



## THEMEN

**«Alles ist so schön hier – und so unkompliziert»,**

sagt Doris von Allmen, die schon fünfzehnmal im Zentrum Elisabeth war. Lesen Sie, was ihr besonders gefällt.

**Beeindruckt von den Gästen und vom Team**

ist Marcel Aschwanden, der im Zentrum Elisabeth Zivildienst leistete.







EDITORIAL

Liebe Leserinnen und Leser

Auf dem Multiple Sklerose Portal [www.ms-gateway.de](http://www.ms-gateway.de) schreibt eine MS-Betroffene: «Vor der MS brauchst du keine Angst zu haben. Mit dieser Krankheit kann man alt werden. Sieh die MS als eine Untermieterin nach der du dich richten musst und das auch nur dann, wenn sie da ist.» Und sie fügt noch an: «Ich schreibe aus Erfahrung, habe die Krankheit seit zwölf Jahren.» – Ein schönes Bild, zumal es aus der Feder einer MS-Betroffenen stammt: die MS als Untermieterin. Grösste Bewunderung verdient, wem es gelingt, die MS auf diese Weise zu ver-Orten. Dennoch: Der Grat von der Untermieterin zum «ungebetenen Gast» ist schmal und verlangt Trittsicherheit. Das Umgehen mit Ereignissen, die – in absehbarer Zukunft – zu ändern wir nicht im Stande sind, ist Lebenskunst. Die MS ist – um beim Bild zu bleiben – eine verdinglichte Untermieterin; sie reagiert nicht auf Kündigungen. Wer ihr Asyl gewähren muss, hat sie ein Leben lang zu ertragen.

Und doch ist es immer wieder erstaunlich, wieviele MS-betroffene Gäste, die einem im Zentrum Elisabeth begegnen, mit grosser Selbstverständlichkeit und Reife mit ihrer Untermieterin, mit ihrer MS umgehen; sie strahlen Zufriedenheit aus, wenn sie sich klein macht, sie richten sich ein, wenn diese etwas renitent daherkommt. Für Ihre Unterstützung und Ihre Verbundenheit mit unserem Zentrum danken wir Ihnen von Herzen.

Alex Waltenspühl, Vizepräsident

ERLEBNISBERICHT DORIS VON ALLMEN

## «Alles ist so schön hier und so unkompliziert!»



Das Wetter war sehr gut, während Doris von Allmen im Zentrum Elisabeth war.

Sie und der Zivildienstleistende Marcel Aschwanden verbrachten viel Zeit im Freien.

**Fünfehnmal war Doris von Allmen schon im Zentrum Elisabeth. Und sie kommt, wie sie sagt, immer wieder gerne nach Walchwil.**

Doris von Allmen hat eine sportliche Familie: Ihr Mann Stefan und die Kinder Laura, Reto und Mario klettern, machen Skitouren und fahren Velo. Sie selbst hat bei diesen sportlichen Aktivitäten immer sehr gerne mitgemacht – bis sie an Multiple Sklerose erkrankte, bzw. bis diese Krankheit, die vor 17 Jahren erstmals bei ihr festgestellt wurde, sich derart verschlimmerte, dass sich Doris von Allmen immer weniger bewegen konnte. «Eigentlich ging es mir einige Jahre nach der Diagnose relativ gut, 2003 war ich

noch mit meiner Familie in der Toskana in den Ferien. Im Jahr darauf verschlechterte sich mein Zustand aber rapide, und seit 2005 sitze ich im Rollstuhl. Von da an ging alles ziemlich schnell: 2006 war ich bereits auf einen Elektrorollstuhl angewiesen. Seit drei Jahren kann ich auch meine Arme nicht mehr bewegen», erzählt sie.

**Schönes Zimmer mit Aussicht**

Eine speziell für sie konzipierte Vorrichtung, bei der Doris von Allmen einen Knopf mit dem Kinn bedienen kann, ermöglicht es ihr trotzdem, das Radio und das Fernsehgerät an- und auszuschalten, Sender und Programme zu wählen und zu telefonieren.

Diese Vorrichtung hat sie seit drei Jahren auch bei ihren Aufenthalten in Walchwil dabei. «Ich komme jeweils im Frühjahr und im Herbst drei Wochen ins Zentrum Elisabeth. Ich schätze es sehr, dass ich genau weiss, was mich hier erwartet: Jedesmal habe ich ein Zimmer mit einem grossen Fenster zum Zugersee und zur Rigi, sodass ich die reizvolle Landschaft vom Bett aus sehen kann. Auch die Stammgäste, die im Frühjahr und Herbst hier sind, kenne ich gut. Und im Team gibt es sehr wenige Wechsel – es sind seit Jahren die gleichen Menschen, die mich betreuen. Das ist sehr schön, denn dieses Wissen, dass ich an einen Ort mit mir inzwischen bestens vertrauten Menschen komme, nimmt mir das Reisefieber und steigert die Vorfreude auf meine Ferien», sagt Doris von Allmen.

#### **Vertraut und trotzdem abwechslungsreich**

Auch wenn sie die Beständigkeit und das Vertraute mag, gibt es trotzdem genug Abwechslung, denn Doris von Allmen erhält jedes Mal viel Besuch: Neben Freunden und Bekannten kommt ihre Familie regelmässig vorbei, und ihr Mann Stefan war vor zwei Jahren sogar mit ihr in den Ferien im Zentrum Elisabeth: Er hatte sich das Bein gebrochen und kam deshalb mit. «Mein jüngster Sohn Mario kam auch schon mit dem Velo vom Berner Oberland, wo wir wohnen, nach Walchwil zu Besuch. Er hatte ein Zelt dabei und wollte im Garten übernachten. Weil aber das Wetter so schlecht war, fragten wir, ob er mit der Matte und dem Schlafsack bei



Gerade im Frühjahr lockt es viele Gäste ins Zentrum Elisabeth: Im Garten grünt und blüht es.

mir im Zimmer schlafen könne. Das war überhaupt kein Problem – und das ist das Schöne: Alles ist so unkompliziert hier», berichtet sie begeistert.

#### **Schöne Umgebung rund um Walchwil**

In den ersten Jahren, in denen sie die Ferien im Zentrum Elisabeth verbrachte, erkundete Doris von Allmen die Umgebung rund um Walchwil, wie sie sich erinnert: «Ich kenne alles sehr gut hier, ich weiss also schon, wovon ich rede, wenn ich von der schönen Umgebung schwärme. Jetzt kann ich ohne Hilfe nichts mehr unternehmen, aber ich geniesse den Blick aus dem Fenster und das Zusammensein mit den Stammgästen. Bei meinem letzten Aufenthalt im Frühjahr dieses Jahres hat sich zudem Marcel Aschwanden,

der im Zentrum Elisabeth Zivildienst geleistet hat, viel um mich gekümmert. Er hat mir das Essen eingegeben, mich spazieren gefahren, und wir haben viel miteinander geredet.» Seit ihrem ersten Besuch hat sich Doris von Allmen im Zentrum Elisabeth inmitten der wunderschönen Landschaft sehr wohl gefühlt, wie sie betont. Und sie sagt: «Daran hat sich bis heute nichts geändert, ich komme immer wieder gerne hierher. Immerhin war ich schon fünfzehnmal im Zentrum Elisabeth – das zeigt ja schon, wie wie sehr ich meine Ferien an diesem schönen Ort geniesse. Im Herbst verbringe ich ganz bestimmt wieder drei Wochen in Walchwil, und ich freue mich schon jetzt auf die lieben Menschen, mein Zimmer mit Aussicht und all das Schöne hier!»



## AKTUELL

### Neues Verfahren zur Früherkennung von MS

Die Pharmazeutische Zeitung hat mitgeteilt, dass mit Hilfe eines neuen Magnetresonanz-Verfahrens die Funktionen im menschlichen Körper sichtbar gemacht werden können – und dies ohne Kontrastmittel. Stattdessen werde das im Blut vorhandene Wasser des Patienten genutzt, erklärte Professor Dr. Matthias Günther vom Fraunhofer-Mevis-Institut in Bremen.

Bislang muss bei der Magnetresonanztomografie (MRT) ein Kontrastmittel in die Vene gespritzt werden. Das kann schmerzhaft sein und Nebenwirkungen wie Aller-

gien oder Nierenschäden verursachen. Das neue, so genannte Arterial-Spin-Labeling-Verfahren (ASL) zielt auf den Drehimpuls eines Wasserteilchens, den Protonenspin. Das Wasser im Blut wird bei dem Verfahren magnetisch markiert.

Die Messungen könnten beliebig oft wiederholt werden, um Änderungen innerhalb kurzer Zeit sichtbar zu machen, sagte Günther. Die Experten hoffen, so auch ein frühzeitiges Erkennen von Erkrankungen wie Multiple Sklerose, Alzheimer und Parkinson zu ermöglichen.





## Beeindruckt von den Gästen und vom Team

Herr Aschwanden, Sie arbeiteten von Mitte März bis Mitte April 2011 als Zivildienstleistender im Zentrum Elisabeth. Wie kamen Sie zu dieser Stelle?

Marcel Aschwanden: Ich wohne in Hünenberg und habe im Internet eine Zivildienststelle in der Umgebung gesucht. Dabei habe ich die Ausschreibung des Zentrums Elisabeth entdeckt und mich beworben. Ich wusste vorher gar nicht, dass es in Walchwil eine derartige Einrichtung für MS-Betroffene gibt.

Was waren Ihre täglichen Aufgaben?

Gerade im März und April gibt es im Garten viel zu tun, und auch in der Küche war ich oft und gerne: Es hat Spass gemacht, der Köchin Zelyka Solaja beim Gemüserüsten und Anrichten zu helfen. Den Fahrdienst – z.B. wenn ein Gast zum Arzt oder in die Stadt gebracht werden

musste – habe ich auch mehrmals übernommen, und mit den MS-betroffenen Gästen hatte ich viel Kontakt. Doris von Allmen habe ich das Essen eingegeben und bin mit ihr bei schönem Wetter nach draussen. Meine Aufgaben waren sehr abwechslungsreich und die Menschen – sowohl die Gäste als auch das Team des Zentrums – haben mich sehr beeindruckt.

Inwiefern?

Ich hatte vorher niemanden gekannt mit MS. Erst bei meiner Arbeit im Zentrum Elisabeth wurde mir klar, wie vielfältig diese Krankheit auftritt und welche Auswirkungen sie hat: Manche Betroffenen können noch laufen, andere – wie Doris, die ich viel betreute – können sich kaum noch bewegen; und trotzdem waren alle gut gelaunt und konnten sich an ganz einfachen Dingen freuen, wie z.B. dem

schönen Wetter oder der schönen Umgebung. Auch mit den Mitarbeiterinnen des Zentrums und mit den Gemeindearbeitern, mit denen ich im Garten gearbeitet habe, verstand ich mich von Anfang an sehr gut. Beeindruckt hat mich vor allem, dass Menschen, die zum Teil sehr schwere Schicksale zu meistern haben, so dankbar für die kleinen Freuden des Alltags sind.

Und auch die Mitarbeiterinnen bewundere ich: Sie haben viel zu tun, aber trotzdem herrscht immer gute Laune und mir schien es so, als wären sie trotz der vielen Arbeit nie im Stress. Mir hat es wirklich sehr gut gefallen, deshalb habe ich auch schon für nächstes Jahr angefragt und mich sehr über die Zusage gefreut: Ich werde zur gleichen Jahreszeit wieder vier Wochen im Zentrum Elisabeth arbeiten.

### 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-Bei-

trag 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

«Eigentlich wollten wir ins Tessin – aber dort hätte es nicht schöner sein können als am Zugersee in Walchwil», sagte eine Gruppe von Gästen, die im Wohnzentrum Frankental leben und im Herbst 2010 im Zentrum Elisabeth ihre Ferien verbrachten.

### IMPRESSUM

Herausgeber: Verein Zentrum Elisabeth  
Redaktionsleitung: M. Durrer-Frei  
Texte: I. Portmann, A. Waltenspühl  
Fotos: Monika Leuenberger  
Layout: www.grafikkonzepte.de  
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