

Berührungspunkte

Zentrum Elisabeth Walchwil Ort der Begegnung

NR. 2 Mai 2022



Ernst Uhlmann

«Ich wünsche mir,
auch weiterhin so
neugierig zu bleiben»



Editorial

Liebe Leserinnen und Leser

Das Leben mit Multipler Sklerose birgt viele Herausforderungen. Zu lesen, wie andere Betroffene ihren Alltag gestalten, kann aber Mut machen. Die Einblicke in die Aktivitäten von Ernst Uhlmann (siehe Hauptartikel) zeigen, was möglich ist: Selbstbewusst, mit viel Energie und Tatendrang, reist er an Konzerte, besichtigt Bauwerke und nimmt auch gern den Weg für ein Restaurantbesuch auf sich.

Selbstbewusst handeln bedingt, dass man sich selber vertraut. Eine MS-Betroffene aus Deutschland hat sich dieser Thematik gestellt und im Rahmen eines Blog die Frage aufgeworfen, ob die bei ihr diagnostizierte MS Einfluss auf ihr Selbstbewusstsein hat. Ihre Erkenntnis: «Kurz nach der Diagnose war es im Eimer.» Schub für Schub fühlte sie sich kleiner und schwächer. Die Schübe nahmen ihr die Sicherheit. Damit nahm auch ihre Risikofreudigkeit ab und eine ständige Angst bekam Oberhand. Das Selbstwertgefühl war am Boden.

In diesen Momenten – so die MS-Betroffene – besteht die Herausforderung darin, sich nicht dem Selbstmitleid hinzugeben, sondern zu kämpfen. «Wenn ich umfalle, falle ich halt um. Ich stehe wieder auf und versuche es, bis es klappt».

Sie ahnen es: Die MS-Betroffene beschreibt eine Lebenskonstellation, die wir alle kennen. Wenn es uns gelingt, derartige Abwärtsspiralen zu durchbrechen, erleben wir wunderbare Augenblicke; das Selbstwertgefühl bekommt buchstäblich Flügel.

Wir danken Ihnen liebe Leserin und Leser für Ihre Unterstützung unseres Zentrums und wünschen Ihnen beflügelnde Momente.

Alex Waltenspühl, Vizepräsident

Mit Unterstützung des Zentrums Elisabeth unterwegs

«Ich wünsche mir, auch weiterhin so neugierig zu bleiben»

Für Ernst Uhlmann ist das Zentrum Elisabeth seit etwas mehr als 4 Jahren sein Zuhause. Er schätzt die gute Atmosphäre, das Rund-um-Sorglos-Paket und die ausgezeichnete Küche. Trotz seiner MS-Erkrankung und der damit verbundenen, eingeschränkten Mobilität, ist er viel unterwegs. Interessante Orte und Bauwerke kennenlernen und neue Eindrücke sammeln, bereiten ihm Freude und halten ihn fit.

Bereits 1978, im Alter von 43 Jahren, erhielt Ernst Uhlmann die Diagnose MS. Seit 1990 ist er auf den Rollstuhl angewiesen.

Vor ca. viereinhalb Jahren ist er als Dauergast ins Zentrum Elisabeth eingezogen. «An meinem anfänglichen Gefühl, in den Ferien zu sein, hat sich bis heute wenig geändert», sagt Ernst Uhlmann. «Hier ist es einfach wunderschön», fasst er seine Eindrücke zusammen. «Ich bewohne ein grosses und komfortables Zimmer, werde von einem gut gelaunten und herzlichen Team gepflegt und verwöhnt und geniesse jeden Tag das gute Essen. Dazu kommt die sensationelle Aussicht, die sich je nach Jahreszeit immer wieder anders präsentiert, mehr kann man sich nicht wünschen.»



Neue Eindrücke sammeln und gemeinsam Freude haben

Den Alltag abwechslungsreich gestalten

Für den heute 87-jährigen war die MS-Erkrankung ein grosser Einschnitt in seinem Leben. «Ich habe mich von der Krankheit aber nie unterkriegen lassen und versuche trotzdem, meinen Alltag so abwechslungsreich wie möglich zu gestalten.» Er sei trotz seiner eingeschränkten Mobilität sehr unternehmungslustig und viel unterwegs, betont Ernst Uhlmann. «Im letzten Jahr war ich beispielsweise zweimal in Andermatt; einmal mit einer Mitbewohnerin im Hotel The Chedi und das zweite Mal besuchte ich mit unserer Leiterin Monika Leuenberger ein Klavierkonzert im neuen Musiksaal. Die Architektur und die Ausstattung haben mich sehr beeindruckt.» Besonders fasziniert hat Ernst Uhlmann auch das Kloster der syrisch-orthodoxen Kirche St.Avign in Arth. Das Kloster ist das geistige und kulturelle Zentrum der ca. 10'000 Mitglieder dieser Kirche in der Schweiz. Im Kloster wird aramäisch gesprochen; Sprache, Religion und Liturgie unterrichtet. «Es bot sich mir die besondere Gelegenheit, das Kloster zu besuchen. Ein Höhepunkt war das «Vater-unser», dass ein Abt in der ursprünglichen Sprache Jesus, das heisst in aramäisch gesprochen und in die deutsche Sprache übersetzt hat», schildert Ernst Uhlmann sein Erlebnis. Interessante Bauwerke haben es ihm besonders angetan. Er nennt als Beispiel die Pius Kirche in Meggen.

Unterwegs mit der Bahn

«Mit einer Pflegerin und einem Gast bin ich zudem nach Bern gefahren und wir haben gemeinsam die Altstadt von Bern besichtigt.» Für Ernst Uhlmann ein Heimspiel, denn er ist in der Stadt Bern aufgewachsen. So konnte er seinen Begleiterinnen viel Wissenswertes erzählen, das sich in keinem Stadtführer findet. Regelmässig fährt Ernst Uhlmann nach Zürich, um sich mit seinen zwei Grosskindern zu treffen und mit ihnen etwas zu unternehmen. «Wir waren bereits im Landesmuseum und im Prime Tower, wo wir im 37. Stock gegessen haben.» Auch die Luzerner Fasnacht war ihm ein Ausflug wert. Wenn immer möglich, fährt Ernst Uhlmann mit der Bahn. Nicht alles läuft dabei reibungslos ab. Auch wenn ein Zug als rollstuhlgängig beschrieben ist, muss das in der Praxis nicht immer zutreffen. Ernst Uhlmann nimmt die kleinen Pannen mit Humor. «Einmal stieg ein Lokführer extra aus, um



Die Umgebung bietet viele Möglichkeiten, die schöne Natur zu geniessen

mir mit dem Rollstuhl zu helfen, weil durch die hohe Schwelle ein einfaches Herausrollen auf den Bahnsteig nicht möglich war. Das sind besondere Erlebnisse, an die man sich später immer wieder erinnert.»

Offen für Neues bleiben

Wenn die Sonne lacht nutzt Ernst Uhlmann seinen Rollstuhl, um damit die Umgebung des Zentrums Elisabeth zu erkunden, die Natur zu geniessen oder nach Arth zu fahren und dann mit dem Schiff weiter nach Zug. Bei schlechtem Wetter spielt er gerne eine Partie Schach. «Weil sich unter den Gästen selten eine Partnerin oder ein Partner dafür findet, muss ich mit dem Computer vorliebnehmen, der leider immer gewinnt.» Für Abwechslung im Zentrum Elisabeth sorgte Ernst Uhlmann auch schon für Filmvorführungen. «Da hier ein Filmprojektor vorhanden ist, konnte ich bereits zwei Filme präsentieren. Als nächstes steht der Film «Afrika Queen» auf dem Programm.» Ernst Uhlmann betont immer wieder, dass es wichtig sei, trotz gesundheitlicher und altersbedingter Einschränkungen neugierig zu bleiben. «Ich hoffe, ich habe noch lange die Möglichkeit, neue Dinge und interessante Orte kennenzulernen.» Ein solcher Ort, der auf seiner Wunschliste steht, ist z.B. die Teufelsbrücke. Ein faszinierendes Bauwerk, das sich Ernst Uhlmann gerne in Natur ansehen würde.



Besondere Erlebnisse, an die sich Ernst Uhlmann gerne erinnert

Interview mit Vinan Odermatt

«Die Gäste sollen spüren, dass sie in guten Händen sind»



Frau Odermatt, Sie sind seit ca. 4 Jahren im Zentrum Elisabeth tätig. Was war damals der Auslöser, dass Sie sich hier beworben haben?

Vinan Odermatt: Ich habe eine Ausbildung als diplomierte Pflegefachfrau HF. Das Zentrum Elisabeth war mir bereits bekannt, da ich in Walchwil wohnhaft bin. Die Nähe zu meinem Zuhause war sicher auch ein Grund. Zudem habe ich vorher für die Spitex gearbeitet und kannte auch den Hausarzt des Zentrum Elisabeths. Für mich waren die Voraussetzungen deshalb ideal.

Was schätzen Sie besonders an Ihrer Tätigkeit im Zentrum Elisabeth?

Vinan Odermatt: Hervorheben möchte ich die herzliche Atmosphäre im Haus. Das ist nicht selbstverständlich. Die Zu-

sammenarbeit mit dem Team ist unkompliziert und geprägt von Hilfsbereitschaft und gegenseitiger Unterstützung. Die Bewohner und Gäste schätzen meine Arbeit. Diese Wertschätzung spüre ich im täglichen Kontakt.

Was macht Ihre Arbeit hier für Sie spannend und herausfordernd?

Vinan Odermatt: Die Gäste des Zentrums Elisabeth sind von verschiedenen Krankheiten und gesundheitlichen Einschränkungen betroffen. Das macht meine Arbeit abwechslungsreich und vielfältig. Einige Gäste leiden an MS, andere erholen sich hier nach einem Spitalaufenthalt, wieder andere kommen mehrmals im Jahr hierher in die Ferien. Die pflegerischen Aufgaben sind deshalb, je nach Gast, ganz unterschiedlich.

Welche Zielsetzungen stellen Sie sich ganz persönlich bei Ihrer Arbeit?

Vinan Odermatt: Ich möchte den Bewohnern und Gästen durch meine Tätigkeit Sicherheit bieten. Sie sollen sich hier wohlfühlen und spüren, dass sie in guten Händen sind und rundum die Pflege erhalten, die sie benötigen.

Gibt es Erlebnisse, an die Sie sich besonders erinnern?

Vinan Odermatt: Eine Klientin hatte mir mitgeteilt, dass sie nicht mehr baden konnte, seit sie im Rollstuhl sitzt. Als ich ihr diesen Wunsch hier erfüllen konnte, meinte sie, dass sie nie gedacht hätte, dass nochmals erleben zu können. Das hat mich sehr berührt.

Pflegefonds *So können Sie helfen!* Unbelastete Erholung für MS-Betroffene

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 während der Erholung können sehr viele MS-Betroffene nicht auf Pflege und Betreuung verzichten. Deshalb ist ein kompetentes Pflege- und Betreuungsteam sehr wichtig. So können sich die zum Teil sehr schwer MS betroffenen Gäste während ihres gesamten Aufenthaltes in Walchwil 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 Gäste nicht noch zusätzlich belastet.

Ihnen, liebe Gönnerin und lieber Gönner, ist es zu verdanken, dass MS betroffene Menschen im Zentrum Elisabeth unbeschwerte Tage erleben können.

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

→ **Jahresgönner des Zentrums Elisabeth**
Mit dem Betrag von 30 Franken werden Sie Jahresgönner und 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 unterstützen so den Pflegefonds mit einem monatlichen Beitrag von 10 Franken.

