

Zeitschrift:	Schauplatz Spitex : Zeitschrift der kantonalen Spitex Verbände Zürich, Aargau, Glarus, Graubünden, Luzern, Schaffhausen, St. Gallen, Thurgau
Herausgeber:	Spitex Verband Kanton Zürich
Band:	- (2006)
Heft:	3
Artikel:	"Dank persönlicher Beratung leben Menschen gesundheitsbewusster und länger selbständig"
Autor:	Pfister, Thomas
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-822508

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 12.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Kanton Zug: Mit präventiven Hausbesuchen

Vor drei Jahren startete die Gemeinde Walchwil mit Unterstützung der Gesundheitsdirektion des Kantons Zug das Projekt Gesund Altern in Walchwil (GAW). Es umfasst präventive Hausbesuche und Veranstaltungen zu Gesundheitsthemen. Kathrin Spring hat die Gesundheitsberaterin Rita Schmid bei einem Besuch begleitet.

Ein kleiner Büraum im Alterswohnheim Mütschi dient der Gesundheitsberaterin Rita Schmid als Stützpunkt für das Projekt Gesund Altern in Walchwil (GAW). Von hier aus macht sie die Hausbesuche bei den rund 160 Personen, die am Projekt teilnehmen, und hier empfängt sie auch jene, die es vorziehen, für diese Gespräch zu ihr ins Büro zu kommen. Rita Schmid, diplomierte

Pflegefachfrau, ist als Gesundheitsberaterin im Stundenlohn angestellt. «Hauptberuflich» leitet sie zusammen mit einer Kollegin die Spitez Walchwil. Die beiden Engagements ergänzen sich inhaltlich in idealer Weise, sind aber organisatorisch und finanziell voneinander getrennt.

Das Projekt Gesund Altern in Walchwil sieht für Menschen ab 65 Jahren drei präventive Hausbesuche vor. Zum ersten Besuch, der rund eine Stunde dauert, gehören gegenseitiges Vorstellen sowie Informationen über den Projektverlauf, den Datenschutz und das Berufsheimnis. Besprochen werden anschliessend vor allem Wunschthemen der Teilnehmenden und Fragen, die sich aus dem persönlichen Gesundheitsbericht ergeben, den die Teilnehmenden aufgrund eines Fragebogens erhalten haben (siehe «Ablauf des Projektes», Seite 13). Wenn nötig werden Ziele vereinbart. Zum Beispiel: sich fünf Mal in der Woche eine halbe Stunde so körperlich bewegen, dass man «ins Schnaufen kommt».



Gesundheitsberaterin Rita Schmid (rechts) im Gespräch mit einer Teilnehmerin am Projekt «Gesund Altern in Walchwil».

«Dank persönlicher Beratung leben Menschen gesundheitsbewusster und länger selbstständig»

Interview mit Thomas Pfister, Beauftragter für Gesundheitsförderung des Kantons Zug und Leiter/Berater der Projekte «Präventive Hausbesuche» in Walchwil und Risch/Meierskappel.

Warum hat sich der Kanton Zug entschlossen, solche Projekte durchzuführen?

Ausschlaggebend war einerseits das revidierte Gesundheitsgesetz, das festlegt, dass sich der Kanton für gute Bedingungen einsetzt, die der Förderung der Gesundheit dienen. Andererseits zeigte uns die Gesundheitsbefragung aus

dem Jahr 2002 auf, wo Handlungsbedarf ist. Zum Beispiel bei der Tatsache, dass grosse Teile der Bevölkerung zu wenig Bewegung haben.

Welches sind die Zielgruppen für die beiden Projekte?

Die Projekte richten sich an Seniorinnen und Senioren ab 65 Jahren, die bei guter Gesundheit sind und im eigenen Haushalt leben. Eine weitere Bedingung ist, dass diese Menschen eine Hausärztin oder einen Hausarzt haben.

Warum diese Bedingung?

Weil es sehr wichtig ist, die Ärzteschaft in solche Projekte einzubinden. Das gute Zusammenspiel des Dreiecks «Senior/Seniorin – Gesundheitsberaterin – Hausarzt/



Projektleiter Thomas Pfister: «Gesundheitliche Risikofaktoren bei älteren Menschen frühzeitig zu erkennen, lohnt sich.»

Hausärztin» ist sozusagen das Erfolgsrezept. Aus diesem Grund wurde der Kurzfragebogen, der zur Teilnahme am Projekt einlädt, nur jenen Personen geschickt, die in der Kartei eines Hausarztes oder Hausärztin der Gemeinde registriert sind.

Wurden die Gesundheitsberaterinnen für die präventiven Hausbesuche speziell geschult?

Ja, sie erhielten im Rahmen des Projektes eine achtjährige Schulung. Für die beteiligten Ärztinnen und Ärzte fand – zusammen mit den Gesundheitsberaterinnen – eine Einführung in das Projekt statt.

Wie viele Personen wurden zur Teilnahme am Projekt in Walchwil eingeladen und wie viele haben sich entschlossen teilzunehmen?

Rund 340 Personen wurden zur Teilnahme eingeladen, davon meldeten sich 220 an. 160 Personen wünschten schliesslich präventive Hausbesuche.

Pflegekosten sparen

Anlässlich des zweiten Besuches werden Themen vertieft und Erfahrungen mit Zielvereinbarungen besprochen. Bei diesem Besuch werden wenn nötig auch heikle Sachen wie Alkoholkonsum, Rauchen und Ernährung angesprochen. Wie empfindlich hier manche Menschen sind, bekommt Rita Schmid oft bereits bei der ersten Kontaktaufnahme zu hören: «Aber kommen Sie mir dann nicht mit dem Rat, ich solle weniger essen». Beim dritten, kürzeren Besuch werden die behandelten Themen zusammengefasst, abschliessende Fragen beantwortet.

Geplant ist an diesem Freitag im April der dritte und letzte Besuch bei Fritz Streiff. Rita Schmid packt die nötigen Unterlagen ein und fährt mit dem kleinen Kastenwagen auf schmalen, kurvigen Straßen den Walchwiler Berg hoch. Sie parkiert vor einem Chalet mit traumhafter Aussicht auf Zugersee und Berge. Fritz Streiff führt freundlich ins Haus. Er ist offen, kommunikationsfreudig und seine 67 Jahre sind ihm nicht anzusehen. Er pflegt den Garten, ar-

beitet im Rebberg, hütet Grosskinder. Bis zur Pensionierung arbeitete er für BP (Switzerland) als

Weitere Projekte und Kosten

Nach dem Projekt «Gesund Altern in Walchwil» wurde 2005 ein gleiches Projekt kantonsübergreifend in Risch (ZG) und Meierskappel (LU) gestartet. Geplant sind weitere Projekte in der Stadt Zug und in Cham.

Finanziert werden die Projekte von den beteiligten Gemeinden und vom Kanton. Die Kosten für das Projekt Risch/Meierskappel betragen rund 120 000 Franken.

Basis der Projekte in Zug/Luzern bildet das Modell «Präventive Hausbesuche bei älteren Menschen», das im Rahmen des Projektes EIGER (Nationales Forschungsprogramm zur Thematik Alter) entwickelt und im Kanton Bern erprobt wurde. Im Kanton Solothurn wurde das Modell im Rahmen des Projektes SOIPRA (Solothurn Prävention im Alter) weiter entwickelt.

Berater für die Tankstellen dieser Firma in der Zentralschweiz. Vor ein paar Tagen erst sind er und seine Frau von einer Reise nach Vietnam zurückgekehrt.

Was in aller Welt, fragt sich die Journalistin, soll dieser Hausbesuch? Sie wird rasch eines Besserens belehrt. Denn Fritz Streiff erklärt gleich zu Beginn sehr klar und bestimmt, warum er beim Projekt mitgemacht und sowohl die Hausbesuche der Pflegefachfrau wie auch die Veranstaltungen zu Gesundheitsthemen als sehr nützlich und lehrreich erlebt hat: «Es ist einfach wichtig zu wissen, was uns im Alter an Beschwerden möglicherweise erwartet und was wir zur Vorbeugung tun können. Und es braucht halt, gerade wenn es einem noch verhältnismässig gut geht, diese persönlichen Denkanstösse. Oder kennen Sie Leute, die ihre Gewohnheiten ohne einen direkten Auslöser ändern?»

Rita Schmid geht mit Fritz Streiff nochmals kurz jene Themen

Fortsetzung Seite 14

Ablauf des Projektes

• Mit der Beantwortung eines Kurzfragebogens, zugestellt vom Hausarzt oder von der Hausärztin, erklären sich die Seniorinnen und Senioren einverstanden, am Projekt teilzunehmen.

• Anschliessend füllen sie einen ausführlichen Fragebogen zu ihrer Gesundheit aus.

• Aufgrund der Antworten wird per Computer von einer spezialisierten Firma für jede Person ein umfangreicher, persönlicher Gesundheitsbericht erstellt.

• Die Gesundheitsberaterin überbringt diesen Gesundheitsbericht den Teilnehmenden persönlich. Ein zusammenfassender

Bericht geht an den Hausarzt oder an die Hausärztin.

• Beim Überbringen des Gesundheitsberichtes klärt die Gesundheitsberaterin nochmals ab, ob präventive Hausbesuche erwünscht sind.

• Bei Zustimmung erfolgen im Abstand von ca. einem halben Jahr drei Hausbesuche durch die Gesundheitsberaterin (auf Wunsch auch nur ein oder zwei Besuche).

• Etwa zwei bis drei Mal im Jahr werden die Teilnehmenden zu Veranstaltungen im Bereich Prävention und Gesundheit eingeladen. □