

September 2025

Nº 8



ElfenauPark

Wohnen | Kultur | Restaurant

ElfenBlatt



Erinnerungen

Überblicken



Erleben

«Ich wünsche mir einen Hang mit Bergblumen.»



Reflektieren

«Demenz geht uns alle etwas an.»



Entzücken

Heute erleben – morgen erinnern

Aufschnappen	3
Erleben	4
Aufblühen	8
Hinschauen	10
Erinnern	12
Reflektieren	13
Aufzeigen	17
Entzücken	18
Stöbern	22

Aufschnappen

Griff in die Erinnerungskiste



Einfach unvergesslich. Ein emotionaler Moment. Ein besonderes Ereignis, das uns bewegt, bleibt in Erinnerung. Wir halten es auch fest – auf Bildern, Fotos, Karten und wir erfreuen uns daran.

Erinnerungen sind meist rosa eingefärbt, wie eine Postkarte, welche es damals noch gab. Es glänzt alles in den schönsten Farben und erscheint in bestem Licht. Unser Gehirn hat scheinbar auch einen Optimierungsfiler eingebaut. Ist das nicht toll?

Den meisten Menschen tut es in der Seele wohl, wenn sie in Erinnerungen schwelgen können. Wenn sie einen Ort wieder mal besuchen, an dem so viel Wichtiges im Leben passiert ist. Es ist doch etwas Wunderbares, sich darüber austauschen zu können, wie es damals war.

Ein unvorstellbarer Verlust wird es, wenn diese kostbaren Schätze verloren gehen. Es sind Krankheiten der gemeinsten Art, welche die Erinnerungen verblassen lassen und auf das Minimum reduzieren. Erinnerungen sind ein Stück Identität. Wenn nichts mehr davon da ist, ist das Wichtigste gelöscht. Ganz schön emotional, das Motto der aktuellen ElfenBlatt-Ausgabe. Aber vielleicht auch inspirierend. Ich schlage Ihnen, liebe Leserin, lieber Leser, Folgendes vor:

Es gibt nur wenig, das wir alle hier und heute gegen den Erinnerungsverlust unternehmen können. Ausser vielleicht, Zeit mit Menschen zu verbringen, mit denen wir Erinnerungen teilen und uns daran erfreuen, dass wir sie haben. Die Menschen und die Erinnerungen. Also, holen Sie Ihre Fotoalben hervor, greifen Sie zum Telefon, schreiben Sie eine Postkarte oder eben eine E-Mail und verabreden Sie sich doch wieder mal zu einem Nachtessen mit einem Menschen, an den Sie gute Erinnerungen haben.

Ihre Barbara Zuber

PS @Moni, wann hast du Zeit?

Erleben

«Ich wünsche mir einen Hang mit Bergblumen.»

Willkommen zu drei Generationen Käppeli: Wir trafen Bewohnerin Annetta mit ihrem Sohn Robert und dessen Tochter Manuela zum Austausch. In einem persönlichen Gespräch gruben wir Erinnerungen aus, sprachen über Werte, aktuelle Bedürfnisse und natürlich über alles, was mit dem Elfenau-Park zu tun hat.

Was bedeutet Ihnen familiärer Zusammenhalt?

AK: «Vertrauen, Sicherheit und Zusammengehörigkeit.»

RK: «Etwas zurückzugeben, das man ein Leben lang von seinen Eltern erhalten hat. Die Familie war schon immer mein Kraftort.»

MK: «Gegenseitige Unterstützung, ein starkes Gefühl der Verbundenheit und Loyalität zueinander. Ich habe sehr viel Zeit mit meiner Familie verbracht und das prägt mich stark.»

«Ich bewundere, wie wertschätzend die Menschen hier behandelt werden.»

Manuela Käppeli

Können Sie dafür ein Beispiel nennen?

MK: «Ich verbrachte immer wieder Ferien bei meinen Grosseltern. Wir waren sehr aktiv – sei es bei Wanderungen oder im Familiengarten. Ausserdem haben wir praktisch jeden Geburtstag gemeinsam gefeiert.»

Welches Familienereignis ist Ihnen besonders in Erinnerung geblieben?

AK: «Als unsere Söhne aus unserer Wohnung auszogen; das musste ich zuerst verarbeiten... dafür gab es wieder mehr Freiheiten.»

RK: «Der 60. Hochzeitstag meiner Eltern. Wir besuchten unter anderem die Kirche in Gümli, in der sie 1957 heirateten – und assen danach gemeinsam am Thunersee am selben Ort wie damals. Unvergesslich.»

MK: «Die gemeinsamen Wanderferien im Hasliberg, alle Weihnachts- und Familienfeiern – die Summe all dieser unvergesslichen Momente ergibt einen wunderschönen Blumenstrauss.»

@Annetta Käppeli: Warum haben Sie sich beim Auszug aus Ihrer Wohnung für den ElfenauPark entschieden?

AK: «Mir gefällt es hier: das Quartier, die Lage und die Nähe zur Aare. Und speziell die flexiblen Essenszeiten.»

RK: «Besonders letzteres ist für meine Mutter





von grosser Bedeutung. Hier hat sie das Gefühl, in einem richtigen Restaurant zu speisen und sie ist niemals unter Zeitdruck.»

@Annetta Käppeli: Wie wurden Sie im ElfenauPark aufgenommen?

AK: «Sehr gut. Ich wurde herzlich und persönlich empfangen und konnte so das Haus kennenlernen, bevor mein Mann 14 Tage später nachkam. Da wusste ich bereits, wie das meiste hier läuft.»

RK: «Mein Vater hatte kurz vor dem Einzug einen Schlaganfall. Den Entscheid, in den ElfenauPark zu ziehen, fällten meine Eltern

bereits vorher. Das Wichtigste war, dass sie zusammenbleiben konnten, obwohl mein Vater in Sachen Mobilität stark eingeschränkt war. In anderen Institutionen wäre er vielleicht in ein Pflegezimmer gekommen – und das Zusammenleben wäre möglicherweise nicht mehr machbar gewesen. Leider ist mein Vater inzwischen verstorben.»

@Annetta Käppeli: Welchen Wunsch möchten Sie sich noch erfüllen?

AK: «Ich wünsche mir einen Hang voller Bergblumen – sowie damals bei unseren Wanderungen am Lenker Betelberg...»

@Robert Käppeli: Wie erlebten Sie den Ein- und Umzug Ihrer Eltern?

RK: «Es war ein langer Prozess bis zum Entscheid. Das gesundheitliche Ereignis meines Vaters erleichterte das Ganze nicht. Dank dem Einsatz von Frau Zuber fanden meine Eltern aber sehr rasch eine Wohnung – das war sehr befreiend. Die Unterstützung war aussergewöhnlich, die Motivation der Mitarbeitenden ist überdurchschnittlich gross. Dies alles hat uns den Einzug massiv erleichtert. Meine Eltern fühlten sich vom ersten Moment an sehr wohl.»

Denken Sie, dass Ihre Mutter/Grossmutter gut aufgehoben ist?

RK: «Absolut. Sie kann hier mehrheitlich ein selbstbestimmtes Leben führen und ist trotzdem bestens in die Gemeinschaft eingebettet. Auch die Verpflegung ist der Hit – das ist für sie ganz wichtig.»

MK: Was ich zudem bewundere, ist, wie die Menschen hier alle persönlich angesprochen und sehr wertschätzend behandelt werden. Zudem ist es gut zu wissen, dass Pflegeangebote vorhanden sind, welche bei Bedarf genutzt werden können.»

«Meine Mutter kann hier ein selbstbestimmtes Leben führen und ist trotzdem bestens in die Gemeinschaft eingebettet.»

Robert Käppeli

Wie zufrieden sind Sie mit den Dienstleistungen hier im ElfenauPark?

RK: «Wir sind mit dem Gesamtpaket sehr zufrieden. Alles klappt einwandfrei. Einzig die Reinigung dürfte aus unserer Sicht jede Woche passieren. Es ist uns aber bewusst, dass dies nicht in unserem gebuchten Angebotspaket integriert ist.»

Gibt es sonst etwas, das man verbessern könnte?

RK: «Wenn wir uns etwas wünschen könnten, wäre dies ein 7/24-technischer Dienst. Zum Beispiel, wenn der Fernseher mal nicht funktioniert, eine Türe klemmt oder wenn man eine Glühbirne ersetzen muss.»

Wie soll altersgerechtes Wohnen in Zukunft aussehen?

MK: «Ich habe schon gesehen, dass man beispielsweise eine Kita oder ein Wohnheim für behinderte Menschen mit Altersinstitutionen verbindet. Solche Ansätze finde ich spannend.»

RK: «Ich kann mir gut vorstellen, dass man bei künftigen Gestaltungen versucht, mehrere Generationen unter einem Dach zu vereinen. Auch Alters-Wohngemeinschaften finde ich durchaus prüfenswert. Am besten mit Gemeinschaftsküchen und anderen Begegnungsräumen. Ich kann mir auch gut vorstellen, dass es im ElfenauPark Menschen gibt, die über Kompetenzen verfügen, die man nutzen könnte. Sei es ein Nähatelier, eine IT-Hilfe oder Finanzberatung.»

MK: «So könnte man den Menschen viel Wertschätzung geben. Eine solche Plattform würde ich persönlich toll finden.»

Aufblühen

«Was hier geleistet wird, beeindruckt und berührt mich.»

Alexander Reinhard ist Geschäftsleiter des bekannten und gleichnamigen Berner Bäckerei- und Cafébetriebs. Im Gespräch erinnert er sich an seinen Einstieg ins Geschäftsleben und reflektiert, was sich in all den Jahren besonders verändert hat. Und er erzählt, warum ihn die Menschen im ElfenauPark besonders beeindruckten.

Herr Reinhard, welches ist Ihre erste und welches Ihre schönste Kindheitserinnerung?

«Sie stammen aus der Zeit, als ich den Kindergarten besuchte: ich wohnte in der Nähe des Egelsees und schloss die ersten Freundschaften. Schliesslich erinnere ich mich an unbeschwerte Zeiten im Unterengadin, wo unsere Familie bis heute ihre Ferien verbrachte und verbringt.»

Erinnern Sie sich auch an Ihren ersten Arbeitstag?

«Gut und gerne: Ich war als 16-jähriger Schüler als Brezelverkäufer im elterlichen Betrieb jeden Donnerstag während des Abendverkaufs an der Marktgasse im Einsatz – und die Leute haben uns die Bude ingerannt.»

Was hat sich seither in der Arbeitswelt alles verändert?

«Auf der einen Seite der Wandel mit der Di-

gitalisierung und all den neuen Technologien – geblieben ist aber auch die Stetigkeit unserer Branche: Die Zutaten sind immer noch die gleichen wie vor 35 Jahren; wir haben uns jedoch auch den Veränderungen am Markt angepasst.»

Was zeichnet Ihren Betrieb besonders aus?

«Wir leben unsere vier Leitsätze Handwerk, lokale Verwurzelung, familiärer Umgang und <Sorg habe>, unser Ausdruck für Nachhaltigkeit. Zwei Beispiele: Wir beziehen unsere Rohstoffe wo immer möglich aus der Region Bern; die Wertschöpfung bleibt so auch sehr nah und nachhaltig, sprich im Kanton Bern. Und bei Reinhard ist der Umgang mit den Menschen von grösster Bedeutung. Das familiäre Miteinander steht bei uns an erster Stelle.»

Was sind Ihre aktuell wichtigsten Herausforderungen?

«Wir legen grossen Wert auf die Ausbildung unserer Mitarbeitenden und die Suche nach den passenden Menschen, die sich in unseren Betrieben wohl fühlen. Hier orientieren wir uns jeweils an den Stärken der Mitarbeitenden: Gemeinsam finden wir heraus, wo sie liegen und wie sie am besten zum Tragen kommen.»



Und was macht Ihnen zurzeit am meisten Spass?

«Das gemeinsame Anpacken mit den verschiedensten Mitarbeitenden im Betrieb. Wir wollen die Leute begeistern, sie mitnehmen und involvieren, fördern, aber auch fordern. Für mich ist es ein wunderschönes Gefühl, wenn ich ihnen zum Erfolg verhelfen kann.»

Welches war das bisher berührendste Erlebnis in Ihrer Arbeitskarriere?

«Oh, da gibt es ganz viele. Was mich immer

wieder berührt hat, sind ernstgemeinte Komplimente und kleine Gesten von Mitarbeitenden oder Kundinnen und Kunden.»

Sie leben mit Ihrer Familie in der Elfenau. Was bedeutet Ihnen dieses Quartier?

«Ich bin durch und durch Stadtberner, lebe seit 25 Jahren hier und fühle mich pudelwohl. Besonders gefällt mir die gute Durchmischung der Menschen und die Nähe zum Stadtzentrum sowie zur Natur.»

Welchen Bezug haben Sie persönlich zum ElfenauPark?

«Meine Mutter verbrachte hier bis vor kurzem ihren letzten Lebensabschnitt und sie war extrem gut aufgehoben. Ich war total beeindruckt von der Arbeit und dem unglaublichen Respekt, den man ihr im ElfenauPark entgegenbrachte. Ausserdem schätzte ich die familiäre Atmosphäre, die Menschlichkeit und die Empathie aller Menschen.»

Hinschauen

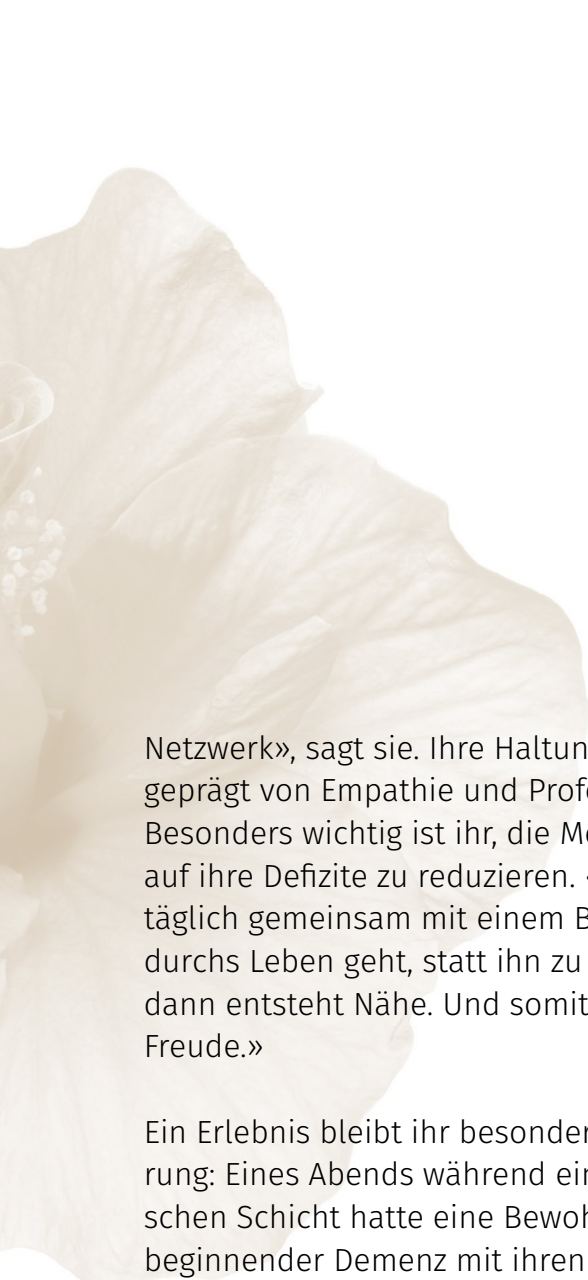
Die stille Kommunikatorin mit Herz



Elena Engel strahlt eine grosse Ruhe aus; im Gespräch wird klar, dass sie sich Zeit für ihr Gegenüber nimmt und mit viel Herz und Gespür unterwegs ist. Erst zurückhaltend, aber schon bald lebendig beginnt die dipl. Pflegefachfrau HF von ihrem Alltag im ElfenauPark zu erzählen. Es sind die gefühlvollen Momente, die sie berühren: Wenn ein Blick mehr sagt als tausend Worte und dadurch Nähe entsteht.

Seit Februar 2019 arbeitet Elena Engel im ElfenauPark. Sie kann sich noch gut an ihren Start erinnern. Damals arbeitete sie in einem Spital und ihr war klar, dass sie eines Tages in die Langzeitpflege wechseln möchte. Durch Familienbande erfuhr sie daheim von der offenen Stelle, die genau ihren Wünschen entsprach. Ihre Mutter arbeitete damals als Pflegedienstleiterin im ElfenauPark. So kam Elena Engel zu ihrem neuen Job als Abteilungsleiterin Pflege im Haus C. Im ArcaVita sammelte sie Erfahrung mit kognitiv beeinträchtigten Menschen. Dies bestärkte sie, sich vertieft dem Thema Demenz anzunehmen und sich darin weiterzubilden.

Mittlerweile hat sie ihr CAS Demenz an der BFH in Bern abgeschlossen. «Demenz betrifft nicht nur die Erkrankten, sondern ein ganzes



Netzwerk», sagt sie. Ihre Haltung im Alltag ist geprägt von Empathie und Professionalität. Besonders wichtig ist ihr, die Menschen nicht auf ihre Defizite zu reduzieren. «Wenn man täglich gemeinsam mit einem Bewohnenden durchs Leben geht, statt ihn zu korrigieren, dann entsteht Nähe. Und somit oft auch Freude.»

Ein Erlebnis bleibt ihr besonders in Erinnerung: Eines Abends während einer hektischen Schicht hatte eine Bewohnende mit beginnender Demenz mit ihren Ängsten und Sorgen zu kämpfen. Eigentlich hatte Elena nur wenig Zeit. Doch sie nahm sich der Bewohnenden an, setzte sich an ihr Bett, nahm ihre Hand und war einfach da für sie. «Es war keine Pflege im klassischen Sinn – eher eine schlichte Anwesenheit. Danach konnte die Betroffene ruhig einschlafen», erinnert sie sich.

Im Umgang mit Menschen mit Demenz ist für Elena nonverbale Kommunikation zentral. Ein Lächeln, oder eine kleine Geste sind oftmals viel stärker als tausend Worte. «Manchmal verstehen sich zwei, die gar keine gemeinsame Sprache haben, viel besser. So etwas berührt mich.»

Demnächst wird Elena ihre Kenntnisse als Coach im Bereich Demenz einbringen – in Standards, Schulungen und als Ansprechpartnerin für ihre Kolleginnen und Kollegen im ElfenauPark. Wie das im Detail ausgestaltet wird, ist zurzeit noch offen. Doch sie freut sich auf diese neue Rolle. «Ich habe viel gelernt – jetzt möchte ich etwas zurückgeben.»

Das CAS «Demenz und Lebensgestaltung» an der Berner Fachhochschule vermittelt vertieftes Wissen rund um Demenzdiagnostik, Therapie und Alltagsgestaltung. Ziel ist es, Lebensqualität zu erhalten – nicht nur für Betroffene, sondern auch für Angehörige und Pflegende. Teilnehmende kommen aus den unterschiedlichsten Bereichen – von der Pflege über die Aktivierung bis zur Physiotherapie.

Erinnern

Ein Moment für immer



Ein warmer Sommerabend im Tessin. Die Sonne war längst hinter den Bergen verschwunden, die Luft roch nach Nadelhölzern, eine laue Brise strich über die Wiese. Wir lagen im Gras – meine beiden Söhne, damals sieben und fünf, eng an mich gekuschelt. Über uns der Himmel – schwarz, voller Sterne. Um uns nichts als Stille. Und dieser magische Moment.

Wir haben nicht philosophiert. Aber wir haben geschaut, gelauscht, geredet. Ihre Fragen waren einfach – und gerade darum so eindrücklich. «Wie viele Sterne gibt's?», «Wohnt da oben jemand?», «Warum ist es nachts so ruhig?» Ihre kindliche Sicht auf die Welt war erfrischend, direkt, unverbogen. Und sie hat mich tief berührt.

Ich erinnere mich an das Rascheln der Gräser, an das leise Zirpen der Grillen, an den Duft von Holzrauch, der irgendwo in der Ferne in der Luft lag. Und an das Gefühl, dass gerade alles stimmt. Dass nichts fehlt.

Ich spürte ihre Wärme, ihr Vertrauen, ihre Liebe. Und ich dachte: Wenn das Leben irgendwann aus Erinnerungen besteht, dann ist das eine von denen, die ich nie verlieren darf. Eine, die mich trägt, wenn sie längst gross sind. Wenn sie eigene Wege gehen. Wenn ich zurückschaue.

Solche Momente kann man nicht planen. Aber man kann sie erkennen, wenn sie da sind. Und man kann sie hüten wie einen Schatz. Nicht mit Fotos. Sondern mit dem Herzen.

Dieser Abend, damals vor 30 Jahren – ein Moment für immer.

Ihr Martin Wittwer

Reflektieren

«Demenz geht uns alle etwas an.»

Daniela Zollinger leitet seit 2022 den Pflegedienst im ElfenauPark. Aktuell beschäftigt sie sich gerade intensiv mit dem Thema Demenz. Im Gespräch erzählt sie, wie das den Alltag prägt und warum Offenheit dabei so wichtig ist.

Frau Zollinger, woran arbeiten Sie gerade?

Mit einer kleinen, engagierten Arbeitsgruppe erarbeiten wir derzeit ein Papier zum Umgang mit dem Thema Demenz im Pflegedienst. Es geht darum, wie wir in den Wohnungen gezielt Anpassungen vornehmen können – mit dem Ziel, dass sich betroffene Menschen möglichst sicher und wohl fühlen. Dabei hinterfragen wir Alltagsroutinen, entwickeln neue Abläufe und schärfen den Blick für individuelle Bedürfnisse.

«Menschen spüren oft selbst, wenn etwas nicht mehr stimmt.»

Was ist Ihre erste Erinnerung an den ElfenauPark?

Ein Erlebnis ist mir besonders geblieben. Kurz nach meinem Start stellte mir ein Bewohner ganz spontan Fragen – auf Französisch! Ich kam ganz schön ins Schwitzen (lacht)..., ich war aber auch tief beeindruckt: Die Bewohnenden interessieren sich wirklich für uns Mitarbeitende. Diese Offenheit hat mich gleich von Anfang an begleitet.

Welches sind gerade Ihre grössten Herausforderungen?

Ganz klar der Fachkräftemangel. Wir sind gefordert, auch in Zukunft genügend Pflegefachleute zu finden. Aktuell suchen wir neue Lernende mit Lehrstart im August 2026 als Fachpersonen Gesundheit und AssistentInnen Gesundheit und Soziales. Unsere Antwort auf den Mangel ist: ausbilden und fördern.

Der ElfenauPark hat Demenz zum Jahresthema gemacht. Warum?

Demenz betrifft uns alle. In der Schweiz leben laut Alzheimervereinigung aktuell rund 156 900 Menschen mit einer Demenz – und jährlich kommen über 33 000 neu dazu. Viele Betroffene haben lange keine fachärztliche Diagnose. Das bringt Unsicherheiten – auch

bei Angehörigen. Im ElfenauPark wollen wir das Thema enttabuisieren. Pflegedienst, Reinigung, Wäscherei, Techn. Dienst, Restaurant, Küche, Empfang – wir alle haben Berührungspunkte mit betroffenen Menschen. Deshalb ist es uns wichtig, eine gemeinsame Haltung zu entwickeln und uns weiterzubilden.

Was tut der ElfenauPark konkret?

Selbstbestimmung, Individualität und die Möglichkeit, aktiv am Gemeinschaftsleben teilzunehmen, stehen bei uns im Zentrum. Wir haben dafür gute Strukturen geschaffen und sind offen für kreative, tragfähige Lösungen. Vielfältige Angebote wie Konzerte, Aktivierungen, Vorträge und kulinarische Events stärken das Wohlbefinden von allen Bewohnenden, mit und ohne Demenz.

«Es gibt nicht DIE demenzbetroffene Person.»

Was ist im Alltag besonders zu beachten?

Unser Wohnungssystem hat positive wie negative Seiten. Die Bewohnenden können selbst kochen, waschen, ihren Alltag gestalten – das unterstützt die Selbstständigkeit

und beugt vor. Aber: Bedürfnisse verändern sich. Manchmal sind es kleine Signale, die zeigen, dass jemand mehr Kontakt oder Unterstützung braucht. Da braucht es ein feines Gespür. Denn es gibt nicht die «typische demenzbetroffene Person». Jeder Mensch bringt seine eigene Geschichte mit.

Wie gelingt es, auf die Bedürfnisse von Menschen mit Demenz einzugehen?

Wichtig ist, dass sich alle Bewohnenden wohl und sicher fühlen. In der Pflegesprechstunde, welche alle sechs Wochen stattfindet, ist das Thema immer präsent und es darf darüber gesprochen werden. Wir Mitarbeitenden sprechen uns gemeinsam ab und schauen, dass sich Bewohnende selbstständig auf dem Areal bewegen können, auch wenn sie sich vielleicht nicht mehr orientieren können. Auch ermöglichen wir, dass Bewohnende, welche in der Wohngruppe ArcaVita wohnen, im Speisesaal essen können, wenn ihnen das guttut.

Was bedeutet das Thema für Sie persönlich und beruflich?

Mir ist es ein Herzensanliegen, mit Betroffenen und Angehörigen einen gemeinsamen Weg zu gehen. Im ElfenauPark unterstützen





wir das selbstbestimmte, individuelle Leben – das ist auch meine berufliche Überzeugung. Ich habe Mühe mit Tabus. Themen wie Demenz müssen benannt werden dürfen – ehrlich, wertschätzend, gemeinsam.

Was ist im Umgang mit Betroffenen besonders wichtig?

Menschen spüren oft selbst, wenn etwas nicht mehr stimmt – aber viele verdrängen es zunächst. Das ist menschlich. Wichtig ist, dass wir sensibel beobachten und die Person ernst nehmen. Jede und jeder will gesehen und respektiert werden – unabhängig von der Diagnose.

Was wünschen Sie sich von Bewohnenden und Angehörigen?

Offenheit. Unsicherheiten dürfen angesprochen werden. Unsere Erfahrung zeigt: Angehörige sind oft zuerst erschrocken – aber im Nachhinein dankbar, dass das Thema zur Sprache kam. Denn: Nur gemeinsam finden wir gute Wege.

«Unsere Mitarbeitenden im Service, in der Pflege und in der Reinigung sind bereits sensibilisiert.»

Aufzeigen

Demenz – verstehen, was geschieht

Was ist Demenz?

- Sammelbegriff für verschiedene Erkrankungen, bei denen das Gehirn langsam bestimmte Fähigkeiten verliert
- Betroffen sind zum Beispiel das Gedächtnis, das Erkennen, die Sprache, die Orientierung
- Der Alltag wird schwieriger, aber nicht alle Fähigkeiten gehen gleichzeitig verloren
- Wichtig: Demenz ist mehr als nur Vergessen: Viele Menschen bleiben emotional ansprechbar, können Freude empfinden, Nähe erleben und reagieren sensibel auf Zuwendung

Häufige Formen von Demenz:

- **Alzheimer-Demenz**
 - Die häufigste Form (60-70 Prozent), langsam fortschreitend, mit Gedächtnisverlust und später Orientierungsstörungen
- **Frontotemporale Demenz**
 - Beginnt oft mit Persönlichkeitsveränderungen und Sprachproblemen – eher bei jüngeren Personen
- **Vaskuläre Demenz**
 - Durch Durchblutungsstörungen im Gehirn – oft schubweise zum Beispiel nach einem Schlaganfall
- **Lewy-Body-Demenz**
 - Mit Schwankungen der Aufmerksamkeit, Halluzinationen, körperlichen Symptomen (ähnlich Parkinson)

Wie macht sich Demenz bemerkbar?

- Vergesslichkeit, Wiederholungen, Verlegen von Dingen
- Schwierigkeiten mit Sprache oder Entscheidungen
- Orientierungslosigkeit (Zeit, Ort, Personen)
- Stimmungsschwankungen, Rückzug, Unsicherheit
- In späteren Phasen auch körperliche Einschränkungen

Was hilft Menschen mit Demenz?

- Vertraute Abläufe – Rituale, einfache Sprache
- Biografiearbeit – anknüpfen an das, was früher wichtig war
- Musik, Berührungen, Lachen – Zugang über Gefühle
- Geduld, Sicherheit, Zuwendung – statt Korrekturen und Diskussionen

Für Fragen und Anregungen kann ein Gesprächstermin mit der Pflegeleitung ElfenauPark vereinbart werden.

Quelle Alzheimervereinigung Schweiz:
www.alz.ch

Hinweis: Jede Demenz verläuft anders, deshalb ist individuelle Begleitung so wichtig.

Entzücken

Heute erleben – morgen erinnern

Erinnerungen werden immer wieder aufgefrischt – indem man sie neu erlebt. Beispielsweise die Bilderausstellung «Fugen in Weiss» des Malers Hanspeter Fiechter. Oder der «Karneval der Tiere» des Trios Escarlata, die berndeutschen Kurzgeschichten «Ungerwägs» mit Walter Däpp oder Musik aus Osteuropa mit dem «Musical Treasures» des Klezmer Pauwau Trios.

Nr. 45+46
Sa 13.09. | So 14.09. | 17 Uhr

Haydn / Schostakovitsch

Norea Trio
Hyunjong Reents-Kang Violine
Eva Lüthi Violoncello
Petya Mihneva Falsig Klavier

Oktober:
Bilderausstellung im ElfenauPark
Fr, 17.10. bis So, 07.12.

Vernissage 17.10. | 17:30 Uhr

«Fugen in Weiss»
Hanspeter Fiechter Maler

Nr. 47+48
Sa 18.10. | So 19.10. | 17 Uhr

Bologne / Beach / Gershwin «Fiddler's & Pianist's»

Duo G&G's
Noëlle Gruebler Violine
Olivia Geiser Klavier

Nr. 49+50
Sa 25.10. | So 26.10. | 17 Uhr

Czesław / Scharwenka / Zarębski «Slawische romantische Musik»

Monika Urbaniak, Amelia Maszońska-Escobar Violinen
Juan Carlos Escobar Ossa Viola
Mateusz Kamiński Cello
Paweł Mazurkiewicz Klavier

Nr. 51+52
Sa 01.11. | So 02.11. | 17 Uhr

Albeniz / Domeniconi / Sor / Brower / Villa-Lobos «Sounds & Nuances»

Arturo Mariotti Gitarre

Nr. 53+54
Sa 08.11. | So 09.11. | 17 Uhr

Koechlin / Boulanger / Ligeti / Chabreier «Fin de Siècle»



Noëlle-Anne Darbellay Violine
Olivier Darbellay Horn
Stefan Wirth Klavier

Nr. 55+56
Sa 15.11. | So 16.11. | 17 Uhr

Musik aus Osteuropa
«**Musical Treasures**»

Klezmer Pauwau
Fred Singer Klarinette Klarinette
Viktor Pantiouchenko Akkordeon
Tashko Tasheff Kontrabass

Nr. 57+58
Sa 22.11. | So 23.11. | 17 Uhr

Von Simelibärg zu «**The Fairy Queen**»
«**Im Rosengarten will ich dir warten**»

Ensemble Grenzklang
Vera Hiltbrunner Sopran, Jodel

Sabina Weyermann Bajan, Stimme
Johanna Pärli Kontrabass
Rainer Walker Cembalo, Akkordeon

Nr. 59+60
Sa 06.12. | So 07.12. | 17 Uhr

Schumann / Bruckner / Corelli
Kammerorchester Elfenau Bern

Solist Maxime Ganz Violoncello
Andreas Hügli Dirigent
Janina Müller Konzertmeisterin

Konzertveranstalter: *Fredy Zaugg, Manuelstiftung ElfenauPark*



ElfenHof – ein Raum für alle Fälle

Dadurch dass unsere Büros nun alle im 1. OG sind, steht vis-à-vis vom Empfang ein wunderschöner, multifunktionaler Raum zum Mieten bereit für jegliche Feierlichkeiten und Gesellschaften. Für Geburtstagsfeiern, Jubiläen, Vernissagen, Jahrgängertreffen, Grebtessen, Sitzungen, Schulungen und Workshops uvm (bis 40 Personen). Die Bankett-dokumentation ist am Empfang oder im Restaurant erhältlich.

Entzücken

Unvergessliche Erlebnisse im ElfenauPark

Erinnerung: Da schwingt immer auch Vergänglichkeit mit. Vergänglichkeit von gelebten Stunden, Tagen und Jahren. Zeit, reich an Begegnungen, viele die man nicht missen möchte, einzelne, auf die man gerne verzichten würde, obwohl gerade diese lehrreich sein können. Anschliessend ein paar Beispiele in chronologischer Reihenfolge von Fredy Zaugg (Leiter Kultur ElfenauPark).

Spazierstock – Birkenstock

«Nach einem Konzert, es wird ca. 2016 gewesen sein, spricht mich eine Person an; auffällig, in Grün gekleidet, breit lachend, kurze Haare, barfuss in Birkenstock-Sandalen und an einem farbig bemalten Stecken gehend. Wie man Bewohnerin dieses kulturell so spannenden Hauses werden könne, fragt sie begeistert. Alle, die sie kennen, wissen untrüglich, um wen es sich bei diesem scharfen, wachen Geist handelt: Aude Einstein, die in den darauffolgenden Jahren viel Farbe und Verve in den ElfenauPark bringt. Mit ihr sind philosophische Gespräche, beispielsweise über «Sapere aude! Habe Mut, dich deines eigenen Verstandes zu bedienen» möglich. Nicht verwunderlich, dass sie sich bald mit einem anderen hellwachen Geist im

Haus verbindet, woraus eine wunderschöne Freundschaft zwischen ihr und Professor Johann Christoph Bürgel entsteht.



Bronislaw Erlich – Alexandre Dubach

Corona hat die Schweiz fest im Griff. Im ElfenauPark sind alle kulturellen Zusammenkünfte mit Publikum untersagt. Ich organisiere als kulturelle Amuse-Bouches kleine, musikalische Intermezzi in den Treppenhäusern, im ArcaVita, im Innenhof. Auch der fantastische Geiger Alexandre Dubach beteiligt sich. Wir sind unterwegs im Park und treffen auf den Holocaust-Überlebenden Bronislaw

Erlich. Klammer auf zu Bronislaw: Von ihm sehe ich immer wieder ein lustiges Bild. Ich sitze im Publikum des Konzertsaals, es spielt ein Klavierquartett. Draussen bewegt sich jemand im Innenhof: Ich schaue zum Fenster hinaus und sehe Bronislaw mit seinen bald hundert Jahren im Trainingsanzug am Runden Joggen. Klammer zu. Als kulturell interessierter Mensch kennt er Dubach und begrüsst uns freudig und beginnt von seinem Neffen zu schwärmen, der auch Geiger ist. Es stellt sich heraus, dass Nachum Erlich zusammen mit Dubach beim Jahrhundertgeiger Nathan Milstein studiert hat. Bronislaw nimmt das Handy, telefoniert Nachum, reicht das Handy an Alexandre weiter. Beide Musiker haben sich über Jahre nicht gesehen oder gehört und sind entzückt ob diesem wunderschönen Zusammentreffen. Später wird Nachum im ElfenauPark ein Konzert geben und wir planen das Geburtstagskonzert zum 100. Geburtstag von Bronislaw im ElfenauPark.

Was ist Kunst?

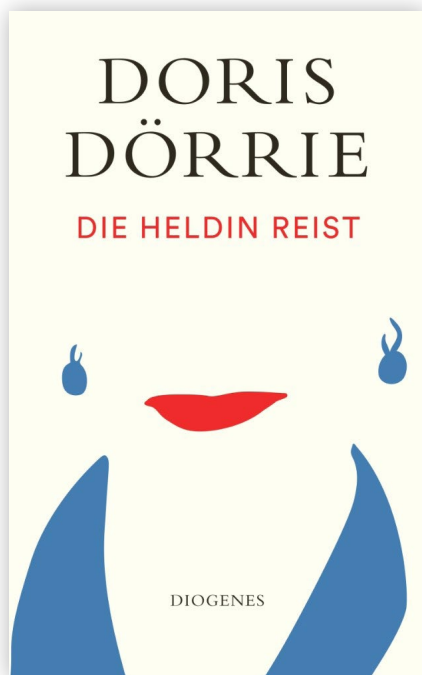
Kunst provoziert; diese Tatsache erlebte ich hautnah bei der Ausstellung des international tätigen Künstlers Pavel Schmidt im Jahr 2022, wo Objekte aus Protest von Bewoh-

nenden vorzeitig abgebaut werden mussten. Er sprengte einen Gartenzwerg, die bei ebay erstandene Aphrodite von Botticelli oder den David von Michelangelo in die Luft und setzt die Elemente anschliessend neu zusammen. Im ElfenauPark blieb mir sein Bonmot zur Frage eines Bewohners in Erinnerung – dieser will wissen: «Was soll das bedeuten?» Schmidts wunderbare Antwort: «Das Werk fragt zurück: welche Bedeutung hast du?».



Stöbern

Neuerscheinungen aus der ElfenauPark Bibliothek.



Die Heldin reist **Doris Dörrie** *D.9b*

Der Held muss in die weite Welt hinaus und Abenteuer erleben, um ein Held zu werden – und eine Geschichte zu haben. Und was ist mit der Heldin? Doris Dörrie erzählt von drei Reisen – nach San Francisco, nach Japan und nach Marokko – und davon, als Frau in der Welt unterwegs zu sein. Sich dem

Ungewissen, Fremden auszusetzen heisst immer auch, den eigenen Ängsten, Abhängigkeiten, Verlusten ins Auge zu sehen. Und dabei zur Heldin der eigenen Geschichte zu werden.

© *Diogenes Verlag*



Wohnverwandtschaften **Isabel Bogdan** *B.38a*

Ein Roman über eine Wohngemeinschaft, in der vier Menschen unterschiedlichen Alters aus unterschiedlichen

Motiven zusammenleben und feststellen: Freunde sind manchmal die bessere Familie. In diesem virtuos komponierten, lebensklugen und humorvollen Roman kommen reihum vier grundverschiedene Menschen zu Wort, die jeweils auf ihre Weise ihre Lebensentwürfe neu justieren müssen.

Fluchtnovelle **Thomas Strässle** *Do.17*

Erfurt, 1965: Im «Haus der Roten Armee» lernen sich eine Studentin aus der DDR und ein Student aus der Schweiz kennen. Beide sind blutjung – sie 21, er 23. Sie verlieben sich ineinander und wollen ein gemeinsames Leben, doch trennt sie der Eisener Vorhang. Dass er zu ihr in den Osten gehen könnte, kommt für beide nicht in Frage, und so suchen sie verzweifelt nach einem Weg für sie in den Westen. Thomas Strässle erzählt von der Macht der Liebe gegen die Übermacht der Systeme. Er erzählt eine wahre Geschichte, bei der einem

regelmässig der Atem stockt – die Geschichte zweier junger Menschen, die alles aufs Spiel setzen; die Geschichte seiner Eltern.

© Suhrkamp Verlag

Die Geschichte meines Lebens

Helen Keller

Bi.45

Helen Kellers Welt versinkt in Dunkelheit und Stille, als sie im Kindesalter ihr Hör- und Sehvermögen verliert. Frustriert von der Unfähigkeit, sich mitzuteilen, wird sie zur Gefangenen im eigenen Körper. Erst ihre Lehrerin Anne Sullivan vermag es, ihre Welt wieder zu öffnen: Einfühlsam vermittelt sie ihr Wege, ihre Umgebung wahrzunehmen und ihre Gedanken und Gefühle auszudrücken. In ihrer gefeierten Autobiografie erzählt Helen Keller von gezeichneten Buchstaben in ihrer Handfläche, dem Vibrieren eines nahenden Gewitters und dem Gefühl des Mondlichts auf der Haut. Ihr Weg ins Leben, vom Verstehen des ersten Wortes bis hin zum

Abschluss an der Universität, ist ein eindrucksvolles Zeugnis eines unbezwingbaren Willens und bis heute Inspiration für viele.

© Unionsverlag



Lindt und Sprüngli – Zwei Familien, eine Leidenschaft

Lisa Graf

Po.19a

Zürich 1826: Voller Verzweiflung bringt der kleine Rudolf Sprüngli seiner Mutter eine Tafel Schokolade ans Krankenbett. Sein letztes Taschengeld und all seine Hoffnung legt er in dieses

kleine Mysterium, das sich Schokolade nennt. Wie durch ein Wunder wird sein Wunsch erhört und seine Mutter wieder gesund. Ab diesem Tag ist für Rudolf klar, dass er Schokolade herstellen möchte. Opulent, dramatisch und akribisch recherchiert – die unvergessliche Familiensaga rund um die weltberühmten Schweizer Chocolatiersfamilien Lindt & Sprüngli. Ein liebevoll gestaltetes Paperback rundet dieses einzigartige Lesevergnügen ab.

Heute Abstimmung! 30 Volksentscheide, die die Schweiz verändert haben

David Hesse, Philipp Loser

Po.23

**Sein Sohn
Charles Lewinsky**
L.44b

**Windstärke 17
Caroline Wahl**
W.12

Impressum

Magazin des ElfenauPark
Stiftung ElfenauPark
ISSN 2813-8384

Elfenauweg 50
CH-3006 Bern
Telefon: 031 356 36 36
mail@elfenauPark.ch
Website: elfenauPark.ch

Erscheint alle 4 Monate
Konzept und Gestaltung:
Amber Kommunikation AG
Text: ElfenauPark und
Amber Kommunikation AG
Fotos: Alain Bucher, zVg
Druck: Vögeli AG, Langnau
Auflage: 1500 Exemplare
Ausgabe Nr. 8
Nächste Ausgabe Nr. 9: Januar 2026



Höchster Standard für Ökoeffektivität.
Cradle to Cradle Certified®- Druckprodukte
hergestellt durch die Vögeli AG.
Bindung ausgenommen.

