



THEMEN

Zum Ferienglück «gezwungen» worden – «Im Zentrum Elisabeth habe ich gelernt loszulassen, mir Entspannung zu gönnen und diese Entspannung auch zu geniessen», schwärmt Andrea Stratico.

Eine gute Idee, die allen Freude macht – Lesen Sie im Interview mit Franz Hürlimann, wie die Alphornbläser «Echo vo de Bärenegg» die Gäste im Zentrum begeistern.

Pflegefonds – Mit einer Spende helfen Sie Menschen, die mit MS leben müssen. Lesen Sie mehr auf der Rückseite.





EDITORIAL

Liebe Leserinnen und Leser

Niemand hier in der Schweiz hat einen Mangel an Lebensnotwendigem zu beklagen: Wir alle haben genügend zu essen und sauberes Trinkwasser. Diese Grundlagen sind zwar überlebensnotwendig, doch sie allein machen nicht glücklich und zufrieden. Wir brauchen auch soziale Kontakte und den Austausch mit anderen Menschen, wir brauchen Momente der Freude und des Lachens – je warmherziger, friedvoller und freundlicher die Umgebung ist, desto besser.

Denken wir einen Schritt weiter: Fachgerechte medizinische Versorgung und Pflege sind für MS-Betroffene neben Nahrung und Wasser das absolut Wichtigste. Diese Grundversorgung für MS-betroffene Menschen wird von vielen Einrichtungen angeboten, z.B. von Pflegeheimen, Krankenhäusern oder Reha-Kliniken. Die Wichtigkeit steht ausser Frage, und auch das Pflegepersonal im Zentrum Elisabeth wird diesen Bedürfnissen der MS-betroffenen Menschen aufs Beste gerecht. Doch im Zentrum Elisabeth gibt es mehr als das: Es ist ein Ort mit Wärme und Harmonie – ein Ort der Freude, des Lachens und auch der spontanen Überraschungen, wie z.B. unser Interview mit Franz Hürlimann zeigt. Und unser Erlebnisbericht mit Andrea Stratico macht deutlich, dass das Zentrum Elisabeth auch ein Ort ist, an den man gerne zurückkommt.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen der aktuellen Ausgabe von *Berührungspunkte*.

Irene Jung
Redaktorin *Berührungspunkte*

Zum Ferienglück «gezwungen» worden

«Was wird mich wohl im Zentrum Elisabeth erwarten?» Diese Frage hat sich bestimmt fast jeder Gast kurz vor seinem ersten Ferienaufenthalt in Walchwil gestellt. Auch Andrea Stratico hat darüber nachgedacht.

Eigentlich hatte Andrea Stratico aus Dietlikon überhaupt keine Lust zu verreisen und seine Wohnung für mehrere Wochen zu verlassen, doch im Mai dieses Jahres hatte er keine andere Wahl: Er musste vorübergehend eine neue Bleibe suchen, weil seine Küche und sein Bad rollstuhlgängig umgebaut wurden. Für diesen Zeitraum buchte er deshalb einen Aufenthalt im Zentrum Elisabeth. Da er seine Wohnung sozusagen gezwungenermassen verlassen musste, verspürte er jedoch überhaupt keine Vorfreude auf ein paar schöne Wochen in Walchwil. Ausserdem kannte er das Zentrum Elisabeth nicht und wusste nicht, was ihn dort erwarten würde. Dass dort vor allem Ruhe und Entspannung gross geschrieben werden, davon hatte er aber bereits gehört. Doch genau das war es, was ihn noch skeptischer machte. «Ich bin es gewohnt, ein volles Programm zu haben, mein Tag ist immer verplant. Auch Sport treibe ich noch regelmässig, zum Beispiel schwimme ich gerne. Bis vor zwei Jahren habe ich sogar drei- bis viermal pro Woche trainiert.

Ich hatte richtig Angst davor, nach Walchwil zu fahren und meinen durchgeplanten Tagesablauf aufgeben zu müssen – ich hatte Angst vor dem Nichtstun», erzählt Andrea Stratico.

Erholung muss nicht langweilig sein

Wie erwartet, war im Zentrum Elisabeth Erholung angesagt. Doch schon bald merkte er, dass diese Ruhe nicht zwangsläufig mit Langeweile zu tun haben muss. «In der ersten Woche musste ich mich noch daran gewöhnen, dass ich hier nicht ständig Vollgas geben konnte», sagt Andrea Stratico. Nach kurzer Zeit stellte er aber fest, dass ihm die Entspannung gut tat, und schon nach wenigen Tagen waren seine anfänglichen Zweifel vergessen. «Ich kannte bisher nur meinen powervollen Alltag, und wenn ich mir eine Auszeit gönnen wollte, buchte ich Reha-Aufenthalte, aber dort nahm ich dann an bis zu 9 Therapien pro Tag teil – selbst in meiner Freizeit hatte ich also keine Zeit, um mich tagsüber mal hinzulegen oder auszuspannen. Hier dagegen kann ich meine Tage selbst bestimmen und planen. Was mir am Anfang Angst machte, geniesse ich inzwischen: Ich kann zur Physiotherapie gehen, wenn ich möchte, oder zur Massage oder auch zur Cranio-Sacral-Therapie – alles ganz ungezwungen.



Andrea Stratico erkundet gerne die phantastische Gegend um Walchwil.

Oder ich erkunde die phantastische Gegend rund um Walchwil: Mit anderen Gästen unternehme ich Ausflüge im Elektrorollstuhl auf den Zugerberg oder auf den Walchwilerberg; auch die «Beizen» in der Umgebung besuche ich manchmal, um etwas zu trinken und mit den Leuten dort zu plaudern. Inzwischen kenne ich die Gegend hier sehr gut. Es ist wunderschön – und auch

die Menschen, die im Zentrum Elisabeth zu Gast sind, und diejenigen, die hier arbeiten, mag ich sehr, denn die harmonische Stimmung, die überall zu spüren ist, ist toll. Im Zentrum Elisabeth habe ich gelernt loszulassen, mir Entspannung zu gönnen und diese Entspannung auch zu geniessen», schwärmt er.

Seine lobenden Worte hat er inzwischen

durch einen weiteren Aufenthalt bekräftigt und unterstrichen: Bereits im Juli kam Andrea Stratico wieder ins Zentrum Elisabeth – und das ohne jeglichen «zwingenden Grund», sondern einfach nur, um sich zu erholen und um etwas mit den anderen Gästen zu unternehmen. Und diesmal hat er, wie er sagt, seinen Aufenthalt bereits vom ersten Tag an genossen.

INTERVIEW MIT FRANZ HÜRLIMANN

Eine gute Idee, die allen Freude macht

Die Alphornbläser «Echo vo de Bärenegg» erfreuen mit ihren 30 bis 50 Auftritten pro Jahr viele Menschen; auch an die MS-betroffenen Feriengäste in Walchwil denken die Musiker regelmässig. Franz Hürlimann, Präsident der Alphornbläsergruppe, erzählt im Interview, wie die Idee entstanden ist, mehrmals pro Jahr im Zentrum Elisabeth zu proben.

Herr Hürlimann, Sie spielen zusammen mit Ihrer Alphornbläsergruppe regelmässig für die Gäste im Zentrum Elisabeth. Wie kamen Sie auf die Idee?

Franz Hürlimann: In Walchwil pflegen wir unsere Dorfgemeinschaft sehr aktiv; es gibt viele Vereine, und man kennt sich einfach; auch das Zentrum Elisabeth kennt jeder im Ort. Irgendwann haben wir uns bei einer unserer Proben überlegt, dass wir eigentlich auch einmal dort oben im Garten oder im grossen Aufenthaltsraum des Eingangsbereichs spielen könnten. Wir treffen uns ohnehin ein- bis zweimal pro Woche, um zu proben. Seitdem halten wir unsere Proben auch ab und zu ganz spontan im Zentrum Elisabeth ab, zum Beispiel wenn das Wetter schön ist und wenn wir wissen, dass viele Gäste da sind.

War Ihnen gleich nach der ersten Probe damals klar, dass Sie das nun öfter machen würden?

Franz Hürlimann: Absolut, denn die Begeisterung auf allen Seiten war sehr gross. Die Gäste freuten sich sehr über die Abwechslung und über unsere Darbietung. Und auch für uns ist es immer wieder ein schönes Erlebnis, zu sehen und zu spüren, dass wir mit unserer Musik den MS-betroffenen Menschen



Mit ihren Proben im Zentrum Elisabeth erfreuen die Alphornbläser «Echo vo de Bärenegg» viele MS-betroffene Menschen.

so viel Freude bereiten können. Für uns selbst sind die Proben im Zentrum Elisabeth mit keinerlei Umständen verbunden – das hängt natürlich auch mit der flexiblen, spontanen und unkomplizierten Art von Monika Leuenberger und ihrem Team zusammen. Alle waren sofort offen für die Idee und nahmen sie begeistert auf. Das ist ganz typisch für die Menschen, die dort arbeiten: Alle Vorschläge, wie man den Gästen eine Freude machen könnte, sind bei ihnen aufs Herzlichste willkommen und werden unterstützt.

Wie oft sind Sie im Zentrum Elisabeth, um zu proben?

Franz Hürlimann: Zusammen mit unserer Gruppe bin ich zirka fünf- bis zehnmal pro Jahr hier. Manchmal spielen wir auch zu offiziellen Anlässen im Zentrum, beispielsweise hatten wir zur Jubiläumsfeier

er im letzten Jahr einen Auftritt; und wir waren die Vorgruppe von Francine Jordi, als sie vor drei Jahren ein Benefizkonzert für MS-Betroffene in der Waldmann-Halle in Baar gab, das vom Zentrum Elisabeth unterstützt wurde. Ich selbst schaue übrigens nicht nur zu unseren Proben oder Auftritten im Zentrum Elisabeth vorbei. Ich helfe auch manchmal mit, wenn etwas rund ums Haus zu erledigen ist. Ausserdem wohne ich nicht nur in Walchwil, sondern arbeite auch im Ort. Ich verbringe deshalb auch so manche Arbeitspause im Restaurant des Zentrums. Und ich kann nur sagen: Nicht umsonst hat dieses Haus so viele begeisterte Stammgäste, es herrscht einfach immer eine gute Stimmung. Ich kann die MS-betroffenen Menschen verstehen, die gerne ihre Ferien im Zentrum verbringen und sich hier wohlfühlen.

Forscher widerlegen gängige Annahme in Bezug auf MS-Entstehung

Anders als bisher angenommen, scheinen zwei Formen des Proteins Interleukin 17 keine wesentliche Rolle bei der Entstehung von Autoimmunerkrankungen des Gehirns, wie z.B. Multiple Sklerose, zu spielen. Das zeigten Forscher der Universitätskliniken Mainz und Zürich im Rahmen einer Studie auf.

Bei der Multiplen Sklerose greift das Immunsystem die Schutzschicht an, die die Nervenfasern umhüllt: Diese Schutzschicht aus Myelin wirkt ähnlich einer Isolierung bei elektrischen Kabeln. Wird die Isolierung beschädigt, können die Nerven Botschaften nicht mehr effektiv übertragen.

Bei der Entstehung bestimmter Autoimmunerkrankungen spielen so genannte

T-Helferzellen eine wichtige Rolle; ebenso wie die kleinen Eiweissmoleküle, die sie produzieren. Insbesondere die so genannten Th-17-Zellen, die erst vor wenigen Jahren als Unterklasse der T-Helferzellen entdeckt wurden, und ihre Bedeutung bei der Entstehung von Autoimmunerkrankungen wie Multiple Sklerose waren in den letzten drei Jahren Gegenstand zahlreicher Veröffentlichungen. Dabei sind die Th-17-Zellen benannt nach dem von ihnen produzierten Zytokin Interleukin 17 (IL-17). Also lag es nahe zu vermuten, dass über diesen Botenstoff die Entstehung von MS vermittelt wird. Insbesondere die beiden Hauptformen des Interleukin 17, IL-17A und IL-17F, sind dabei in den Blickpunkt der Forscher gerückt.

In einer gemeinsamen Studie haben nun Mainzer Forscher um Prof. Ari Waisman (I. Medizinische Klinik, Universitätsklinikum Mainz) und die Züricher Gruppe um Prof. Burkhard Becher (Institut für experimentelle Immunologie, Universitätsklinikum Zürich) zusammen mit Kollegen aus Berlin und Genf direkt die Rolle dieser beiden Stoffe untersucht: Dabei zeigte sich, dass IL-17 tatsächlich zwar ein krankmachendes Zytokin ist, aber nicht im Zusammenhang steht mit Autoimmunerkrankungen des Gehirns, zu denen auch die Multiple Sklerose zählt. Die Ergebnisse der aktuellen Studie sind wichtig für die Entwicklung zukünftiger Behandlungsstrategien von MS, teilen die Forscher mit.

PFLEGEFONDS FÜR MS-BETROFFENE

Unbelastete Erholung für MS-Betroffene – helfen Sie mit!

MS-betroffene Menschen, die im Rollstuhl sitzen, sind auf Pflege und Betreuung angewiesen. Das sehen auch die Krankenkassen so und decken die Pflegekosten, die die Spitex für ihre Hausbesuche verrechnet. Doch auch in den Ferien können MS-Betroffene nicht auf Pflege und Betreuung verzichten. Und da im Zentrum Elisabeth sehr viele, die betroffen sind, ihre Ferien verbringen, ist ein kompetentes Pflege- und Betreuungsteam rund um die Uhr anwesend. So können sich die zum Teil sehr schwer betroffenen Gäste während ihres gesamten Ferienaufenthaltes absolut sicher fühlen. Da die anfallenden Pflegekosten nicht vollständig gedeckt sind, schliesst das Zentrum Elisabeth diese Lücke und finanziert die ungedeckten Kosten durch einen Pflegefonds aus Spendengeldern. So werden die MS-betroffenen Feriengäste nicht noch zusätzlich belastet.

Ihrer Mithilfe, liebe Gönnerin und lieber Gönner, ist es deshalb zu verdanken, dass MS-betroffene Menschen im Zentrum Elisabeth unbeschwerte Ferientage erleben können. Mit 30 Franken Jahresgönner-Beitrag helfen Sie Menschen, die mit MS leben müssen, denn

mit diesem Betrag können die ungedeckten Pflegekosten eines MS-Betroffenen für einen Tag finanziert werden.

Unterstützen Sie den Pflegefonds für MS-Betroffene mit einem Jahresbeitrag und helfen Sie Menschen, die mit MS leben müssen!

Jahresgönner

Mit dem Betrag von 30 Franken werden Sie Jahresgönner und Sie finanzieren die ungedeckten Pflegekosten eines MS-Betroffenen für einen Tag.

Freund des Zentrums Elisabeth

Unterstützen Sie als Freund des Zentrums Elisabeth den Pflegefonds mit einem jährlichen Beitrag von 60 Franken.

Donator des Zentrums Elisabeth

Mit einem Jahresbeitrag ab 120 Franken werden Sie Donator des Zentrums Elisabeth und Sie unterstützen so den Pflegefonds mit einem monatlichen Beitrag von 10 Franken.

STIMMEN

«Für mich gibt es keinen besseren Ort, um mich zu erholen. Auch das hervorragende Essen tut mir einfach gut. Inzwischen war ich schon achtmal im Zentrum Elisabeth und komme ganz bestimmt wieder.»

Jürg Bucher, MS-Betroffener

IMPRESSUM

Herausgeber: Verein Zentrum Elisabeth
Redaktionsleitung: M. Durrer-Frei
Texte: I. Jung
Fotos: M. Leuenberger
Layout: www.a4agentur.ch
Druck: Heller Druck AG, Cham
Ausgabe: 4 x jährlich
Auflage: 20 000 Exemplare
Abonnement: Für GönnerInnen im Spendenbetrag ab Fr. 5.– enthalten

Kontaktadresse
Verein Zentrum Elisabeth
Hinterbergstrasse 41, 6318 Walchwil
Tel: 041 759 82 82, Fax: 041 759 82 00
E-Mail: kontakt@zentrum-elisabeth.ch
www.zentrum-elisabeth.ch
Spendenkonto: PC 60-15380-0