

LIGHTHOUSE MAGAZIN

Aktuelles, Wissenswertes und Neues für Gönner, Freunde und Mitarbeitende



Im Portrait

Dr. med. S. Hedbom
über Vertrauen durch
Symptomkontrolle

Seite 6

Aromaöle

R. Zwarts über die
Wirkung von Ölen
und Essenzen

Seite 9

Neues Lighthouse

Impressionen von
der Grossbaustelle
in Zürich

Seite 10

LIEBE LESERIN, LIEBER LESER



Sie halten bereits die zweite Ausgabe unseres Lighthouse-Magazins in den Händen. Das positive Echo auf unsere Erstausgabe hat uns sehr gefreut.

Wir hoffen, auch mit der zweiten Ausgabe, Ihre Erwartungen zu erfüllen. In diesem Magazin hat neben unserem Verwaltungsratspräsidenten Dr. med. Urs Meier auch unsere Leitende Medizinerin, Dr. med. Susanne Hedbom, das Wort.

Diese Ausgabe erreicht Sie während der Adventszeit. Wir hoffen sehr, dass es dieses Jahr möglich sein wird, diese festlichen Tage unbeschwerter zu erleben.

An dieser Stelle möchte ich unseren Spenderinnen und Spendern nochmals ein grosses «DANKE» aussprechen. Alle unsere Bestrebungen für eine bestmögliche Betreuung und Pflege wären ohne Ihre grosszügige und konstante Unterstützung nicht möglich!

Ich wünsche Ihnen und Ihren Familien, Freunden und Angehörigen eine besinnliche und friedvolle Weihnachtszeit.

Herzlichst, **Ihr Horst Ubrich**

Geschäftsleiter ZLH AG
Geschäftsleiter Stiftung Zürcher Lighthouse

Inhalt

- 2 Editorial
- 3 Kurz erklärt: «Versorgungsarten Palliative Care» / Das Zürcher Lighthouse in Zahlen
- 4-5 Interview mit VR-Präsident Dr. Urs Richard Meier
- 6 Portrait leitende Lighthouse-Ärztin Dr. med. S. Hedbom
- 7 Interview mit dem Freiwilligen Ruedi Schüpbach
- 8 Im Fokus: Die helfende Hand Alex Schweizer
- 9 Portrait Praxisausbildner Roman Zwarts
- 10 Impressionen vom Lighthouse-Neubau
- 11 Jetzt Bären am Teddybärenstand sichern
- 12 Das letzte Wort



KURZ ERKLÄRT: «Versorgungsarten Palliative Care»

Die Palliative-Care-Versorgung in der Schweiz unterteilt sich in eine «Grundversorgung» und eine «spezialisierte Palliativpflege».

Palliative Care orientiert sich an den Bedürfnissen, Symptomen und Problemstellungen der betroffenen Patientinnen und Patienten sowie ihrer Bezugspersonen.

Die sogenannte Patientengruppe A wird im Rahmen der **Grundversorgung** betreut, mit Hilfe von niedergelassenen Ärztinnen und Ärzten, Organisationen zur Pflege zu Hause, in Alters- und Pflegeheimen sowie in Institutionen für Menschen mit Behinderungen oder Akutspitälern. Voraussetzung dafür:

Genügend Fachpersonen stehen mit den entsprechenden Kompetenzen zur Verfügung. Die Grundversorgung richtet sich an unheilbar kranke Menschen, die keine komplexe Behandlung und Betreuung benötigen.

Die spezialisierte Palliativpflege

Zur Patientengruppe B zählen schwerkranke Menschen mit instabilem Verlauf. Sie benötigen eine spezialisierte Versorgung. Das ist der Fall, wenn die Krankheitssymptome des leidenden Menschen sich durch

die Grundversorgung nicht mehr lindern und stabilisieren lassen. In der spezialisierten Betreuung arbeiten Menschen aus der Medizin, Pflege und Seelsorge eng zusammen.

Und das Zürcher Lighthouse?

Das Zürcher Lighthouse bietet die spezialisierte Betreuung von unheilbar kranken Menschen an. Wir ermöglichen eine Langzeitbetreuung und beherbergen schwerkranke Menschen auch tageweise, um ihre Angehörigen zu entlasten.

DAS ZÜRCHER LIGHTHOUSE 2021 IN ZAHLEN

Im Bereich Pflege beschäftigt das Zürcher Lighthouse am meisten Personal. Aufgrund der hohen Anforderungen an Ausbildung sowie Lebens- und Berufserfahrung sind die meisten Mitarbeitenden zwischen 40 und 60 Jahre alt.



Von den insgesamt 51 Mitarbeitenden im Zürcher Lighthouse sind 84 Prozent Frauen. In der Hotellerie arbeiten sieben Personen und in der Verwaltung vier Personen. Nur zwei Personen im Zürcher Lighthouse sind zwischen 21 und 30 Jahre alt.



«WIR INVESTIEREN VIEL ZEIT IN MENSCHEN»

Dr. Urs Richard Meier (67) aus Uster ist pensionierter Chefarzt und ehrenamtlich als Verwaltungsratspräsident der ZLH AG tätig. Diese Gesellschaft betreibt das Zürcher Lighthouse. Ein Gespräch mit dem Onkologen im Corona-Impfzentrum Winterthur.

Vor dem Eingang ins Covid-Impfzentrum Winterthur stehen viele Menschen Schlange für ihren Pils gegen das Corona-Virus. Aus dem Zentrum tritt Dr. Urs Richard Meier heraus. Er könnte seit drei Jahren seinen verdienten Ruhestand geniessen. Doch der rüstige Berggänger widmet seine freie Zeit lieber dem Kampf gegen das Corona-Virus. Er arbeitet momentan als stellvertretender Leitender Arzt im Impfzentrum Winterthur. Als erfahrener Spitalplaner, Onkologe und Verwaltungsratspräsident der ZLH AG, der gemeinnützigen Betriebsgesellschaft des Zürcher Lighthouse, unterstützt er das Hospiz bei verschiedensten Projekten, wie zum Beispiel dem Lighthouse-Neubau in Zürich.

Herr Meier, wie kommt es, dass Sie als Krebspezialist im Covid-Impfzentrum in Winterthur arbeiten?

Meier: Die Geschäftsleitung des Impfzentrums hat mich

diesen Sommer gefragt, ob ich als stellvertretender Leitender Arzt einspringen könne. Als Chefarzt im Ruhestand ist es für mich ein Privileg, in dieser Pandemie mit meinem medizinischen Wissen helfen zu können. Der Schutz der Menschen vor Corona beschäftigt mich aber auch als ehrenamtlich tätiger Verwaltungsratspräsident der ZLH AG.

Inwiefern hat Corona den Lighthouse-Alltag verändert?

Wir haben selbstverständlich so früh wie möglich die nötigen Schutzmassnahmen getroffen und darauf geachtet, dass möglichst alle Bewohnenden sich freiwillig impfen lassen. Im Haus gilt zudem eine strenge Maskenpflicht. Unserem Personal haben wir ausführlich erklärt, warum die Impfung auch für sie so wichtig ist. Wir wollen nicht, dass Leute im Lighthouse an Corona sterben oder andere Menschen anstecken.

Sind Ihnen Palliative-Care-Themen vertraut?

Ja, in der Krebsmedizin ist die palliative Medizin ein wichtiges Thema. Ich war zudem Projektleiter für den

Urs Meier: «Ich finde es toll, dass auch randständige Menschen im Lighthouse einen würdigen Ort zum Abschied nehmen finden.»

Aufbau der Palliativstation im Spital Winterthur. Für das neue Lighthouse-Zentrum kann ich mein Wissen optimal einbringen.

Was gefällt Ihnen beim Lighthouse besonders?

Wir investieren viel Zeit in Menschen. Ich finde es toll, dass auch randständige Menschen im Lighthouse einen würdigen Ort zum Abschied nehmen finden. Sie erhalten an anderen Orten oft keine ausreichende finanzielle Unterstützung. Es macht mich betroffen, wenn ich von Lighthouse-Bewohnern höre, dass sie die schönste Zeit der letzten Jahre im Lighthouse verbracht haben.

Was zeichnet das Zürcher Lighthouse aus?

Wir bieten den Bewohnerinnen und Bewohnern eine hochprofessionelle Pflege und medizinische Versorgung. Das Lighthouse ist der Schulmedizin verpflichtet. Wir bieten aber auch alternative Behandlungen. Akutmedizin ist immer dem Erfolg verpflichtet, Palliativ-Medizin hingegen erlaubt mehr Spielraum in der Behandlung. Zudem steht mehr Pflegepersonal zur Verfügung.

Wie können Sie ihr Fachwissen im Lighthouse einbringen?

Die Themen Sterben und Tod haben mich als Krebsarzt schon früh begleitet. Ich kann meine jahrzehntelange Erfahrungen als Onkologe und Chefarzt in den Verwaltungsrat mit einbringen. Im Lighthouse stellen wir sicher, dass die Bewohnerinnen und Bewohner bis ans Lebensende kompetent und fürsorglich betreut werden. Wir lindern Schmerzen und Symptome. Oft ist weniger mehr. Mir ist es auch wichtig, dass wir unser hohes Pflegeniveau halten können. Dazu braucht es dauernde Weiterbildung. Die Flughöhe unseres Personals darf auf keinen Fall abnehmen.

Sie sind auch in die Planung des neuen Lighthouse-Gebäudes an der Ecke der Hohl- und Eglistrasse in Zürich involviert. Was wird das neue Gebäude für die Bewohnerinnen und Bewohner bringen?

Das neue Gebäude wird grundsätzlich viel mehr Licht, Raum und Komfort bieten. Die Zimmer werden mit rund 20 Quadratmetern Fläche geräumiger sein als bisher. Alle Zimmer verfügen im neuen Gebäude dann über ein eigenes Bad, Bodenheizung und eine gute Raumakustik. Die



Urs Meier: «Das Lighthouse ist der Schulmedizin verpflichtet. Wir bieten aber auch alternative Behandlungen.»

Lighthouse-Mitarbeitenden werden kürzere Wege und mehr pflegerische sowie medizinische Möglichkeiten haben. Das neue Lighthouse wird auch ein Tageszentrum für die ambulante Behandlung von Menschen mit lebensbegrenzenden oder chronischen Erkrankungen umfassen. Es wird zudem mehr Rückzugs- und Erholungsräume und mehr Privatsphäre geben. Was natürlich gleich bleiben wird: Unsere Bewohnerinnen und Bewohner erhalten auch am neuen Standort eine hochkompetente Pflege.

Was sagen Sie den Lighthouse-Spenderinnen und Spendern?

Beim Eintritt ins Lighthouse werden die finanziellen Möglichkeiten einer Person jeweils im Detail abgeklärt. Dabei zeigt sich, dass unsere Bewohnenden aus finanzieller Not oft Ergänzungsleistungen beziehen müssen. Nur dank Spenden kann das Lighthouse auch weniger begüterte Menschen aufnehmen und würdevoll bis zum Tod betreuen. Sie würden ansonsten durch die Maschinen fallen. Ich danke allen unseren geschätzten Gönnerinnen und Gönnern für ihre Hilfe und wünsche allen eine besinnliche Adventszeit.

«DIE ANGST VOR DER KRANKHEIT NEHMEN»

Als Leitende Ärztin behandelt Dr. med. Susanne Hedbom (49) seit 2008 schwer erkrankte Bewohnerinnen und Bewohner im Lighthouse.



Susanne Hedbom sitzt in ihrem Büro in der dritten Etage des Zürcher Lighthouse. Durchs Fenster sieht sie auf die ruhige Carmenstrasse im Zürichberg-Quartier. Die Sonne taucht die Gesundheitsakten auf ihrem Schreibtisch in ein warmes Licht. Zahlreiche Fachbücher und -zeitschriften über Medizin stehen im Regal hinter ihr. Hedbom liebt ihre Arbeit und sieht in der Palliativmedizin einen «wichtigen Dienst am Menschen».

Susanne Hedbom: «Die Angst vor dem Ungewissen ist oft sehr belastend.»

Symptome lindern für mehr Lebensqualität

Hedbom promovierte 1999 an der deutschen Universität Münster als Ärztin mit Schwerpunkt auf innere Medizin. Als Fachärztin für Onkologie und Hämatologie (siehe Kasten) kennt sie sich mit Krebs- und Bluterkrankungen bestens aus. Als erfahrene Palliativmedizinerin arbeitet sie «symptomorientiert». Sie sagt: «Ich behandle, um Symptome einer Erkrankung wie Schmerzen, Luftnot oder

Übelkeit zu mildern oder auszuschalten. In enger Zusammenarbeit mit dem Pflegepersonal bestimmen wir laufend die richtige Medikation. Wir schenken den unheilbar kranken Menschen damit mehr Lebensqualität.»

Menschen die Angst vor dem Ungewissen nehmen

Zudem berät sie Hilfesuchende. Ihr Ziel: «Ich möchte unheilbar kranken Menschen und ihren Angehörigen die Angst vor der Krankheit und ihrem Verlauf nehmen. Dafür kläre ich sie gut auf. Das Wissen hilft ihnen enorm dabei, mit der schwierigen Situation umzugehen. Die Angst vor dem Ungewissen ist oft sehr belastend.» Daher sei es sehr wichtig, Ruhe in schwierige Situationen zu bringen. In ihren Sprechstunden hat Susanne Hedbom ein offenes Ohr für alle Hilfesuchenden, ob Gäste des Lighthouse oder nicht. Auf Anfrage unterstützt sie auch Pflegeeinrichtungen, die auf Grund der schweren Krankheitsverläufe ihrer Bewohnerinnen und Bewohner an ihre Grenzen stossen.

Hedbom ist von Lighthouse-Möglichkeiten überzeugt

Bereits nach ihrem ersten Schnuppertag im Zürcher Lighthouse sagte Hedbom begeistert zu. Der kleine Rahmen, kurze Wege und eine persönliche Kommunikation zu allen Menschen würden ihre Arbeit hier effektiver machen. Hedbom sagt: «Bei uns kann ich für unheilbar kranke Menschen am meisten bewirken.»

Palliative Care braucht mehr öffentliche Zuwendung

Hedbom ist enttäuscht über die fehlende finanzielle Unterstützung der öffentlichen Hand: «Ich bin davon überzeugt, dass man viel Gutes für Menschen in ihrer letzten Lebensphase tun kann. Beim Thema Palliativmedizin verweigern Krankenkassen jedoch oft ihre Unterstützung.» Einen Grossteil der Kosten für die spezialisierte Langzeitbetreuung in Hospizen müssten die Betroffenen tragen. Susanne Hedbom ist daher den Gönnerinnen und Gönnern des Zürcher Lighthouse sehr dankbar: «Dank ihnen sind bei uns alle unheilbar kranken Menschen willkommen, egal ob arm oder reich. Ihre Hilfe ermöglicht erst die gute Betreuung in unserem Hospiz.»

Hämatologie und **Onkologie** sind Teilgebiete der inneren Medizin, die sich mit Krankheiten der inneren Organe wie Lunge, Leber, Darm, Herz und Nieren befasst. Hämatologie beschäftigt sich mit Bluterkrankungen, Onkologie mit Tumorerkrankungen.



«ICH MÖCHTE ANDEREN ETWAS ZEIT SCHENKEN»

Ruedi Schüpbach (74) unterstützt als freiwilliger Mitarbeiter seit 2018 die Bewohnerinnen und Bewohner des Zürcher Lighthouse – ein Interview.

Haben Sie einen roten Faden in Ihrer Berufskarriere?

Schüpbach: Als junger Erwachsener arbeitete ich neun Jahre als Primarlehrer, zwei Jahre davon an einer Schweizer Schule auf Sizilien. 1985 begann ich dann meine zweite Berufsausbildung als Sozialarbeiter. Erst arbeitete ich beim «Blauen Kreuz» Schaffhausen, dann bei «Pro Senectute» Schaffhausen und schliesslich für «Wohnen im Alter» in Zürich. Meine soziale Ader ist somit mein roter Faden.

Ruedi Schüpbach: «Im Zürcher Lighthouse sterben auch Menschen, die viel jünger sind als ich. Ich staune immer wieder, wie gut manche den Tod akzeptieren.»

Wie kamen Sie zur Palliative Care?

Vor rund sieben Jahren absolvierte ich in Winterthur den Kurs «Passage» vom Roten Kreuz – speziell für freiwillige Mitarbeitende zum Thema Palliative Care. Wir lernten viel über spezifische Pflegemassnahmen, verschiedene Krankheiten und Schmerztherapien. Natürlich setzten wir uns intensiv mit dem Sterben und dem Tod auseinander.

Nach drei Jahren in einer anderen palliativen Einrichtung kam ich 2018 zum Lighthouse.

Was sind Ihre Aufgaben im Lighthouse?

Ich bin da für die Bewohnerinnen und Bewohner des Lighthouse. Ich gehe mit ihnen spazieren, kaufe für sie ein und helfe ihnen beim Essen. Wir spielen gemeinsam und ich lese ihnen vor. Ich möchte ihnen dabei helfen, ihr Leben bis zuletzt so angenehm wie möglich zu gestalten.

Woher nehmen Sie Ihre Motivation?

Ich lerne viel von schwer kranken Menschen und jedes Lächeln gibt mir Energie. Heutzutage ist das Sterben für viele Menschen ein Tabuthema. Den Tod sollte man jedoch nicht verdrängen. Ich glaube, das tut der Seele nicht gut. Im Lighthouse sterben auch Menschen, die viel jünger sind als ich. Ich staune immer wieder, wie gut manche den Tod akzeptieren und das irdische Leben loslassen können.

Was waren Ihre schwierigen Momente im Lighthouse?

Ich starte lieber mit den schönen Momenten. Ich bin am glücklichsten, wenn ich für andere Menschen da sein und ihnen einen Wunsch erfüllen oder ihnen einfach Gesellschaft leisten kann. Es kommt aber auch vor, dass die Bewohnerinnen und Bewohner beschäftigt sind. Sie haben Besuch, schlafen, sind in einer Therapie oder wollen allein sein. In solchen Momenten fühle ich mich überflüssig.



DIE HELFENDE HAND AN DER ZENTRALE

Alex Schweizer (41) rät, den Lebensabend gut zu planen. Er unterstützt als administrativer Mitarbeiter viele Hilfesuchende – und die Geschäftsleitung.

«Zürcher Lighthouse, Schweizer am Apparat, Grüetzi! Ja, wir haben noch freie Plätze. Schicken Sie mir gerne die Anmeldung zu. Auf unserer Homepage finden Sie das Anmeldeformular. Wir benötigen zudem den Arztbericht und falls vorhanden, einen Pflegebericht.» Solche Anrufe auf die Lighthouse-Zentrale erhält Alex Schweizer häufig. Angehörige von schwerkranken Menschen, Spitäler oder Sozialämter fragen immer wieder nach freien Plätzen im Zürcher Lighthouse.

Ein Job mit vielen Gesichtern

Alex Schweizer hat alle Hände voll zu tun. Am Empfang sind er und seine Kollegin Manuela Gambardelli die ersten Ansprechpersonen für Besuchende und Anrufende. Für die Lighthouse-Mitarbeitenden erledigt Schweizer zudem die Lohnadministration. Mit einem Lächeln im Gesicht sagt er: «Bei Steuer- und Versicherungsfragen gebe ich Mitarbeitenden gerne auch nützliche Tipps.» Zusammen mit der Leiterin Finanzen, Laura Steinacher, bewältigt er zudem die Lighthouse-Buchhaltung.

Der Tod gehört zum Leben

Der ausgebildete Kaufmann arbeitete zuletzt in einer Kita in Winterthur. Nach sieben Jahren war er bereit für neue Abenteuer, nur vielseitig sollten sie sein. Eine Freundin erzählte ihm von der freien Stelle im Zürcher Lighthouse. Seit eineinhalb Jahren arbeitet er nun hier. Schweizer

sagt: «Zu Beginn musste ich mich daran gewöhnen, dass Menschen bei uns sterben. Aber ich habe schnell begriffen, dass der Tod zum Leben gehört. Ich bin froh darüber, dass unsere Bewohnerinnen und Bewohner sich bei uns in

Alex Schweizer: «Machen Sie sich rechtzeitig Gedanken über alle Aspekte Ihres Lebensabends.»

Würde vom Leben verabschieden können.» Schweizer habe oft erlebt, wie unheilbar kranke Menschen und ihre Angehörigen im Angesicht des abrupten Lebenswandels überfordert waren. Er rät: «Menschen sollten sich rechtzeitig Gedanken über alle Aspekte ihres Lebensabends machen. Es gilt, rechtzeitig ein Testament aufzusetzen und die Finanzen sowie Pflege schriftlich zu regeln.» Bei Bedarf dürfe man auch beim Lighthouse anrufen. «Wir helfen Ihnen gerne weiter.»



Hinweis:

Finden Sie attraktive Stellen beim Lighthouse unter dem folgenden Link: www.zuercher-lighthouse.ch/lighthouse/jobs

AROMAPFLEGE: EIN BEGEHRTES ANGEBOT

Roman Zwarts (44) aus Winterthur bildet im Lighthouse angehende Pflegefachkräfte aus. Der Praxisausbildner über die Wirkung von ätherischen Essenzen.

Roman Zwarts ist gelernter Bäcker-Konditor. Der freundliche Rheintaler hat sich mit 28 Jahren entschieden, eine Ausbildung zum Pflegefachmann HF zu beginnen. Er machte die Ausbildung in der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich. Nach seinem Abschluss wechselte er in die Somatische Pflege.

Das Lighthouse ist auch ein Ausbildungsbetrieb

Roman Zwarts arbeitet seit vier Jahren im Zürcher Lighthouse. Nebst seiner Tätigkeit als Pflegefachmann bildet er angehende Pflegefachpersonen aus. Momentan betreut er eine Studierende, die mit 50 Jahren den «Quereinstieg» angeht. Ausserdem ist er zuständig für Lernende, die im Zürcher Lighthouse ein Kurzpraktikum machen. Die tägliche Pflege der Bewohnerinnen und Bewohner erledigt er somit oft in Zweier-Teams. Als Gesprächspartner spürt man sofort: Der Praxisausbildner mit dem SVEB-Diplom macht seine Arbeit mit viel Herz. «Studierende ausbilden und betreuen gefällt mir sehr gut. Es ist ein gegenseitiger Lernprozess.»

Pflegepersonal hat viel Zeit für die Bewohnerinnen und Bewohner

Roman Zwarts sagt: «Das Schöne im Lighthouse ist, dass wir genügend Zeit für die Menschen hier haben, um eine wertschätzende und vertrauensvolle Beziehung aufzubauen. Unsere Bewohnerinnen und Bewohner müssen nichts, sie dürfen. Wir gehen individuell auf die Wünsche und Anliegen der jeweiligen Person ein, und sei es eine Kugel Glace in der Nacht. In der Palliativ Care streben wir den Erhalt der bestmöglichen Lebensqualität an, keine lebensverlängernden Massnahmen. Wir nehmen die Fragen und Sorgen unserer Bewohnerinnen und Bewohner sowie ihrer Angehörigen immer ernst. Oft geht es auch nur darum, ein offenes Ohr und Zeit für sie zu haben.» Für Zwarts ist es eine dankbare und sehr schöne Aufgabe, Menschen im Lighthouse zu betreuen. «Ein Lächeln oder ein kleines Dankeschön gibt mir viel zurück.»

Aromapflege ist ein begehrtes Angebot

Nebst Angeboten wie Seelsorge, Hunde-, Physio- und Kunsttherapie bietet das Lighthouse auch alternative Therapieformen an. Roman Zwarts konnte während



seiner pflegerischen Laufbahn eine Weiterbildung in der Aromapflege absolvieren. Anfänglich eher skeptisch, begeisterte er sich schnell für die vielseitigen Anwendungsmöglichkeiten und die Wirkungen von ätherischen Ölen. Im Lighthouse ist Zwarts mit einer Arbeitskollegin verantwortlich für die Aromapflege. «Wir haben ein breites Sortiment an ätherischen Ölen. Nebst Mischungen gegen Schmerzen, Fatigue, Oedeme, Juckreiz oder Fieber machen wir auch Wickel mit Kümmel, Ingwer, Schafgarbe, Honigwachs und anderen Zutaten.» Die Bewohnerinnen und Bewohner schätzen die wohlriechenden Düfte, welche auch Erinnerungen an alte Zeiten wecken könnten. Das Lighthouse bietet auch Ausstreichungen, Waschungen, Bäder und Massagen an. Zwarts arbeite zudem stets an neuen Mischungen. «Wir benutzen nur hundert Prozent biologische Öle und teils Kräuter aus dem Gärtchen vom Lighthouse. Die Aromaanwendungen fördern nicht nur das Wohlbefinden der Menschen, sondern stärken auch das gegenseitige Vertrauen. Ich bin sehr dankbar für die Möglichkeit, meine Aromapflege im Lighthouse anwenden zu dürfen.»

Unser Tipp:

Ihr eigenes Hautpflegeöl gegen trockene Haut im Winter



Basisöle

50ml Jojobaöl
50ml Mandelöl

Ätherische Öle

4 Tropfen Bergamotte
8 Tropfen Lavendel fein
4 Tropfen Benzo Siam

Zubereitung: Vermischen Sie alle Komponenten. Achten Sie auf die genaue Dosierung, um Hautirritationen zu vermeiden.

IMPRESSIONEN VOM LIGHTHOUSE-NEUBAU

Die Stiftung Zürcher Lighthouse zieht Anfang 2023 in ein neues Gebäude im Zürcher Hardquartier. Die Bauarbeiten kommen planmässig voran.



Lighthouse-Geschäftsleiter Horst Ubrich informiert sich auf der Grossbaustelle über den Baufortschritt.



Der markante Haupteingang zum neuen Lighthouse-Palliativzentrum an der Eglistrasse nimmt Formen an.



Blick aus der ersten Etage auf die nahe gelegene Europabrücke und Zürich-Höngg.



Die Ken Architekten BSA AG in Zürich haben die Gesamtleitung für das Lighthouse-Bauprojekt.



Das neue Lighthouse wird gut mit Auto und ÖV erreichbar sein. Es liegt in Sichtweite des Prime Tower.



Der zukünftige Speisesaal im Lighthouse wird dank vielen Fenstern einen tollen Blick auf den Garten bieten.



JETZT JAHRESBÄREN SICHERN!

Besuchen Sie den Teddybärenstand beim Globus Zürich



Lilly – CHF 190

Jahresbär 2021



Mara – CHF 35



Salto – CHF 30



Kali – CHF 190

Jahresbär 2020



Luis – CHF 190

Jahresbär 2019



Ricco – CHF 190

Jahresbär 2018

Öffnungszeiten

28.11. bis 24.12.2021

Am Bärenstand werden Sie vom Team unseres Verkaufspartners Franz Carl Weber Zürich bedient. Wir verpacken Ihren Einkauf auch als Geschenk!

Montag bis Freitag:

11:30 - 18:30 Uhr

Samstag und Sonntag:

11:00 - 18:00 Uhr

24. Dezember 2021:

10:00 - 14:00 Uhr

Sonntagsverkäufe 2021:

28.11., 5.12. und 19.12.

Geschlossen:

29.11., 6.12. und 12.12.

Standort: Beim Globus Zürich, Seite Löwenplatz, aussen rechts, wenn man gegen die Bahnhofstrasse schaut.

Mehr Bären im **Online-Shop:**
zuercher-lighthouse.ch/shop

scan me





Liebe Gönnerinnen und Gönner Ihre Unterstützung ist wertvoll.

Ins Zürcher Lighthouse kommen schwer kranke Menschen, oft in ihrem letzten Lebensabschnitt. Sie erhalten von unseren bestens qualifizierten Mitarbeitenden eine umfängliche Betreuung – sozial, psychisch, physisch und spirituell.

Dank Ihrer Hilfe führen die Bewohnenden des Zürcher Lighthouse ein sinnerfülltes Leben. Sie ermöglichen ihnen einen selbstbestimmten und würdevollen Abschied unter Beachtung ihrer Wünsche und Bedürfnisse.

Mit Ihren Spenden wurde das Zürcher Lighthouse zu einem Hospitz, in dem Menschen zu sich finden und zur Ruhe kommen können. Wir hoffen auch weiterhin auf Ihr Engagement! Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung.

Zürich, im November 2021

Hans-Peter Portmann
Präsident des Stiftungsrates

Impressum

Ausgabe: 2/2021

Herausgeber: Stiftung Zürcher Lighthouse

Redaktion & Lektorat: Bernhard Bircher-Suits / Felix Ertle (FundCom AG)

Layout/Grafik: Irena Komarova (FundCom AG)

Fotos: Irena Komarova (FundCom AG)

Druck: Offsetdruck Schurter & Co., Eglisau

Auflage: 6500 Exemplare

Stiftung Zürcher Lighthouse

Carmenstrasse 42
8032 Zürich
Schweiz

Tel: + 41 (0) 44 265 38 11
Fax: + 41 (0) 44 265 38 22
info@zuercher-lighthouse.ch



Banküberweisung:

Spenden-Konto: PC 80-1633-5
IBAN: CH40 0900 0000 8000 1633 5
BIC: POFICHBEXXX

PostFinance AG
Mingerstrasse 20
3030 Bern

Stiftung Zürcher Lighthouse,
Carmenstrasse 42, 8032 Zürich

Online spenden:

<https://www.zuercher-lighthouse.ch/spenden/online-spenden/>

Mit Twint spenden:

Scannen Sie den QR-Code mit der
TWINT-App



Für mehr Nachhaltigkeit: Dieses Magazin wurde in der Schweiz auf Umweltschutzpapier gedruckt.