

## Mitglieder-Information

### Januar 2014

16. Jahrgang – 58. Ausgabe



### Zum neuen Jahr

Schon sind es 7 Jahre, dass ich in der NPV mitarbeite. Zuerst als Ressortleiterin Aussenbeziehungen, danach als Präsidentin. Es waren intensive Jahre, von denen ich keines missen möchte. Sie gaben mir Gelegenheit, viele interessante Mitmenschen kennenzulernen, neue Ideen aufzugreifen und die NPV in eidgenössischen Gremien, die sich mit seniorenpolitischen Fragen befassen, einzubringen.

Ein Punkt allerdings bereitet mir Sorgen: Der Mitgliederschwund. Unsere Vereinigung ist nicht allein betroffen, was aber wenig tröstlich ist. Um dem entgegenzuwirken, habe ich Gelegenheit, die NPV bei Pensionierten-Kursen bei der Novartis, der BASF und eventuell bald auch bei Syngenta vorzustellen. Ich bin immer wieder stolz, die Vielzahl an Aktivitäten präsentieren zu können, die wir unseren Mitgliedern bieten. Dies ist nur dank der intensiven Mitarbeit des (Erweiterten) Vorstandes möglich, für die ich mich auch an dieser Stelle herzlich bedanken möchte. Nicht weniger zufrieden bin ich bezüglich unserer Altersstruktur. Wir haben 6 Personen die  $\geq 100$  Jahre alt sind, aber auch 873 «Junge» zwischen 60 und 70 Jahren, also eine ausgewogene Struktur.

All unseren langjährigen Mitgliedern ein ganz herzliches Dankeschön für ihre Treue zur NPV.

Ihnen allen wünscht der Vorstand ein gesundes, glückliches neues Jahr, mit vielen schönen, wertvollen Erinnerungen, zu denen die NPV beitragen will.

Béatrice Spang  
Präsidentin NPV

## AHV und PK weiterhin in Diskussion

Vieles, was in letzter Zeit zu den Sozialwerken AHV und Pensionskassen (PK) auf höchster Bundesebene, in der Bevölkerung und auch in den Altersorganisationen diskutiert und verhandelt wurde, betrifft uns Pensionierte zwar nicht mehr direkt, indirekt allerdings durch den Satz der Mehrwertsteuer (MWSt). Trotzdem verfolgen sicherlich auch die NPV-Mitglieder, was auf dem Gebiet der Vorsorge so läuft, schliesslich geht es auch darum, die Renten der kommenden Generationen zu sichern. Versuch einer Standortbestimmung.

Von Arthur Barthold und Fredy Albert

### Bundesrätliche AHV-Massnahmen

Der Bundesrat (BR) hat schon im letzten Sommer die Kernpunkte der Reform Altersvorsorge 2020 verabschiedet. Deren Massnahmen, so heisst es in einem Communiqué des BR, konkretisierten die schon 2012 gutgeheissenen Leitlinien und erlaubten die finanzielle Konsolidierung des Altersvorsorgesystems.

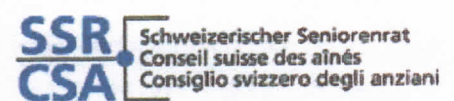
Nun sind in diesem Paket allerhand Massnahmen, wie etwa das Referenzalter (Harmonisierung des Rücktrittsalters für Männer und Frauen bei 65 Jahren, sowohl bei der AHV als auch den PK), die Rentenflexibilisierung (Möglichkeit der frühzeitigen Pensionierung und des Rentenaufschubs bei Fortsetzung der Erwerbstätigkeit sowie des Teilrücktritts mit Teilpensionierung) und andere Elemente enthalten. Übrigens auch der ständig diskutierte und immer wieder umstrittene BVG-Umwandlungssatz für PK, mit dem aus dem Alterskapital der Versicherten die Rente herausgerechnet wird. Im Zeitraum von 4 Jahren, so der Bundesrat, wird der Umwandlungssatz um jährlich 0,2 Prozentpunkte von 6,8 auf 6,0 Prozent gesenkt (siehe weiter unten).



Gesundheitsminister  
Bundesrat  
Alain Berset  
(Foto: Internet)

Schliesslich kommt der Bundesrat im eingangs erwähnten Communiqué auch auf die Beteiligung des Bundes an den AHV-Ausgaben zu sprechen. Er will diesen bisherigen Beitrag nicht mehr ausschliesslich nach den Ausgaben der AHV richten, sondern nur noch nach dessen Hälfte. Die andere Hälfte seiner Beteiligung soll der Entwicklung der Mehrwertsteuer-Einnahmen folgen.

### SSR wehrt sich



Rasch reagiert auf diese Absicht in der bundesrätlichen AHV-Reform 2020 hat der Schweizerische Seniorenrat (SSR), dessen Aufgabe es u.a. ist, den

Fortsetzung auf Seite 3

Sicherheit wichtig. Die SBB versuchen, diesen Wünschen durch bauliche Verbesserungen (Perrons) und Bahnhofshelfer Rechnung zu tragen. Um die Hetzerei beim Umsteigen zu vermeiden, machte die Referentin darauf aufmerksam, dass eventuell einfach der nächste Zug genommen werden sollte. So z.B. bei Zügen, die im ¼-Stundentakt verkehren. Um die heute oft als kompliziert empfundene Bedienung der Billetautomaten zu verbessern, testen die SBB im Zürcher Bahnhof zur Zeit *sprechende* Automaten.

## «Sicher stehen – sicher gehen», Mobilität im Alltag

65-Jährige und Ältere sind Opfer von jährlich 70 000 Freizeit- und Hausunfällen mit 1168 Todesfällen. Sie verursachen Kosten von ca. 1,5 Milliarden Franken. Viele dieser Unfälle sind Stürze. Schuld an Stürzen sind Muskelschwäche und Angst vor erneutem Stürzen («Post-Fall-Syndrom»). Es ist deshalb wichtig, Beinkraft und Gleichgewicht zu trainieren. Dazu kann beim bfu die Broschüre «Sicher stehen – sicher gehen» angefordert wer-



Referentin  
Barbara  
Pfenninger (bfu)

den oder auf [www.bfu.ch](http://www.bfu.ch) heruntergeladen werden (Film auf [www.stuerze.bfu.ch](http://www.stuerze.bfu.ch)). Das Training ist wichtig, da die Angst vor Stürzen verhindert, dass ältere Menschen ihr Heim verlassen, sie daher vereinsamen und immer schwächer werden. Ein Teufelskreis!

## Unterstützung zu Hause – sorgfältig und menschlich



In früheren Ausgaben der «NPV News» (4/08 und 4/13) haben wir bereits zwei Organisationen vorgestellt, die Pflege und Haushaltsführung für ältere Menschen im eigenen Heim anbieten. Der folgende Text beschreibt eine weitere Institution, die 24 Stunden Hilfe und Betreuung zu Hause leistet und somit ebenfalls eine Alternative zum Seniorenheim darstellt.

Von Dr. Indre Steinemann, Oberwil BL

### 24-Stunden-Unterstützung

Neun von 10 Seniorinnen und Senioren möchten auch bei Hilfsbedürftigkeit zu Hause in der vertrauten Umgebung bleiben und wenn möglich den Eintritt in ein Alters- oder Pflegeheim vermeiden. Die *Daheim am Besten GmbH*, eine private Spitex-Organisation mit Sitz in Oberwil BL, ist auf das begleitete Wohnen zu Hause in der Nordwestschweiz spezialisiert. Unsere sorgfältig ausgewählten, erfahrenen Betreuerinnen wohnen beim Kunden zu Hause (im eigenen Zimmer), begleiten ihn durch den Alltag und helfen ihm bei den täglichen Verrichtungen.

### Hilfe zur Selbstständigkeit

Hauswirtschaftliche Arbeiten wie Einkaufen, Aufräumen, regelmässiges gesundes Kochen, Unterstützung beim Anziehen, Handreichungen, Verminderung der Sturzgefahr, Unter-



Fotos: z.V.g.

stützung bei der Fortbewegung, Hilfe bei Inkontinenz und Körperhygiene, Betreuung bei Demenzerkrankung, Überwachung ärztlicher Verordnungen, Begleitung ausser Haus (Arzt, Optiker, Coiffeur, Bibliothek, Post, Besuche, Kirche, Spaziergänge, Vereins- und Seniorentreffen), nächtliche

Rufbereitschaft und diverse weitere Erledigungen sind tägliche kleine Hilfen mit grosser Wirkung. Besonders beliebt ist es, wenn unsere Betreuerinnen mit den Seniorinnen und Senioren gemeinsame Ausflüge machen, ein Konzert besuchen, gemeinsam kochen und sich mit ihnen unterhalten können.

### Wer braucht eine 24-Stunden-Unterstützung zu Hause?

Ein Schicksalsschlag wie ein Sturz oder ein Hirnschlag kann das Leben rapid verändern. Krankheiten wie Demenz, Krebsleiden oder Kreislauferkrankungen und auch Altersschwäche kommen hingegen langsam und oft unbemerkt. Einfache Aufgaben im Haushalt werden zunehmend zur Herausforderung. In solchen Fällen werden wir häufig beigezogen, vor allem, wenn die pflegenden Angehörigen an ihre Grenzen stossen.

### Pianist oder Vegetarierin?

Die meisten Seniorinnen und Senioren lieben ihre Gewohnheiten und Hobbies, welche sie während Jahrzehnten pflegten. Bevor wir eine Betreuung beginnen, möchten wir diese Wünsche und Vorstellungen kennen. Nicht alles kann jedoch erfüllt werden, aber vieles: Einem Kunden konnten wir den Wunsch nach einem männlichen Betreuer, der musikalisch sehr begabt ist, erfüllen; einer allein-stehenden Frau war es wichtig, eine



**Das Team:**  
Janina Kirst,  
Sondra  
Kasperaviciene,  
Olga Danilcenko,  
Indre Steinmann,  
Vida  
Palinkauskaite  
(v.l.n.r.)

gute Autofahrerin für ihre wöchentlichen Besuche bei der Tochter zu finden; einem anderen Senior war es absolut zentral, dass die Betreuerin die Fleischzubereitung «à point» im Griff hat, und einem Ehepaar konnten wir eine Vegetarierin mit Interesse an Themen der Naturheilkunde vermitteln.

Mit einem verstärkten Augenmerk auf die gemeinsamen Interessen zwischen den Kunden und den Betreuerinnen erfüllen wir nicht nur solche individuellen Wünsche, sondern sorgen auch für Harmonie im Alltag.

### Moderate Preise

Unsere unkomplizierte Unternehmensstruktur und die direkte Anstellung unserer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter ermöglichen uns eine faire Preisgestaltung (siehe dazu [www.daheim-am-besten.ch/Kosten](http://www.daheim-am-besten.ch/Kosten)). Wir bieten individuelle Unterstützung kostengünstiger als im Altersheim.

### Helikopterflug oder stricken?

Auch unsere Betreuerinnen geniessen jede Woche ihre verdiente Freizeit –

wie alle anderen Angestellten. In dieser Zeit übernehmen die Angehörigen oder eine zweite Betreuerin der *Daheim am Besten* die Hilfe zu Hause. Einige unserer Kundinnen und Kunden, die nicht pflegebedürftig sind, verzichten gar an diesem Tag auf eine Betreuung.

Was tun unsere Betreuerinnen in der Freizeit? Die Betreuerinnen sind wie unsere Kundinnen und Kunden ganz unterschiedliche Menschen: Während sich eine unserer Mitarbeiterinnen einen Alpenrundflug mit dem Helikopter gönnte, gehen andere mit einem riesigen Sack Wollknäuel in einen Park und stricken Wollpullover für die Grosskinder oder sie treffen sich in der Region Basel mit anderen Betreuerinnen der *Daheim am Besten*.

#### Details:

Im Guggelchrüz 2  
4104 Oberwil BL

Tel. 061 515 61 55

[www.daheim-am-besten.ch](http://www.daheim-am-besten.ch)

## Novartis-Spenden lösen wieder Freude aus



Seit vielen Jahren spendet Novartis Schweiz gemeinnützigen Institutionen, die sich um ältere, kranke oder behinderte Menschen verdient gemacht haben, namhafte Beträge. Auch 2013 hatte die Novartis Pensionierten-Vereinigung (NPV) Gelegenheit, Novartis solche Organisationen vorzuschlagen. In den Genuss kamen 2013 die «AphaSingers Basiliensis» sowie die Stiftung «Humor & Gesundheit».

Von Arthur Barthold

### Begeisterung bei den «AphaSingers»

Es war eine schöne, berührende und auch heitere Feier, welche die Leiterin der «AphaSingers» Susi Fahrni an diesem trüben 20. November 2013 im Bruderholzspital, zusammen mit dem Vorstandsmitglied Marianne Nägelin sowie der Gründerin und Chorleiterin Fanny Dittmann vorbereitet hatte. In Anwesenheit auch von Standortleiter Bruderholz, Markus

Nydegger, und zahlreichen Chormitgliedern stellte NPV-Präsidentin Béatrice Spang die Novartis Pensionierten-Vereinigung sowie die Geschichte der Novartis-Spenden vor und übergab den hoch erfreuten Damen den (symbolischen) Novartis-Check über 10 000 Franken. Er wird zur Unterstützung der zahlreichen Projekte der «AphaSingers» dienen.

Die «AphaSingers» entstanden 2009 aus den Selbsthilfegruppen Aphasie

BL und BS. Der Name «AphaSingers» leitet sich aus dem Griechischen ab und bedeutet «Sprachverlust». Darunter leiden Menschen, die einen Hirnschlag, eine Tumorerkrankung oder ein Schädeltrauma erlitten haben. Deren geschädigte linke Hirnhälfte erhält durch das Singen, bei dem die Wörter deutlich ausgesprochen werden können, Unterstützung bei der Sprachproduktion. Ein kurzes Lied, das die anwesenden Sängerinnen und Sänger voller Inbrunst und Fröhlichkeit zu Gehör brachten, zeugte von der Wirkung dieser «Therapie» und berührte nicht zuletzt auch die beiden NPV-Gäste.

Sie verabschiedeten sich nach vielen Gesprächen und einem kulinarischen Apéro, für den herzlich gedankt sei, von den «AphaSingers» im Gefühl, im Namen von Novartis ein gutes Werk getan, d.h. die Förderung der