



Alter und Plastizität – Ein faszinierendes Zukunftsthema

Mehr und mehr wird durch aktuelle Forschungsergebnisse deutlich, dass das Verhalten, die Emotionen, das Erleben und das Gehirn auch im hohen Alter «plastisch», also veränderbar sind. Damit wird immer deutlicher, dass es nicht DAS Alter oder DIE Intervention für eine bestimmte Altersgruppe gibt. Vielmehr hängt es von eigenen Aktivitäten und sozialen wie wirtschaftlichen Gegebenheiten ab, wie sich eine alternde Gesellschaft entwickelt. Plastizität macht also nur die Grenzen der zukünftigen Entwicklung vorhersehbar.

Konsequent verfolgt das Zentrum für Gerontologie diese Sichtweise: Vorhersagen zur zukünftigen Entwicklung sind ohne die Beteiligung der zukünftig alten Menschen nicht möglich? Dann ist es wichtig aufzuzeigen, welche Formen partizipativer Altersforschung eine solche Beteiligung garantieren. Dazu dient beispielsweise der Runde Tisch zum Thema Demenz, der im März seine gemeinsam von WissenschaftlerInnen, Versorgern und Betroffenen erarbeiteten Empfehlungen vorlegt. Die Ergebnisse fliessen in neuste Lehrbücher der Gerontologie ein und werden wegweisend für die Forschung und Praxis der Gerontologie werden.

Vorhersagen der zukünftigen Entwicklung hängen von den getroffenen Verhaltensentscheidungen der jetzigen und zukünftigen älteren Menschen und der Veränderung gesellschaftlicher Rahmenbedingungen ab? Dann ist es wichtig, für die Vorhersage der weiteren Entwicklung Szenarien zu entwickeln, die die möglichen Grenzen, aber auch die Einflussmöglichkeiten auf die weitere Entwicklung aufzeigen. Dies geschieht beispielsweise im Rahmen der gerontologischen Weiterbildung, in der Planungsszenarien auf wissenschaftlich aktueller Grundlage entwickelt werden. Zurzeit baut das Zentrum für Gerontologie ausserdem eine Zukunftswerkstatt auf, welche die Bereitstellung von Zukunftsszenarien für die wissenschaftliche und öffentliche Diskussion zum Ziel hat.

Hängt die Plastizität eigenen Verhaltens, Erlebens oder Leistungsfähigkeit mit der intensiven Ausschöpfung dieser Plastizität in jüngeren Jahren überhaupt zusammen? Erst seit wenigen Jahren ist in der neurowissenschaftlichen Erforschung des Alters bekannt, dass es enorme Veränderungspotenziale des Gehirns bis ins allerhöchste Alter gibt. Bisher gibt es Bemühungen zur Erforschung der Wiederherstellung geschädigter Hirnbereiche, aber weltweit kaum Forschung zur Plastizität im gesunden Altersverlauf. Daher arbeitet das Zentrum für Gerontologie neu eng mit der Initiative zur Erforschung von Verhaltens- und Hirnplastizität im normalen Alternsprozess (INAPIC) zusammen, das von der Velux-Stiftung unterstützt und vom Zürcher Universitätsverein ab 2010 mit einer zusätzlichen Assistenzprofessur ausgestattet wird.

Lebenslang sind eigene Handlungen und Ziele für die Entwicklung im Alter wesentlich? Dann sind zur Prävention und Vermittlung von Forschungsergebnissen in die Praxis Beratungsansätze zur Individualisierung der wissenschaftlichen Erkenntnisse zentral. Daher entwickelt das Zentrum unter der Führung der Beratungsstelle «Leben im Alter» die Beratungsangebote konsequent weiter. Neben neuen edukativen Kursangeboten seit diesem Jahr auch fest im Angebot ist die «Lern- und Trainingsberatung 40+», die Interessierte bei der Standortbestimmung im Hinblick auf ihre Lernziele berät.

Aktuelle Veranstaltungen

Interdisziplinäre Vorlesungen im Frühjahr 2010 Gemeinsamkeit im Alter

Die öffentliche Ringvorlesung wird im Frühjahr 2010 fortgeführt und findet ab Mittwoch, 24. Februar, alle 14 Tage von 18.15 – 19.45 Uhr statt. Ort: Universität Zürich-Zentrum, Rämistrasse 71, Hörsaal KOL-F-121. Das Detailprogramm finden Sie auf der Rückseite dieses Newsletters.

11. Zürcher Gerontologietag am 2. September Tabus im Alter

Der diesjährige Gerontologietag findet am 2. September im Hauptgebäude der Universität Zürich statt, voraussichtlich zum Thema «Tabus im Alter». Weitere Angaben werden rechtzeitig auf der ZfG-Website sowie per Rundschreiben publiziert.

Nähere Infos und weitere Veranstaltungen:
<http://www.zfg.uzh.ch/veranstalt.html>

Forschungsförderung

Vontobel-Preis für Alter(n)sforschung 2010

Mit grosszügiger Unterstützung durch die Familien-Vontobel-Stiftung wird jährlich anlässlich des Zürcher Gerontologietages der Vontobel-Preis der Universität Zürich für Alter(n)sforschung verliehen.

Der mit 30'000.– Franken dotierte Preis – einer der weltweit grössten Forschungspreise auf dem Gebiet der Gerontologie – kann an eine oder mehrere Personen für fertige, publizierbare oder bereits publizierte wissenschaftliche Arbeiten von herausragender Qualität und im Umfang eines Journal-Artikels verliehen werden. Die Arbeiten können aus allen Forschungsgebieten der Gerontologie und der Geriatrie stammen.



Die Preisträger/innen 2009 (v.l.): Pascal Missonnier-Evrard, Christina Röcke und Philippe Rast um den Gründer und die Vertreterin der Familien-Vontobel-Stiftung, Hans Vontobel und Regula Brunner-Vontobel (Bild: Reinhart Feld)

Im Rahmen des letztjährigen Gerontologietags am 1. September 2009, der dem Thema Freiheit und Zeit im Alter gewidmet war, wurde der Vontobel-Preis an den Neurowissenschaftler Pascal Missonnier-Evrard (Université de Genève), die Psychologin Christina Röcke und den Psychologen Philippe Rast (beide Universität Zürich) verliehen.

Die Ausschreibung 2010 ist eröffnet, ab sofort können passende Arbeiten beim Zentrum für Gerontologie eingereicht werden. Die detaillierten Teilnahmebedingungen sind auf der ZfG-Website publiziert, sie können auch beim ZfG-Sekretariat angefordert werden. Einsendeschluss ist der 31. Mai 2010.

<http://www.zfg.uzh.ch/forsch.html>

Kooperationen

Kompetenzzentrum für Plastizität im Alter an der Universität Zürich eröffnet

Anfang Oktober 2009 wurde an der Universität Zürich das Kompetenzzentrum für Plastizität im Alter (International Normal Aging and Plasticity Imaging Center, INAPIC) unter der Leitung von Prof. Lutz Jäncke, Prof. Mike Martin und Dr. Jacqueline Zöllig offiziell eröffnet, welches für zunächst fünf Jahre mehrheitlich durch die Velux-Stiftung, aber auch durch die Universität Zürich finanziert wird. Ziel des Zentrums ist die Etablierung internationaler Kooperationen zur Erforschung der neuronalen Prozesse, die der Verhaltensplastizität im normalen Alternsprozess zugrunde liegen. Damit ergänzt das neue Kompetenzzentrum in idealer Weise die stärker auf psychosoziale und kulturelle Aspekte ausgerichtete interdisziplinäre Arbeit des Zentrums für Gerontologie (ZfG), mit dem es ab März 2010 die Adresse Sumatrastrasse 30 teilen wird.

Das INAPIC bietet Zugang zu Magnetresonanztomographie (MRT)-Messungen an einem 3-Tesla-Scanner und ermöglicht damit die Untersuchung funktioneller und struktureller neurophysiologischer und verhaltensbasierter Plastizität.

Mehrere Merkmale machen das INAPIC zu einem einzigartigen Forschungszentrum in Europa: (1) Der Fokus liegt auf Entwicklungspotentialen im normalen Alternsprozess. (2) Der mehrjährige Planungshorizont ermöglicht die Durchführung von Längsschnittstudien zur Plastizität im Alter. (3) Die Bereitstellung der nötigen Forschungsinfrastruktur und des technischen Know-hows entlastet (Gast-)Wissenschaftler, um sich effektiv um Forschungsinhalte und weniger um technische Fragen kümmern zu können. (4) Eine Expertenkommission aus den Bereichen Neuropsychologie, Gerontologie, Medizin, Demenz und Bildgebung zur Begutachtung von Forschungsprojekten gewährleistet deren höchste wissenschaftliche Qualität.

Die aussergewöhnlichen Arbeitsbedingungen sollen auch hervorragenden wissenschaftlichen Nachwuchs anziehen. Das INAPIC lädt interessierte Forschergruppen ein, Vorschläge für Kooperationsprojekte zum Thema Plastizität im normalen Altern zur Begutachtung einzureichen.

Kontakt:

Dr. Christina Röcke, Geschäftsführerin INAPIC,
c.roecke@psychologie.uzh.ch

Abgeschlossene Projekte

Runder Tisch ‚Science et Cité‘ zu Demenz

Etwa die Hälfte aller rund 100'000 Demenzkranke in der Schweiz wird zu Hause betreut. Über die Situation und die Bedürfnisse der betreuenden Angehörigen und deren demenzkranken Familienmitglieder ist bislang wenig bekannt. Das kürzlich abgeschlossene innovative Forschungsprojekt ‚Runder Tisch Science et Cité zum Thema Demenz‘ hat eine Studie zur Lebensqualität bei der häuslichen Betreuung lanciert, diese ausgewertet und anschliessend Empfehlungen zuhanden aller beteiligten Personen, Institutionen, Behörden sowie der Gesellschaft erarbeitet.

Der Runde Tisch Science et Cité zum Thema Demenz setzte sich zusammen aus Angehörigen von Demenzkranken, Fachleuten aus Pflege und Betreuung und Vertreterinnen und Vertretern der Altersforschung. Die Mitglieder des Runden Tisches haben im Verlaufe der Jahre 2006 bis 2009 gemeinsam eine wissenschaftliche Studie konzipiert, begleitet und interpretiert. Das Kernstück der Studie bilden 67 mehrstündige Interviews mit Angehörigen aus dem Kanton Zürich, die ihre Partner, Partnerinnen oder Eltern zu Hause betreuen. Wo möglich und gewünscht, wurden mit den betreuten Personen ebenfalls kurze Interviews geführt.

Die Interviews offenbarten eine grosse Vielfalt an unterschiedlichen Betreuungssituationen, Belastungen, Bedürfnissen und Anliegen. Gleichzeitig identifizierte der Runde Tisch in dieser Vielfalt aber auch Tendenzen, die für viele der befragten Familien Gültigkeit haben. Als zentrales Ergebnis erachtet der Runde Tisch etwa den Befund, dass die Lebensqualität von Betreuenden und Betreuten im Verlaufe der Erkrankung nicht zwangsläufig abnehmen muss: In allen Krankheitsstadien fanden sich Familien, die sich eine gute Lebensqualität attestierten. Dahinter steht eine enorme Anpassungsleistung, mit der Krankheit umgehen und leben zu lernen. Trotzdem bräuchten viele Angehörige mehr Zeit für sich selbst und eigene Interessen, um ihre Lebensqualität zu erhalten und einer Erschöpfung vorzubeugen. Lebensqualität ist gemäss der Erkenntnisse des Runden Tisches nicht generell an eine bestimmte Betreuungskonstellation geknüpft – etwa ob Entlastungsangebote genutzt werden oder nicht – sondern ist dann gegeben, wenn betroffene Familien ein Arrangement finden, das ihren individuellen Bedürfnisse entspricht. Auf

der Basis dieser und weiterer Erkenntnisse hat der Runde Tisch eine Broschüre mit rund 50 Empfehlungen verfasst. Ab Ende März ist diese Broschüre in elektronischer Form auf der Homepage des Zentrums für Gerontologie verfügbar und kann dann auch in gedruckter Form kostenlos beim Zentrum für Gerontologie bezogen werden (Stichwort ‚Broschüre Runder Tisch‘).

Ende März 2010 ist eine Informationsveranstaltung für Medienschaffende und interessierte Kreise geplant, an der die Projektträgerschaft über die Bedeutung dieses Forschungsprojekts informiert und die gewonnenen Erkenntnisse und Empfehlungen vorstellt.

Dieses Projekt wurde getragen von der Schweizerischen Alzheimervereinigung Zürich, der Stiftung Science et Cité und dem Zentrum für Gerontologie der Universität Zürich. Wir danken der G+B Schwyzer-Stiftung für ihre grosszügige finanzielle Unterstützung.

Laufzeit des Projekts: 1/2006 – 12/2009

Kontakt:

Dr. Caroline Moor, c.moor@zfg.uzh.ch

Nutzung von Informations- und Kommunikationstechnologien im Alter

Internetnutzung und ihre Hindernisse bei älteren Menschen: Eine Studie in Zusammenarbeit mit Pro Senectute Schweiz und dem BAKOM

Informations- und Kommunikationstechnologien (IKT) lassen sich aus dem Lebensalltag kaum mehr wegdenken. Ältere Menschen könnten mittels neuer Medien wie des Internets beispielsweise Einschränkungen bei der Mobilität kompensieren. Trotzdem gilt noch immer die Regel: Je älter, desto geringer die Internetnutzung. Im Jahr 2008 nutzten nur 18 % der 70jährigen und älteren Einwohner/innen der Schweiz das Internet intensiv, das heisst mehrmals pro Woche. In der Literatur werden verschiedene Gründe für die Nichtnutzung des Internets genannt. Eine Rolle spielen etwa: Einstellungen zum Internet, allgemeine Technikaffinität, altersbedingte sensomotorische Beeinträchtigungen, Mangel an Unterstützung beim Erlernen und nicht altersgerechte Gestaltung von Internetseiten.

Die «Offliner», also die Nichtnutzer/innen des Internets, sind dabei keine homogene Gruppe; sie unterscheiden sich hinsichtlich ihrer Haltung zum Internet. Neben Distanzierten, die sich generell wenig mit modernen Informations- und Kommunikationsmitteln auseinandersetzen, und Ableh-

nenden, die das Internet vielleicht bereits bei Bekannten oder Familienangehörigen «erlebt» haben, aber keinen Gewinn in der eigenen Nutzung sehen, gibt es Interessierte, denen mit wenigen, gezielten Massnahmen der Weg zur Nutzung geebnet werden könnte.

Die vom Zentrum für Gerontologie durchgeführte Befragungsstudie liefert zu dieser Thematik erstmals repräsentative Daten für die Schweizer Bevölkerung in der Altersgruppe ab 65 Jahren. Sie zeigt die aktuelle Internetnutzung und deren Schwierigkeiten, aber auch Potenziale für ältere Menschen auf. Mit Hilfe der Studie sollen Massnahmen entwickelt und gefördert werden, welche eine potenzielle Ausgrenzung älterer Menschen aus der Informationsgesellschaft verhindern helfen.

Die Studienergebnisse werden Mitte März 2010 als Publikation der «Zürcher Schriften zur Gerontologie» veröffentlicht; die Schrift wird kostenlos in elektronischer und gegen einen Unkostenbeitrag in gedruckter Form beim ZfG und bei Pro Senectute Schweiz erhältlich sein.

Laufzeit des Projekts: 6/2009 – 1/2010

Kontakt:

Hans Rudolf Schelling, h.r.schelling@zfg.uzh.ch
Alexander Seifert, alexander.seifert@zfg.uzh.ch

Laufende Projekte

Projekt SIMPA

Simulierte multimodale Präsenz und Aktivierung

Viele pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz gehen im Bemühen, bestmögliche PflegerInnen zu sein, bis an die Grenzen ihrer Möglichkeiten und riskieren dabei ihr eigenes Wohlbefinden. Aus diesem Grunde hat Professor Dale A. Lund an der University of Utah in Zusammenarbeit mit der Amerikanischen Alzheimervereinigung Entlastungsfilme entwickelt, welche pflegenden Angehörigen eine kurze Auszeit und von Demenz betroffenen Menschen eine Abwechslung und Stimulation positiver Verhaltensweisen bieten können.

Im Rahmen des Projektes SIMPA wurde diese Idee aufgegriffen. In einem ersten Schritt entstand in Zusammenarbeit mit einer Experten-Gruppe – im universitätseigenen Filmstudio – ein an die Schweiz angepasster Entlastungsfilm (simulierte Präsenz, Gedächtnis- und Bewegungstraining; Thema: musikalische Wanderung).



Szenenbild aus «SIMPA»

Dieser Film wurde im Folgenden hinsichtlich

- der Lebensqualität und Verhaltensweisen der von Demenz betroffenen Menschen,
- der Entlastungswirkung auf pflegende Angehörige und
- der Interventionsmöglichkeit bei Agitation wissenschaftlich überprüft.

Bisherige Ergebnisse zeigen auf, dass

- das Interesse am Film SIMPA bei den pflegenden Angehörigen und Erbringern von Entlastungsangeboten für Menschen mit Demenz (z.B. Tagesstätten, ALZ Schweiz) sehr gross ist,
- 80% der pflegenden Angehörigen, welche den Film regelmässig einsetzen konnten, persönliche Entlastung fanden,
- die Aufmerksamkeit von 80% der Patienten während des ganzen Filmes gewonnen werden konnte,
- Studienteilnehmer und -teilnehmerinnen resp. pflegende Angehörige sich weitere Filme im Sinne von SIMPA wünschen.

SIMPA II

Aufgrund der positiven Ergebnisse von SIMPA ist eine Ausweitung und Weiterführung von SIMPA im institutionellen Pflegebereich geplant. Bitte nehmen Sie mit der Studienleiterin Sandra Oppikofer Kontakt auf, falls Sie als Institution oder private Pflegeperson an einer Studienteilnahme interessiert sind.

(Laufzeit des Projekts SIMPA I:
10/2008 – 04/2010)

Kontakt:

Dr. Sandra Oppikofer,
sandra.oppikofer@zfg.uzh.ch

SiL – Spezialisierte integrierte Langzeitversorgung für an Demenz erkrankte Menschen und ihre Angehörigen

Begleitforschung und Evaluation eines Projekts des Gesundheitsnetzes 2025 der Stadt Zürich

Das Projekt SiL möchte durch Anbinden an eine Memory-Klinik, an die Pflegezentren und die Spitex der Stiftung Alterswohnungen bestehende Ressourcen der Demenzpflege optimal hinsichtlich einer spezialisierten und zugleich integrierten Langzeitversorgung nutzen. Zu diesem Zweck ist im letzten Jahr die SiL-Beratung aufgebaut worden. Eine Fachperson unterstützt die an Demenz erkrankten Menschen, ihre Angehörigen und Personen ihres sozialen Umfeldes im Umgang mit der anspruchsvollen Situation. Die aufsuchende Beratung berücksichtigt die individuellen Bedürfnisse und soll dazu beitragen, dass an Demenz erkrankte Menschen länger zu Hause in ihrem gewohnten Umfeld leben können.

Das Projekt wird vom ZfG wissenschaftlich begleitet und evaluiert. Im ersten Jahr sind die Instrumente für die Befragung der an Demenz erkrankten Menschen und ihre Angehörigen entwickelt und eingesetzt worden. Dabei konnte das SiL-Angebot durch die prozessorientierte Begleitforschung bereits mehrfach angepasst und optimiert werden. Im zweiten Jahr sollen nun die an SiL zuweisenden Stellen in die Evaluation miteinbezogen werden. Die ursprünglich auf zwei Jahre angelegte Projektdauer ist inzwischen um ein Jahr und die begleitende Evaluation um drei Monate verlängert worden.

Laufzeit der Evaluation: 1/2009 – 03/2011

Kontakt:

Silvia Angst, silvia.angst@zfg.uzh.ch
Hannele Hediger, hannele.hediger@zfg.uzh.ch
Dr. Sandra Oppikofer (Projektleitung)

Weitere Projekte

Informationen auf <http://www.zfg.uzh.ch>

Service und Beratung

Neu: Gesprächsrunden für Angehörige von pflegebedürftigen Menschen

Die Pflegebedürftigkeit einer nahe stehenden Person kann für Angehörige eine schwere Belastung bedeuten. Die Einschränkung von sozialen Aktivitäten und das Zurückstellen eigener Bedürfnisse können die körperliche und psychische Gesundheit von Angehörigen strapazieren und die Lebensqualität beeinträchtigen.

Auch die Übergabe der Pflegeverantwortung an Institutionen ist oft nicht mit Erleichterungen verbunden. Vielmehr können danach Fragen im Raum stehen, ob der Heimeintritt tatsächlich die richtige Entscheidung war, wie mit Schuldgefühlen, Vorwürfen umgegangen werden kann oder welche Möglichkeiten der Beziehungsgestaltung nach dem Heimeintritt bleiben.

Die Angehörigengruppe greift solche und ähnliche Fragen auf und orientiert sich dabei an den aktuellen Anliegen der Anwesenden. Die Gruppe diskutiert Fragen stets hinsichtlich einer problemorientierten Bewältigung und der Erweiterung persönlicher Kompetenzen im Umgang mit emotionaler Belastung. Die Treffen bieten den Teilnehmenden Gelegenheit, ihr Belastungserleben zu konkretisieren, entsprechende Umgangsformen kennen zu lernen und neue, realistische Perspektiven zu gewinnen. Sie ermöglichen zudem

den Erfahrungsaustausch unter Gleichbetroffenen sowie die Inanspruchnahme fachlicher Beratung.

Die Angehörigengruppe richtet sich an alle Personen, die in engem Kontakt mit pflegebedürftigen Personen stehen und in diesem Zusammenhang Belastung erfahren beziehungsweise Unterstützung suchen. Sie trifft sich einmal im Monat am Zentrum für Gerontologie in Zürich. Die Teilnahmedauer ist individuell und wird individuell vereinbart.

Weitere Angebote der Beratungsstelle LiA

Neben dieser neuen Dienstleistung bietet die Beratungsstelle LiA – Leben im Alter – weiterhin psychologische Beratung an für:

- Personen reiferen Lebensalters und betagte Menschen in einer privaten oder institutionellen Wohnsituation, die sich in ihrer aktuellen Lebenssituation bedrängt fühlen oder sich mit Perspektiven des Älterwerdens auseinandersetzen wollen, sowie
- jüngere Menschen, die als Angehörige oder in professioneller oder freiwilliger Tätigkeit mit älteren Menschen in Beziehung stehen und dabei psychologische Beratung suchen.

Die Beratung erfolgt nach Absprache individuell, in einer Gruppe oder Familie, in der Beratungsstelle, zu Hause oder in einer Altersinstitution.

Information und Anmeldung:

Dr. Bettina Ugolini, Tel. 044 635 34 23
bettina.ugolini@zfg.uzh.ch

Lern- und Trainingsberatung 40+

Die Optimierung des eigenen Lernens erfordert über die gesamte Lebensspanne eine gute Passung zwischen den eigenen Interessen und Fähigkeiten sowie günstigen Lernmöglichkeiten. Die Lern- und Trainingsberatung 40+ am Psychologischen Institut (in Zusammenarbeit mit dem Zentrum für Gerontologie) hilft diese Passung zu erreichen, indem auf der Basis eines individuellen Lernprofils eine Lernplanung durchgeführt und passende Lernmöglichkeiten aufgezeigt werden.

Die Lern- und Trainingsberatung 40+ ist eine nicht auf Gewinn orientierte Dienstleistung. Die KlientInnen erhalten eine qualitativ hochwertige Lern- und Trainingsberatung, welche auf neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen beruht und laufend evaluiert und optimiert wird. Das Angebot richtet sich an Einzelpersonen, Arbeits- oder Lerngruppen sowie Betriebe.

Folgende Dienstleistungen werden angeboten:

- Individuelle Lernberatung (inkl. Lernprofil und -planung)
- Intensive Trainings im Lernlabor mit regelmäßiger Erfolgskontrolle
- Weiterbildung zum Thema Lernen und Training
- Evaluation und Evaluationsberatung für bestehende Trainingsmassnahmen

Alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Lern- und Trainingsberatung 40+ verfügen über einen Hochschulabschluss in Psychologie. Sie sind ExpertInnen für die Entwicklung geistiger, emotionaler und motivationaler Fähigkeiten im mittleren und höheren Erwachsenenalter und deren Optimierung durch geeignete Trainingsmassnahmen.

Informationen / Kontakt:

Dr. Anne Eschen, Tel. 044 635 74 18
lernberatung40plus@psychologie.uzh.ch
<http://www.psychologie.uzh.ch/geronto>

Weiterbildung

CAS-Programm «Gerontologie heute» 2010

Ende Januar schlossen 14 Absolventinnen und Absolventen das 5. gerontologische Zertifikatsprogramm erfolgreich ab. Auch in diesem Jahr ist wieder die Durchführung eines Studiengangs geplant. Er wird am 13. August 2010 starten und am 31. Januar 2011 beendet sein. Der Studiengang umfasst 13 Tagesveranstaltungen sowie eine Projektarbeit und richtet sich an qualifizierte Fachleute aus dem Alters-, Bildungs-, Sozial- und Gesundheitsbereich sowie der öffentlichen Verwaltung, die sich in ihrem Tätigkeitsgebiet auf gerontologische Themen und Fragestellungen spezialisieren. Ausgewiesene Dozentinnen und Dozenten vermitteln das neuste Grundlagen-, Forschungs- und Methodenwissen aus den verschiedenen Feldern der Gerontologie. Dabei wird der Verbindung von Theoriebildung und Praxis-transfer besondere Beachtung geschenkt. Der gesamte Arbeitsaufwand (Präsenzveranstaltungen, Selbststudium und Leistungsnachweis) beträgt 300 Stunden.

Die Teilnehmenden erhalten nach erfolgreichem Abschluss ein Certificate of Advanced Studies der Universität Zürich und 10 ECTS-Punkte (European Credit Transfer System). Es ist im Rahmen der Bologna-Reform anerkannt und zertifiziert.

Die Programmausschreibung mit den Daten der einzelnen Tagesveranstaltungen finden Sie auf der Website des Zentrums für Gerontologie (Rubrik «Weiterbildung»). Anmeldeschluss ist der 31. Mai 2009.

Informationen / Kontakt:

Friederike Geray (montags, donnerstags)
friederike.geray@zfg.uzh.ch, Tel. 044 635 34 24
www.zfg.uzh.ch/weiterbild.html

DEA-Training

Schulung zur Erkennung des emotionalen Ausdrucks von Menschen mit Demenz

Die vom Zentrum für Gerontologie entwickelte eintägige Schulung (vgl. Newsletter Nr. 13) ist erfolgreich angelaufen. Die bisherigen Kurse waren alle ausgebucht und die Teilnehmenden schätzten den Kurs sehr.

Das DEA-Training hat zum Ziel, die Lebensqualität von Menschen mit Demenz und ihren Pflegenden zu verbessern. Mit der Schulung wollen wir die Kursteilnehmenden für den emotionalen Ausdruck bei Menschen mit Demenz sensibilisieren. Am Kurstag werden ihnen Informationen und Trainingsmöglichkeiten gegeben, um wichtige Emotionen bei Menschen mit Demenz zu beobachten und zu erkennen sowie individuelle Pflegemassnahmen davon abzuleiten. Die Schulung legt den Fokus auf folgende fünf Emotionen:

Freude, allgemeine Aufmerksamkeit und Interesse, Angst/Ängstlichkeit, Trauer und Ärger.

Meist werden die von Menschen mit Demenz positiv erlebten Situationen unterbewertet und ihnen wird zu wenig Beachtung geschenkt. Andererseits werden negative Emotionen zu häufig als Ärger wahrgenommen, obwohl sie auch Zeichen von Angst oder Trauer sein können. Können Pflegendе und Betreuende diese Zeichen wahrnehmen und richtig deuten, ist es ein grosser Gewinn für beide Seiten.

Der nächste Kurs am 13. April 2010 ist bereits ausgebucht, im Kurs am 10. Juni sind hingegen noch Plätze frei. Bei grosser Nachfrage werden wir zusätzliche Kursdaten anbieten. Das Training dauert einen Tag von 9:15 bis 17 Uhr und kostet Fr. 280.- pro Person. Angesprochen sind vor allem Pflege- und Betreuungspersonen, betreuende und pflegende Angehörige sowie interessierte Personen aus dem Altersbereich. Der Kurs findet am Zentrum für Gerontologie in Zürich statt. Nach Absprache bieten wir DEA auch für Gruppen an; dies auch in externen Institutionen/Örtlichkeiten.

Informationen / Kontakt:

Hannele Hediger, hannele.hediger@zfg.uzh.ch
www.zfg.uzh.ch/weiterbild/dea-training.html

Publikationen

Reihe «Zürcher Schriften zur Gerontologie»:

A. Wettstein: **«Mythen und Fakten zum Alter»**
 Bd. 3/2005-2009 (3., überarb. & ergänzte Aufl.). Ringordner mit ca. 260 A4-Seiten, CHF 95.– (inkl. MwSt., plus Porto und Verpackung. Ergänzungen zur 1. und 2. Aufl. separat erhältlich.)

S. Bonsack: **«Lernen, mit der Erkrankung gesund zu leben»**

Gruppenkurse für ältere RheumatikerInnen
 Bd. 4/2006, 67 Seiten, CHF 20.– (inkl. MwSt.)

S. Oppikofer: **«Lebensqualität bei Demenz»**
Bestandesaufnahme, Sichtung und Dokumentation von Instrumenten zur Messung von Lebensqualität bei Menschen mit schwerer Demenz
 Bd. 5/2008, 75 Seiten, CHF 25.– (inkl. MwSt.)

S. Oppikofer: **«Pflegeinterventionen bei Agitation und schwerer Demenz»**
 Bd. 6/2008, 80 Seiten, CHF 25.– (inkl. MwSt.)

H.R. Schelling & A. Seifert:

«Internet-Nutzung im Alter»

Gründe der (Nicht-)Nutzung von Informations- und Kommunikationstechnologie (IKT) durch Menschen ab 65 Jahren in der Schweiz
 Bd. 7/2010, ca. 80 Seiten, ca. CHF 20.– (lieferbar ab 10. März 2010)

Der «ZfG-Newsletter» erscheint zwei Mal jährlich in elektronischer und gedruckter Form. Das Abonnement ist kostenlos und kann über unten stehende Adresse bestellt werden.

Zentrum für Gerontologie der Universität Zürich

Leitung:

Prof. Dr. phil. Mike Martin, Lehrstuhl für Gerontopsychologie, Universität Zürich (Vorsitz)
 Prof. Dr. med. Edouard Battegay, Direktor Klinik und Poliklinik für Innere Medizin, UniversitätsSpital Zürich
 Prof. Dr. theol. Ralph Kunz, Lehrstuhl für Praktische Theologie (Homiletik, Liturgik und Poimenik), Univ. Zürich
 Prof. Dr. phil. Dr. med. Andreas Maercker, Lehrstuhl für Psychopathologie und Klinische Intervention, Univ. Zürich
 PD Dr. med. Albert Wettstein, Chefarzt Stadtärztlicher Dienst Zürich

Geschäftsstelle:

Geschäftsführung: Hans Rudolf Schelling, lic. phil., h.r.schelling@zfg.uzh.ch
 Sekretariat: Peggy Ganguillet (Mo, Di, Do), sekretariat@zfg.uzh.ch, Tamara Haldner (Mi, Do)

Beratungsstelle Leben im Alter (LiA): Dr. phil. Bettina Ugolini, bettina.ugolini@zfg.uzh.ch

Weiterbildung: Dipl.-Psych. Friederike Geray, friederike.geray@zfg.uzh.ch

Evaluation: Dr. phil. Sandra Oppikofer, sandra.oppikofer@zfg.uzh.ch

Projekte: Dr. phil. Mathias Allemand, lic. phil. Silvia Angst, Dr. sc. rel. Eva Baumann-Neuhaus, Dr. phil. Myriam Dellenbach, Franciska Ebert (Praktikantin), lic. phil. Hannele Hediger, Dr. phil. Markus Matthys, Dr. Caroline Moor, lic. phil. Aristide Peng, lic. phil. Franziska Schachtler, lic. phil. Vera Schumacher, Dipl.-Sozialpäd. Alexander Seifert, lic. phil. Sabine Zehnder

Herausgabe und Kontaktadresse:

Universität Zürich, Zentrum für Gerontologie, Sumatrastrasse 30, CH-8006 Zürich,
 Tel. +41 44 635 34 20 – Fax +41 44 635 34 21 – Homepage: <http://www.zfg.uzh.ch> – E-Mail: zfg@zfg.uzh.ch



Universität Zürich
Zentrum für Gerontologie

Interdisziplinäre Vorlesungsreihe im Frühjahrssemester 2010

Gemeinsamkeit im Alter

14-täglich am Mittwoch, 18.15 – 19.45 Uhr, Universität Zürich-Zentrum, Rämistrasse 71, Hörsaal KOL-F-121. Eintritt frei, keine Anmeldung erforderlich.

Programm

24. Februar 2010

Glauben im Alter und Altern in Gemeinsamkeit – ein Thema nur für Fromme?

Befunde und Überlegungen aus dem Nationalfonds-Projekt ‚Religion und Gesundheitsverhalten im Alter‘

Prof. Dr. theol. Ralph Kunz, Praktische Theologie (Homiletik, Liturgik und Poimenik) und Zentrum für Gerontologie, Universität Zürich

10. März 2010

In Verbindung bleiben – alte Menschen und das Internet

Ergebnisse der Repräsentativbefragung ‚Informations- und Kommunikationstechnologie im Alter‘

Hans Rudolf Schelling & Alexander Seifert, Zentrum für Gerontologie, Universität Zürich

24. März 2010

«Da frag' ich mal die Frau Doktor». Zum Verhältnis Ärztin/Arzt – ältere PatientInnen

Dr. med. Elisabeth Bandi-Ott, Institut für Hausarztmedizin, Universität / UniversitätsSpital Zürich

21. April 2010

Leben mit einem demenzkranken Partner – Kommunikation und Wohlbefinden

Dr. phil. Melanie Braun, Sozial- und Gesundheitspsychologie, Universität Zürich

5. Mai 2010

Gemeinsame Aktivitäten als Schutzfaktor im Alter: Tanzen, Spielen, Musizieren

Prof. Dr. rer. nat. Lutz Jäncke, Neuropsychologie und INAPIC (International Normal Aging and Plasticity Imaging Center), Universität Zürich

19. Mai 2010

Ambivalenzen:

Herausforderung für die Generationenbeziehungen in Familie und Gesellschaft

Prof. em. Dr. phil. Kurt Lüscher, Soziologie, Universität Konstanz

2. Juni 2010

Psychotherapie im Alter – Therapeutische Beziehungsgestaltung mit alten Menschen

Prof. Dr. phil. Susanne Zank, Klinische Psychologie, Universität Siegen