nostalgisch eingerichteten Wohnung der alten Dame.



+ FOKUS

Das stetige Vergessen –
Leben mit Demenz

+ SERVICE

Anlaufstellen

Editorial

Liebe Freunde von TIXI

TIXI verbindet Menschen wie das Ehepaar Keller-Huber, das seit 66 Jahren verheiratet ist und sich dank dem Fahrdienst regelmässig in die Arme schliessen kann, obwohl der Ehepartner im Pflegeheim lebt. Die Fahrt zum Pflegeheim mit den öffentlichen Verkehrsmitteln ist zwar nicht weit, bleibt aber für die betagte Frau mit Rollator verschlossen.

Dank TIXI wird die Distanz zwischen den beiden überwindbar und die so wichtige persönliche Begegnung und Nähe zwischen dem Ehepaar erst möglich.

Für unsere betagten Fahrgäste bieten wir mit dem «von Person zu Person Service» auch eine Entlastung für die Angehörigen. Unsere freiwilligen Fahrerinnen und Fahrer gehen einfühlsam und professionell auf die individuellen Bedürfnisse der mobilitätseingeschränkten Fahrgäste ein. So hilft TIXI, Menschen zusammenzubringen. Mit Ihrer Spende ermöglichen Sie solch innige Momente. Dafür danken wir Ihnen!



Herzlichst Ihr

Hans-Peter Nägeli
Präsident
TIXI Zürich



Die Wanduhr tickt, doch die Zeit scheint stillzustehen.

Länger als die diamantene Hochzeit

Das Ehepaar Keller hat schon einige Jubiläen gefeiert. Seit 66 Jahren sind ihr Hans-Ruedi und sie verheiratet. Täglich ruft er sie am Morgen und am Abend an. An den Wochenenden



Frau Keller freut sich ihren Mann bald zu sehen.

«Die TIXI Fahrer sind alle sehr hilfsbereit und zuvorkommend.»

TIXI Fahrgast
Beatrice Keller-Huber

besucht sie ihren «Schatz» im Pflegezentrum Bachwiesen. Da er einen Schlaganfall hatte, kann er nicht mehr zu Hause wohnen. Die betagte Frau ist aufgrund ihres Alters nicht mehr in der Lage, mit dem Rollator den öffentlichen Verkehr zu nutzen. Darum ist sie froh, wenn jeweils das TIXI vorfährt und sie zu ihrem Mann bringt. Die gemeinsame Zeit an den Wochenenden bedeutet beiden viel. Es ist wie die Luft zum Atmen und hält ihre Liebe jung.

Heimat über den Dächern Altstettens

Als Älteste von drei Schwestern wuchs die 1931 geborene Beatrice Keller-Huber in Altstetten auf und blieb. Ihren Mann lernte sie bereits in der Sekundarschule kennen, doch ihre Wege kreuzten sich erst wieder im Alter von 20 Jahren während eines Skiwochenendes des Skiclubs Altstetten auf der Auenalp. «Mein Mann

war überrascht, dass ich ihn sogar mit Namen kannte», lacht sie verschmitzt. Sie habe immer gewusst, dass sie beide zusammengehören. Die beiden heirateten und bekamen einen Sohn und eine Tochter. Als sie noch jung waren, hätten sie und ihr Mann viel gemeinsam unternommen. «Obwohl wir wenig Geld hatten und kein Auto, gingen wir Skifahren und reisten viel herum.» Nach Syrien, Jordanien, Norwegen oder St. Petersburg seien sie gereist. Ihr Vater hatte zudem ein Haus im Wallis, in dem die Familie viele Ferien verbrachte.



Frau Keller wird von Fahrer Dejan Popovic an der Türe empfangen.

TIXI ist eine wichtige Hilfeleistung

Für die allein lebende Frau sind die sozialen Kontakte ebenso wichtig wie ihre Autonomie, die sie in ihren eigenen vier Wänden hat. «Eine Kollegin besucht mich jeden Mittwochnachmittag und wir jöggerlen zusammen», erzählt Frau Keller begeistert. Im Haus fehle leider der Kontakt mit

«Durch meinen Einsatz kann ich Menschen unterstützen und habe eine sinnvolle Nebenbeschäftigung.»

TIXI Fahrer
Dejan Popovic

den Nachbarn, weil sie verstorben sind oder ins Altersheim mussten. Sie hätte gerne mehr Besuche. Die Spitex kommt am Morgen und am Abend vorbei. Für Frau Keller sind eine Tagesstruktur wie das Mittagessen mit anschließendem Mittagsschlaf, ein kleiner Spaziergang und eben die Fahrten mit dem TIXI enorm wichtig. Die 91-jährige Frau braucht Sicherheit, da sie aufgrund einer Altersvergesslichkeit manchmal orientierungslos und verwirrt ist. Für Ihre Kinder ist es entlastend zu wissen, dass es Angebote wie die Spitex und das TIXI gibt. Beide Kinder sind noch berufstätig und die Tochter fährt nicht Auto. Dass ihre Eltern sich jedes Wochenende sehen und in diesen Momenten ihre Ehe leben können, bedeutet Lebensqualität für das Ehepaar, das schon so lange miteinander verbunden ist. Im hohen Alter sind sie froh, dass die Distanz zueinander nur eine TIXI Fahrt ausmacht.



Das Ehepaar Keller ist endlich vereint und freut sich auf die gemeinsamen Stunden.

Das stetige Vergessen – Leben mit Demenz

15% unserer Fahrgäste nutzen den «von Person zu Person Service». Oft sind es Angehörige oder Institutionen, die betagte und zum Beispiel demente Personen anmelden. Damit ermöglichen wir, dass unsere Fahrgäste so lange wie möglich autonom leben können. Für Betroffene und Angehörige bleibt es aber eine grosse Herausforderung, wenn die Diagnose Demenz fällt. Die Geschäftsleiterin von Alzheimer Zürich, Christina Krebs, stellte sich unseren Fragen.

Was versteht man unter dem Begriff Demenz?

Demenz ist ein Sammelbegriff für neurodegenerative Erkrankungen im Gehirn. Übersetzt heisst das eine krankhafte Vergesslichkeit, die immer mehr zunimmt. In einem Kuchendiagramm der Demenzerkrankungen macht Alzheimer je nach Lesart ca. 70-80% aus. Die Krankheit verläuft in Kurven und der Zustand verschlechtert sich bei manchen Leuten sehr schnell und bei anderen ist es ein langsamer Prozess.

Welches sind Warnsignale, die auf eine Demenzerkrankung hinweisen können?

Warnsignale sind Gedächtnisstörungen, Vergesslichkeit und eine fehlende Orientierung im Raum und in der Zeit. Betroffene stehen dann zum Beispiel plötzlich orientierungslos in einer Strasse, die sie seit Jahren kennen. Abläufe wie einen Kuchen zu backen sind plötzlich nicht mehr möglich. Auch Mühe mit der Sprache, ein fehlendes Zeitgefühl oder wahnhafte Vorstellungen können Anzeichen sein. Zudem werden Betroffene oft antriebslos, sind depressiv, misstrauisch anderen gegenüber und explosiv. Wichtig ist es, eine Abgrenzung zu machen zwischen Demenz und einer normalen Alltagsvergesslichkeit, die z.B. durch Stress begünstigt werden kann.

Welches sind die Risikofaktoren?

Meistens ist die Krankheit nicht vererbbar. Es gibt nur ganz wenige vererbbare Demenzerkrankungen. Aber es gibt offensichtliche Risikofaktoren wie wiederholte Schläge aufs Gehirn, Unfälle, oder z.B. im Sportbereich die Boxerdemenz oder auch gewisse Krankheiten, Alkohol- und Drogenmissbrauch sowie Umweltbelastungen.

Mit welcher Unterstützung können Angehörige und Betroffene rechnen?

Es gibt eigentlich nur die regulären Leistungen wie Sozialhilfe, Ergänzungsleistungen oder Hilflosenentschädigung. Da die Betreuung von Betroffenen aber nicht bezahlt wird, werden Angehörige sehr ausgelaugt. Auf politischer Ebene muss dafür gekämpft werden, dass es für die langen Phasen der Betreuung, die sehr anstrengend sind, Betreuungsunterstützung gibt. Eine entsprechende Forderung dazu wurde von verschiedenen Altersorganisationen initiiert. Sonst laufen wir künftig Gefahr, dass der Mittelstand bei einer Demenzerkrankung verarmt. Niemand sollte mit einer solchen Diagnose alleingelassen werden.

Initiativvorschlag für Volksinitiative:

www.gutes-alter.org

Auszug aus dem Interview mit der Geschäftsleiterin der Vereinigung Alzheimer Zürich, Christina Krebs.



**Lesen Sie hier
das ganze Interview!**

Freiwillig im Einsatz

Seit bald vier Jahrzehnten ermöglichen freiwillige Fahrer:innen im Kanton Zürich mobile Freiheit für diejenigen, die den öffentlichen Verkehr nicht ohne fremde Hilfe nutzen können.

Dabei leisteten 2021 rund 400 Fahrer:innen knapp 81 000 Stunden Freiwilligenarbeit. Jährlich legten sie eine Strecke von fast 1,3 Millionen Kilometern zurück. Das entspricht 44 Fahrten von Zürich nach Kapstadt und wieder zurück.

Dank dem Einsatz unserer Fahrer:innen bleibt unsere Flotte aus 30 rollstuhlgängigen Fahrzeugen und privaten PWs nicht

am Boden. Täglich heben unsere Fahrzeuge ab, um mobilitätseingeschränkte Menschen hinaus ins Leben zu begleiten.

Dank TIXI können sich Menschen wie das Ehepaar Keller-Huber regelmässig wiedersehen. Das bedeutet Lebensqualität für unsere Fahrgäste.



Freiwillige Fahrer wie der berufstätige Dejan Popovic schenken unseren Fahrgästen Unabhängigkeit.



Engagieren Sie sich freiwillig!

Fahrerin oder Fahrer werden

Wollen auch Sie Paare und Freunde glücklich machen? TIXI Fahrgästen ein Stück Mobilität schenken?

TIXI ist immer auf der Suche nach motivierten und engagierten Fahrer:innen. Gerne informieren wir Sie auch persönlich via Tel. 044 404 13 80 – Wir freuen uns auf Ihren Anruf.



Gegen das Vergessen

Auf dieser Seite finden Sie einen Überblick über Anlaufstellen und Organisationen, die weiterhelfen. Ihre Fragen und Anregungen zum Thema Demenz nehmen wir gerne entgegen: info@tixi.ch

Demenz Zürich ist eine Plattform von Betroffenen für Betroffene! Krankheiten wie Alzheimer ändern vieles, im Leben der Erkrankten und deren Angehörigen. Auf dieser Website teilen Menschen ihre Erfahrungen, damit andere Betroffene davon profitieren und etwas mitnehmen können auf ihrem eigenen Weg mit der Krankheit.

www.demenzzuerich.ch

Die Stiftung Sonnweid vermittelt kostenlose Schulungen von Freiwilligen in Alters- und Pflegeheimen, Cafeterias oder in Besuchsdiensten. Ziel der Schulungen ist es, dass praktisches Wissen über Demenz vermittelt wird und die Freiwilligen mehr Sicherheit im Umgang mit Menschen mit Demenz gewinnen. Auch Vereine können die Weiterbildungen buchen.

stiftung-sonnweid.ch/freiwilligenschulung/

In den **Memory-Kliniken** können sich Menschen mit Verdacht auf Demenzerkrankungen abklären und behandeln lassen. Das Angebot ist nicht nur für ältere Menschen offen, sondern auch für Personen, die noch im Arbeitsprozess stehen und aufgrund ihrer Defizite im Gedächtnis und Denken nicht die volle Leistung erbringen können. Memory-Kliniken gibt es in allen Kantonen.

Bsp. **Stadtspital Zürich Waid: 044 417 26 06**

Das Angebot von **Alzheimer Zürich** umfasst unterschiedlichste Beratung, Begleitung, einen Entlastungsdienst und Schulung von Menschen mit Demenz, deren Angehörigen und deren Umfeld. Als Fachstelle vermittelt sie Wissen und schafft Zugang zu spezifischen Informationen und eigenen Angeboten. Zudem vertritt sie die Interessen der Betroffenen und der Angehörigen gegenüber der Öffentlichkeit und in der Politik.

Alzheimer-Telefon: **058 058 80 00**

www.alz-zuerich.ch

Impressum

Auflage: 10 600 Exemplare
Redaktion: TIXI Zürich

TIXI Zürich

Fahrdienst für Menschen mit Behinderung
Mühlezelgstrasse 15
8047 Zürich



TIXI	044 404 13 80
Fahrtenbestellung	0848 00 20 60
Spendenkonto	80-14900-0
Webseite	www.tixi.ch