

# Alterskonzept

Ein Konzept für den Kanton Thurgau gibt es nicht. Es gibt Konzepte, es gibt Visionen und es gibt den einen oder anderen Entwurf, in der einen oder anderen Stadt und den Gemeinden des Kantons Thurgaus.

Selbstständig – zufrieden älter werden – was kann man dazu tun – was kann man erwarten – und was kann man selbst dazu beitragen? Die Fragen stellt sich der Thurgau.

Ist Älter werden eine Kulturentwicklung? Was beinhaltet diese Kulturentwicklung? Ist es Kunst, eine Leistung? Eine Leistung ist die Zufriedenheit der Älteren. Wie zufrieden können die Senioren sein? Ist es eine Gesundheit- und/oder eine Geldfrage?

Es stehen viele Fragen im Raum. Beantworten können wir nicht alle. Es gibt viele Fragen, es gibt noch mehr unterschiedliche Menschen. Menschen mit einer langen Geschichte, Menschen mit viel Glück im Leben, Menschen, die viele Schicksalsschläge hatten und dann gibt es auch noch Menschen, wo es weder Hochs noch Tiefs gab. Man hat gelebt, was der Alltag vorgegeben hat. Man war damit zufrieden oder nicht. All das wirkt sich im Alter aus und die Gesundheit tut ihr Übriges dazu.

## **Gibt es Visionen – gibt es Leitsätze?**

Diese Frage habe ich mir für den Kanton Thurgau gestellt und Antworten aus verschiedenen Gemeinden, Städten zusammengetragen:

Der Thurgau soll ein generationenfreundlicher Kanton sein. Das alters- und familienfreundliche Umfeld soll eine grosse Selbstständigkeit erlauben, dadurch eine attraktive Teilnahme am sozialen Leben bis ins hohe Alter ermöglichen. Verschiedene Wohnformen werden angeboten und ein breites Angebot an ambulanten Dienstleistungen wirkt mitunterstützend.

Begegnungsorte für verschiedene Generationen, welche attraktiv und vielseitig sind, ermöglichen ein Miteinander und sind unterstützend inner- und ausserhalb der Familie.

Ältere Thurgauerinnen und Thurgauer werden laufend und aktiv in die Entscheidungsprozesse des Kantons, der Gemeinde und deren Entwicklung miteinbezogen. Aufgrund ihrer Erfahrungen, Bedürfnissen und Wünschen leisten sie damit einen wertvollen Beitrag. Sie, die ältere Generation, haben die Möglichkeit, insbesondere bei altersspezifischen Themen mitzureden.

In den grösseren Städten versucht man für Ältere lebendige und überschaubare Quartiere aufzubauen. Lebenswerte und dem Alter angepasste Quartiere gelten als wichtiger Schlüssel für die soziale Beteiligung und Integration, wie Alterswohnungen, -zentren und Residenzen etc..

Natürlich ist die Voraussetzung, dass man sich frühzeitig über eine geeignete Wohnform informieren soll und muss. Unterschiedliche Preisklassen sorgen für ein breites Angebot an Wohnformen. Natürlich wird heutzutage grosser Wert auch in der Altersbetreuung auf individuelle Wohnbedürfnisse gelegt.

Ein bedarfsgerechtes, ambulantes und stationäres Angebot für soziale und pflegerische Dienstleistung muss zur Verfügung stehen. Damit wird ihnen ermöglicht, lange selbstständig in ihrem gewohnten oder dem von ihrem gewünschten Umfeld zu leben. Wichtig ist, dass die Zielgruppen rasch und unkompliziert über ein breites Angebot an Dienstleistungen der

Altersarbeit sich verschaffen können. Die Koordination der verschiedenen Angebote von privaten und öffentlichen Fach- und Beratungsstellen wie auch Institutionen muss vorhanden sein.

Informationsplattformen und Dienstleistungen müssen vorhanden sein, damit sich die Seniorinnen und Senioren rechtzeitig und vor allem selbstbestimmt um die Gestaltung ihres Lebensraums im Alter kümmern können. Diese Angebote helfen Informationen und Übergänge in die neue Lebensphase zu finden, um die Zukunft zu gestalten und zu planen.

Besondere Rücksicht brauchen verletzte Personen, wie an Demenz erkrankte Personen, von Einsamkeit Betroffene, psychisch erkrankte Personen, Menschen mit Behinderung, von Armut betroffene, Sterbende und noch andere mehr. Deren besonderen Bedürfnissen der Begleitung muss Rechnung getragen werden, damit die Lebensqualität lange erhalten werden kann.

Alle älteren Menschen sollen sich sicher fühlen, gut und umfassend betreut werden. Ein bedarfsgerechtes Angebot an migrationsspezifischer Unterstützung wird mit Fachstellen, ausländischen Vereinigungen und Religionsgemeinschaften ausgearbeitet.

Wie bereits vorgängig Frau Dr. Marlies Näf in ihrem Referat aufgezeigt hat, müssen für die mit Pflege und Betreuung stark belasteten Angehörigen verschiedene Angebote zur Verfügung stehen, um sie zu entlasten und persönliche Freiräume zu erlangen.

Zu den Visionen gehören aber auch freiwillige Engagements. Mit anderen Organisationen müssen diese Engagements koordiniert werden. Freiwilligen-Arbeit ist wichtig, steigert die Lebensqualität der älteren Menschen, aber auch die der Freiwilligen selber

Die Beteiligung am aktiven Quartierleben ist Voraussetzung. Der gegenseitige Austausch von Ressourcen vermindert Isolation und Vereinsamung, sorgt für Lebensqualität aller.

Alle älteren Personen sollen sich, ihren Ressourcen und den Talenten entsprechend, am gesellschaftlichen Leben beteiligen. Im ganzen Kanton werden eine Vielzahl an unterschiedlichen Aktivitäten und Bildungsmöglichkeiten angeboten.

Rahmenbedingungen schaffen stärken die Ressourcen der älteren Generation und fördern so die Gesundheit der älteren Menschen.

Was ist die Entwicklung und was sind die Trends?

### **Demografische Entwicklung**

In einem Konzept habe ich gelesen, dass es „DAS ALTER“ nicht gibt. Die Verschiedenartigkeit im Alter ist enorm. Die Menschen werden durchschnittlich älter. Das Alter gilt zudem als jene Lebensphase, in der die Unterschiede zwischen Menschen noch grösser sind als in jüngeren Altersstufen.

#### *Zentrale demographische Trends*

- Die „Gesellschaft des langen Lebens“ bedingt ein längeres Rentenalter mit einem höheren Bedarf nach finanzieller Absicherung.
- In den höheren Altersgruppen steigen die Frauenanteile.
- Das Gefüge zwischen Generationen verändert sich stark:
  - Einem rasch wachsenden Anteil der älteren Bevölkerungsgruppen stehen schwächer besetzte jüngere und mittlere Arbeitsgruppen gegenüber.

- Eine längere gemeinsame Lebensspanne familialer Generation findet statt.
- Die Bevölkerungsgruppe sogenannter hochaltriger Personen erfährt eine besonders starke Zunahme.
- Die sogenannten „Babyboomer“ werden in naher Zukunft in grosser Zahl in die Altersphase eintreten und mit dafür sorgen, dass sich die Vorstellungen vom Leben im Alter deutlich verändern werden.

### *Steigende Lebenserwartung*

Im Durchschnitt erwarten Frauen und Männer heute nach der Pensionierung 20 bis 25 behinderungsfreie Jahre.

Der Anteil 65-jähriger und älterer Personen wird innerhalb von weniger als 15 Jahren (die Studie wurde 2011 gemacht mit der Zeitspanne bis 2025) um 31 % zunehmen. Die Zahl der 80-jährigen wird bis 16% wachsen in dieser Zeit.

Fast zwei Drittel der über 80-jährigen Bevölkerung sind Frauen, bei den Personen 90+ sogar fast drei Viertel.....

### *Wohnbevölkerung Kanton Thurgau und der Schweiz (der 65+ / 80+)*

Absolut TG	In %	Absolut CH	In %
(Gesamt) 247'073	100	7'954'662	100
(65+) 27'643	11.2	1'365'152	5
(80+) 10'566	4,9	382'286	5

Quellen Alterskonzept TG 2011 und Bundesamt für Statistik

### **Zentrale Herausforderung allgemein für den Thurgau – ja schweizweit**

Der in der Schweiz beobachtbare Wandel der Haushaltszusammensetzungen ist auch im Kanton Thurgau zu beobachten.

Herausforderungen bestehen darin, die Wohn-, Betreuungs- und Pflegeinfrastruktur für die wachsende Anzahl Personen rechtzeitig sicher zu stellen. Folgt der Kanton dem Trend „ambulant vor stationär“, sind als Alternative zum Ausbau der Alters- und Pflegeheimplätze hindernisfreies privates oder organisiertes Wohnen sowie eine gute Vernetzung der älteren Bevölkerung im Quartier sicher zu stellen. Damit tragfähige Quartierbeziehungen, unterstützende Nachbarschaften und lebendige kleinräumige Lebensorte im Jahr 2030 das Bild beherrschen, ist diese Entwicklung jetzt anzustossen und dauerhaft zu kultivieren.

Die Wünsche für gutes und autonomes Wohnen im Alter werden immer vielfältiger, vielgestaltiger. Die Ansprüche an altersgerechtes Wohnen steigen aufgrund der Wünsche der Älteren selbst wie im Kontext einer „ambulant-vor-stationär“ Politik, die in Zukunft nicht mehr gleich viele Heimplätze vorsieht wie heute. Gemeinden, Städte sehen sich in dieser Situation herausgefordert, ein breites und vielgestaltiges Spektrum an Wohnformen für das Alter zu sichern. Der beschriebene Anstieg der Zahlen älterer Menschen sowie der Wunsch älterer Menschen, möglichst lange in ihrem Privathaushalt leben zu können, führte dazu, dass für die wachsende Zahl an älteren Menschen neue Wohn- und Pflegeformen gefunden werden müssen.

Natürlich ist in den letzten Jahren sehr viel an institutionalisiertem Wohnen getan worden, jedoch müssen noch weitere Projekte umgesetzt werden. Es gilt in einem weiteren Schritt

den privaten Wohnraum für ältere Menschen zu optimieren. Konkret gesagt: Das Ziel muss sein, das „Älterwerden zuhause“ zu fördern, indem hindernisfreier Wohnraum geschaffen wird. Voraussetzung für dieses Ziel ist aber auch eine gute Vernetzung im Quartier, zu den Nachbarn und der Ausbau von wohnortnahen ambulanten Dienstleistungen. Künftige Wohnformen werden aus unterschiedlichen Mischformen bestehen. Ein weiteres Ziel bzw. ein Muss, ist, älter werdenden Menschen vor den Gefahren des Alltags zu schützen, ohne, *und das ist ganz wichtig, dabei ihr Freiheitsbedürfnis und ihre Selbstbestimmung einzuschränken.*

### **Was muss dazu getan werden? Beteiligung und Integration**

Grosse Teile der heutigen Generation älterer Menschen haben starkes Interesse an der aktiven Teilhabe und bringen entsprechende Erfahrungen und Kompetenzen mit. Darunter versteht man die systematische Beteiligung von älteren Menschen und in der Altersbetreuung an der Planung und Umsetzung von Alterspolitik und Altersarbeit. Dieses Engagement wirkt sich positiv auf das Stadt- Gemeindeklima aus, auch sind sie in der Lage, Verantwortungsrollen zu übernehmen, sich entsprechend ihrer Bedürfnisse und Fähigkeiten zu engagieren.

Was heisst es genau, wenn man das umsetzen würde:

- Breites Umdenken nötig
- Hohes freiwilliges Engagement
- An Themen sich zu beteiligen, aktiv einzugeben
- Wohnangebote bedarfsgerecht wie vorhin angeführt zu schaffen
- Ambulante Dienstleistungen und Angebote im nahen Umfeld

Weitere Herausforderung ist, dass sich alle daran beteiligen. Einwohnerinnen, Einwohner der Städte und Gemeinden, Vereine, Gewerbe etc. müssen sich zu dieser Thematik mobilisieren. Nur so ist die Chance gegeben, dass es funktionieren kann.

Wichtig ist auch, klar aufzuzeigen, dass man, also auch wir, dies nicht nur für uns machen sondern auch für die kommenden Seniorinnen und Senioren.

### **Alter und Migration**

Auch das darf heute nicht vergessen werden, dass die Bevölkerungsgruppe Migrantinnen und Migranten wächst und wird bereits 2020 etwa 400'000 Personen umfassen wird. Bereits Ende 2010 machten Personen ohne Schweizer Staatsbürgerschaft rund 10 Prozent der Wohnbevölkerung der über 65 jährigen aus. Weitere rund 10 Prozent dürften eingebürgerte Personen sein. Die Mehrzahl der über 80 jährigen ist weiblich.

Was zu beachten ist bei dieser Gruppe, sind die gesundheitlichen und ökonomischen Situationen, häufig aufgrund belastender Arbeitstätigkeit und frühzeitigen Ausscheidens aus dem Erwerbsleben. Demzufolge tiefere Renten als jene der gleichaltrigen Schweizerinnen und Schweizer. Das Armutsrisiko ist deutlich höher. Ausgrenzungen, Flucht und ungleiche Behandlung durch unterschiedliche Zeitpunkte der Migration können im Alter zu Re-Traumatisierungen führen. Seit einigen Jahren sind die Altersinstitutionen wohl darauf etwas sensibilisiert worden, doch gilt es hier mehr zu machen.

Zentrale Herausforderung soll auch hier sein, diese nicht nur als Zielgruppe von Dienstleistungen im Altersbereich wahrzunehmen, sondern auch als mitwirkende Akteure und Akteurinnen.

Die Lebensqualität der älteren Migrantinnen und Migranten muss situationsbezogen erhalten oder sogar verbessert werden. Dabei ist allen Nationen und Religionsgruppen Rechnung zu tragen.

### **Pflegebedürftigkeit im Alter**

Hier erlaube ich mir nur kurz darauf einzugehen, da ja Frau Dr. Marlies Näf bereits eine Zielgruppe angesprochen hat und ich denke, dass dies auch für andere betrifft und angewendet wird oder werden soll.

Grundsätzlich ist es so, dass ältere Menschen lange beschwerdefrei leben und erst in den letzten 2-3 Jahren pflegebedürftig sind. Die Lebenserwartung steigt, Menschen werden immer älter, was ich Ihnen vorgängig aufgezeigt habe.

Schweizweit betrachtet wird der grösste Teil der Pflegebedürftigen privat betreut und gepflegt. Fast immer liegt die Hauptlast der Pflege auf einer Hauptpflegeperson. Eine neue Herausforderung zeigt sich zudem in der zeitintensiven Betreuung und Pflege von demenzkranken Personen.

Wichtig ist, dass genügend stationäre Einrichtungen mit genügend Pflegeplätzen zur Verfügung stehen. Jede Stadt und jede Gemeinde muss da ihren Teil beitragen, um diese Voraussetzung zu erfüllen, wenn nicht, wird sie in die Pflicht genommen. Daneben bietet der Verein Spitex, Pro Senectute und andere private Organisationen ihre Hilfe, bzw. Unterstützung an.

Fazit:

Der Kanton Thurgau verfügt über ein umfassendes ambulantes und stationäres Dienstleistungsangebot für ältere Menschen. Es muss, und das ist ganz klar, immer wieder angepasst und situationsbedingt erweitert werden. Niemand soll im Alter allein gelassen und vergessen werden. Dazu aber gehört auch, dass sich ältere Personen nicht isolieren, so gut wie möglich am aktiven Leben teilnehmen, sich einbringen – und das frühzeitig.

Meine persönliche Meinung ist, dass man gut sein soll zu den Mitmenschen im Leben, Sorge trägt zu Freunden, andere Meinungen akzeptiert wie auch den Mensch so lässt, wie er ist, aber auch so sein kann, wie es für ihn, also für sich selbst stimmt. –ein wenig zufrieden sein, mit dem Vorhandenen und das Beste darauf machen, jeden Tag.

Und noch etwas: mit der Zeit gehen und nie stehen bleiben.

**Ich zitiere da Cicero: *fang nie an aufzuhören, höre nie auf anzufangen***

Mit diesen Worten schliesse ich meine zusammengetragenen Worte über die Gedanken, ein Alterskonzept im Thurgau, und danke Ihnen fürs Zuhören.

Ich wünsche Ihnen allen hier in Arbon einen wunderbaren Aufenthalt, sei es nachher beim Mittagslunch oder beim Museumsbesuch.

Schön, dass Sie sich die Zeit genommen haben, nach Arbon zu kommen, in meine schöne Stadt, wo ich gerne alt werde und hier alles vorfinde, was ich dazu brauche.