

FrauenzentraleBE

die fraueninfoberatungs-drehscheibe

Bulletin

Informationsblatt der Frauenzentrale BE, Spitalgasse 34, 3011 Bern, Telefon 031 311 72 01

Bulletin

I/2007

Editorial Seite 2 | Schwerpunkt: Wohnformen im Alter Seiten 3 bis 14 |

Für Sie organisiert Seite 15 bis 16

In eigener Sache

Liebe Leserin, Lieber Leser



«Wohnformen im Alter» ein Thema, das mich brennend interessiert.

Vielleicht haben Sie den Eindruck, dies sei im Alter von 45 Jahren noch etwas früh, aber dennoch ist es topaktuell! Meine Mutter verliert immer mehr den Bezug zum Alltag. Ist es noch verantwortlich sie alleine wohnen zu lassen? Von sich aus hat sie verschiedene Alters- und Pflegeheime besucht. Bei meiner Nachfrage, zu welchem Schluss sie gekommen sei, weicht sie aus. Schliesslich meint sie, sie möchte halt frei sein und tun und lassen können, was sie möchte. Gleichzeitig merke ich, wie ihr Angst und Bange wird, wenn sie irgendwo steht und nicht mehr weiss, wohin sie wollte oder wenn sie mich anruft um zu fragen, welchen Wochentag wir heute haben. Wie lange darf ich warten, bis eine Entscheidung getroffen werden muss?

Bei meinem Schwiegervater war es viel einfacher. Ich machte die Wäsche und er kam regelmässig zum Essen in unsere Familie. Je nach Situation wurde die Unterstützung ausgebaut.

Warum ist dies bei meiner Mutter nicht möglich? Sie wohnt weiter weg und ich bin heute zeitlich viel engagierter. Alles müsste sehr detailliert geplant werden. Dazu kommt auch eine nicht ganz einfache Mutter-Tochter-Beziehung. Wie oft habe ich ihr gesagt, sie solle doch hier wohnen bleiben und nicht wegziehen, dann seien spontane Besuche möglich. Heute vereinsamt sie und ihre ältere Schwester, die in Kanada wohnt, hat ihr den Vor-

schlag gemacht auszuwandern und zu ihr zu kommen, dann sei sie nicht mehr alleine...

Mein Grossvater lebte am Ende seines Lebens alleine in Holland. Beide Töchter lebten mit ihren Familien im Ausland und kamen nur sporadisch auf Besuch. Er hatte sich einen Kreis von lieben Menschen aufgebaut, an deren Leben er teilnahm und die ihn in seinem Leben begleiteten. Er wohnte in einem Altersheim in einer «aanleunwoning» (übersetzt heisst dies: anlehnen). Zuerst wohnte er selbständig und mit der Zeit wurde das Putzen, die Wäsche oder auch das Kochen übernommen. Diese Wohnform findet auch hier in der Schweiz immer mehr Verbreitung und nicht nur in Altersresidenzen, wie dies früher der Fall war. In diesem Bulletin finden Sie verschiedene Wohnformen. Was mir bei allen Varianten auffällt ist, dass es schlussendlich auf die persönlichen Beziehungen ankommt, ob eine Lösung als gut und angenehm empfunden wird oder nicht. Zum Glück hat der Mensch die Möglichkeit jederzeit neue Kontakte zu knüpfen und muss nicht immer im gleichen Bekanntenkreis bleiben, auch wenn dies manchmal einfacher wäre.

Die Beziehungspflege fängt ja nicht erst im Alter an. Deshalb wünsche ich Ihnen in der nächsten Zeit viele gute Begegnungen und gute Gespräche oder einfacher gesagt: viel Zeit zur Beziehungspflege!

Jolanda Brunner-Zwiebel
Präsidentin

Wohnen im Alter

Ich bin 83 Jahre alt, alleinstehend, wohnhaft in der Résidence seit 8 Monaten. Ich komme aus der Stadt Zürich, wo ich meine letzten 40 Jahre verbrachte. Da ich 3 Berufe ausgeübt habe (Krankenpflege, Pädagogik und Psychologie), liegt es nahe, dass ich mich mit verschiedenen Fragen beschäftigte: Wie weiter nach der Pensionierung | Wohnen im Alter | Gesundheit im Alter

Mit diesen Fragen beschäftigte sich auch eine Gruppe von Studenten im Rahmen eines Forschungsprojektes der Universität Zürich. Wir untersuchten die Altersstruktur einer Dorfgemeinde im Kanton und die Wohngewohnheiten ihrer Bürger. Nach meiner Pensionierung beteiligte ich mich an 3 Projekten, davon 2 zum Thema gemeinsam wohnen. Alle drei sind gescheitert. Darauf machte ich mich auf die Suche nach einer geeigneten Wohnmöglichkeit für mich in der Stadt Zürich und meldete mich provisorisch bei einigen Institutionen an. Generell liegen die Altersresidenzen an ruhiger Lage, wunderbar im Grünen, entfernt von Bahnhof und Kulturstätten. Die Vorstellung ist noch wie früher: wir alten Leute brauchten Ruhe. Weit gefehlt! Wir wollen unter die Leute und aktiv am kulturellen Leben teilhaben, sind jedoch auf gewisse Bequemlichkeiten angewiesen: direkte Verbindungen zum Einkaufen, zu den Bahnhöfen und zu Kultur und Kunst. Die Altersheime in Zürich liegen mitten in der Stadt. Die Zimmer sind klein, Wohnungen gibt es wenige bis keine. Ältere Leute sind heute nicht mehr bereit sich stark einzuschränken, zudem verfügen sie über

mehr Geld um sich in einer geschützten, altersgerechten Wohnung einzurichten.

Nun, weshalb ich heute in Bern bin! Ich besuchte eine ehemalige Kollegin hier in dieser Résidence und wusste beim Betreten ihrer Wohnung: Das ist es! Grosse 1 1/2 Zimmer-Wohnung mit Küche und Bad, grosser Balkon, Sicht ins Grüne auf die Berner Alpen (bei meiner Wohnung), kleiner Gang mit 4 eingebauten Schränken, ringsherum Bäume, nahe beim Bahnhof. Kosten weniger als eine äquivalente 1 1/1 Zimmer-Wohnung in Zürich.

Ist somit alles in Ordnung? Fast! Die Résidence am Niesenweg ist gut organisiert. Die Bewohner sind unabhängig, sie können die Dienste des Hauses benutzen oder nicht. Ein Spitex-Dienst steht im Haus zur Verfügung, nachts sind 2 Pflegepersonen anwesend und zur Résidence gehörend ist nebenan das Pflegehaus.

Ist somit alles in Ordnung? Fast! Ich geniesse die herrliche Landschaft von Bern und Umgebung, die frische Aare, die munter sich durchschlängelt, lässt mich den See vergessen.

In der Innenstadt unter den Lauben ist es mir weniger wohl, zu eng, zu unruhig, zu unordentlich! Sollte ich Lust haben durch Strassen zu bummeln und Läden anzuschauen suche ich andere Städte auf, unter anderem Zürich. Ich besitze ein GA!

Frau Steuri, seit 8 Monaten in Bern wohnhaft, früher in Zürich

Lebenssituation und Wohnbedürfnisse im Wandel

Zwischen dem Leben von gesunden und rüstigen Betagten im Eigenheim und dem Leben in einer stationären Pflegeinstitution gibt es zahlreiche andere Wohnformen. Eine Studie im Rahmen des Nationalen Forschungsprogramms «Alter» hat sich mit der Lebenssituation und den Wohnbedürfnissen älterer Leute beschäftigt und auch die Frage gestellt, wie den Betroffenen geholfen werden kann, damit sie sich für die jeweils richtige Wohnform entscheiden können.

4 Wohnen im Alter, kein besonders beliebtes Thema. Es erinnert einen an das eigene Alter, und man verbindet damit auch oft falsche Vorstellungen. Die Tatsache, dass über drei Viertel aller Hochbetagten zu Hause in ihrer Wohnung leben, ist zu wenig bekannt. Wohnen im Alter bedeutet also nur für eine Minderheit «Wohnen im Heim».

Wohnen und Lebenszyklus

Warum, so könnte man nun einwenden, stellt sich denn überhaupt die Frage nach «Wohnen im Alter»? Braucht es spezifische Wohnformen für alte Menschen, die losgelöst von Fragen der Pflege und der Betreuung sind?

Für jene älteren Menschen, denen es körperlich und geistig gut geht, die aktiv und gesellig sind, ein soziales Umfeld haben und oft mit einem Lebenspartner zusammenleben, braucht es keine speziellen Wohnformen. Aber was ist, wenn der Ehepartner, die Partnerin stirbt? Wenn körperliche oder geistige Fähigkeiten abnehmen, wenn man nicht mehr einfach mit

dem Auto ins Einkaufszentrum fahren kann, wenn man plötzlich einsamer wird? Mit zunehmendem Alter ist oft ein Kompetenzabbau verbunden, der die Bewältigung schwieriger Umweltgegebenheiten zusätzlich erschwert. Im Alter steigt deshalb die Bedeutung von Wohnung und Wohnumgebung; eine hohe Wohnqualität und ein guter Wohnstandort sind noch wichtiger als in anderen Lebensphasen.

« **eine hohe Wohnqualität und ein guter Wohnstandort sind noch wichtiger als in anderen Lebensphasen** »

Probleme wie zunehmende Einsamkeit, hervorgerufen durch das Wegsterben des Partners oder gleichaltriger Freunde, oder die Abnahme der Kräfte, die viel Alltägliches mühsam werden lässt, können je nach Wohnsituation erleichtert oder verschlimmert werden. Geeignete Wohnverhältnisse, bei denen möglichst keine physischen, emotionalen und kognitiven Barrieren bestehen, können die Lebensqualität entscheidend verbessern. Eine individuell auf die persönlichen Bedürfnisse und Wünsche ausgerichtete Wohnform erleichtert das Leben – nicht nur im Alter. Die Umzugsmobilität bis ins Alter von etwa 45 Jahren ist gross und bei jüngeren Haushalten durch berufliche, wohnungsbezogene und familiäre Gründe bedingt. Ab etwa 50 Jahren aber wird die Umzugsfreudigkeit deutlich geringer, und die Verkleinerung des Haushaltes führt nur noch

selten zu einem Umzug. Insgesamt 76% der über 65-jährigen Personen leben seit über 20 Jahren in derselben Wohnung. Man hat sich an den Platz gewöhnt, die finanzielle Belastung durch Wohnung oder Haus hat sich mit den Jahren reduziert. Warum also sollte man etwas ändern? So werden die meisten Leute in ihrer angestammten Wohnung alt und älter. Von allen 80-jährigen und älteren Menschen, die in der Schweiz leben, waren 1990 lediglich 22 Prozent in einem Heim oder einem Spital untergebracht. 1980 betrug dieser Anteil 20 Prozent, 1970 war er mit 18 Prozent noch etwas geringer.

Die Verantwortung der Gemeinden

Das Wohnen im Alter ist heute noch stark im öffentlichen Sozialwesen verankert. Trägerschaft von Altersheimen und Alterssiedlungen sind meist die öffentliche Hand oder öffentlich unterstützte Stiftungen. Dies hat zur Folge, dass sich vorab die Gemeinden Gedanken über die künftige Wohnsituation ihrer ältesten Mitbürger machen müssen.

Bei einer Untersuchung der Alterskonzepte von zwanzig Zürcher Gemeinden, die hinsichtlich ihres Betagtenanteils (5 bis 21%), aber auch hinsichtlich Lage (teils ländlich, teils städtische Agglomeration) und Grösse sehr heterogen sind, zeigte sich, dass die Zielvorstellungen all dieser Konzepte fast identisch sind. Es geht darin um Erhaltung der Lebensqualität der Betagten, um die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben, Hilfe und Pflege falls nötig. Dies soll gewährleistet werden durch ein möglichst langes

Verbleiben in der privaten Wohnung. Die meisten Gemeinden und Städte legen deshalb das Hauptgewicht auf den Ausbau der ambulanten Dienste (Spitex). Die übrigen Postulate, die in den Alterskonzepten genannt werden, wie integrierte Alterswohnungen, Pflegewohnungen, Wohngemeinschaften und bauliche Wohnungsanpassungen sind bis anhin erst in geringem Ausmass realisiert worden.

Von den befragten Schlüsselpersonen in den einzelnen Gemeinden wurde festgestellt, dass die Bedürfnisse der alten Menschen unterschiedlich und oft auch unbestimmt seien. Beispielhaft dafür ist die Tatsache, dass in den einen Gemeinden die Plätze im Altersheim ausgebucht sind, ja sogar noch immer Wartelisten bestehen, andere Gemeinden aber Mühe haben, ihre Heimplätze zu belegen. Die Ergebnisse der Interviews lassen vier Schlussfolgerungen zu:

- die Bedürfnisse der betagten Bevölkerung sind so heterogen, wie sie es in jeder anderen Lebensphase auch sind;
- die konkrete Nachfrage hängt oft weniger von der Art des Angebotes ab, als von dessen «Ruf», das heisst von der Qualität des Angebotenen, der Art der Führung eines Heims oder der Ausstattungsqualität einer Alterssiedlung;
- die Betagten sind in der Regel schlecht über die bestehenden Angebote informiert, was wohl auch damit zusammenhängt, dass sie am liebsten ihre Wohnsituation gar nicht verändern möchten und sich deshalb nicht mit möglichen Alternativen auseinandersetzen;

• die Gemeinden sind kaum in der Lage, mehr als die Grundausstattung mit ambulanten Diensten und einem Alters- und Pflegeheim zu leisten. Alle übrigen, eher experimentellen Wohnformen müssen auf privater Basis initiiert und realisiert werden.

Die Zielrichtung der Alterskonzepte mit der zurzeit aktuellen Ausrichtung auf das «Verbleiben zu Hause» stützt sich auf den berechtigten Anspruch auf Autonomie im Alter und ein Weiterführen des gewohnten Lebens in den eigenen vier Wänden.

6 « **Von allen 80-jährigen und älteren Menschen, die in der Schweiz leben, waren 1990 lediglich 22 Prozent in einem Heim oder einem Spital untergebracht** »

Doch braucht es dafür gewisse Voraussetzungen. Andernfalls besteht die Gefahr, dass sich Betroffene und ihre Angehörigen mit einer Fixierung auf das «Zuhausebleiben um jeden Preis» überfordern.

Der starke Wunsch nach Autonomie entspricht unserer individualisierten Gesellschaft, birgt aber in sich die Gefahr der Isolierung und der Vereinzelung, die sich durch eine Spitex-Stunde pro Tag nicht verhindern lässt. Aus soziologischer Sicht sind also Wohnformen gefragt, die nicht nur durch Individualismus geprägt sind, sondern solche, die auch Gemeinschaft ermöglichen, ohne dass sich der einzelne Mensch ganz einem Kollektiv unterordnen muss.

Unabhängigkeit bestimmt Wohnform

Wohnen zu Hause geht so lange gut, als körperliche und geistige Leistungsfähigkeit Unabhängigkeit und Selbstständigkeit zulassen: So benötigen viele alte Menschen in der Schweiz nie in ihrem Leben eine besondere Wohnform. Sie leben bis zu ihrem Tod oder bis kurz zuvor zu Hause, werden vielleicht noch eine kurze Zeit in einem Spital verbringen, doch auf die gesamte Altersphase bezogen sind dies dann oft sehr kurze Zeitspannen.

Es gibt aber auch jenen Teil der zu Hause wohnenden alten Menschen, die vielleicht während längerer Zeit mit mehr oder weniger grossen gesundheitlichen Einschränkungen leben müssen und deshalb auf Unterstützung angewiesen sind. Die «Schweizerische Gesundheitsbefragung 1992» und das Nationalfondsprojekt «Alter» haben über das Ausmass der Hilfebedürftigkeit erstmals detaillierte Zahlen gebracht: Rund 40% aller über 80-Jährigen sind von fremder Hilfe völlig unabhängig. Etwa 20% brauchen gewisse Hilfeleistungen, und nochmals etwa 40% sind ständig unterstützungs- oder pflegebedürftig. Die Wahrscheinlichkeit, abhängig zu werden, nimmt ab 85 Jahren stark zu. Am häufigsten treten bei den Hochbetagten Mobilitätsbehinderungen auf: Etwa ein Viertel können eine Distanz von 200 Meter nicht mehr alleine gehen, können nicht mehr alleine ihre Wohnung verlassen oder alleine eine Treppe steigen. Nur rund 10% der über 85-Jährigen, die im eigenen Haushalt leben, haben ernsthafte Schwierigkeiten mit der Bewältigung des täglichen

Lebens (Anziehen, Essen, Gehen usw.). Vom Zeitpunkt an, wo alltägliche Behinderungen zu Einschränkungen führen, man bestimmte Dinge nicht mehr oder nur noch mit fremder Hilfe tun kann, muss für das Wohnen zu Hause eine adäquate Lösung gefunden werden. Es gilt Wohnformen zu finden, die den Anforderungen nach Individualität entsprechen, aber auch dem Bedürfnis nach Integration und Betreuung genügen.

Soziale Schicht, Zivilstand und Wohngegend sind weitere Rahmenbedingungen für die Wahl der einen oder anderen Wohnform. Untersuchungen über Heimeintritte stellen fest, dass die Chancen für einen Heimeintritt bei unverheirateten Personen oder Verwitweten. Auch Angehörige gehobener sozialer Schichten sind signifikant weniger in Kollektivhaushalten anzutreffen als Personen aus tieferen Schichten.

Wohnformen, je nach Bedürfnis

Die Wahl der richtigen Wohnform ist stark vom Umfeld der oder des Betroffenen abhängig. Besonders relevant ist das soziale Netz: Familie, Freundeskreis, Nachbarschaft. Je stärker ein betagter Mensch in ein soziales Netz integriert ist, das sich auch räumlich in vernünftiger Nähe befindet, um so einfacher lässt sich das Zuhausebleiben auch bei gewissen Abhängigkeiten organisieren.

Mitentscheidend sind auch die finanziellen Verhältnisse, zum Beispiel das Verhältnis der Kosten der Wohnung zu einer Alterswohnung oder zu einem Heimplatz. In

vielen Fällen wird sich die bestehende Wohnung samt Spitex-Hilfe als die billigste Lösung präsentieren.

« **die Bedürfnisse der betagten Bevölkerung sind so heterogen, wie sie es in jeder anderen Lebensphase auch sind** »

7 Schliesslich spielen auch Wohnung und Wohnumfeld eine wichtige Rolle. In einer altersgerechten Wohnung oder einer Wohnung, die sich mit einfachen Mitteln anpassen lässt, lässt sich eher auch mit Behinderungen leben. Für das selbstständige Leben der Betagten ist schliesslich ein «altersverträgliches» Wohnquartier unumgänglich: Sicherheit, Einkaufsmöglichkeiten, gute Erschliessung mit öffentlichen Verkehrsmitteln sind nur einige der wichtigsten Eigenschaften, die vorhanden sein sollten. Je nach geistiger und körperlicher Verfassung und Umfeld bietet sich die eine oder andere der im folgenden vorgestellten Wohnformen an:

Individuelle Wohnformen im Privathaushalt sind die mit Abstand häufigste und die bevorzugte Lebensform. Voraussetzung ist eine relative Selbstständigkeit. Ist diese nur beschränkt vorhanden, kann diese Lebensform zu einer starken Belastung von Ehepartnern, Kindern, insbesondere der Töchter von Hochbetagten werden. Der Ausbau der ambulanten Dienste hilft diese Lebensform aufrecht zu erhalten, aber eine Unterstützung durch die Spitex alleine genügt in der Regel nicht, da Ver-

einsamung nur durch ein soziales Netz verhindert werden kann. Eine Grundunterstützung durch Angehörige und/oder Nachbarn ist deshalb unumgänglich. Wenn diese individualistische Lebensform Norm sein soll, müssen zusätzlich neue Konzepte zur Entschädigung von Betreuungsleistungen entwickelt werden.

Im Bereich von integrierten Alterswohnungen oder betreutem Wohnen in Siedlungen und Genossenschaften gibt es noch viel zu tun, denn künftig werden immer mehr Menschen in grossen Siedlungen alt. Durch die Sesshaftigkeit der älteren Bevölkerungsguppen lässt sich recht gut prognostizieren, wann welche Quartiere und Siedlungen «alt» werden. Es sollte den Betagten künftig möglich sein, in der Siedlung, in der sie die letzten zwanzig bis dreissig Jahre gelebt haben, bleiben zu können. Es gilt also, in grösseren Siedlungen vermehrt altersgerechte Wohnungen für die «eigenen» Betagten zur Verfügung zu stellen: mehrheitlich Kleinwohnungen, aber auch vereinzelte grosse Wohnungen, in denen auch Pflegewohngemeinschaften eingerichtet werden könnten.

In die Kategorie Alterssiedlung, Seniorenresidenz, Rentnerbaugenossenschaften fallen grössere Überbauungen mit betreuten Alterswohnungen mit verschiedenen Trägerschaften: eine Gemeinde oder eine Stiftung, eine private Investorengruppe oder die Betroffenen selber, die sich genossenschaftlich organisieren. Dieser Ansatz richtet sich an Betagte, die unter sich sein wol-

len, in altersgerechten Wohnungen in einem betreuten Umfeld mit Pflegeeinrichtungen, von denen sie, falls nötig, profitieren können. Alt und Jung im Einfamilienhaus: Viele Betagte leben in ihrem Einfamilienhaus, das ihnen ans Herz gewachsen ist. Sie leben oft allein, haben zuviel Platz und oft mögen sie Haus und Garten nicht mehr ganz alleine bewältigen. Da taucht die Frage auf, ob man nicht Zimmer an Junge vermieten könnte? Vielleicht sogar statt einer Miete Mithilfe bei Haus und Gartenarbeiten verlangen? Das Konzept entlastet die Angehörigen, ist kostengünstig für die Jungen und ermöglicht ausserdem anregende intergenerationelle und nicht durch familiäre Bindungen belastete Kontakte. Diese Wohnform erfordert allerdings von seiten der älteren Menschen ein bisschen Mut und gegenseitige Toleranz. Sie kommt in städtischen Verhältnissen häufiger vor, als man gemeinhin annimmt, und könnte mit entsprechender Beratung weiter gefördert werden. Mit einem Einbau einer Einliegerwohnung lässt sich eine bessere Abgrenzung der Untermieter erreichen.

« **Geeignete Wohnverhältnisse können die Lebensqualität entscheidend verbessern** »

Von Alterswohngemeinschaften wird viel gesprochen, aber quantitativ werden sie wohl nie eine grosse Bedeutung erlangen, da sie für älteren Menschen, die eine solche Wohnform vorher nie erlebt haben, eine grosse Umstellung bedeutet. In Zü-

rich und anderswo versucht man, Alterswohngemeinschaften aktiv zu fördern. Doch hat sich die Idee mit Ausnahme von wenigen bekannten Beispielen bisher wenig durchgesetzt. Dass sie in einer kommenden Generation von Alten, die diese Wohnform selber gelebt hat, eher an Aktualität gewinnen wird, ist denkbar.

Institutionelle Wohnformen

Das Alters- und Pflegeheim ist stark mit Vorurteilen beladen und für viele ältere Menschen zu einer Horrorvision geworden. Und doch gibt es Personen, für die eine solche kollektive Wohnform sinnvoll ist, Menschen, die alleine und isoliert leben und kein funktionierendes soziales Umfeld haben. Es wäre also falsch, Heime generell als «Auslaufmodelle» zu bezeichnen. Gefragt sind im Gegenteil ganz neue Heimkonzepte, bei denen die Individualität und Autonomie des alten Menschen im Vordergrund steht und die rein organisatorische Effizienz etwas in den Hintergrund gestellt wird.

Pflegewohnungen ermöglichen Betreuung rund um die Uhr und trotzdem ein Leben in einer kleinen familiären Gemeinschaft. Sie sollten vermehrt netzartig rund um Krankenhäuser entstehen. Vor allem könnten sie eine Lösung für die Pflegefälle aus kleineren Gemeinden sein: Statt einer Beteiligung an unpersönlichen regionalen

Krankenhäusern wäre die Einrichtung von Pflegewohnungen in der Gemeinde eine menschlichere und kostengünstigere Variante.

Breites Spektrum gefordert

Für das Wohnen im Alter gibt es keine all-gemeingültige beste Lösung, sondern es gilt jeweils das für die spezifischen Bedürfnisse jeder Person passende Angebot zu finden. Der Wunsch, auch im Alter individuell zu wohnen, kann und muss auf verschiedenste Art und Weise verwirklicht werden. Dabei darf jedoch das ebenso bestehende Bedürfnis nach Integration und Betreuung nicht vernachlässigt werden. Individuell und integriert wohnen kann für jene Menschen, die über ein gutes soziales Netz verfügen, die angestammte Wohnung sein, für andere hingegen ist eine gemeinschaftlich orientierte Wohnform sinnvoller, für wieder andere kann ein gut geführtes Altersheim die beste Lösung sein. Deshalb muss ein möglichst breites Spektrum für unterschiedliche Bedürfnisse angeboten werden: Neue Heimkonzepte sind ebenso zu fördern wie neue private Wohnformen.

Brigit Wehrli-Schindler ist Soziologin und Leiterin der Fachstelle für Stadtentwicklung der Stadt Zürich.

Artikel aus Unimagazin der Universität Zürich

OGG Betreutes Wohnen in Familien BWF

Seit 1998 ist die Oekonomische und Gemeinnützige Gesellschaft des Kantons Bern für das Betreute Wohnen in Familien BWF tätig. Unter dem bisherigen Namen OGG Familienplatzierung ist die Zahl der Betreuungsverhältnisse von Beginn an auf 72 Daueraufenthalte und etwa 45 Entlastungsaufenthalte pro Jahr gewachsen. Die neue Bezeichnung Betreutes Wohnen in Familien BWF trägt dem Umstand Rechnung, dass der Gast und die Gastfamilie selber entscheiden, ob sie miteinander ein Betreuungsverhältnis eingehen wollen.

Gelebte Individualität im Alter

Das Betreute Wohnen kommt dann zum Zug, wenn eine ältere Person, die mehr oder weniger gesund ist, aber nicht mehr selbständig leben kann, sich für eine Familie statt für einen Heimeintritt entscheidet. In einer Familie leben heisst, am Alltagsgeschehen teilnehmen, Betreuung nach Bedarf erhalten, integriert sein und dennoch über Rückzugsmöglichkeiten verfügen, Kontakte zu den Kindern und Enkeln der Gastfamilie aufbauen und pflegen. All das ist eine Bereicherung im Leben des älter werdenden Menschen. Mit seiner Teilnahme am Tagesgeschehen bleibt er geistig aktiv und aufgeschlossen. Die Gastfamilien der OGG sind vor allem auf dem Land zuhause, die meisten davon sind Bauernfamilien. Da besteht auch die Möglichkeit, die eigene Katze oder den Vogel mitzunehmen. Wer gerne noch am gesellschaftlichen Leben teilnimmt, besucht die Altersnachmittage und die Seniorenangebote vor Ort. Die Gastfamilie ist für den Hin-

und Rücktransport besorgt, so bleibt der Gast mobil.

Pflegebedürftigkeit

Was geschieht wenn man pflegebedürftig wird? Ältere Menschen hegen oft den Wunsch, bis zum Tod in der gewohnten Umgebung leben zu können. Die Langfristigkeit ist ein wesentlicher Faktor für ältere Leute. Eine geeignete, gut eingerichtete Gastfamilie versucht dem Wunsch nach einem Daueraufenthalt bis zum Lebensende zu entsprechen. Wenn nötig wird die Gastfamilie mit Spitex-Leistungen entlastet. Dadurch kann eine Heimeinweisung hinausgezögert oder ganz vermieden werden.

Wer kann Gastfamilie sein?

Jede interessierte Familie kann aufgenommen werden, sofern der Mensch im Mittelpunkt steht und ein Einzimmer vorhanden ist. Ideal sind rollstuhlgängige Räume, ist aber nicht Bedingung. Befindet sich das Gästezimmer im ersten Stock, sind wir BeraterInnen bemüht, eine Person zu vermitteln, die noch Treppen steigen kann. Zur Aufnahme eines Gastes ist die Bewilligung zur Betreuung von Personen in Privathaushalten erforderlich. Diese wird von der Gastfamilie selber bei ihrer Wohngemeinde eingeholt.

Abschluss des Vertrags und Begleitung des Betreuungsverhältnisses

Wir BeraterInnen für das Betreute Wohnen in Familien BWF vermitteln einen Gast in die passende Familie. Die optimale Passung erhalten wir, wenn wir möglichst

viel über die Bedürfnisse des Gastes wissen. Wir empfehlen dem Gast einen unverbindlichen Besuch in der neuen Familie. Ein paar Tage Schnuppern gibt noch mehr Gewissheit und trägt zum Entscheid bei, ob sie zueinander passen oder nicht. Wir empfehlen auch Ferienaufenthalte. Sie sind ideal zur Eingewöhnung in eine Familienstruktur. Bedingung ist, dass der Gast motiviert in eine Familie zügelt, es ist die Grundlage für ein erfolgreiches Zusammenleben. Unsere Aufgabe ist es, das Verhältnis vertraglich zu regeln. Die Vertragsvorlage der OGG bestimmt, was im Tagestarif inbegriffen ist und welche Versicherungen erforderlich sind. Auftretende Fragen werden mit allen Beteiligten geklärt. Wenn nötig, werden für die optimale Betreuung in der Gastfamilie auch externe Fachleute beigezogen (Arzt, Therapeut, Fusspflege, usw.).

Als BeraterInnen für das Betreute Wohnen machen wir auch regelmässig Besuche bei den Familien, die einen Gast aufgenommen haben. Heute besuche ich Dora F.*, die nach einem erlittenen Knochenbruch zur Rekonvaleszenz in einer Familie Aufnahme gefunden hat. Frau F. war anfänglich auf den Rollstuhl angewiesen. Eine schwierige Zeit für sie, denn sie hatte starke Schmerzen. Auch wusste sie selber nicht recht, ob das Betreute Wohnen für sie das Richtige sei oder ob ein Heim besser wäre. Plötzlich, nach einem Medikamentenwechsel, wurde Dora merklich fröhlicher. Sie hatte das psychische Tief überwunden. Das wirkte sich auch auf den Körper aus. Heute geht

Dora F. mit einer Gehilfe und bewegt sich selbständig. Nun überprüfen wir den Pflegeaufwand und setzen den Tarif neu fest. Dieser kann gesenkt werden, das ist eine erfreuliche Nachricht für Dora F.

Was kostet das Betreute Wohnen in Familien?

Der Grundtarif pro Tag beträgt 71 Franken. Er deckt die Verpflegung, Unterkunft, Wäschebesorgung, den Familienanschluss und die OGG – Dienstleistung. Der Aufwand für Betreuung und Pflege wird dazugerechnet, er beträgt 20 bis 120 Franken pro Tag, je nach Intensität der Betreuung. Grundsätzlich bezahlt der Gast seinen Aufenthalt selber mittels Rente und Vermögen. Ist das Vermögen bis zu einem gewissen Betrag aufgebraucht, kann die AHV-BezügerIn Ergänzungsleistungen beziehen. Wir erstellen in diesem Fall einen Tarifaussweis für die Ausgleichskasse.

Margaretha Leuenberger, BWF Beratung
*Name geändert

Weitere Informationen
OGG Betreutes Wohnen in Familien
BWF, Erlachstrasse 5, 3001 Bern
031 308 93 22, www.ogg.ch

Andere Wohnformen im Alter

Manchmal lesen wir in der Tagespresse, eine ältere Person sei verstorben und niemand im Haus habe es bemerkt. Die meisten von uns schieben solche Fälle in den Bereich des Unmöglichen, denn man/frau hat Familie und pflegt ein soziales Netz, das auch im Alter funktionieren soll. Und dennoch beschäftigt uns die Frage: ob und in welchem Umfeld?

Eine Gruppe von Freunden und Freundinnen tat sich vor 10 Jahren zusammen, um sich mit dieser Frage auseinanderzusetzen und Antworten zu suchen. Dabei entstand der Verein Andere Wohnformen und das Projekt, ein geeignetes Haus für eine Wohngemeinschaft zu finden. 2002 bezogen zehn Personen, drei Ehepaare und 4 Einzelpersonen, nach zweijähriger Planungs- und Umbauzeit das Stürlerhaus im Altenberg.

Zwischen 2000 und 2007 haben die sechs Frauen und vier Männer unzählige Stunden in die Verwirklichung der Utopie vom gemeinschaftlichen Wohnen im Alter investiert und heute können wir von einem gelungenen Experiment ausgehen. Dabei hat die Zeit des Älter- und Altwerdens schon längst begonnen.

Wie haben wir uns auf diese grosse Veränderung vorbereitet? Regelmässige und gut strukturierte Sitzungen haben die Bildung einer belastbaren Gruppe ermöglicht. Mit der Gründung einer Genossenschaft haben wir der Idee einer Wohn-Gemeinschaft eine geeignete Form gegeben. Die Planung und der Umbau des denkmalgeschützten Hauses stellte die Trag- und Standfestigkeit der Gruppe immer wieder

von neuem auf die Probe. Konstruktive Auseinandersetzungen, gegenseitiges Verständnis und Flexibilität halfen über die bewegte Zeit hinweg und die Freude auf das Neue unterstützte uns, das Alte loszulassen, von Gewohntem Abschied zu nehmen, den Hausrat zu verkleinern und den Wunsch von Individualität mit dem Wunsch nach Gemeinschaftlichkeit aufzuwiegen. Wir wohnen heute in sieben individuellen Wohneinheiten und benutzen die grossen Gemeinschaftsräume mit Garten gemeinsam. Und wie geht es uns heute nach fünf Alterswohngemeinschaftsjahren? Wäre da nicht unsere Überzeugung und Erfahrung, dass es schöner ist, gemeinsam alt zu werden, würden wir nicht mit vollem Engagement in den Arbeitsgruppen mitarbeiten; würden wir nicht gemeinsam Kulturveranstaltungen planen, Feste feiern, Ausflüge machen, zusammen essen, lachen und philosophieren, und immer wieder einmal «stürmen», bis wir unser Schmunzeln trotz drohender Altersengstirnigkeit wieder gefunden haben.

Sind wir nun gewappnet, unbeschadet alt zu werden?

Auch eine Gemeinschaft wird nicht alle Nachteile des Altwerdens abwenden können. Sie kann aber ein Ort sein, wo gegenseitige Hilfe und Unterstützung organisiert wird und sie kann das Gefühl von Zugehörigkeit vermitteln und so zur Vorbeugung von Isolation und Einsamkeit beitragen.

Pia Sieber, Genossenschaft andere Wohnformen im Stürlerhaus am Altenberg

Wohnen im Alter: zum Beispiel in Bern

Wo wir wohnen, sind wir zu Hause. Hier sind wir verwurzelt und geborgen. Von hier aus gehen wir hinaus in die nähere und weitere Umgebung und hierher kommen wir wieder zurück in unsere geschützte Privatsphäre. Im höheren Alter gewinnen Wohnung und Wohnumgebung für die meisten Menschen an Bedeutung. Der eigene Aktionsradius verringert sich und man verbringt einen grösseren Teil des Tages in der Wohnung als in jüngeren Jahren. Verschiedene Umfragen zeigen, dass die meisten Menschen – auch Bernerinnen und Berner – im Alter am liebsten in ihrer eigenen Wohnung und in der gewohnten Umgebung bleiben. Hier haben sie oft viele Jahre gelebt. Die Wohnung hat Züge ihrer Lebensgeschichte angenommen und erinnert an frühere Lebensphasen. Sie kennen ihr Quartier genau und pflegen gute Beziehungen in der Nachbarschaft.

Hilfs- und Beratungsangebote

Viele alte Menschen können dank verschiedensten Hilfestellungen, zum Beispiel durch Angehörige, durch Spitexdienst oder den Pro-Senectute-Mahlzeitendienst, bis zum Tod in der eigenen Wohnung bleiben. Es kann aber auch sein, dass sie im hohen Alter wegen zunehmender Pflegebedürftigkeit, die durch einen Unfall oder eine Krankheit abrupt eintreten kann, gezwungen sind ihre geliebte Wohnung zu verlassen und in Alters- oder Pflegeheim einzutreten. Dies sind in der Regel schmerzliche Übergänge, die der sorgfältigen, einfühlsamen Begleitung von Fachpersonen oder von Angehörigen bedürfen.

Pro Senectute Region Bern bietet Wohnberatungen für solche Situationen an, aber auch für Menschen, die sich aktiv mit ihrer Wohnsituation im höheren Alter befassen, bevor ein einschneidendes Ereignis sie dazu zwingt. Pro Senectute Region Bern arbeitet eng mit anderen Organisationen für das Alter, wie mit der Spitex Bern, der Trägerorganisation für Alters- und Pflegeheime «Domicil für Senioren» und der Hilfsmittelstelle Bern zusammen.

Institutionelle Wohnangebote

In Bern stehen betagten Menschen je nach Selbständigkeit und Finanzkraft verschiedene Wohnformen offen. Die eher teureren privaten Seniorenresidenzen bieten Kleinwohnungen an und eine breite Palette von Dienstleistungen, die nach Bedarf eingekauft werden können. Kostengünstiger sind die meist einfach ausgestatteten Wohnungen in den Alterssiedlungen der verschiedenen Quartiere. Hier werden nur wenige Dienstleistungen und teilweise eine minimale Betreuung angeboten. Für ältere Menschen mit kleinerem Budget sind die öffentlichen Alterswohnheime sehr beliebt, weil sie Selbständigkeit ermöglichen und Sicherheit bieten. Die Menschen leben hier in Kleinwohnungen, nehmen am gemeinsamen Mittagstisch teil und beziehen Dienstleistungen nach Bedarf. Leider sind hier freie Plätze rar und die Wartelisten lang. Für Menschen, die Pflege und Betreuung benötigen, stehen verschiedene öffentliche Alters- und Pflegeheime oder Krankenhäuser zur Verfügung. Die öffentlichen

Heime stehen allen Menschen unabhängig von Einkommen und Vermögen offen.

Individuelle Lösungen

Immer mehr älter werdende Menschen machen sich schon vor der Pensionierung Gedanken über ihre künftige Wohnsituation. Einige interessieren sich für neue gemeinschaftliche Wohnformen, zum Beispiel in einer Hausgemeinschaft. Bis heute sind in Bern zwei solche Wohnmodelle verwirklicht: das Stürlerhaus im Altenberg und die Woge55+ in der Lorraine. Andere Menschen denken eher an eine kleinere Wohnung, in der sie bis ins hohe Alter bleiben können. Besonders gut eignen sich für diese Lebensphase Wohnungen in Liegenschaften mit leicht zugänglichem Hauseingang und wenn möglich mit Lift, in der Nähe von Läden und öffentlichem Verkehr. Es ist deshalb wichtig, dass Planer und Architekten neue Überbauungen alters- und behindertengerecht gestalten, das nützt nicht nur den Alten, sondern erleichtert auch Familien mit Kinderwagen das Leben.

Für weitere Informationen und praktische Hilfe bei der Suche nach der richtigen individuellen Lösung:

Pro Senectute Region Bern
Telefon 031 359 03 03
www.pro-senectute-regionbern.ch

Pro Senectute Beratungsstellen gibt es auch in den anderen Regionen des Kantons. Die Regionalen Pro-Senectute-Organisationen bieten eine breite Beratungs- und Dienstleistungspalette an. Dazu gehö-

ren Beratung und Unterstützung bei allen Fragen der Lebensgestaltung im Alter, Mahlzeitendienst und andere Hilfen zu Hause, aber auch Weiterbildungsmöglichkeiten für ältere Menschen sowie Bauberatungen. Daneben gibt es inzwischen auch einige Organisationen und Fachpersonen, die Sie bei Ihrem Wohnvorhaben gerne beraten.

Wohnform50plus

Ihre Kinder sind ausgeflogen, das Einfamilienhaus wächst Ihnen über den Kopf. Sie sind verwitwet, ledig, geschieden, aber im Alter möchten Sie nicht alleine wohnen. Im Alter sind unterschiedliche Wohnformen denkbar.

Beratung

Sie haben eine Idee, wie Sie im Alter wohnen möchten: eine kleinere Wohnung kaufen; mit Gleichgesinnten ein Haus bauen oder mieten; in eine Alterssiedlung ziehen; Ihre Ferienwohnung/Ihr Wochenendhaus zum Alterssitz umbauen. Wir geben Ihnen Anregungen sowie Adressen von Beratungsstellen und Fachleuten, die Ihnen bei Bau-, Rechts- und Finanzierungsfragen weiterhelfen.

Wohnpartnerschaft

Sie suchen Partnerinnen und Partner für eine Wohn- oder Hausgemeinschaft. Registrieren Sie sich mit einem Pseudonym in unserer Suchmaschine für Wohnpartnerschaften. Sie können Ihr Projekt, Ihre Idee, Ihr Angebot vorstellen und gleichzeitig mit anderen Interessierten Kontakt aufnehmen. Sie verpflichten sich damit zu nichts. Diese Dienstleistung ist gratis.

Das Internet-Portal «Wohnform50plus» ist eine Dienstleistung von Pro Senectute Schweiz.
www.wohnform50plus.ch

Veranstaltungen

Führung durch die Ausstellung
«Jungfrau, Hofer und Ragusa –
Berns Weg in die Moderne»
Historisches Museum Bern

Im Zentrum der Ausstellung steht ein Zeitfries mit 100 Berner Pioniertaten: Grosse Persönlichkeiten, wichtige Ereignisse und bahnbrechende Entdeckungen. Die 100 Pionierleistungen erlauben spannende Entdeckungen und amüsante Erinnerungen, und sie widerspiegeln darüber hinaus die Geschichte Berns sowie die Entwicklung von Umwelt und Gesellschaft.

Mittwoch, 5. September 2007,
um 13.30 Uhr

Treffpunkt: Im Historischen Museum bei den Kassen

Kosten: (nur Führung)

Fr. 15.– für Mitglieder

Fr. 20.– für Nichtmitglieder

Reduzierte Eintrittsbillette vor Beginn der Führung bitte selber besorgen, Museumspass gültig.

Anmeldung bis 27. August 2007
Frauenzentrale BE, Spitalgasse 34, 3011 Bern,
Telefon 031 311 72 01, Fax 031 311 72 27,
sekretariat@frauenzentralebern.ch
www.frauenzentralebern.ch

Ich melde mich verbindlich an für

- Führung durch die Ausstellung
«Jungfrau, Hofer und Ragusa – Berns Weg in die Moderne»
- Lunch mit Esther Hasler, Kleinkünstlerin
- Menu mit Fleisch Menu ohne Fleisch

Name

Vorname

Ich bin Mitglied der Frauenzentrale BE

Ich bin nicht Mitglied der Frauenzentrale BE

Strasse

PLZ/Ort

Telefon Geschäft

Telefon Privat

Datum

Unterschrift

Veranstaltungen

Lunch mit Esther Hasler

Wir laden Sie ein zu einer Lunchveranstaltung der etwas anderen Art. Unser Gast ist Esther Hasler, «Kleinkünstlerin», bekannt mit ihrem Programm »Küss den Frosch!«, für welches sie den Trudy-Schlatter-Preis 2006 erhielt, mit einer musikalisch breiten Palette vom klassischen Chanson bis zu Tango und Jazz.

Esther Hasler bietet uns eine kleine Kostprobe ihres Können, erzählt über ihre Arbeit als Kleinkünstlerin und beantwortet gerne alle Ihre Fragen.

Dienstag, 11. September 2007

Zeit: 11.45 Uhr

Ort: Restaurant CASINO, Bernerstube,
Herrengasse 25, Bern

Kosten:

Fr. 35.– für Mitglieder

Fr. 40.– für Nichtmitglieder
inkl. Essen und Getränke

Anmeldung bis 3. September 2007

Frauenzentrale BE, Spitalgasse 34, 3011 Bern,
Telefon 031 311 72 01, Fax 031 311 72 27,
sekretariat@frauenzentralebern.ch
www.frauenzentralebern.ch

bitte
frankieren

Sekretariat

Frauenzentrale BE

Spitalgasse 34

3011 Bern