

Lumi motiviert psychisch kranke Menschen

In der Klinik Zugersee wird eine Hündin für die tiergestützte Therapie ausgebildet.

Cornelia Bisch

Ihrem treuen Hundeblick aus den sanften, bernsteinfarbenen Augen kann kaum jemand widerstehen: Lumi, die sieben Monate alte Hündin, begleitet seit kurzem ihre Besitzerin Julia Oberle, Sozialarbeiterin in der Triplus AG Klinik Zugersee, Zentrum für Psychiatrie und Psychotherapie, fast täglich zur Arbeit. Die hübsche, ungarische Jagdhündin der Rasse Magyar Vizsla befindet sich in der Ausbildung zum Therapiehund.

«Momentan gewöhnt sie sich vor allem an die Umgebung der Klinik, die Geräusche, Gerüche und Begebenheiten», erzählt Julia Oberle. Daneben bildet sie Lumi in Zusammenarbeit mit einem speziellen Trainer zum Therapiehund aus.

Lumi bringt Freude in den Klinikalltag

Julia Oberle arbeitet seit drei Jahren in der Klinik Zugersee und kam mit der Idee eines Therapiehundes auf die Klinikleitung zu. «Damit rannte sie offene Türen ein», sagt Philipp Bohny, leitender Arzt und stellvertretender Chefarzt der Klinik. Man habe ein Konzept entwickelt, wie sich die Zusammenarbeit zwischen Mensch und Tier gestalten könne. «Es soll ein Mehrwert für alle Beteiligten sein.» Schon jetzt bringe Lumi viel Freude in den Klinikalltag sowohl für Mitarbeitende als auch für Patientinnen und Patienten.

«Man hat festgestellt, dass mit tiergestützten Interventionen viele Patientinnen und Patienten neu aktiviert werden konnten. Ein Tier kann die Kommunikation erleichtern, zum Beispiel bei Menschen mit Borderline-Störung oder Depressionen»,



Mit Hilfe von Trainern bildet Sozialarbeiterin Julia Oberle Lumi zur Therapiehündin aus.

Bilder: Maria Schmid (Oberwil, 14. Dezember 2022)

erklärt der Arzt. Dabei müsse das Tier nicht viel tun. «Oft hilft nur schon seine Anwesenheit während des Therapiegesprächs, um den Patienten Sicherheit zu geben, sie zu beruhigen und Situationen zu deeskalieren.»

Es sei aber auch möglich, mit einem Therapiehund verloren gegangene soziale Fertigkeiten wieder zu erwerben. «Patientinnen können mit einem Therapiehund geschützt spazieren gehen und wagen sich so wieder nach draussen.» Im Bereich Angstabbau gebe es interessante Daten aus der Literatur.

«Manche Patientinnen nehmen sofort eine aufrechtere Haltung ein beim Anblick des Hundes.» Sogar bei Menschen mit versteinertem Blick würde sich das Gesicht manchmal



Die sieben Monate alte Hündin Lumi.

plötzlich aufhellen. Lumi stehe noch ganz am Anfang ihrer Ausbildung. Aber sie verbreite heute schon eine positive Atmosphäre in der Klinikumgebung.

«Ein voll ausgebildeter Therapiehund kann einem Patienten auch einmal seinen Kopf oder die Pfote auf den Schoss legen und ihn damit ganz direkt zu

einer Reaktion herauszufordern», so Bohny.

Mensch und Tier sollen sich wohl fühlen

Lumi hat aber trotz ihres zarten Alters schon viele Fähigkeiten, die untrainierte Artgenossen nicht haben. «Sie betritt die Klinik niemals allein, sondern setzt sich vor der Tür hin und geht erst hinein, wenn ich es ihr erlaube», berichtet Julia Oberle. Die Hündin trage ein extra Halsband, das ihr signalisiere, dass nun die Arbeit in der Klinik beginne.

«In der Klinik geht sie bei Fuss und immer an der Leine.» Sie gebe keinen Laut von sich und bleibe im Hintergrund, bis die Therapeutin ihr signalisiere, dass der Patient sie streicheln wolle. «Will Lumi das nicht, darf

sie zurücktreten.» Denn es sei wichtig, dass Mensch und Tier sich wohlfühlen würden. Das tägliche Training sei abwechslungsreich und spielerisch. «Diese Woche findet eine Schatzsuche statt, bei der die Nasenarbeit trainiert wird.» Sollte eine Patientin ausreissen, würde die Hündin sie aufspüren können, stellt Oberle klar. «Täglich machen wir Grundübungen zu Gehorsam und Benehmen. Lumi kann schon eine Stunde lang allein auf ihrer Decke liegen, ohne etwas im Zimmer zu zerstören oder zu bellen.»

Am Wochenende gebe es auch mal eine Spielstunde, damit sich das Tier ausleben und einfach nur Hund sein könne. Auch unter Tags sorgt Julia Oberle dafür, dass Lumi genügend Auslauf in der Natur erhält. «Dafür ist die Klinikumgebung bestens geeignet.»

Lumi hat einen Kollegen

Die junge Hündin ist nicht die einzige Vierbeinerin in der Klinik Zugersee. «Es gibt noch einen vierjährigen Rüden auf einer anderen Station», verrät Philipp Bohny. Er selbst hat an einer früheren Stelle auch schon gute Erfahrungen mit Stationskatten gemacht. «Diese lebten dann fest in der Institution. Vor allem bei älteren Leuten sind sie sehr beliebt.»

Es gebe aber auch Leute, die sich vor Tieren fürchteten oder allergisch reagierten. «Es sind nur wenige, auf die das zutrifft, aber diese schützen wir natürlich», betont der Arzt. Derweil tobt Lumi mit Julia Oberle im Schnee herum, jagt nach Spielzeugen und Holzstöcken und genießt sein junges Hundeleben in vollen Zügen.

Isst Zug jetzt gesünder? Zweite Hey-Zug-Kampagne geht zu Ende

Gemüse ist gesund und wird doch, wie nationale Erhebungen zeigen, viel zu wenig konsumiert. Die Kampagne des Zuger Sportamts versucht dies zu ändern. Ob mit Erfolg, kann noch nicht abschliessend gesagt werden.

Sina Engl

Bei der Ende Oktober lancierten Kampagne «Hey Zug – isst ausgewogen» steht Gemüse im Fokus. Jetzt im Dezember ganz besonders der Federkohl, der Lauch, der Wirz und der Kürbis. Ob Randen-Lauch-Salat mit Baumnüssen oder Federkohl-Pesto mit Chili – unter hey-zug, finden sich fast 70 Rezepte für Vor- und Hauptspeisen und Snacks mit Gemüse.

Die kantonale Gesundheitsförderung lanciert seit dem Jahr 2021 in Zusammenarbeit mit Partnern Kampagnen zu gesundheitsrelevanten Themen. Die erste Kampagne, «Hey Zug – so entsteht Lebensfreude», verfolgte während der Coronapandemie das Ziel, die psychische und physische Gesundheit der Zuger Bevölkerung zu stärken. Die zweite Kampagne «Hey Zug – isst ausgewogen», die noch bis Ende Jahr läuft, soll die

ausgewogene Ernährung im Kanton Zug fördern.

Sabrina Bigger, Psychologin und Wissenschaftliche Mitarbeiterin beim Amt für Sport und Gesundheitsförderung, erklärt: «Unser Ziel ist es, die Lebensqualität und die Gesundheit der Zugerinnen und Zugern in allen Lebensphasen zu stärken.» Neben der psychischen Gesundheit und ausreichend Bewegung gehöre zu einem gesunden Lebensstil auch eine ausgewogene Ernährung, die den diesjährigen Schwerpunkt bilde. «Wir wollten damit an die positiven Erfahrungen der ersten Kampagne anknüpfen», so Bigger.

Präsenz auf den Sozialen Medien

Während den etwas über zwei Monaten, in denen die Kampagne bereits lief, animierte sie die Zuger Bevölkerung mit unterschiedlichen Challenges zur bewussten und gesunden Ernäh-

«Unser Ziel ist es, Lebensqualität und Gesundheit der Zuger und Zugerinnen in allen Lebensphasen zu stärken.»

Sabrina Bigger
Wissenschaftliche Mitarbeiterin
Amt für Sport Zug

runng. In einer ersten Aufgabe sollte man sein Gemüse durch Schnitzen in eine lustige Form bringen. Vielleicht in die eines Krokodils? In einer zweiten Challenge ging es darum, einen bunten Gemüseteller mit saisonalen Produkten anzurichten. Zu guter Letzt waren Lieblingsrezepte mit Gemüse gesucht, wovon 20 im Hey Zug Rezeptbuch veröffentlicht werden. Zu gewinnen gab es jeweils eine Hey Zug Baumwolltasche gefüllt mit saisonalem Gemüse. Das Rezeptbuch wird zu Ende der Kampagne digital zum Download zur Verfügung stehen.

Neben den Challenges beinhaltet die Kampagne ebenfalls einen Blog. In verschiedenen Beiträgen werden so Informationen über Gemüse, dessen Anbau und das Thema Ernährung vermittelt. «Kinder und Gemüse: Wie gelingt der Gemüse-Genuss auch im Herbst und Winter?» oder «So verhinderst du

Food Waste in der Küche» lauten verschiedene Titel der Blogbeiträge. Nicht nur auf der Webseite, auch auf Instagram und Facebook ist die Gesundheitskampagne präsent. Mehrmals die Woche gibt es neue Posts über Rezepte oder spannende Blogbeiträge.

Wer an einer der drei Challenges teilnahm, konnte seine Beiträge direkt durch Verlinken des Hey-Zug-Profiles einsenden und wurde über den Gewinn via Instagram- oder Facebook-Nachricht informiert.

Auswertung folgt im neuen Jahr

Ziel der Kampagne «Hey Zug – isst ausgewogen» sei, eine gesunde und abwechslungsreiche Ernährung zu fördern. «Dabei stand vor allem der Genuss und die Freude am Gemüsekonsum im Mittelpunkt», so Bigger. Nationale Erhebungen würden zeigen, dass die Schweizer Bevöl-

kerung zu wenig Gemüse esse. Konnte man die Zuger Bevölkerung von der Wichtigkeit des Gemüsekonsums überzeugen?

Bigger erklärt: «Da es sich um eine Online-Kampagne handelt, werden insbesondere die Besucherzahlen der Webseite gemessen.» Und weiter: «Ob die Zuger Bevölkerung tatsächlich mehr Gemüse konsumiert hat, lässt sich damit nicht beweisen.»

In Zusammenarbeit mit der Genossenschaft Migros Luzern führte das Amt für Sport und Gesundheitsförderung in den Gemüseabteilungen ausgewählter Filialen im Kanton Zug während sechs Wochen ein Pilotprojekt durch. Mit Kleinplakaten und Kaufempfehlungen wurden Kundinnen und Kunden dabei zum Gemüsekauf motiviert. «Die Kassendaten werden zurzeit ausgewertet und wir sind sehr gespannt auf die Ergebnisse», meint Bigger.