

Redcross Clowns berühren Kinderherzen



Redcross Clownin Alessandra trat im Spätsommer zusammen mit zwei andern Clowns an einem Rotkreuz-Kinderfest in Zürich auf.

(aru) Schon immer war Alessandra Incarbone von Clowns fasziniert. Was sie berührt, ist die feinfühligste Begegnung von Menschen ganz ohne Sprache. Seit April 2019 ist sie freiwillige Redcross Clownin – und schenkt Kindern in schwierigen Lebenssituationen Momente voller Leichtigkeit.

Alessandra Incarbone aus Zürich ist eine von 30 Redcross Clowns. Es ist ein freiwilliges Engagement, auf das sie von einer Bekannten aufmerksam gemacht worden war. Es ist nicht ihr Beruf – aber ganz eindeutig ihre Leidenschaft, wenn sie mit strahlenden Augen von den Auftritten erzählt. «Wir haben sehr wenig Utensilien – eigentlich nur das Kostüm und die rote Nase, vielleicht noch eine Mundharmonika oder eine kleine Hupe im Hosensack.» Die Redcross Clowns haben kein festes Programm und improvisieren vor Ort, meist sind sie zu dritt oder zu viert. Sie erreichen die Kinderherzen mit Stimme, Mimik, Gesten und Geräuschen. Ganz ohne Sprache und ohne Erklärung.

Vor vielen Jahren sah Alessandra in einem Werbespot einen Clown, der kranke Kinder in einem Spital ablenkte und aufmunterte. Da merkte sie: So etwas würde sie auch gerne einmal machen. Wo sie mit ganzem Herzen etwas geben, das Kindliche und die Fantasie in sich hervorholen kann. «Lachen ist mir wichtig und gehört zu mir»,

erzählt die freiwillige Clownin. Schon als Kind fand sie Charlie Chaplin toll. Ihr gefällt die Mischung aus Melancholie und Komik. Sie entwickelte vor einiger Zeit ihre eigene Clown-Identität: «Meine Clown-Figur heisst KiKi und hat etwas Kindliches. Ich bin einfach sehr gern Kind oder eben auch mal kindlich», meint sie.

Die Redcross Clowns erreichen die Kinder ganz ohne Sprache und ohne Erklärung.

Clowns fürs Rote Kreuz

Redcross Clowns sind Freiwillige, die von professionellen Clowns während mehrtägiger Workshops in Social Clowning ausgebildet wurden. Sie sind regelmässig in Asyl- und Flüchtlingsunterkünften im Einsatz

und bringen Ablenkung in den Alltag der dort lebenden Kinder. Die meisten haben keine entsprechende Vorerfahrung wie Alessandra. Sie besuchte neben ihrer Berufstätigkeit im kaufmännischen Bereich bereits einmal eine Clown-Schule in St. Gallen. Im Rotkreuz-Workshop habe sie dennoch viel Neues dazugelernt, auch durch den Austausch mit den andern Teilnehmenden.

Die Redcross Clowns treten nicht auf einer Bühne auf, sondern improvisieren inmitten der Kinder. «Als Clown ist für mich nur das Hier und Jetzt wichtig. Wenn ich ein Kind lachen sehe, wenn es mich sieht – dann fühle ich, dass es richtig ist, was wir tun. Ich bin sicher, wir können etwas bewirken und die Kinder behalten etwas von dem, was wir geben können, in ihren Herzen.» Aber nicht nur die Kinder lachen – Alessandra hat auch schon viele Eltern lachen sehen. Nur schon aus Freude, wenn sie ihre eigenen Kinder so unbeschwert sehen. Manche fragen, ob sie ein Foto von ihrem Kind und ihr machen dürften. «Es kommen meist rund 15 bis 20 Kinder. Das Schöne ist, dass uns die Kinder schon freudig erwarten, wenn wir wiederkommen. Viele sind sehr aktiv und neugierig. Es gibt aber auch scheue. Ein kleines Mädchen traute sich erst beim zweiten Besuch, etwas näher zu kommen.»

Gab es auch schon schwierige Momente? «Wir sind bei unseren Auftritten zwischen drei und fünf Clowns. So können wir uns gegenseitig helfen, wenn zum Beispiel ein Kind etwas weg-

«Die Kinder behalten etwas von dem, was wir geben können, in ihren Herzen.»

nehmen will, und die Situation gut auffangen. Schwierig fand ich beim ersten Mal die bedrückende Umgebung – ich war noch nie vorher in einem Asylzentrum. Die Räumlichkeiten empfand ich als beengend. Es hat nicht viel Platz und wenig Spielmöglichkeiten für die Kinder. Umso mehr warten sie auf unser Kommen. Überhaupt ist das Warten dort sehr spürbar – warten, bis der Tag um ist; warten, was weiter mit ihnen geschieht.» Trotz diesem traurigen Aspekt gehe sie nach einem Auftritt zwar müde, aber erfüllt nach Hause. «Ich kann die Kinder nicht befreien aus ihrer schwierigen Situation, aber ihnen auf ihrem Weg etwas mitgeben. Ich glaube sogar, dass sie sich auch viel später noch daran erinnern werden, an diese Momente der Leichtigkeit.»

STANDPUNKT

Lachen können ist unbezahlbar

Ein Clown ist ein Artist, dessen primäre Kunst es ist, Menschen zum Lachen zu bringen. So steht es in Wikipedia, der digitalen Enzyklopädie. Der Clown – und ebenso die Clownin – ist aber noch viel mehr: Er oder sie überwindet mühe- los Sprachbarrieren, bringt zum Staunen und entführt die Zuseher in eine andere Welt. Da liegt es sehr nahe, dass Clowns wie bestimmt dafür sind, Kindern in schwierigen Situationen fröhliche und unbeschwerte Momente zu ermöglichen. Genau dies war die Idee, die vor rund einem Jahr zur Entstehung der Redcross Clowns führte.

Mittlerweile sind sie aktiv, die 30 frischgebackenen freiwilligen Redcross Clowns. In zwei Workshops haben sie das Social Clowning erlernt. Jeweils zu dritt oder zu viert besuchen sie Asylunterkünfte in Zürich, St. Gallen und Thurgau. Als hätte in ihnen bereits vorher ein Clown geschlummert, der nur geweckt werden wollte. Mit Seifenblasen oder Mundharmonika, mit Mimik und Gesten faszinieren sie in ihren freien Improvisationen die Kinder, die ihnen hinterherpringen, auch pusten wollen oder einfach mal das bunte Kostüm anfassen möchten.

Diese Momente sind ein Lichtblick in einer bedrängenden Lebenssituation. Kinder, Jugendliche und Erwachsene, die aus Kriegs- oder Krisengebieten in die Schweiz geflohen sind, sind nicht selten traumatisiert, verängstigt und geprägt von Unsicherheit im noch unbekanntem Umfeld. Besonders akut ist diese Situation kurz nach Ankunft in der Schweiz. In dieser Zeit Freude zu erleben und befreit lachen zu können, ist enorm wertvoll.

«Ein Tag ohne Lachen ist ein verloren Tag», sagte Charlie Chaplin. Lachen verbindet Menschen, Lachen ist gesund – und kann helfen, eine belastende Situation leichter zu machen. Dazu möchten wir mit den Redcross Clowns beitragen. Danke, dass Sie mit Ihrer Spende dabei mithelfen.



Barbara Schmid-Federer, Präsidentin SRK Kanton Zürich

NACHGEFRAGT

Dr. Kunz, Palliativ-Mediziner, über das Lebensende

Seite 2

AGENDA

Freiwillig tätig werden? Kommen Sie an eine Infoveranstaltung

Seite 2

FÜR DIE ZUKUNFT

Besuchen Sie unsere kostenlose Veranstaltung zur Vorsorgeplanung

Seite 3

NEWS

30. Oktober ist Tag der pflegenden Angehörigen

Seite 3

NACHRUF

Abschied von Annemarie Huber-Hotz

Seite 4

NACHGEFRAGT

«Keine Form der Medizin ist so intensiv wie die Palliative Care»

(Imo) Niemand hat in der Schweiz so viel für die Entwicklung der Palliative Care gemacht wie der am Zürcher Waidspital tätige Chefarzt Dr. Roland Kunz. Seit fast 40 Jahren setzt sich der Mediziner für eine würdige letzte Lebensphase ein, in der nicht die Bekämpfung von Krankheit, sondern die Bedürfnisse und Wünsche der Patienten im Vordergrund stehen. Ein biografisches Ereignis rund um das Sterben seines eigenen Vaters prägte vor fast 40 Jahren den damals jungen Assistenzarzt nachhaltig.

Herr Kunz, Sie beschäftigen sich als Geriater und Palliativ-Arzt seit vier Jahrzehnten mit der letzten Lebensphase eines Menschen. Ist das nicht manchmal schwer?

Nein, überhaupt nicht (lächelt). Denn keine andere Form der Medizin ist so intensiv wie die Palliative Care. Wer sich um Menschen in der letzten Lebensphase kümmert, bekommt unglaublich viel zurück. Mein Team und ich erfahren so viel Tiefe in den kurzen Beziehungen und Dankbarkeit, das ist enorm bereichernd. So gesehen, werden wir jeden Tag beschenkt.

Dann frage ich anders: Ist es nicht anstrengend, sich jeden Tag mit dem Sterben auseinanderzusetzen?

Natürlich ist es «happig», aber nicht, weil die letzte Lebensphase dunkel oder anstrengend wäre, sondern es ist die Intensität unserer Arbeit,

die starken Gefühle, die zehren können. Aber eben: Die Patienten geben uns gleichzeitig so viel zurück, ich bin dankbar dafür.

Und wie erholen Sie sich? Wo tankt der Palliativ-Mediziner auf?

Im Gespräch! Wir sind ja ein Team – übrigens ein Kernelement von Palliative Care, denn nur gemeinsam und über alle Disziplinen hinweg können wir Menschen mit chronisch fortschreitenden Krankheiten begleiten und betreuen – und gemeinsam besprechen wir, was uns berührt, wie es uns geht. Wir alle benötigen viele Gespräche, um im Gleichgewicht zu bleiben.

Seit knapp 40 Jahren prägen Sie die palliative Entwicklung in der Schweiz. Wussten Sie schon während des Studiums, dass Sie dereinst Palliativ-Mediziner werden möchten?

Ich sage es mal so: Ich wurde nicht



Dr. Roland Kunz und die Autorin Lea Moliterni an der Mitgliederversammlung des SRK Kanton Zürich im Mai 2019, an der Roland Kunz als Gastredner auftrat.

Arzt, weil mich etwa die Naturwissenschaften oder die Technik interessierten, sondern die Beziehung zu Menschen. Insofern war der Weg «angelegt», denn Palliative Care ist

Beziehungsarbeit. Letztlich waren es dann aber biografische Schlüsselmomente, die mich zum Thema der letzten Lebensphase brachten.

Im Dokumentarfilm «Besser Sterben» von Marianne Pletscher berichten Sie, wie das Sterben Ihres Vaters Sie nachhaltig prägte.

Ja, das ist sicherlich so. Ich hatte soeben mein Staatsexamen gemacht, als die Krebserkrankung meines Vaters in eine terminale Phase überging. Ich begleitete damals meine Mutter zum Hausarzt. Und wissen Sie, was wir erhielten? Ein Rezept für einen Tee und ein einfaches Schmerzmittel. Der Arzt meinte: «Geben Sie ihm das, wenn es dann gar nicht mehr geht.»

Und man sagte Ihnen nicht, dass er bald sterben würde?

Ja, so war das. Das war der damalige Standard. Man sprach nicht darüber, dass ein Mensch jetzt sterben wird. Der Arzt war komplett überfordert, und so verschrieb er halt einen Tee. Aber wissen Sie, selbst während meines ganzen Studiums wurde das Wort «Sterben» nicht beim Namen genannt. Es ging und geht ja in der Medizin stets um Fortschritt, um Erfolge und um «Heilung». Dass der Mensch endlich ist, wurde – und wird noch heute! – ignoriert. Das Beispiel meines Vaters ist insofern ein Beispiel dafür, wie die Medizin mit Menschen in palliativen Situation umgeht, nämlich

mit Überforderung. Und das hat mich – um auf Ihre Frage nach meinem Weg zurückzukommen – sicherlich geprägt und treibt mich noch heute an.

Was wünschen Sie sich für die Entwicklung der Palliative Care?

Vieles! Ich wünsche mir wohl vor allem eine Imageveränderung. Heute wird alles Palliative immer noch mit Sterben und Lebensende verknüpft. Aber: Palliative Care ist nicht einfach «optimierte Schmerztherapie» am Ende des Lebens, es ist eine Haltung. Die Haltung, dass der Mensch endlich ist, dass er individuelle Bedürfnisse hat und nicht innerhalb eines standardisierten Schemas behandelt werden möchte. Es geht um Respekt für den Menschen und die Anerkennung, dass der Patient am besten weiss, was er benötigt.

Nächstes Jahr werden Sie 65. Gibt es einen Roland Kunz im Ruhestand?

(lacht) Ich habe mir das noch nicht überlegt, denn ich bin ja hier in der Leitung des Zentrums für Palliative Care und als Mitglied der Spitalleitung immer noch komplett eingebunden und absorbiert. Aber, wenn Sie mich so fragen: Ich habe in den letzten Jahren sehr viele Management-Aufgaben wahrgenommen, die waren sehr wichtig – auch für die nationale Entwicklung. Ich freue mich sehr darauf, nach meiner Pensionierung wieder wie früher zu «döckerlen» – das zu machen, weshalb ich Arzt geworden bin: um in Beziehung mit Menschen zu sein.

AGENDA

Ab Oktober 2019

22. Oktober, 5. und 20. November, 3. und 18. Dezember

17 bis 18 Uhr

Informationsveranstaltung Freiwilligenarbeit beim Zürcher Roten Kreuz

Sie erfahren in einer Stunde das Wichtigste über das Rote Kreuz Kanton Zürich und die Einsatzmöglichkeiten. Ort: SRK Kanton Zürich, Kronenstrasse 10, Zürich
Anmeldung: freiwillige@srk-zuerich.ch

24. Oktober

18.30 bis 19.30 Uhr

Informationsveranstaltung «mitten unter uns»

Möchten Sie sich im Integrationsangebot «mitten unter uns» engagieren?

An der Veranstaltung erfahren Sie alles zum Programm. Aktive Freiwillige berichten von ihren Erfahrungen und beantworten Ihre Fragen. Eine Anmeldung ist nicht notwendig.

Ort: SRK Kanton Zürich, Drahtzugstrasse 18, Zürich
Infos: www.srk-zuerich.ch/muu

24. Oktober, 13. November und 3. Dezember

18 bis 19 Uhr

Infoabend Jugendrotkreuz

Wie kann ich mich im Jugendrotkreuz engagieren? Du erhältst Einblick in die verschiedenen Aktivitäten und einen Überblick zu den Einsatzmöglichkeiten.

Ort: SRK Kanton Zürich, Kronenstrasse 10, Zürich
Anmeldung: jugendrotkreuz@srk-zuerich.ch

4. November

18 bis ca. 19 Uhr

Informationsveranstaltung «Perspektive Arbeit»

Möchten Sie anerkannte Flüchtlinge oder vorläufig Aufgenommene bei der Suche nach einer Arbeitsstelle oder einer Ausbildungsmöglichkeit unterstützen? Mit einem Engagement als freiwillige Mentorin oder freiwilliger Mentor können Sie entscheidende Hilfe leisten.

Ort: SRK Kanton Zürich, Drahtzugstrasse 18, Zürich
Eine Anmeldung ist nicht nötig.
Infos: www.srk-zuerich.ch/perspektive-arbeit-freiwillig-helfen

16. November und 14. Dezember

14 bis 17 Uhr

Redcross Café

Ein Treffpunkt für alle Menschen, die interessiert sind an neuen Begegnungen. Getränke werden offeriert. Organisiert wird das Redcross Café vom Jugendrotkreuz Kanton Zürich.

Ort: SRK Kanton Zürich, Kronenstrasse 10, Zürich
Infos: www.srk-zuerich.ch/tueren-oeffnen

18. November

17.30 bis 20 Uhr

Infoveranstaltung Vorsorgeplanung

Kostenlose Veranstaltung zu den Themen Patientenverfügung, Vorsorgeauftrag und Testament.

Ort: Volkshaus Zürich, Stauffacherstrasse 60
Anmeldung: www.srk-zuerich.ch/vorsorgeplanung oder mit dem Talon auf Seite 3

28. November

19.30 Uhr

Geplatze Lebensentwürfe

Wie kann Geflüchteten der Einstieg ins Berufsleben gelingen? Oft sind sie auf Unterstützung angewiesen. Das Zürcher Rote Kreuz und zwei weitere Organisationen zeigen auf, wie interessierte Freiwillige sich engagieren können. Freier Eintritt.

Ort: Zentrum Karl der Grosse, Zürich
Infos: www.karldergrosse.ch

11. Januar

13 bis 16.30 Uhr

Wir feiern!

10 Jahre Lehrgang Nanny SRK Kanton Zürich

Mit einem Referat, Workshops und Marktständen. Angesprochen sind Familien, Nannys und Fachpersonen. Ort: SRK-Bildungszentrum, Winterthur
Kosten: Fr. 30.–
Anmeldung bis 30. November: www.srk-zuerich.ch/nanny-kongress-2020

Im Notfall Leben retten

Kurse für Nothilfe und Erste Hilfe bieten an:

- Samariterverband Kanton Zürich
- Militär-Sanitäts-Vereine Winterthur und Zürich

Die Schweizerische Lebensrettungs-Gesellschaft organisiert Wasser- und Lebensrettungs-Ausbildungen.

Alle Rotkreuz-Kurse finden Sie auf: www.redcross-edu.ch

Dr. Roland Kunz, 64, war als Geriater und Palliativ-Mediziner in leitenden Funktionen an den Spitälern Limmattal und Affoltern tätig. Seit 2017 ist er Chefarzt der universitären Klinik für Akutgeriatrie und ärztlicher Leiter des Zentrums für Palliative Care des Stadtspitals Waid. Er publiziert und referiert im In- und Ausland über Palliative Care und wirkt als Dozent für Pflege- und Medizinstaff im Rahmen von Lehrgängen.

Was ist Palliative Care?

Palliative Care umfasst die Betreuung und Behandlung von Menschen mit unheilbaren und chronisch fortschreitenden Krankheiten in der letzten Lebensphase. Eine Heilung ist nicht das primäre Ziel. Erreicht werden soll vielmehr eine möglichst gute Lebensqualität.

FÜR DIE ZUKUNFT

Vorsorge mal drei

(aru) Das Zürcher Rote Kreuz unterstützt Sie bei Fragen zur medizinischen und rechtlichen Vorsorge. Nehmen Sie an unserer kostenlosen Infoveranstaltung teil oder lassen Sie sich kompetent und individuell beraten.

Wenn Sie an Ihre eigene Vorsorge denken, zeigen Sie, dass Sie voll im Leben stehen und Ihnen die Zukunft am Herzen liegt. Wünschen Sie sich, Ihr Leben bis ans Ende selbstbestimmt zu gestalten? Wenn Sie Ihre Wünsche formulieren und diese gut auffindbar aufbewahren, können Sie Ihren Angehörigen eine grosse Last abnehmen. Möchten Sie Ihren Nachlass so regeln, wie Sie es sich vorstellen? Mit einem Testament stellen Sie sicher, dass Ihr letzter Wille erfüllt wird.

Sich mit diesen persönlichen und nicht immer ganz einfachen Fragen heute schon auseinanderzusetzen und vorausschauend zu handeln, ist ein grosser Schritt. Wir möchten Sie dabei unterstützen und laden Sie herzlich ein zur kostenlosen Infoveranstaltung Vorsorgeplanung im Volkshaus in Zürich am 18. November um 17.30 Uhr. Nach den Referaten von Experten haben Sie die Möglichkeit, Fragen zu stellen. Sie können sich per E-Mail an veranstaltungen@srk-zuerich.ch oder mittels Anmeldetalon unten anmelden.

Hier finden Sie ausserdem eine kleine Übersicht zu den drei wichtigen Vorsorge-Instrumenten Patientenverfügung, Vorsorgeauftrag und Testament:

1. Patientenverfügung

- Sie halten schriftlich fest, welchen medizinischen Behandlungen und Massnahmen Sie zustimmen und welche Sie ablehnen, sollten Sie nicht mehr selbst entscheiden können.
- Die Patientenverfügung dient den medizinischen Fachpersonen als Orientierung in schwierigen Entscheidungssituationen. Achten Sie deshalb auf präzise, widerspruchsfreie Formulierungen.
- Sie können eine Person bestimmen, die Sie in medizinischen Fragen vertritt, über Behandlungen entscheidet und Ihre Bedürfnisse durchsetzt.
- Die Patientenverfügung können Sie jederzeit komplett oder teilweise ändern oder auch widerrufen, solange Sie urteilsfähig sind.
- Alle zwei bis drei Jahre sollten Sie Ihre Patientenverfügung überprüfen, vor allem, wenn sich Ihre

gesundheitliche Situation oder Ihre Bedürfnisse verändern.

- Wenn Sie eine vertretungsberechtigte Person bestimmen, suchen Sie mit ihr das Gespräch, damit diese Ihre Wünsche und Ihren Willen kennt.
- Hinterlegen Sie Ihre Patientenverfügung gut auffindbar, damit sie schnell gefunden wird.

2. Vorsorgeauftrag

- Der Vorsorgeauftrag umfasst die drei Bereiche Personensorge, Vermögenssorge und Vertretung im Rechtsverkehr. Darin legen Sie fest, welche Person Ihres Vertrauens im Falle einer Urteilsunfähigkeit Ihre Interessen vertreten wird. Das heisst, wer für Sie Ihre Rechnungen bezahlt, alltägliche Fragen klärt oder Sie in rechtlichen Belangen vertreten wird, wenn Sie selbst dazu nicht mehr in der Lage sind.

- Ihre Wünsche und den Inhalt des Vorsorgeauftrags besprechen Sie am besten mit der vertretungsberechtigten Person Ihres Vertrauens und mit den Angehörigen.

- Ein Vorsorgeauftrag muss handschriftlich verfasst, unterzeichnet und datiert werden.

- Bewahren Sie den Vorsorgeauftrag an einem Ort auf, an dem er einfach auffindbar ist. Die Behörde wird das Original verlangen. Der Person, die sie vertreten wird, können Sie eine Kopie aushändigen, mit dem Hinweis, wo das Original zu finden ist.

Auf Wunsch beraten wir Sie gerne individuell in einem persönlichen Gespräch. Eine Beratung zur Patientenverfügung kostet 120 Franken, zum Vorsorgeauftrag ebenfalls 120 Franken. Bei einer gemeinsamen Beratung zu Patientenverfügung und Vorsorgeauftrag betragen die Kosten 190 Franken. Setzen Sie sich für einen Termin mit uns in Verbindung: Tel. 044 388 25 25 oder vorsorgen@srk-zuerich.ch.

3. Testament

- Ohne Testament oder Erbvertrag kommt die sogenannte gesetzliche Erbfolge gemäss Schweizerischem Zivilgesetzbuch (ZGB) zur Anwendung.



Sprechen Sie mit Menschen Ihres Vertrauens über Ihre Vorsorgeplanung! In medizinischen und rechtlichen Belangen gibt es drei wichtige Vorsorgeinstrumente: Patientenverfügung, Vorsorgeauftrag und Testament.

- Gesetzliche Erben sind in absteigender Reihenfolge: Ehegatte und Nachkommen bis zu den Urenkeln, Eltern, Geschwister, Grosseltern und Nachkommen der Grosseltern. Diese erhalten ohne testamentarische oder erbvertragliche Regelung mindestens den vom Gesetz vorgegebenen Pflichtteil. Sind keine gesetzlichen Erben vorhanden, geht das gesamte Vermögen an den Staat.

- Mittels Testament oder Erbvertrag können Sie bestimmen, wie Ihre frei verfügbare Quote (Vermögenswerte nach Abzug aller Pflichtteile) verteilt werden soll.

- Mit einem Testament können Sie mehr regeln, als viele meinen. Sie können sogar bestimmen, ob ein Erbe sein Geld verbrauchen darf, an wen es nach dessen Tod geht oder welche Auflagen er erfüllen muss, damit er das Erbe erhält.

- Einzige Formvorschrift ist, dass Sie das Testament eigenhändig (also nicht am Computer) schreiben und mit Datum, Ort und Ihrer Unterschrift versehen.
- Das Testament kann zu Hause an einem gut auffindbaren Ort deponiert oder beim Notar (gegen eine Gebühr) sowie bei gewissen Gemeinden hinterlegt werden.

Haben Sie Fragen zum Verfassen eines Testaments? Möchten Sie sich über Ihr Leben hinaus für Menschlichkeit im Kanton Zürich einsetzen, indem Sie das SRK Kanton Zürich in Ihrem Testament berücksichtigen? Bei diesen und ähnlichen Fragen steht Ihnen unsere Nachlassverantwortliche gerne zur Verfügung und berät Sie individuell. Diese Beratung ist kostenlos. Auf Wunsch senden wir Ihnen zudem unseren Ratgeber für die Nachlassplanung. Kontakt: nachlass@srk-zuerich.ch oder Tel. 044 388 25 75.

NEWS

Das Zürcher Rote Kreuz am Open-Air-Kino



Die Allianz und Cinerent ermöglichten dem Zürcher Roten Kreuz dieses Jahr bereits zum zweiten Mal Präsenz am Allianz Cinema: Im Rotkreuz-Kinospot rief Stefan Gubser allabendlich das Kinopublikum auf, das Zürcher Rote Kreuz zu unterstützen. An der «Red Cross Night» konnte das Publikum für das Hilfswerk spenden und die Allianz gab 20 Prozent der Ticketeinnahmen dazu. Das Ergebnis der Sammlung: 8000 Franken Spenden für das Integrationsprogramm «mitten unter uns». Vielen Dank an alle Kinobesucherinnen und -besucher, die Allianz und Cinerent.

Feine Mahlzeiten für daheim



Seit knapp einem Jahr bietet Pro Senectute Kanton Zürich den Mahlzeitendienst CasaGusto an. Die Gerichte werden frisch zubereitet und sofort tiefgefroren. So bleiben Vitamine und Nährstoffe erhalten. Geliefert werden die Mahlzeiten in einer Kühlbox per Post. Es gibt etwa 40 Menüs und über 100 weitere Angebote wie Brot, Suppen und Salate. Ausprobieren ist jederzeit möglich. Bestellt werden kann online oder telefonisch anhand einer umfangreichen Menükarte. Pro Senectute Kanton Zürich berät werktags telefonisch von 8.30 bis 16 Uhr: Tel. 058 451 50 50.

www.casa-gusto.ch

Tag der pflegenden Angehörigen



Am 30. Oktober 2019 findet in der Schweiz der Tag für betreuende und pflegende Angehörige statt. Sie leisten einen unbezahlbaren Dienst an die Gesellschaft. Ohne ihren Beitrag würde in der Schweiz die Versorgung von Menschen mit Krankheit oder einer Behinderung zusammenbrechen. Diese Leistung braucht mehr Anerkennung – und die betreuenden Angehörigen benötigen mehr Unterstützung. Kümmern Sie sich um kranke, beeinträchtigte oder betagte Angehörige? Rufen Sie am Mittwoch, 30. Oktober von 9 bis 18 Uhr auf die kostenlose Beratungs-Hotline 0800 501 502 an und erfahren Sie, welche Unterstützungsmöglichkeiten es gibt.

www.angehoerige-pflegen.ch

Kostenlose Infoveranstaltung Vorsorgeplanung

Mit einem Vorsorgeauftrag, einer Patientenverfügung und einem Testament stellen Sie sicher, dass Ihr Wille zählt. An der kostenlosen Informationsveranstaltung erfahren Sie das Wichtigste über die drei Themen.

Wann: Montag, 18. November 2019, 17.30 Uhr **Wo:** Volkshaus, Stauffacherstrasse 60, 8004 Zürich

Anmeldung: veranstaltungen@srk-zuerich.ch, 044 388 25 25. Oder Talon einsenden an SRK Kanton Zürich, Drahtzugstrasse 18, 8008 Zürich

Ja, ich nehme an der Informationsveranstaltung zur Vorsorgeplanung teil.

Vorname, Name _____

Adresse _____

PLZ, Ort _____

Telefon _____ E-Mail _____

Ich komme in Begleitung von:

Vorname, Name _____



NACHRUF

Abschied von Annemarie Huber-Hotz

(sda/NZZ/SRK) Annemarie Huber-Hotz ist am 1. August während einer Wanderung im Kreis ihrer Familie unerwartet an einem akuten Herzversagen verstorben. Sie war von 2011 bis 2019 Präsidentin des Schweizerischen Roten Kreuzes (SRK) und Vizepräsidentin der Internationalen Föderation der Rotkreuz- und Rothalbmondgesellschaften (IFRC). Erst Ende Juni trat sie an der Rotkreuzversammlung von ihrem Amt als Präsidentin zurück und wurde dort zum Ehrenmitglied ernannt.

«Ende Juni fanden zwei intensive Tage mit ihr im Rotkreuzrat statt. An der Rotkreuzversammlung haben wir sie warmherzig als Präsidentin verabschiedet. Sie war sehr gerührt, so die ehemalige Zürcher CVP-Nationalrätin, Präsidentin des Zürcher Roten Kreuzes und Vizepräsidentin des Schweizerischen Roten Kreuzes Barbara Schmid-Federer. «Ich bin unendlich traurig über den Hinschied von Annemarie Huber-Hotz. Ihre Verdienste für das Rote Kreuz und ihre stets menschliche Art können nicht genügend gewürdigt werden. Wir werden sie sehr vermissen.»

Mit grosser Anteilnahme und Betroffenheit äusserte sich auch SRK-Direktor Markus Mader: «Wir können es fast nicht glauben und sind unendlich traurig. Annemarie Huber-Hotz war uns in den letzten Jahren nicht nur eine engagierte Präsidentin, sondern vielen von uns auch eine gute Freundin, die immer für uns da war. Unsere Gedanken sind bei ihrem Mann und ihrer Familie.» Sie hat das SRK als Präsidentin massgeblich geprägt und strategische Geschäfte engagiert vorangetrieben. Anliegen wie die Anerkennung und Stärkung der Freiwilligenarbeit – insbesondere die Integration der Jugend in die Freiwilligenarbeit –, das Engagement des SRK für Familien, die ältere

Generation und die Migrationsbevölkerung lagen ihr besonders am Herzen.

In einem NZZ-Interview sagte sie, das Rote Kreuz sei «die Quintessenz der humanitären Tradition unseres Landes». Sie bezeichnete die Institution als Geschenk: «Ich will dazu beitragen, dass dieses Geschenk möglichst vielen Menschen zugutekommt.»

In einem Interview mit den Zeitungen «Ostschweiz am Sonntag» und «Zentralschweiz am Sonntag» warnte Annemarie Huber-Hotz zuletzt vor stei-

«Ihre Verdienste für das Rote Kreuz können nicht genügend gewürdigt werden.»

Barbara Schmid-Federer

genden Problemen in der Schweizer Bevölkerung. Zwar gebe es hierzulande vergleichsweise wenig Armut – man stelle aber zunehmend fest, «dass es sehr viele Vereinsamte gibt». Darunter seien Menschen, die «von der Gesellschaft abgehängt sind oder sich abhängen». Dazu komme die stetig alternde



© SRK Kanton Zürich

Bevölkerung mit der steigenden Zahl der Demenzerkrankungen, mahnte sie.

Vor dem Engagement beim Roten Kreuz hatte das FDP-Mitglied zwischen 1999 und 2007 einen der wichtigsten und einflussreichsten Posten in der Schweizer Politik inne: Als erste Frau war sie Schweizer Bundeskanzlerin. Sie wirkte an 350 Bundesratsitzungen und 15 000 Geschäften mit.

Wir verlieren in Annemarie Huber-Hotz eine Persönlichkeit, die unsere Institution in den vergangenen Jahren nach innen wie nach aussen entscheidend geprägt hat. Mit ihrer gelebten Humanität wurde sie für uns zum Vorbild und sie wird uns als solches in Erinnerung bleiben.

Annemarie Huber-Hotz hinterlässt ihren Ehemann, ihre drei Kinder und vier Enkelkinder.

Annemarie Huber-Hotz nahm im Mai als Vertreterin des Rotkreuzrats an der Mitgliederversammlung des Zürcher Roten Kreuzes teil. Acht Jahre lang, bis im Juni 2019, war sie Präsidentin des Schweizerischen Roten Kreuzes.

Besuchen Sie das Zürcher Rote Kreuz online!

Aktuelle Hinweise zu allen Kursen, Veranstaltungen und Angeboten finden Sie hier:

www.srk-zuerich.ch

www.facebook.com/RotesKreuzZuerich

www.twitter.com/RotesKreuz_ZH

www.instagram.com/roteskreuz_zuerich

RÄTSELECKE

Anagramm

Bringen Sie die Buchstaben in die richtige Reihenfolge und Sie erhalten das Lösungswort!



--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Sudoku

	9		7		6		8	
4	5						9	1
		8				7		
		3		9		5		
7			4		1			9
		6		3		4		
		9				3		
6	7						5	4
	3		5		2		7	

Wörter suchen

Im Rätsel sind die unten stehenden Wörter versteckt. Sie können sich waagrecht, senkrecht und diagonal verbergen.

ENTWICKLUNG

FREUDE

GESTE

HALTUNG

LACHEN

LEBENSPHASE

LICHTBLICK

SCHRITT

SPENDE

VORSORGEAUFTRAG

X	Y	V	O	R	S	O	R	G	E	A	U	F	T	R	A	G	D
J	L	E	B	E	N	S	P	H	A	S	E	Y	E	P	T	J	U
L	O	M	S	D	E	F	Q	Y	Q	L	D	Z	I	X	H	M	W
Y	L	F	N	O	M	T	M	L	P	Y	X	C	K	F	K	O	N
J	L	A	C	H	E	N	O	F	X	X	F	Z	V	G	S	F	B
O	D	Z	M	C	E	I	N	N	R	J	L	J	G	J	G	H	L
A	A	K	V	Q	N	Z	E	U	M	E	M	I	I	D	S	O	I
M	X	X	Y	M	T	H	Z	C	R	S	U	L	L	B	P	Z	C
D	K	A	M	J	W	C	R	S	G	L	Z	D	Y	P	E	C	H
S	G	R	K	S	I	H	P	U	G	H	O	V	E	Z	N	D	T
N	X	M	Y	Y	C	J	M	Q	E	O	A	Z	O	P	D	K	B
Y	P	K	A	D	K	H	O	R	S	D	X	L	A	M	E	J	L
B	X	B	Z	C	L	E	R	T	T	S	M	Q	T	C	S	Z	I
S	Q	M	C	A	U	Y	D	I	E	Y	Z	K	D	U	F	Y	C
K	D	T	W	T	N	T	G	R	T	S	E	T	Q	Z	N	B	K
M	W	C	K	Y	G	R	K	S	Z	T	C	Y	V	M	Y	G	T

IMPRESSUM

Die Zürcher Rotkreuz Zeitung erscheint vierteljährlich und geht an alle Mitglieder und Gönner des Vereins Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Zürich.

Herausgeber und Redaktionsadresse:
Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Zürich
Drahtzugstrasse 18, 8008 Zürich
Telefon 044 388 25 25
www.srk-zuerich.ch
Postkonto 80-2495-0

Redaktionsleitung: Anita Ruchti (aru)
Redaktionelle Mitarbeit:
Lea Moliterni (lmo), Barbara Schmid-Federer
Bilder: Marco Blessano, Frederic Meyer,
Pro Senectute Kanton Zürich / Beat Grossrieder,
SRK / Ruben Ung, SRK Kanton Zürich
Layout: Daniela Gysel,
www.daniela-gysel.ch
Druck: NZZ Media Services AG

Auflage: 105 000
Nächste Ausgabe: Februar 2020

