

BEGEGNUNGSZENTRUM CURA

# GEMEINSAM STATT EINSAM

Auf Initiative des Claraspitals Basel eröffnete 2020 das krankheitsübergreifende Begegnungszentrum CURA. Es steht allen offen, die im Zuge einer chronischen Erkrankung vereinsamen und aus ihrer Einsamkeit ausbrechen wollen.

Wer das Begegnungszentrum CURA an einem Dienstagvormittag aufsucht, erlebt einen Höhepunkt der Woche: Eine ganze Gruppe ist in der offenen Küche fleissig daran, Gemüse zu rüsten, in Töpfen zu rühren und Saucen abzuschmecken. «Jeder hat sein Ämtli», erklärt Hobbykoch Henri Meyer, der nach dem gemeinsamen Zmittag auch gerne abwäscht und aufräumt. Der heute 75-jährige Musikliebhaber hat immer mit Elan gearbeitet, zuletzt als Leiter einer CD-Abteilung. Aber als die Konzernzentrale die

Filiale schloss, fand er in seinem reifen Alter keine Stelle mehr. Mit dem Job gingen auch die Arbeitskollegen, die Kundenkontakte und die soziale Anerkennung verloren. Er vereinsamte und wurde chronisch krank. Vor wenigen Jahren machte ihn sein Psychologe auf das Begegnungszentrum CURA aufmerksam. Hier fand Henri Meyer genau das Richtige: keine Selbsthilfegruppe für seinesgleichen, sondern ganz unterschiedliche Menschen, mit denen man locker ins Gespräch kommen und in vielerlei Kursen

zusammen den Plausch haben kann. Das Programm reicht von Bewegungskursen (Yoga, Qi Gong, «Männer in Bewegung» usw.) bis zum kreativen Ausdruck durch Schreiben, Zeichnen und Malen.

**«Jede dritte Person  
in der Schweiz fühlt  
sich einsam.»**

Lars Valentin,  
Leiter Begegnungszentrum CURA

## Ein gemischtes Publikum

Die Mischung der Besuchenden ist ein Markenzeichen von CURA. «Zu uns kommen Menschen zwischen 20 und 85 Jahren», sagt Lars Valentin. «Und wir erreichen mit einem Männeranteil von vergleichsweise hohen 25 Prozent auch einen guten Geschlechtermix.» Als Leiter des 2020 eröffneten Begegnungszentrums hat Lars Valentin mit seinem Team massgeblich dazu beigetragen, diesen einzigartigen Treffpunkt zu prägen. Zentral sind eine familiäre Atmosphäre und der niederschwellige Zugang. Das betrifft auch die Kurse. Es gibt keine fixen Gruppen. Man kann jederzeit ein- oder aussteigen. Sind noch Plätze frei, kann man spontan teilnehmen. «Und wir erheben keine Kursgebühren», betont Lars Valentin, «sondern nehmen nur Spenden entgegen.» Das ist ein wichtiger Punkt. Denn wer wegen einer chronischen Erkrankung das Arbeitspensum reduzieren oder mit einer Rente auskommen muss, spart häufig zuerst bei den sozialen



Das Begegnungszentrum CURA leistet einen wichtigen Beitrag, dass Menschen in ein soziales Netz eingebunden werden.



CURA stellt das Miteinander und die Teilhabe der Besuchenden in den Fokus.

## Begegnungszentrum CURA

Die Angebote des vom Claraspital initiierten und unterstützten Begegnungszentrums CURA - Kurse, Vorträge und individuelle Beratungen - sind, wenn immer möglich, kostenfrei, denn sie sollen für alle zugänglich sein. Dafür ist CURA auf Spenden angewiesen. Helfen Sie mit — jeder Beitrag ist willkommen! Spenden an CURA sind steuerlich abzugsfähig.

### Öffnungszeiten:

Mo – Fr von 10 – 17 Uhr.

Adresse: Lukas Legrand-Strasse 22,  
4058 Basel, nahe der Tramhaltestelle  
Eglisee.



Raum und Zeit für chronisch kranke Menschen:  
das Begegnungszentrum CURA in Basel.

Aktivitäten, die Geld kosten, seien es Ausflüge, Klassentreffen oder Restaurantbesuche.

## Offen für alle

Chronisch krank macht einsam. Und chronisch einsam macht krank. Trotz dieser Verflechtung sind die jeweiligen Krankheitsgeschichten kein vordringliches Thema im CURA. Das Begegnungszentrum ist offen für alle, die in einer belastenden Lebensphase vereinsamen und Begegnung brauchen, auch für Angehörige und weitere interessierte Personen. So mischen sich im CURA nicht nur die Altersgruppen, sondern auch

die Diagnosen. Das ist ein fühlbarer Unterschied zu anderen Begegnungsorten, die sich spezialisieren, zum Beispiel auf Krebserkrankungen oder auf Menschen mit Atemwegserkrankungen ausgerichtet sind.

## Ein schönes Ambiente

Weiterhin fällt auf, wie ästhetisch das Begegnungszentrum CURA gestaltet und möbliert ist. Die ganze Inneneinrichtung verrät die Handschrift des Donators Ikea. Sanfte Farben, viele Sitzgelegenheiten und liebevolle Details schaffen Räume, in denen man sich wie zu Hause fühlen kann. Dieses Gefühl verkörpert niemand besser als Gabriele

Berger. Sie zählt sich «zum Inventar» des Begegnungszentrums, besucht es seit seinen Anfängen. Ursprünglich in der Gastronomie tätig, war sie vorzeitig aus dem Erwerbsleben ausgeschieden und in gesundheitliche Krisen geraten. Heute ist Gabriele Berger eine aufgestellte 64-Jährige, die ihre Erfahrungen im CURA in eine bündige Formel packt: «Wir jammern wenig und lachen viel.»