



## «Eulen-Award» 2015

### Ideenwettbewerb für die ältere Generation

Zum fünften Mal zeichnet die Stiftung generationplus mit dem «Eulen-Award» innovative Projekte aus, die einen Beitrag zum körperlichen und psychischen Wohlbefinden der älteren Generation leisten. Mit dem «Eulen-Award» werden praxistaugliche Ideen gewürdigt, die in Zusammenarbeit mit Senioren entstanden und entwickelt worden sind.

### Was gibt es zu gewinnen?

Die Preissumme beträgt CHF 15 000.-. Diese wird wie folgt aufgeteilt:

- Preis für den «Eulen-Award» 2015: CHF 10 000.- und ein Eulenpaar als Symbol der (Alters-)Weisheit.
- Preis für das Schwerpunktthema: CHF 5000.-
- Die Jury kann eine besonders innovative Projekt-Idee mit einer Naturalgabe honorieren.

Die Preise können nicht kumuliert werden.

### Themen die im Vordergrund stehen

- Gesundheitsförderung: Wohlbefinden für Körper und Geist
- Betreuung und Pflege: Vermeidung von Diskriminierung, Übergriffen und Wahrung der Würde
- Sicherheit: Hören, Sehen und Sturzprävention
- Berufliche Neuorientierung: Die Qualifikation zählt, nicht das Alter (Schwerpunktthema)
- Dritter Lebensabschnitt: Aufbau von sozialen Netzwerken, Mobilität und altersgerechte Wohnformen

### Teilnahmebedingungen

Die Projekte müssen in der Schweiz entstanden sein, in der Schweiz realisiert und multipliziert werden können, innovativen, nachhaltigen, nicht-kommerziellen Charakter haben, partizipativ sein und die angesprochene Zielgruppe aktiv einbinden. Sie dürfen nicht mehr als vier Jahre zurückliegen. Eine Anmeldung ist auch auf elektronischem Weg möglich: [www.stiftung-generationplus.ch](http://www.stiftung-generationplus.ch)

**Eingabefrist ist der 30. Juni 2015.**

## Editorial



Dr. François van der Linde, Zürich,  
Präsident der Jury des «Eulen-Award»

Beim «Eulen-Award» werden Projekte prämiert, die in besonderer Weise zur Lebensqualität betagter Menschen beitragen. Es ist mir schon verschiedentlich die Frage gestellt worden, ob dies in der heutigen Zeit noch nötig sei. Die Situation Betagter hat sich ja in den letzten Jahrzehnten eindrücklich verändert. Wurden sie früher in einer oft defizitorientierten Betrachtungsweise als Randgruppe mit zunehmenden Gebrechen wahrgenommen, so haben sie sich heute zu einer gesellschaftlichen Schicht gewandelt, die ihre Bedürfnisse zunehmend im Alltag wahrzunehmen weiss und die dank guter Vorsorge ihr Leben sinnvoll und abwechslungsreich gestalten können.

Die 125 Projekte, welche die Jury der Stiftung generationplus seit 2007 zu beurteilen hatte, zeigen aber, dass in dieser gesamthaft erfreulichen Entwicklung Lücken bestehen und dass vielen Betagten die Integration in unsere dynamische Gesellschaft schwer fällt oder infolge von körperlichen oder psychosozialen Problemen nicht möglich ist. Zudem hat die Zahl betagter und insbesondere auch hochbetagter Menschen stark zugenommen. Insbesondere bei Letzteren

*Fortsetzung auf Seite 2*



stellt sich heute die Frage nach Wahrung der Autonomie und nach Sicherheit im körperlichen wie im psychosozialen Bereich, um nur zwei Beispiele zu nennen.

Der «Eulen-Award» will hier Impulse setzen und insbesondere auch innovative Ideen fördern. Besonders wertvoll sind hier Projekte, die nicht einfach für alte Menschen, sondern die gemeinsam mit Betagten entwickelt und durchgeführt werden. Dementsprechend werden Aspekte der Innovation und der Partizipation bei der Beurteilung von Projekten besonders gewichtet. Dazu kommt auch die Nachhaltigkeit. Können gute Ideen längerfristig durchgeführt oder auf andere Orte übertragen werden oder handelt es sich um «Eintagsfliegen», die letztlich fast ausschliesslich von einer tragenden Person abhängen?

Bei den Eingaben des Jahres 2013 hat die Jury bei Projekten ganz neue Aspekte erkannt, an denen Betagte und Jugendliche gemeinsam beteiligt sind. Generationenübergreifende Aktivitäten fördern oft nicht nur die Lebensqualität Betagter, sondern tragen zum frühen und besseren Verständnis dieser Altersgruppe bei Jugendlichen bei.

Das Themenspektrum für die Ausschreibung des «Eulen-Award» 2015 ist breit, und die Jury freut sich auf eine grosse Zahl von Bewerbungen. Nicht alle können prämiert werden, aber aus der Erfahrung tragen nicht nur die Projekte der Preisträger zu den Zielen der Stiftung generationplus bei, sondern auch fast alle nicht prämierten Arbeiten.



## Projekt «Leuchtturm» gegen Tinnitus

**Das als Leuchtturm-Projekt bezeichnete Unternehmen steht vor dem Rollout: Das Kantonsspital Obwalden und die Swisstinnitus AG haben eine gemeinsame Plattform für die kompetente, interdisziplinäre und auf die neueste wissenschaftliche Forschung abgestützte Versorgung geschaffen.**

Die Swisstinnitus AG ist eine Unternehmung von Prof. Dr. med. Markus Pfister, Hals-Nasen-Ohren-Arzt mit Praxis in Sarnen. Der zudem international in Lehre und Forschung tätige Facharzt ist bereits seit drei Jahren als Belegarzt am Kantonsspital Obwalden operativ tätig. Auf gemeinsame Initiative von Spitaldirektor Daniel Lüscher und Prof. Dr. med. Markus Pfister ist die Idee einer Kooperation im Bereich Tinnitus entstanden. In der Folge hat sich diese Idee zu einem Leuchtturm-Projekt entwickelt: Die langfristige Zielsetzung sieht vor, in Sarnen ein einzigartiges interdisziplinäres Tinnitus-Kompetenzzentrum zu betreiben.

Mehrere zehntausend Menschen dürften derzeit in der Schweiz auf eine Tinnitus-Therapie, die das Pfeifen, Klingeln, Rauschen oder Summen in ihrem Kopf abstellt oder zumindest reduziert, warten. Laut der Schweizerischen Tinnitus-Liga leiden etwa 4% aller Erwachsenen an den Geräuschen, die sie seit mindestens 3 Monaten begleiten. Zu seinem vor Kurzem im Kantonsspital Obwalden gehaltenen populärmedizinischen Vortrag zum Thema «Tinnitus – wenn das Ohr schreit!?» konnte Prof. Pfister mehr als 250 Betroffene und Interessierte begrüßen.

### Mehr Hintergrund zum Tinnitus

Ohrgeräusche (Tinnitus) sind ein Symptom, das unterschiedlichste Ursachen hat und grundsätzlich bei fast jeder Ohrerkrankung begleitend auftreten kann. Entzündliche, tumoröse sowie medikamentös toxische Ursachen, mechanische und akustische Traumata können ebenso zu Tinnitus führen wie Herz-Kreislauf- oder Stoffwechselerkrankungen. Der Charakter der Ohrgeräusche (zum Beispiel Piepsen, Zischen, Rauschen) und die Intensität des Tinnitus



(kaum hörbar bis extrem laut) werden von den Betroffenen sehr unterschiedlich beschrieben und lassen nur selten Rückschlüsse auf die zugrunde liegende Ursache zu.

## Mehr Zusammenarbeit schon zu Beginn

Beim akuten Tinnitus sollte die Behandlung möglichst umgehend einsetzen, das heisst, innerhalb der ersten 72 Stunden nach Auftreten der oben beschriebenen Symptome. Die medikamentöse Therapie eines akuten Tinnitus erfolgt ähnlich der Therapie des Hörsturzes und ist durch die vor Ort etablierte Grundversorgung sowie den Notfalldienst am Kantonsspital Obwalden gewährleistet.

Eine eingehende Analyse möglicher Ursachen erfolgt schon während der Akutbehandlung und wird durch HNO-Spezialisten sowie dem interdisziplinären Team (Labormedizin, Radiologie, Audiometrie, Psychologie, Hörakustik) komplettiert.

## Mehr Lebensqualität trotz Tinnitus

Bei der Behandlung eines chronischen Tinnitus (länger als drei Monate bestehend) stehen psychotherapeutische Methoden (z. B. Tinnitus-Retraining-Therapie) sowie akustische Verfahren zur Verfügung. Ziel ist es, den Patienten zu schulen, mit dem Ton im Ohr zu leben, seine Aufmerksamkeit anderen Dingen zuzuwenden, das Geräusch zu überhören und so die Beeinträchtigung durch den Tinnitus zu vermindern sowie die Lebensfreude zu stärken.

Hierzu werden auch Rauschgeneratoren oder Tinnitus-Noiser eingesetzt und gezielt auf den Tinnitus jedes einzelnen Betroffenen programmiert. Des Weiteren besteht für die Patienten die Möglichkeit, neuere Therapieansätze beispielsweise Musiktherapie, akustische Neuromodulation) kennen zu lernen.

Diese neueren Techniken zielen darauf ab, den Tinnituston «zu verlernen». Dies geschieht schmerzfrei mit gezielten, akustischen Signalen, welche die krankhaften Nervenzellen im Hörzentrum stören. Welche Technik angewendet wird, muss auf den jeweiligen Tinnitustyp abgestimmt werden. Dies erfolgt durch eine auf den Patienten individuell ausgerichtete Therapie.



Ziel dieser interdisziplinären Therapieansätze ist es, das Hör-Gedächtnis umzuprogrammieren, gleichzeitig Stressfaktoren zu identifizieren und diese komplementär, entweder durch psychologische, chiromanualtherapeutische oder Entspannungstherapien, positiv zu beeinflussen.

## Mehr persönlich ausgerichtete Therapien

Das gemeinsame Anliegen dieses Angebotes von Swisstinnitus AG und dem Kantonsspital Obwalden ist es, den Betroffenen eine persönlich ausgerichtete Therapie anzubieten, wobei der Patient die Möglichkeit hat, die notwendige Therapie ambulant durchzuführen und die verschiedenen akustischen Therapieoptionen zu testen.

Neben diesem Angebot besteht die Möglichkeit, mit den Spezialisten vor Ort sowohl die Ursachen des Tinnitus und/oder der Schwerhörigkeit abzuklären sowie eine unabhängige Beratung hinsichtlich der Rehabilitationsmöglichkeiten des Gehörs zu erhalten.

## Mehr Auskünfte

Ihre Ansprechpartner während den Sprechstunden:  
Swisstinnitus AG  
Telefon 041 661 25 50, swisstinnitus@hin.ch

Ausserhalb der Sprechstunden:  
Notfallarzt Obwalden  
Telefon 041 660 33 77  
Notfallstation des Kantonsspitals Obwalden  
Telefon 041 666 41 20



## Ein Leben lang unsere Gesundheit fördern

Die 16. Nationale Gesundheitsförderungs-Konferenz findet am 29. Januar 2015 in Luzern statt. Vorgestellt werden die neuesten Ergebnisse in Zusammenhang mit der Lebenslaufforschung sowie deren Folgen für Gesundheitsförderung und Prävention.

Unser gegenwärtiges Umfeld ist geprägt von der Alterung der Bevölkerung, einem Anstieg der chronischen Krankheiten und ständig steigenden Gesundheitskosten – Entwicklungen, die unsere Gesellschaft und unser Gesundheitssystem vor grosse Herausforderungen stellen.

Nur ein disziplinen- und sektorenübergreifender Ansatz kann helfen, Lösungen auf dem Gebiet der Gesundheitsförderung und Prävention aufzuzeigen. Der Lebenslauf-Ansatz ist ein solcher. Er setzt an der Schnittstelle zwischen öffentlicher Gesundheit, Psychologie, Soziologie, Demographie und Biologie sowie Geschichte und Wirtschaft. Ziel ist, die Zusammenhänge und Wechselwirkungen besser zu verstehen, die zwischen dem Menschen und seinem Umfeld in den verschiedenen Lebensphasen bestehen, und zu ergründen, wie sich diese auf die Gesundheit auswirken.

Unsere Gesundheit von morgen ist abhängig von unseren Erfahrungen und unserem sozialen, ökonomischen und ökologischen Kontext von heute. Jedes einschneidende Ereignis wirkt sich auf unsere Gesundheit aus. Dies gilt besonders für Geschehnisse in kritischen Phasen oder in Zeiten des Übergangs wie dem Beginn der Schulzeit und der Adoleszenz, dem Eintritt ins Berufsleben, der Elternschaft oder der Pensionierung.



Diese einschneidenden Lebenserfahrungen, seien sie nun positiv oder negativ, haben einen kumulierenden Effekt. Während das Wechselspiel negativer Faktoren zu einer Steigerung von Gesundheitsproblemen führt, können positive Faktoren die negativen Auswirkungen vorangegangener oder folgender Lebensstadien verringern. Diese Risiko- und Schutzfaktoren sind jedoch nicht auf das Verhalten des Einzelnen beschränkt, sondern auch abhängig vom familiären Kontext, von der Nachbarschaft, von der Gemeinschaft, vom beruflichen Umfeld und nicht zuletzt von der Sozialpolitik.

Um den Lebenslaufansatz veranschaulichen und fassbarer zu machen, haben wir Fachleute eingeladen, die uns die Ergebnisse ihrer Forschungsarbeiten auf dem Gebiet der frühen Kindheit, der Adoleszenz, des Berufslebens und des Alters vorstellen. Ausserdem werden im Rahmen interaktiver Workshops Projekte präsentiert, anhand derer die Teilnehmenden erkennen, wie die Lebenslaufperspektive konkret angewendet werden kann.

## 16. Nationale Gesundheitsförderungs-Konferenz

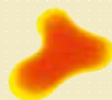
Donnerstag, 29. Januar 2015, Messe Luzern

### «Ein Leben lang unsere Gesundheit fördern»

Organisiert in Zusammenarbeit und mit der Unterstützung  
des Kantons Luzern

Programm und Anmeldung:

[www.gesundheitsfoerderung.ch/konferenz](http://www.gesundheitsfoerderung.ch/konferenz)



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



## Erfolgreiches Zusammenspiel mit Obrasso

Am 16. November 2014 bescherte das Konzert des «Mozart Festival Orchestra London» den Besucherinnen und Besuchern des KKL Luzern einen unvergesslichen Abend. Über den restlos ausverkauften Event freut sich aber nicht nur der renommierte Veranstalter Obrasso Classic Events Luzern, sondern auch die Stiftung generationplus. Dank einer engen Zusammenarbeit mit Obrasso darf sie einen ansehnlichen Unterstützungsbeitrag entgegennehmen. Denn es wurde vereinbart, dass sie vom Konzertveranstalter einen Fixbetrag pro verkauftes Konzertticket erhält. Am Samstag, 7. November 2015, wird das «Mozart Festival Orchestra London» wieder im KKL Luzern gastieren.

## Leserbrief: Was heisst schon Gesundheit?

Laut Weltgesundheitsorganisation (WHO) wird die Gesundheit als «Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens und nicht nur das Fehlen von Krankheiten oder Gebrechen» definiert. Gibt es das denn überhaupt? Wer sagt, dass ich nicht glücklich bin, wenn ich gar keine sozialen Kontakte pflege? Gelte ich dann als krank? Wie lässt sich diese Definition mit unserem Alltag vereinbaren?  
C.F.

Liebe Frau F.

Gar nicht, denn diese Formulierung ist heillosen Blödsinn. Und zudem eine dreiste Amtsanmassung. Indem die WHO Gesundheit auf diese allumfassende Weise definiert, erklärt sie sich selbst zu einer Institution, die grundsätzlich für alles zuständig ist. Innenpolitik, Aussenpolitik, Sozialpolitik, Bildungspolitik – alles ist im Grunde Gesundheitspolitik. Und alle Menschen sind krank, weil es ihnen nicht «vollständig» wohl ergeht. Man kann das so sehen. Dann darf man sich aber nicht wundern, warum einen keiner ernst nimmt. Aber was macht das schon, wenn man nur sich selbst gehörig wichtig nimmt. – So, und jetzt lassen Sie mich mal durch. Ich bin nämlich eine Fachexpertenperson Gesundheit.

Quelle: Tages-Anzeiger vom 29. Oktober 2014

Die Jugend ist die Zeit,  
um Weisheit zu lernen.  
Das Alter ist die Zeit,  
sie auszuüben.

*Jean-Jaques Rousseau*



## AAL News

### Active and Assisted Living (AAL) Forum 2014 in Bukarest, Rumänien

Das AAL Forum ist die grösste Veranstaltung ihrer Art und bringt Forscher, Entwickler und Anwender von AAL-Lösungen aus ganz Europa zusammen. Mit mehr als 500 Teilnehmenden aus 33 Staaten fand das AAL Forum erstmals in einem östlichen europäischen Land statt: Im ehemaligen «Ceausescu Palast», dem zweitgrössten Gebäude der Welt, in Bukarest, Rumänien.

Während und zwischen den Vorträgen wurde einem die Gelegenheit geboten, sich im Ausstellungsteil einen Überblick über laufende AAL-Projekte zu verschaffen. Ein weiterer Höhepunkt war die Verleihung des AAL Awards 2014. Aus rund 150 AAL-Projekten erkoren die Jury und das Publikum das Projekt «Confidence» zum Sieger 2014, welches aus Projektpartnern aus der Schweiz, Österreich, Holland und Rumänien bestehen. «Confidence» ist eine Smartphone-App, die Unterstützung für leicht- bis mitteldemente Menschen im Alltag bietet und überzeugen konnte, weil es benutzerfreundlich ist und über grosse Marktchancen verfügt.

Weitere Informationen zum AAL Forum und zum Award 2014 finden Sie unter [www.aalforum.eu](http://www.aalforum.eu).



AAL Büro Schweiz am SBFI:  
[swiss.aal@sbfi.admin.ch](mailto:swiss.aal@sbfi.admin.ch)  
[www.sbfi.admin.ch/aal](http://www.sbfi.admin.ch/aal)

## Impressum

### Herausgeber

Stiftung generationplus  
Schmidtenbaumgarten 7a, 8917 Oberlunkhofen  
E-Mail [e.buergi@bluemail.ch](mailto:e.buergi@bluemail.ch)

Erscheint drei Mal pro Jahr.  
Nachdruck mit Quellenangabe gestattet.

Gönnerkantone  
finanziert durch



Kanton Bern



Kanton Zug

SWISSLOS



Kanton Basel-Landschaft



ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG

KANTON solothurn

ti Repubblica e Cantone  
Ticino



Kanton Zürich

### Offizielle Partner



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement für  
Wirtschaft, Bildung und Forschung WBF  
Staatssekretariat für Bildung,  
Forschung und Innovation SBFI

### Hauptsponsor



### Promotionspartner

obrassoconcerts

### Sponsoren

interpharmaph

RADO  
SWITZERLAND