

Zuhause alt werden

Bedürfnisse, Barrieren,
Lösungsmöglichkeiten

Prof. em. Dr. Pasqualina Perrig-Chiello

Selbstbestimmung und Intimität bis zuletzt - zentrale Bedürfnisse im hohen Alter

Zuhause bleiben können trotz Krankheit und Behinderung: Wunsch nach:

- Intimität, Nähe, Privatheit
- Selbstbestimmung

Gesellschaftlicher Wandel und Individualisierung verstärken den Trend;
> neue Bedürfnisse einer neuen Generation von Senior*innen.

Indikator:

Zunahme sozialmedizinischer Betreuung älterer Menschen zu Hause:
wachsender Spitex-Bereich

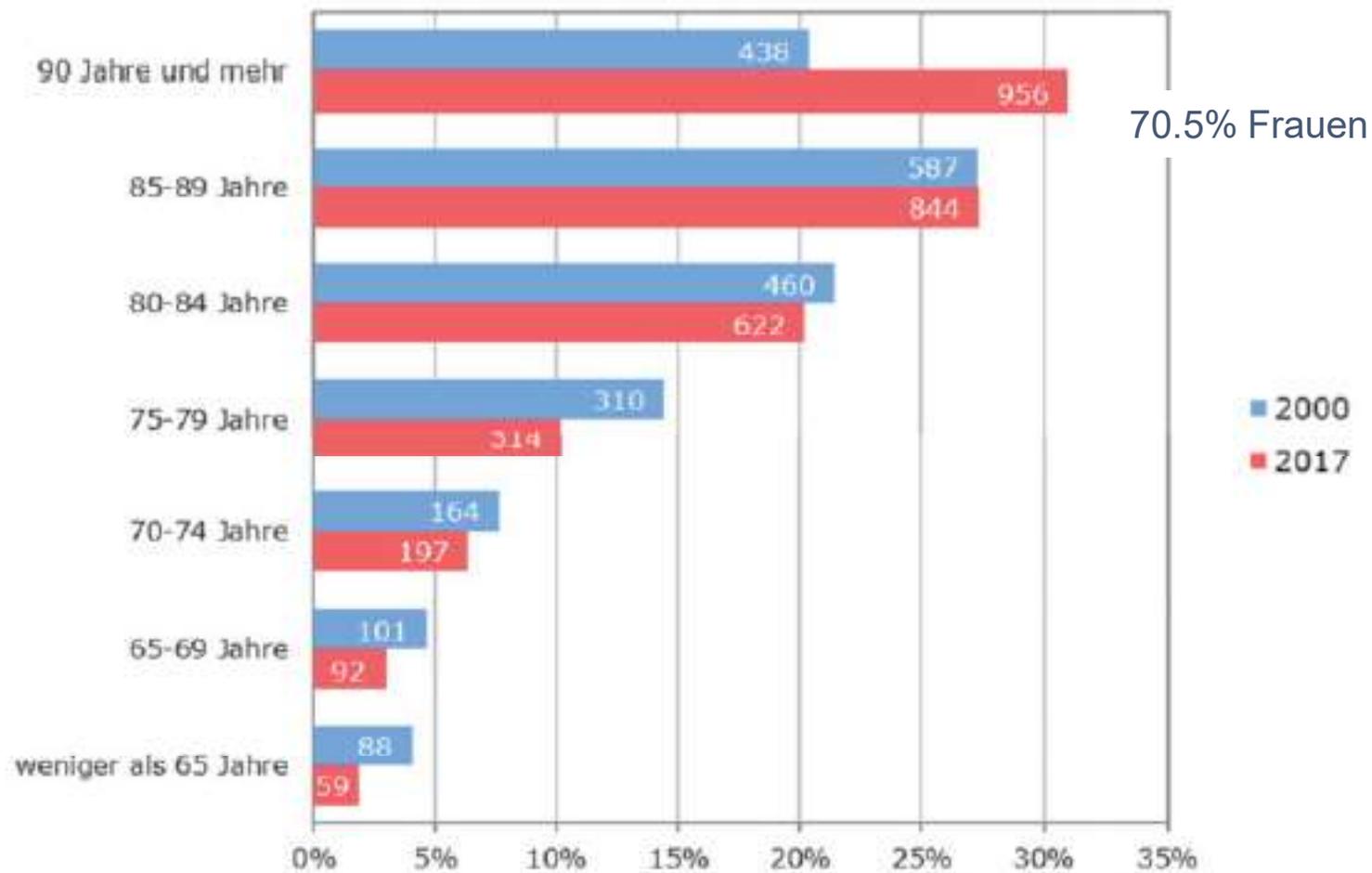
(Spitex-Statistik /Statistik sozialmedizinischer Institutionen BFS 2017).

Trend

Zuhause bleiben bis es nicht mehr geht

Wallis 2000 und 2017

Heimbewohner/bewohnerinnen in Alters- und Pflegeheimen nach Alter



Quelle: BFS/WGO, SOMED

Zuhause alt werden

Ohne betreuende Angehörige geht es nicht

Angehörigenbetreuung wird in unserer Gesellschaft erwartet und (noch) erbracht:

- Gut die Hälfte der Menschen 85plus sind hilfs- und/oder pflegebedürftig.
- Mehrheit (rund 75%) Menschen wird zu Hause betreut.
- Gefordert sind primär Partnerinnen und Partner, sowie erwachsene Töchter und Söhne.
- In erster Linie geht es um *Hilfe und Betreuung*; für Pflege sind vor allem extern beigezogene Professionelle zuständig.

Angehörigenpflege erspart Geld

aber ist mit Kosten verbunden, die vermieden werden könnten

Einsparung:

weniger verfrühte Heimeintritte > weniger Restkosten für Gemeinden.

Kosten:

Gesundheitskosten:

- a) für Angehörige: gesundheitlich („hidden patients“), sozial (Einsamkeit).
- b) für Gesellschaft: höhere Gesundheitskosten, Armut von Frauen im Alter

Opportunitätskosten: Pflegende im Erwerbsalter (das ist die Mehrheit) stehen dem Arbeitsmarkt nicht (oder nur partiell) zur Verfügung.

Je schlechter die Vereinbarkeit Familie-Beruf ist, desto grösser die wirtschaftlichen Ausfälle (Fachkräftemangel).

Betreuung durch Angehörige – wie lange noch?

- Bis 2050 Verdoppelung der Anzahl 80plus-Jähriger in der Schweiz. Jede/r 10. Einwohner/in ist über 80 (BFS 2020).
- Knappere Humanressourcen in Familien.

Angehörigenpflege ist künftig nur möglich wenn

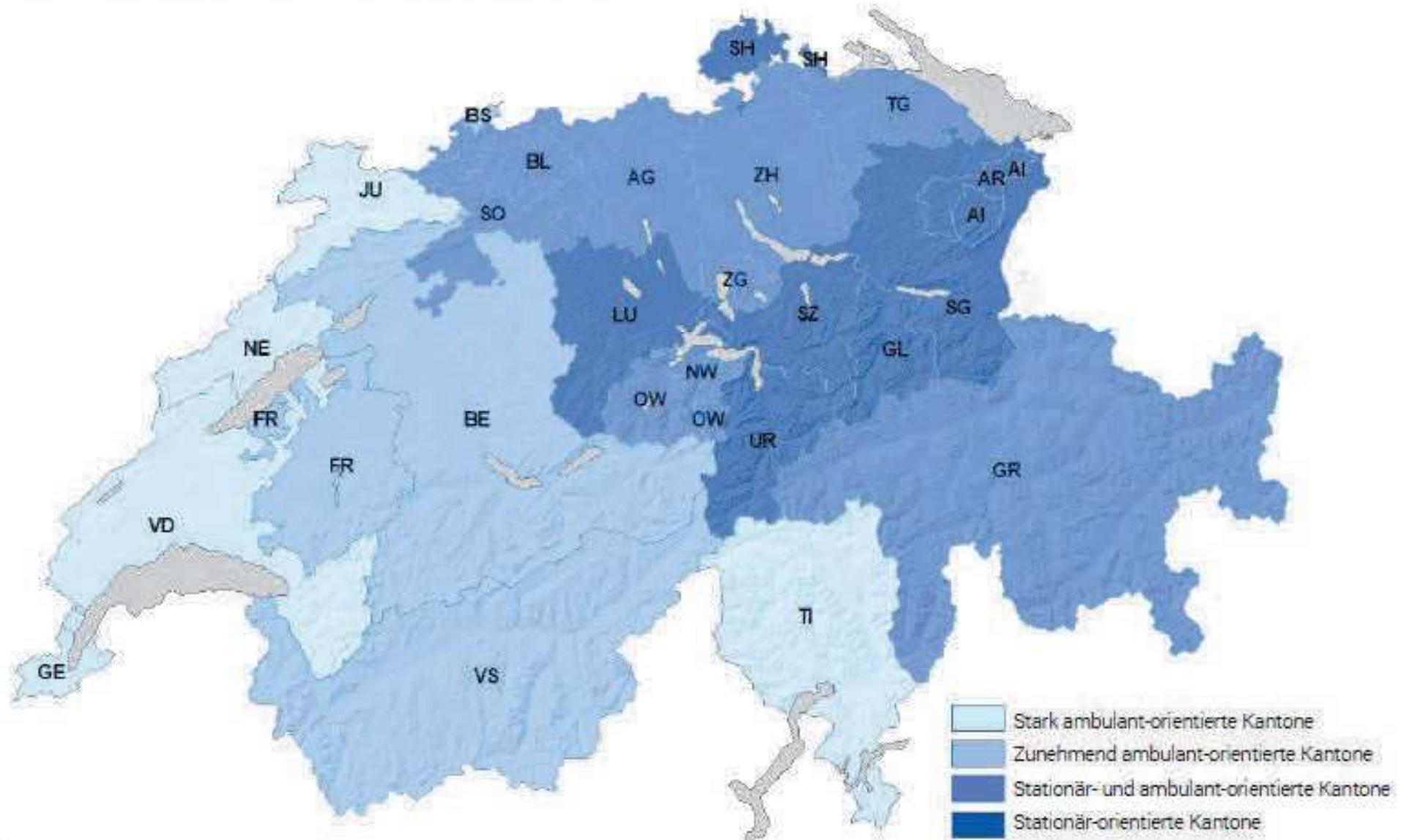
- sie durch ausserfamiliale Hilfe ergänzt wird: Ausbau professioneller Angebote und Koordination von Hilfs-und Pflegeangeboten.
- Arbeitsbedingungen flexibilisiert werden.
- Finanzielle Einbussen der Angehörigen eingedämmt werden.

Ambulant vor stationär
Ein Wunsch – vielfältige Lösungen

Rahmenbedingungen und
Handlungsfelder

Rahmenbedingungen

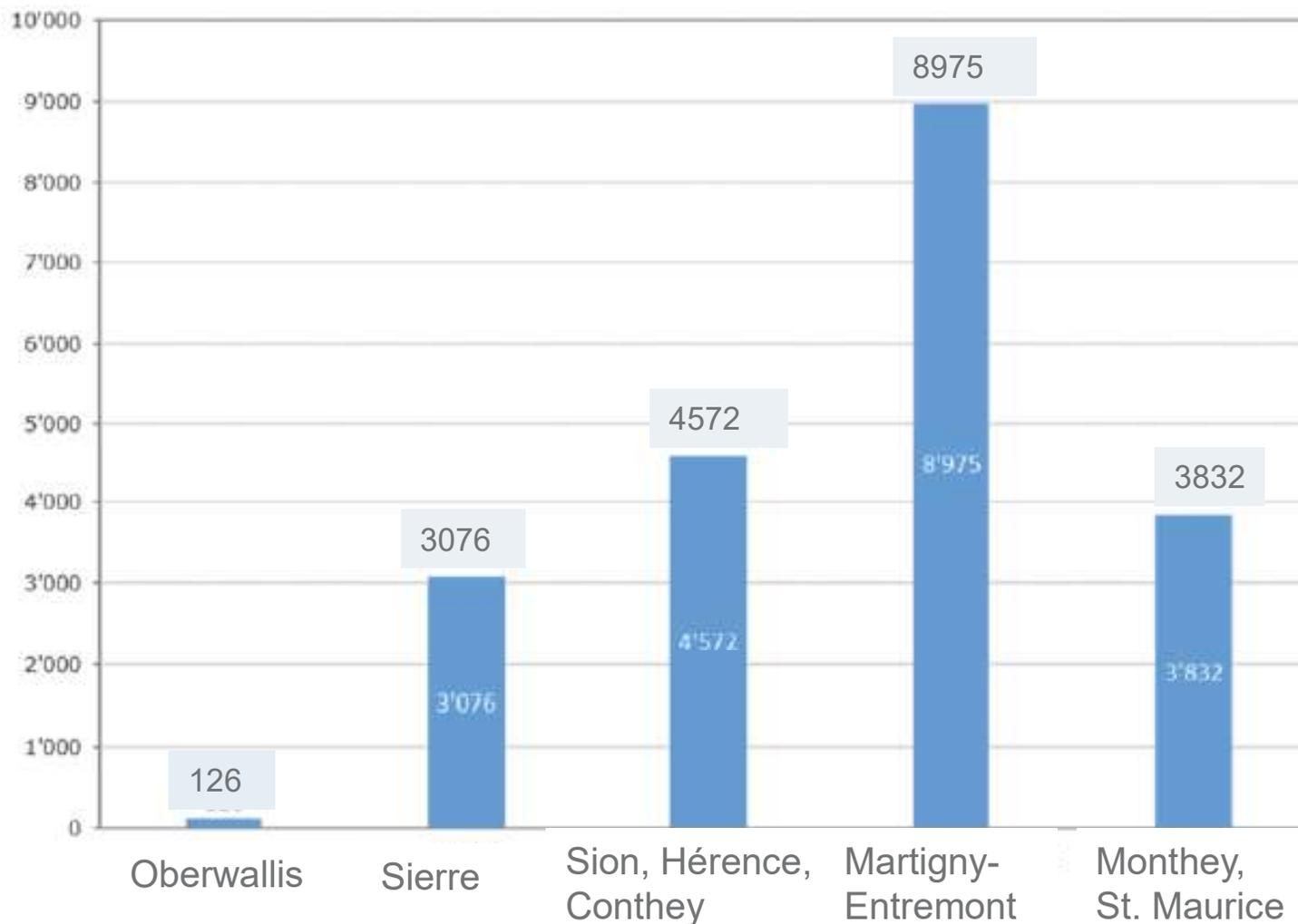
Schweiz: Umgang mit Pflegebedürftigkeit variiert nach Region und Kultur



Rahmenbedingungen

Wallis: **Ungleiche Entlastungsmöglichkeiten** Verfügbare Tages- und Nachtstrukturen

(Quelle: Langzeitpflege im Wallis, Dienststelle Gesundheitswesen 2019)



Handlungsfelder

Politik, Gemeinden, Kantone, Zivilgesellschaft, ...

- **Wohnraum:** altersgerecht, finanziell tragbar; sozial eingebunden
- **Betreuungsmöglichkeiten zuhause:** geregelte ambulante Hilfe und Pflege, Mahlzeitendienst, Haushalthilfe, Fahrdienste...
- **Information, Beratung:** kommunal/regional koordiniert; Übersicht über lokale Angebote (Anlauf- und Informationsstellen)
- **Betreuende Angehörige:** Unterstützung, Beratung, Entlastung (Tagesstrukturen, etc.)
- **Nachbarschaften, soziale Teilhabe:** Sorgende Gemeinden, soziale Ansprechpersonen, Treffpunkte, digitale Plattformen
- **Moderne Technologien:** Notrufsysteme, Smart Homes, Kommunikationsmittel; digitale Bildung
- **Partizipation** älterer Menschen in allen Entscheidungen, die sie betreffen
- **Altersleitbilder**

Drei Beispiele guter Praxis

Koordinierte Information, Beratung, Unterstützung für ältere Menschen

Wohnen mit Service - Vicino Casa, Luzern

<https://www.vicino-luzern.ch/>

Mitglieder: Alzheimer, Caritas, Pro Senectute LU, Spitex, SRK, Kirchen, Stadt Luzern, Apotheken, ...

Angebot: administrative und technische Hilfe, Haushalthilfe, Pflege und Betreuung, Fahr-, Begleitdienst, 24h-Notfall-Telefon, ...

Du willst ...

- ... solange wie möglich in der vertrauten Wohn...
- ... die Kontakte zu deiner Nachbarschaft weiter...
- ... in deinem Quartier dein Leben gestalten, ...
- ... dann ist «Vicino Casa» die Lösung!

Wer schaut
täglich, ob es
mir gut geht?

An wen kann ich
notfalls in der N
oder am Woche
wenden?

Vicino Casa bietet dir folgende Dienstleistungen:

- Exklusiver Zugang zu einer 24h-Telefonnummer für alle Notsituationen
- persönliche Lösungsvorschläge für deine Bedürfnisse
- Präventive Sicherheitschecks (z.B. tägliche Kontaktaufnahme)
- Sicherstellen der Tier- und Pflanzenpflege sowie Bring- und Abholdienst (Einkauf, Post, Apotheke etc.) in Notsituationen
- Wohnraumberatung um mit klugen Anpassungen den Alltag sicherer und angenehmer zu gestalten
- Persönliche Kontaktaufnahme

✓ Für diese Hilfeleistungen werden monatlich CHF 60.00 in Rechnung gestellt.

Partizipation, Altersleitbilder, Information, Koordination, Unterstützung

«Älter werden im Sensebezirk», FR

<https://www.programmsocius.ch/projekte/sensebezirk/projektbeschreibung>

17 Gemeinden:

gemeinsames Alterskonzept, gemeinsame Koordinationsstelle (2019)

Ein Ziel:

möglichst langes selbstständiges Wohnen zuhause für ältere Menschen.

- Koordinierung der Leistungen sowie Schliessung von Angebotslücken,
- Förderung von Selbsthilfe sowie bedarfsorientierte Betreuung und Pflege.
- Anlauf- und Vernetzungsstelle koordiniert, informiert und berät.
- Plattform «sensemobil», vermittelt Fahrdienste.

Nachbarschaftshilfe

Klein, fein und genau dort, wo sie gebraucht wird

Begleiten:

Arzt/Ämter/Therapie/Coiffeur
Hilfestellung beim ÖV
Spazieren/kleine Wanderungen
Einkaufen/Botengänge

Gesellschaft:

Besuche/Gespräche/Vorlesen
Gemeinsam kochen/essen
Entlastung von betreuenden Angehörigen
Theater/Konzert/Kino

Haushalt:

Bei Abwesenheit: Wohnung/Post/Pflanzen
Handwerk/kleine Gartenarbeiten
Technische Unterstützung:
Telefon/Handy/TV/PC/elektr. Apparate

Kinder:

Betreuung und Unterstützung

Administration:

Formelle Schreivarbeiten
Administrative Unterstützung



ORGANISIERTE
NACHBARSCHAFTSHILFE IM
OBERWALLIS
unverwechselbar einmalig

Verein gegründet 2018 –
Initiative Ursula Dellberg, Geschäftsführerin

41 Freiwillige
68 Nutzer/innen