

55477 Exemplare
- Beglaubigt! -
Auflagenstärkste
Wochezeitung

Zuger Presse

Unabhängige Wochenzeitung für die Region Zug



Heute mit Gemeindenachrichten



Unterägeri

TWO FOR ONE
CASUAL FRIDAY DINING

Jetzt buchen & nur jedes 2. Menü bezahlen

2 Minuten vom Bahnhof Zug · Gratis Parkplätze
Tel. +41 41 727 44 54 · www.cu-restaurant.ch

Regula Mühlemann
Die Sopranistin ist zu Gast im Theater Casino in Zug.

Seite 17

Philip C. Brunner
Kantonsrat
SVP



«Ja zum neuen Denkmalschutzgesetz, damit sich unsere Gewerbebetriebe weiter entwickeln können.»

Denkmalschutz
JA



Bild: Daniel Frischherz

Schulhaus leuchtet für die Heimat

Heimat geht auch mit Video. Das lässt sich in Unterägeri beobachten, wo das Schulhaus Acher abends im Dienst der Heimat leuchtet. Im Bild: Andreas Betschart (von links), Kulturbeauftragter, der Künstler Remo Hegglin und Gemeinderat Fridolin Bossard. fh

Editorial und Seite 7

Allerheiligen

«Trauer hört nie auf, sie verändert sich nur»

Zu Allerheiligen wird besonders der Verstorbenen gedacht. Trauer hingegen verläuft nicht nach einem zeitlichen Schema.

Alina Rütli

«Trauer hört letztlich aber nie auf, sie verändert sich nur», sagt Trauerbegleiterin Claudia Albrecht im Interview mit unserer Zeitung. In ihrer Praxis in Baar unterstützt sie nicht nur Personen, die einen geliebten Menschen durch einen Todesfall verloren haben, sondern auch Personen, die mit einer Trennung oder einem Jobverlust zurecht-



Claudia Albrecht ist Trauerbegleiterin.

Bild: Marcus Weiss

men müssen. Ziel sei es, dass Betroffene in einem geschützten Rahmen ihrer Trauer Platz geben können, damit eine Verarbeitung stattfinden kann, durch die sie schliesslich im-

stande sind, sich an die neue Situation anzupassen.

«Heute ist kaum mehr Zeit zum Trauern vorhanden»

Claudia Albrecht ist der Meinung, dass man seine Trauer auch ausdrücken muss. In der Gesellschaft werde der Fokus vermehrt auf das Schöne gelegt, besonders in den sozialen Medien. «Früher war der Tod ein Teil des Lebens, man starb in der Regel auch zu Hause, heute ist er ein Tabuthema. Besonders schwierig finde ich, dass kaum mehr Zeit zum Trauern vorhanden ist. Wir gehen allzu schnell wieder zum Tagesgeschehen über», so die Trauerbegleiterin.

Seite 3

Natur

Mit App Hünenberg erkunden

«Gemeinden können viel dazu beitragen, den Biodiversitätsschwund in der Schweiz zu stoppen», erklärt Hubert Schuler, Vorsteher Sicherheit und Umwelt der Gemeinde Hünenberg. Gemeinsam mit der Stiftung Pusch – Praktischer Umweltschutz, der App-Entwicklungsfirma Taktik sowie den Gemeinden Andelfingen, Hünenberg, Zizers und Horgen wurde das Projekt «Naturpfade» in Form einer App realisiert. Die App kombiniert Lernen mit Spiel. ar

Seite 5

Reisen

Von Basel nach Strassburg

Schlemmen und dabei von Basel den Rhein hinuntertuckern bis nach Strassburg. Diese Reise hat unsere Redaktorin Claudia Schneider unternommen. An Bord hat sie den Meisterkoch nicht nur durch seine Gerichte, sondern auch persönlich kennen gelernt. Martin Dalsass vom Restaurant Talvo in St. Moritz-Champfèr bekochte nämlich auf der Rheinfahrt die Gäste. Der «Olivenöl-Papst» der Schweiz erzählte auf dem Schiff, wie er seine Liebe dafür in seiner Zeit im Tessin entdeckte. ar

Seite 11

Bildung

Internationales Pilotprojekt

Ausbildung macht an den Landesgrenzen nicht halt. Sie ist inzwischen längst international geworden. Kaum eine Berufsausbildung kommt ohne Mithilfe aus dem Ausland aus. Genauso sind aber auch Jugendliche aus dem Ausland an Wissensvermittlung und Erfahrung hier in der Schweiz interessiert. So hat sich eine Zuger Berufsschule bei einem Pilotprojekt engagiert, bei dem Lernende aus Deutschland, der Slowakei und der Schweiz mitgemacht haben. fh

Seite 12

Editorial



Florian Hofer,
Chefredaktor
«Zuger
Presse»

Sie sind hier willkommen

Heimat ist ein sehr dehnbare Begriff. In Unterägeri hat man sich dem Thema mit Videos genähert. Ganz im Zeitgeist mit Projektionen auf ein Schulhaus.

Dort gehen Kinder aus 46 Nationen ein und aus. Nicht alle werden verstehen, was da an die Wände projiziert wurde.

Aber alle haben eine Heimat. Vielleicht sogar zwei oder drei. Wichtig ist, dass sie hier willkommen sind. Egal, woher sie kommen.

florian.hofer@zugerpresse.ch

Anzeige

MATTHIASMICHEL.CH

FDP
Die Liberale Zug



Matthias Michel
in den Ständerat

Hörgeräte - Jetzt von Aktion profitieren!

In 3 Schritten zu Ihrem TOP-Hörgeräte-Rabatt:

1. Termin in Ihrer nächsten Audisana Filiale vereinbaren.
2. Hörgeräte kostenlos 30 Tage probetragen.
3. Profitieren dank Bestpreis Garantie und hoher Kundenzufriedenheit!

Jetzt CHF 555.- sparen*!

Akkus PHONAK

Jetzt anrufen!
Gratis 0800 820 820
6300 Zug · Schmidgasse 2
Zürich · Winterthur · Uster · Wallisellen · St.Gallen



audisana
Hörberatung



Eigentlich wird am 1. November zu Allerheiligen der Heiligen und Märtyrer gedacht. Allerseelen, am 2. November, ist dem Gedächtnis an die Verstorbenen gewidmet. Die beiden Feiertage haben sich jedoch in den letzten Jahrhunderten immer mehr vermisch. Viele Angehörige schmücken dann die Gräber der Verstorbenen besonders.

Bilder: Daniel Frischherz / Alina Rüttli

Allerheiligen

Verstorbenen einen neuen Platz geben

Claudia Albrecht bietet in ihrer Beziehungspraxis in Baar auch Trauerbegleitung an. Im Interview spricht sie über den Umgang mit existenziellen Verlusten.

Marcus Weiss

Claudia Albrecht, wie geht man am besten auf jemanden zu, der gerade einen sehr schmerzhaften Verlust erlitten hat?

Oft ist man verunsichert, auch deshalb, weil unsere «normale» Kommunikation auf das Positive ausgerichtet ist. Statt in Floskeln zu verfallen, ist es besser zu sagen, dass es einem leid tut, was passiert ist, und man gerade keine passenden Worte findet. Ratschläge sollte man besser vermeiden. Kleine Zeichen wie ein Kärtchen im Briefkasten können schon viel helfen. Konkrete Hilfe anbieten ist auch sehr wertvoll, weil Trauernde oft keine Kraft haben, auf andere zuzugehen.

Hilft reden immer?

Ein schmerzhaftes Erlebnis zu verdrängen, mag eine gewisse Zeit lang funktionieren. Langfristig will der Trauerschmerz aber durchlebt und ausgedrückt werden. Wer nicht gerne viel redet, kann beispielsweise auch darüber schreiben.

Hat sich durch den heutigen gesellschaftlichen Druck, immer fröhlich sein zu müssen, die Situation für Trauernde noch verschärft?

Tatsächlich ist es so, dass heute der Fokus vermehrt auf das Schöne gelegt wird, besonders in den sozialen Medien.

Früher war der Tod ein Teil des Lebens, man starb in der Regel auch zu Hause, heute ist er ein Tabuthema. Besonders schwierig finde ich, dass kaum mehr Zeit zum Trauern vorhanden ist, wir gehen allzu schnell wieder zum Tagesgeschehen über.

Wie wichtig ist es, von einem Verstorbenen persönlich Abschied nehmen zu können?

Meiner Meinung nach ist es ein wichtiger Teil der Verarbeitung. Es hilft, den Tod zu begreifen. Anstatt sich auf einen Erledigungsparcours zu begeben, sollte man sich für den Abschied Zeit nehmen. Wenn immer möglich, sollte man auch die Kinder in das Abschiedsritual einbeziehen. Sehr wertvoll ist auch, persönliche Gegenstände oder Erinnerungen an die verstorbene Person aufzubewahren.

Rituale rund um den Tod sind auf dem Rückzug. Macht dies die Verarbeitung eines Verlusts schwieriger?

Rituale werden heute individueller gelebt, sie finden weniger in der grossen Gemeinschaft statt. Das kann die Verarbeitung schwieriger machen. Rituale in der Gemeinschaft geben der Trauer einen Platz und Trauernden Halt. Auch Personen, die vielleicht nicht zum engsten Kreis gehören, aber eine enge Bindung zum Verstorbenen hatten, können so Abschied nehmen.

Kann man sich emotional auf einen Trauerfall vorbereiten?

Wenn jemand schwer krank ist, ist dies in gewisser Weise möglich. Es kann helfen, wenn man sich im Vorfeld gemeinsam mit dem Abschied auseinandersetzen kann. Auf den



Trauer braucht Zeit. Etwas, das sich viele von Verlust Betroffene zu wenig gönnen. Beraterin Claudia Albrecht stellt zudem fest, dass Trauer nie verschwindet, sie verändert sich bloss.

Bild: Marcus Weiss

Moment des Verlustes selbst, kann man sich aber meiner Meinung nach nicht vorbereiten. Ganz wichtig ist, in jeder Phase ehrlich zu den Kindern zu sein. Sie spüren sowieso, was los ist.

Für manche Trauernde steht das Leben quasi still, weil sie keine neuen Erfahrungen ohne den geliebten Menschen machen möchten. Was raten Sie?

In der ersten Zeit ist dies eine völlig normale Reaktion. Es gehört zu den sogenannten Traueraufgaben, erst mal zu realisieren, was eigentlich ge-

schehen ist. Später sollte es dann möglich sein, den Verlust ins Leben zu integrieren. Es geht darum, der verstorbenen Person im Inneren einen neuen Platz zu geben. Das ist sehr zentral.

Können Menschen mit Zugang zu Spiritualität Ihrer Erfahrung nach besser mit Verlusten umgehen?

Wenn jemand eine gewisse Vorstellung hat von einem Leben nach dem Tod, kann dies tröstlich sein. Entscheidend ist, wie man in seinem bisherigen Leben mit Verlusten um-

gegangen ist. Auch eine Scheidung, der Verlust des Arbeitsplatzes, ein Umzug, Krankheiten oder ein schwieriger Abschied kann einem Menschen schwer zu schaffen machen.

Was sagen Sie zu Leuten, die finden, nach einer bestimmten Zeit müsse ein Trauerfall verarbeitet und damit sozusagen abgeschlossen sein?

Trauer verläuft nicht nach einem zeitlichen Schema, jeder trauert anders. Trauer hört letztlich aber nie auf, sie verändert sich nur.

Trauerbegleitung

Claudia Albrecht bietet in ihrer Praxis in Baar Trauerbegleitungen sowie Beziehungsberatungen an. Die ehemalige Primarlehrerin und Schulleiterin ist darüber hinaus als Caregiver (psychologische Nothelferin) für das Careteam Schwyz im Einsatz. Trauerbegleitung ist ein Angebot für Menschen, die sich in einer Abschiedssituation/Krisensituation befinden. Grund kann ein Todesfall, eine schwere Krankheit, aber auch eine Trennung oder ein Jobverlust sein. Ziel sei es, dass Betroffene in einem geschützten Rahmen ihrer Trauer Platz geben können, damit eine Verarbeitung stattfinden kann, durch die sie schliesslich imstande sind, sich an die neue Situation anzupassen. Als neues Projekt gründen die drei Trauerbegleiterinnen Claudia Albrecht, Sonia Mösch und Melanie Poka Daepf in Zusammenarbeit mit dem Verein Familientrauerbegleitung auf den Sommer 2020 im Kanton Zug eine Kinder- und Jugendtrauergruppe. Die Gruppe biete die Möglichkeit, sich mit Trauer und Gefühlen auseinanderzusetzen, und ermögliche einen Austausch mit Gleichaltrigen, die Ähnliches erlebt haben. mwe

Weitere Informationen/Anlaufstellen:

- Pfarreien der Gemeinde
- Zuger Trauer-Café, jeden ersten Freitag im Monat um 16 bis 18 Uhr im Alterszentrum Neustadt in Zug. Unverbindliches und überkonfessionelles Angebot für die Bevölkerung.
- www.familientrauerbegleitung.ch

Projekt

Kanton Zug will Massnahmen zur Suizidprävention weiterentwickeln

Jedes Jahr kommt es im Kanton Zug zu rund 20 Suiziden. Unbekannt ist hingegen die Anzahl der Suizidversuche. Dazu hat der Kanton ein Projekt lanciert.

Vor rund zehn Jahren hat der Kanton Zug ein Suizidmonitoring eingeführt und war damit schweizweit laut Medienmitteilung der Gesundheitsdirektion ein Vorreiter. Die erhobe-

nen Zahlen zeigen: Die Anzahl erfasster Suizide ist im Kanton Zug vergleichsweise tief, die getroffenen Präventionsmassnahmen und Programme im Bereich der psychischen Gesundheit wirken. «Auf diesen erfreulichen Resultaten wollen wir aufbauen, um die Zahl der Suizide im Kanton Zug weiter zu senken», erläutert Gesundheitsdirektor Martin Pfister.

Im Kanton Zug kam es laut der polizeilichen Statistik der Zuger Polizei im Jahr 2018 zu 32 Suiziden. Davon wurden in 15 Fällen die Dienste von Ster-

behilfeorganisationen in Anspruch genommen. Im Jahr 2017 wurden 22 Selbsttötungen verzeichnet. 11 davon mit Sterbehilfeorganisationen.

Suizidversuche als wichtige Hinweise

Nicht erfasst wird bisher die Zahl der Suizidversuche. Hintergründe für Suizide und Suizidversuche sind vielfältig. Sie reichen von einer Bilanzierung des Lebens bis hin zu Folgen von psychischen Erkrankungen oder Störungen. Oftmals treten suizidale Handlungen in

akuten Krisensituationen auf. «Durch eine systematische Erfassung von überlebten Suizidhandlungen versprechen wir uns wichtige weitergehende Erkenntnisse. So können die Massnahmen zur Suizidprävention weiterentwickelt und verfeinert werden», führt Prof. Josef Jenewein, Chefarzt der Klinik Zugersee aus.

Neue Strategie wird Massnahmen definieren

Neben dem Aufbau eines Monitorings von Suizidversuchen umfasst das Projekt

weitere Massnahmen. So wird das kantonale Amt für Gesundheit eine neue kantonale Strategie zur Suizidprävention ausarbeiten. Parallel dazu werden aber auch die bisher umgesetzten Massnahmen im Kanton wie die baulichen Schutzmassnahmen an Brücken oder im Bereich der Eisenbahnlinien einer Überprüfung unterzogen. Auch Überlegungen betreffend Interventionen bei Krisen und Notfällen sowie Präventionsprogramme sind Teil des Projekts. Die Ge-

sundheitsdirektion legt besonders Wert darauf, dass auch externe Fachleute und -stellen in das Projekt integriert werden. So teilen sich das Amt für Gesundheit und die Klinik Zugersee die Projektleitung. Vertretungen von Institutionen, Verbänden und Fachgruppen aus der Psychiatrie, somatischen Medizin und Psychologie werden ihre Kenntnisse in Arbeitsgruppen ebenso einbringen können wie Exponentinnen und Exponenten aus dem Schulwesen und der Polizei. ar