

In eigener Sache

FN AG reduziert den Stellenbestand

FREIBURG

Bedingt durch die anhaltend rückläufige Entwicklung der Einnahmen auf dem Werbemarkt muss die Freiburger Nachrichten AG ihre Kostenstruktur anpassen. Die damit verbundene Reorganisation geht mit dem Abbau von 5,5 Vollzeitstellen einher.

Seit Ausbruch der Covid-Pandemie verzeichnete die Freiburger Nachrichten AG einen Rückgang der Werbeeinnahmen um 20 Prozent. Dank Kurzarbeit und grossem Einsatz des Personals sowie dank Unterstützungsmassnahmen durch Bund und Kanton konnte das Unternehmen das erste Corona-Jahr unbeschadet überstehen. Die langfristigen Aussichten im Werbemarkt sind jedoch düster. Eine Erholung ist kurzfristig nicht absehbar, und es ist damit zu rechnen, dass sich die Werbeeinnahmen in Zukunft dauerhaft auf bedeutend tieferem Niveau bewegen werden, als dies vor Ausbruch der Gesundheitskrise der Fall war.

Natürliche Abgänge, aber auch Kündigungen

Deshalb passt die Freiburger Nachrichten AG ihre Kosten der sich verschlechternden Ertragslage an und reduziert den Personalbestand um 5,5 Vollzeitstellen (FTE). 4 Stellen können über natürliche Abgänge bzw. durch Pensionierungen und Frühpensionierungen abgebaut werden. Redaktionsseitig wird einzig eine frei gewordene Stelle nicht mehr neu besetzt. 1,5 Stellen müssen mittels Kündigungen in den Bereichen Administration und Druckvorstufe abgebaut werden. Den von den Kündigungen betroffenen Mitarbeitenden bietet das Unternehmen individuell zugeschnittene Abgangsleistungen an.

Investitionen bleiben notwendig und möglich

Nicht durch die Restrukturierung infrage gestellt sind die geplante und bereits im vergangenen Herbst kommunizierte räumliche Zusammenlegung von Verlag und Redaktion sowie das Projekt zur digitalen Transformation FN2021. Die Vereinigung von zwei bisher getrennten Standorten erlaubt die Nutzung von Synergien, und die neuen Produktionswerkzeuge versprechen eine höhere Effizienz in den Arbeitsabläufen. Beide Projekte sowie auch die nun beschlossene Senkung des Personalbestands sind entscheidend, um die Freiburger Nachrichten AG auf einer soliden wirtschaftlichen Basis in die Zukunft führen zu können. Unter dieser Voraussetzung kann das Unternehmen seine publizistischen Leistungen mit den drei Qualitätsmedien «Freiburger Nachrichten», «Der Murtenbieter» und «Anzeiger von Kerzers» auch weiterhin erfolgreich erbringen.

Gilbert Bühler, CEO
Christoph Nussbaumer, Chefredaktor

Der Murtenbieter

Normalauflage: verbreitete Auflage 4014 Exemplare, davon verkaufte Auflage: 3838 Exemplare (WEMF 2020)

Grossauflage einmal im Monat: verbreitete Auflage 10552 Exemplare (WEMF 2020)

Redaktion: Irisweg 12, 3280 Murten
Tel. 026 672 34 40, Fax 026 672 34 49
redaktion@murtenbieter.ch

Inserate: Irisweg 12, 3280 Murten
Tel. 026 672 34 40, Fax 026 672 34 49
inserate@murtenbieter.ch

Herausgeber: Freiburger Nachrichten AG
Bahnhofplatz 5, Postfach 256, 1701 Freiburg
Tel. 026 347 30 00, Fax 026 347 30 19
verlag@freiburger-nachrichten.ch

Direktor: Gilbert A. Bühler

Demenz ist mit Vorurteilen belastet

SEEBEZIRK

Auch mit einer Demenzerkrankung ist ein würdevolles Leben zu Hause möglich. Für die Betroffenen ist es wichtig, dass vertraute Menschen sie begleiten. Zwei Frauen erzählen von ihrem Umgang mit der Krankheit ihrer Partner.

Sie nennen sich Susanna* und Mathilde* und leben im Seebezirk. Ihren wirklichen Namen möchten sie nicht in der Zeitung lesen. Nicht etwa, weil sie nicht hinter dem stehen können, was sie im Gespräch offenbaren. Aber sie wollen ihre Ehemänner schützen, die beide seit geraumer Zeit an Demenz erkrankt sind. «Ich möchte nicht, dass mein Mann ins Gerede kommt», erklärt Susanna. Wenn die Gerüchteküche einmal brodeln, sei sie schwer zu kontrollieren. «Und Demenzerkrankungen sind heute leider immer noch mit einem Stigma belegt», ergänzt sie. Mathilde nickt wissend. Ihr Mann kann es selber noch nicht wahrhaben, hat seine Erkrankung noch nicht akzeptiert, versucht sie zu kaschieren. Im Freundeskreis wissen aber alle Bescheid. «Ich respektiere, dass er noch nicht so weit ist», betont Mathilde. Dennoch möchten beide Frauen mit ihren Erfahrungen an die Öffentlichkeit gelangen - in der Hoffnung, etwas zum besseren Umgang mit dieser vielschichtigen Erkrankung beitragen zu können.

Lebensqualität erkennen

Kennengelernt haben sich die beiden Frauen vergangenen Herbst in einem Kurs der Hochschule für Gesundheit Freiburg (HEdS) für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz. Der Kurs diente dem Erfahrungsaustausch im vertrauensvollen Rahmen, dem besseren Verständnis der Reaktionen von Menschen mit Demenz und dem Erlernen von Lösungsstrategien für verschiedene Probleme («Der Murtenbieter» berichtete).

Eine der Kursleiterinnen war Stephanie Kipfer, Pflegefachfrau und wissenschaftliche Mitarbeiterin an der HEdS. Sie kennt die Tabus in Bezug auf Demenzerkrankungen nur zu gut. Viele haben wenig Wissen über die Krankheit und kommen selber meist nicht in Kontakt mit Menschen mit Demenz. Dies führt zu einer verzerrten Wahrnehmung und generiert viele Vorurteile. «Die Krankheit wird zu etwas Negativem, etwas, worüber man nicht spricht», so Kipfer. Dabei sieht man die vielen Fähigkeiten von Menschen mit Demenz nicht, auch nicht, dass auch sie durchaus Lebensqualität haben. «Es ist zentral, die Menschen dafür zu sensibilisieren», sagt sie. «Es ist wichtig zu erklären, was es heisst, Demenz zu haben, und auch, was es heisst, damit zu leben.» Das bedeutet auch, sich mit den eigenen Werten auseinanderzusetzen. «Unsere Gesellschaft ist auf Leistung und Kognition getrimmt», so die Fachfrau. «Aber man kann auch ein würdevolles Leben führen, wenn diese beeinträchtigt sind.»

Strategien für bessere Kommunikation

Mathilde kann dies bestätigen. «Die Gesellschaft hat oftmals eine falsche Vorstellung



Um möglichst lange selbstständig zu bleiben, benötigen Personen mit Demenz Menschen an ihrer Seite, die sie gut kennen. Foto: Adobe Stock

«Die Gesellschaft hat oftmals eine falsche Vorstellung von dieser Krankheit.»

«Mathilde»
Angehörige eines Demenzpatienten

lung von dieser Krankheit», erläutert sie. Am Anfang sei die Situation gut lebbar, der Verlauf langsam. «Man kann noch viel gemeinsam unternehmen», betont sie. Wie es später sein wird, weiss sie noch nicht.

Ihr Mann habe ab und zu Schwierigkeiten, Wörter zu finden. Das erschwere das Gespräch. «Die Diskussionen sind schon weniger geworden», bedauert sie, fügt aber an, «wir können uns schon noch unterhalten.» Sie müsse ihm einfach Zeit lassen, nachfragen, warten. «Er hat immer noch ganz gute Ideen, auf die ich nie gekommen wäre», erzählt sie mit einem kleinen Lächeln. Sie habe einfach lernen müssen, die neue Situation zu akzeptieren. Erst habe sie die Krankheit weggeschoben. «Am Ende mussten wir uns damit auseinandersetzen.» Bereit habe sie dies nicht - im Gegenteil. Im Kurs lernte sie Strategien, wie sie mit ihrem Mann besser kommunizieren und aufkeimenden Stress besser bewältigen kann. Es sei darum gegangen, die eigene Sichtweise auf eine Situation auszuloten. «Ich kann zum Beispiel bedauern, dass es heute regnet und ich mich langweile», führt sie aus. «Oder ich kann ein Buch hervorholen und mich freuen, dass ich Zeit zum Lesen habe.» So sei der Tag nicht mehr ganz so trüb. Ähnlich verhalte es sich auch mit der Erkrankung ihres Mannes. Sie können diese nicht mehr ändern, ungeschehen machen. «Aber ich kann lernen, damit umzugehen und die positiven Aspekte zu schätzen.» Sie habe es zum Beispiel mit ihrem Mann immer noch sehr lustig. «Letztens haben wir beim Jassen unglaublich lachen müssen», erzählt sie. Sie würden auch oft gemeinsam kochen, zu Weihnachten hätten sie gebastelt. «Das hat uns beiden Spass gemacht.»

Susanna hat die Erfahrung gemacht, dass Leute oftmals Mühe haben, auf ungewohntes Verhalten von Menschen mit Demenz adäquat einzugehen. «Ich kann mittlerweile damit umgehen, aber die

Gesellschaft oftmals nicht», fügt sie an. Für Susanna war wichtig zu erkennen, dass es nichts bringt, das Verhalten ihres Ehemannes zu hinterfragen und mit ihm darüber zu diskutieren. «Ich kann es nicht ändern», so Susanna. So habe sie sich wiederholt darüber geärgert, dass er in ihren Augen sinn- und wahllos an Sträuchern herumschnitt, konnte sein Vorgehen nicht nachvollziehen. «Alzheimerpatienten leben in ihrer eigenen Welt und die ist unumstösslich und nicht korrigierbar», so Susanna. «Für sie ist ihr eigenes Handeln absolut logisch und nachvollziehbar.» Vor dem Kurs sei es in solchen Situationen regelmässig zu Konflikten gekommen. «Jetzt kann ich das komplett ausschalten», erklärt sie. Sie habe gelernt, die Situation zu analysieren und ruhig zu bleiben.

Zum Beispiel habe ihr Mann im Badezimmer die Leuchtröhre demontiert und daran herumgewerkelt. Sie sei hingegangen und habe gesagt: «Die ist schmutzig, komm, ich werde sie reinigen.» Er habe ihr die Röhre überreicht und am anderen Tag habe er nichts mehr davon gewusst. Es sei darum gegangen, von der Situation abzulenken, nicht darauf einzugehen, ob eine Handlung Sinn macht oder nicht. So könne sie aktiv verhindern, dass eine Situation eskaliert. Natürlich brauche dies viel Selbstdisziplin. «Vor allem, wenn man selbst ein impulsiver Mensch ist», fügt sie mit einem Schmunzeln an. Ihr Mann habe im Zug seiner Erkrankung viele Interessen verloren, würde aber immer noch sehr gerne Kreuzworträtsel lösen. «Ich kann ihn zwischendurch mit seinen Kreuzworträtseln alleine lassen und für mich etwas unternehmen», ergänzt sie. Wichtig sei für ihn, eine Aufgabe zu haben. «Er übernimmt nun das Ein- und Ausräumen des Geschirrspülers», erzählt sie. Zwar sei es ein wenig von der Tagesform abhängig, aber in der Regel funktioniere es gut.

Austausch verbessert Situation

Den Austausch mit anderen pflegenden Angehörigen von Menschen mit Demenz empfanden Susanna und Mathilde als sehr befreiend. «Alle wissen, wovon die Rede ist, wir müssen die Situation nicht ständig erklären», darin sind sie sich einig. Für beide veränderte sich die Situation durch den Austausch und die im Kurs erworbenen Strategien zum Besseren. «Ich kann wieder durchschlafen und habe nicht mehr so oft Kopfschmerzen», sagt Mathilde. Susanna fügt an: «Mein Blutdruck hat sich normalisiert und vor allem bin ich viel ruhiger und gelassener.» Dies sei sogar ihrem Umfeld aufgefallen. Das lässt erahnen, unter welchem Druck die beiden gestanden haben müssen.

«Alzheimerpatienten leben in ihrer eigenen Welt und die ist unumstösslich und nicht korrigierbar.»

«Susanna»
Angehörige eines Demenzpatienten

«Wir haben auch viel über die Krankheit selber gesprochen», sagt Mathilde. «Wir haben gelernt, wie das Gedächtnis funktioniert», ergänzt Susanna. Beide hätten nun ein besseres Verständnis für die Mechanismen, die bei Demenzerkrankungen eine Rolle spielen. Das brachte beide dazu, mehr Verständnis für ihre erkrankten Partner zu haben und die Situation allgemein besser zu akzeptieren.

Und sie hätten erkannt, dass sie bereits viel wertvolle und der Situation angepasste Unterstützung leisten.

Sie leisten damit einen wichtigen Beitrag. Laut Stephanie Kipfer ist für Menschen mit Demenz wichtig, eine Person an ihrer Seite zu haben, die sie gut kennt und die ihre Bedürfnisse erkennen kann. Das könne Betroffenen helfen, die Autonomie so lange wie möglich zu bewahren. fko

*Die richtigen Namen sind der Redaktion bekannt.

Demenz

Unter Demenz wird ein Muster von Symptomen verstanden, die auf verschiedene Erkrankungen zurückgehen können. Die häufigste Form einer Demenz ist die Alzheimer-Krankheit. Sie macht rund 60 Prozent der Krankheitsfälle aus. Sie betrifft am häufigsten Menschen ab dem 60. Lebensjahr. Die Ursache der mit Alzheimer verbundenen degenerativen Hirnveränderungen ist bislang noch nicht vollständig geklärt. Die Krankheit verläuft schleichend und beeinträchtigt mit der Zeit das Denkvermögen, das Kurzzeitgedächtnis, die Orientierungsfähigkeit, die Sprache und Motorik sowie andere emotionale und soziale Fähigkeiten. Jährlich kommen in der Schweiz im Schnitt rund 31000 Neuerkrankungen hinzu.