



Dr. med. Tim Klose, trägt vor und diskutiert mit den Teilnehmenden. (Bild zvz.)

## Vertrauen ist besser

Öffentlicher Vortrag von Dr. Tim Klose

Am Donnerstag, 19. April, findet im Mehrzweckraum Haus Rigi im Spital Affoltern um 19 Uhr ein öffentlicher Vortrag von Dr. Tim Klose zum Thema «Vertrauen ist gut» statt.

Wir leben in einer Zeit, in der viel Vertrautes infrage gestellt wird, politisch und persönlich: jahrzehntelange Bündnisse stehen zur Diskussion, die sicher geglaubte Altersvorsorge scheint gefährdet, Berufe verwandeln sich in Jobs, und die Patienten-Arzt-Beziehung wird immer öfter als Geschäftsbeziehung verstanden.

Tim Klose, Chefarzt am Psychiatriststützpunkt, wird auf vielfachen Wunsch hin nach seinem letztjährigen Vortrag zum Thema «Vertrauen» Neues darüber vortragen, wie Vertrauen hergestellt werden kann und wieso zwischen Menschen nicht Kontrolle, sondern Vertrauen besser ist.

**Vertrauen ist gut ...**

... Kontrolle ist besser, lautet eine Lenin zugeschriebene Redewendung. Dr. Tim Klose legt dar, dass das nicht stimmt und dass misstrauische Kontrolle verlorenes Vertrauen nicht wieder herstellen kann, weder in einer familiären Beziehung, zwischen Arbeitskollegen oder im Kontext eines Spitals. Vielmehr behindert Kontrolle Kreativität und bindet Ressourcen. Das psychiatrische Rezept gegen Misstrauen lautet: Vertrauen schaffen. Alle Teilnehmenden haben Gelegenheit, am Ende des Vortrags darüber zu diskutieren, wie dieses Rezept anzuwenden ist. (pd.)

Vortrag «Vertrauen ist gut», Donnerstag, 19. April, 19 Uhr, Mehrzweckraum Haus Rigi, Spital Affoltern.

**Jede Behandlung setzt auf Vertrauen**

Vertrauen ist die Voraussetzung, dass sich zwei Menschen offen miteinander austauschen können. Vertrauen wird gefördert durch Vertraulichkeit. So können Beziehungen zwischen Eltern und Kindern, Schülern und Lehrern, Patienten und behandelnden Personen gelingen.

Daher bietet auch jede Behandlung am Spital die Garantie grösstmöglicher Vertraulichkeit. Gesetzlich besteht die Verschwiegenheitspflicht des Arztes wie auch aller anderen im Gesundheitswesen tätigen Personen.

## Fondant, Buttercrème und Co.

Der Kurs «Fondant, Buttercrème und Co.» des Familienzentrums Affoltern fand beim Publikum grossen Anklang. Nun findet am Samstag, 21. April, ein zusätzlicher Kurs statt.



Mit der richtigen Technik werden aus den Cupcakes richtige Meisterwerke. (Bild zvz.)

Anmeldungen unter Telefon 044 760 21 13 oder E-Mail: kurse@familienzentrum-bezirk-affoltern.ch.

Weitere Informationen sind auf [www.familienzentrum-bezirk-affoltern.ch](http://www.familienzentrum-bezirk-affoltern.ch) zu finden.

## Infoveranstaltung im Haus zum Seewadel

Am Dienstag, 17. April, in Affoltern

Dass die Öffentlichkeit jährlich eingeladen wird, das hat im Haus zum Seewadel in Affoltern Tradition. Am 17. April kommen die Besucher analog den vergangenen Öffentlichkeitsanlässen in den Genuss von Hausbesichtigungen und Informationen.

An einem Informationsstand können Interessierte sich Unterlagen über das Haus, den Heimtritt, die Patientenverfügung und vieles mehr holen. Zudem stehen die Frauen des Kaders des Hauses zum Seewadel für Fragen rund um den Heimtritt zur Verfügung. Gerne erläutern sie den Besuchern auch das Angebot der Aktivierung, den Umgang mit Demenz im Haus zum Seewadel und weitere Themen rund um Pflege und Betreuung. Eine wichtige Aufgabe ist die Zusammenarbeit mit den Angehörigen der Bewohnerinnen und Bewohner. Wie dieser Miteinbezug funktioniert, erläutern die kompetenten Frauen vor Ort gerne.

Wie jedes Jahr können auch am kommenden Dienstag unter kundiger Führung das Haus, die wichtigen Räume und ein Zimmer besichtigt werden. Anders als andere Jahre finden keine Zusatzveranstaltungen wie musikalische Unterhaltung oder ein Fachreferat statt. Es wird bewusst ein Schwergewicht auf den Heimtritt und die Arbeit und die Philosophie im Haus zum Seewadel gelegt.

Die Mitarbeitenden sind stolz, im Haus zum Seewadel tätig zu sein, auch wenn das Haus schon lange nicht



Den Seewadel in Ruhe besichtigen? Am 17. April ist das möglich. (Bild zvz.)

mehr den heutigen Ansprüchen genügt. Der Zusammenhalt und der Spirit, der dort herrscht, tragen unter anderem mit dazu bei, dass sich die Bewohnerinnen und Bewohner zu Hause fühlen im Seewadel. Dieser Geist ist für alle fühlbar, die ins Haus kommen, auch wenn es nur zu Besuch ist. Am Dienstag, 17. April, von 18 bis 20 Uhr haben alle Interessierten die Gelegenheit, sich informieren zu lassen und sich dabei auch noch von den feinen Apéro-Köstlichkeiten aus der Küche verwöhnen zu lassen.

Die nächsten Infoveranstaltungen solcher Art finden zu folgenden Daten und Zeiten statt: 9. August, 19 bis 21 Uhr, und 23. November, 14 bis 16 Uhr. Daneben wird das Haus zum Seewadel in nächster Zeit noch weitere Anlässe organisieren. Die Bevölkerung wird via Zeitung rechtzeitig über die Anlässe informiert. Ein Datum steht schon fest: Am 7. Mai findet am Abend ein öffentliches Referat statt zum Thema Herausforderungen im Bereich von Angeboten im Altersbereich in Affoltern mit dem Pflegewissenschaftler Stefan Knoth. (pd.)



Auf dem Lägergrat wanderte die Gruppe auf steinigem Grund. (Bild Jens Howoldt)

## Zülig ging es über den Lägergrat

Wanderbericht und Ausblick

Die Naturfreunde Oberfreiamt erlebten am letzten Wochenende eine wunderbare Wanderung nach Regensberg. Am 29. April findet die nächste Wanderung statt. Für Naturfreunde und Gäste geht es innert fünf Stunden über die Albkette.

Morgens um sieben Uhr wagten sich die Oberfreiamter Naturfreunde erwartungsvoll auf die erste «Fitness am Berg»-Tour. Und sie waren alle fit, denn gleich zu Beginn standen in Baden die 468 Treppenstufen zum Schloss Scharnfeld vor uns. Dann ging's zügig weiter über den zugespitzten Höhenweg. Gewohnt ans Skifahren schwankten wir vorerst mit unsicheren Tritten über das Kalkgestein. Der Blick zurück zeigte uns das noch im morgendlichen Licht verschlafene Baden. Die Bärlauchfans kamen voll auf ihre Kosten!

Für die zwölf Kilometer lange Wanderung brauchten die Natur-

freunde dreieinhalb Stunden bis ins Städtchen Regensberg.

**Am 29. April geht es weiter über die Albkette**

Wer sich auf die kommende Wandersaison einlaufen möchte, erhält am Sonntag, 29. April, eine weitere Gelegenheit. Dann geht es zügig über die Albkette. Wanderfreudige Naturfreunde und Gäste treffen sich um 7 Uhr am Bahnhof Sins und bilden dort Fahrgemeinschaften.

Die Wanderung T2 dauert fünf Stunden und erfordert eine mittlere Kondition. Es gibt keine besonderen Schwierigkeiten. Trotzdem ist eine solide Wanderausrüstung, wer will mit Stöcken, mit einer Stärkung und mindestens einem Liter Getränk im Rucksack unerlässlich. Unterwegs gibt es mehrere Einkehrmöglichkeiten. (pd.)

Anmeldungen bis Freitag, 27. April, an: [brigitta.kurmamm@me.com](mailto:brigitta.kurmamm@me.com), Telefon 041 410 04 88.

ANZEIGE



## Guggi-Tipp

Staudenkonzepte

Stauden sind mehrjährige Pflanzen, die im Frühjahr austreiben, zu einer bestimmten Zeit blühen und im Spätherbst oft wieder zurückgeschnitten werden. Nicht immer einfach für den Laien, die ideale Bepflanzung aus der grossen Vielfalt auszusuchen. Spezialisten haben durch langjährige Studienarbeit neue Staudenkonzepte erarbeitet, die vom Frühjahr bis im Spätherbst immer etwas Blühendes bieten und sogar auch im Winter mit interessanten Strukturen und Fruchtständen für abwechslungsreiche Aspekte sorgen. Die vielfältigen Mischungen können mit Blumenzwiebeln ergänzt werden.

Staudenkompositionen sind komplette Pflanzsysteme, die an ihrem jeweiligen Standort perfekt angepasst und ideal aufeinander abgestimmt sind. So gibt es Mischungen für kleinere Gärten aber auch für grössere öffentliche Anlagen.

Nebst dem Vorteil, dass man sie nur einmalig pflanzen muss und sie danach jedes Jahr aufs Neue gedeihen, hält sich auch der Pflegeaufwand im Rahmen. Durch Abdeckung mit Mulch oder Splitt lässt sich die Arbeit noch einfacher machen.



Verschiedene Namensgebungen lassen auch die gewählte Mischung an Stauden erahnen. Zum Beispiel Sommernachtstraum, Indian Sunset, Silbermischung, Blüenschleier, Goldmischung u.a. Die Mischung Sommernachtstraum bringt durch die Kombination von Gräsern und dunkellaubigen Stauden etwas Geheimnisvolles hervor. Speziell die Gräser verleihen der Pflanzung eine gewisse Grazilität. Je nach Lage und Beschaffenheit des Bodens kann der Staudenliebhaber das passende Staudenkonzept auswählen. Anhand von mitgebrachten Fotos oder Skizzen können wir Ihnen fachmännische Hilfe anbieten und Ihr «zukünftiges Staudenparadies» gestalten.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Ihr Guggi-Team

**Am 28. und 30. April bekommt jeder Kunde ein gratis Chrülli aus Eigenproduktion**

**Am 11. und 12. Mai Lange Genussabende mit vielen Attraktionen für Gross und Klein**

**Am 22. Juni Sommernachtsfest**