



70 JAHRE | ANS

GERONTOLOGIE CH

PRAXIS + FORSCHUNG

2|2023



Soziokulturelle Aktivierung
Anwendung, Entwicklung und
Potenzial im Altersbereich ab Seite 4

Generationen im Dialog

Wie ein Generationenprojekt
den Austausch fördert

Seite 14

Niemand da?

Altern ohne betreuende
Familienangehörige

Seite 16



SOZIOKULTURELLE ANIMATION

4 Soziokulturelle Animation im Altersbereich: Entwicklung und Potenziale

7 Vision von Pflege als Unterstützung für das Leben im Alters- und Pflegeheim

8 Berufsfeld Aktivierungsfachfrau/-mann HF

10 Solidarität lernen von der Bergregion

11 NOTIZEN

DREI STIMMEN

12 Was ist soziokulturelle Animation?

UND GENERATIONENTANDEM

14 «Miteinander statt nebeneinander»

GUT ALTERN

16 Gut altern ohne betreuende Familienangehörige

GEWALT IM ALTER

18 Ein vertrauliches Gespräch hilft

POLYMEDIKATION

20 Fehl- und Übermedikation in der Langzeitpflege – Symptommanagement als Gamechanger

ALTERSPOLITIK

22 Der Kanton Schaffhausen wird altersfreundlicher

ALTERSARMUT

24 Entstigmatisierung als Armutsprävention

26 NOTIZEN



8



16



22

IMPRESSUM

Herausgeberin

GERONTOLOGIE CH
Kirchstrasse 24
3097 Liebefeld
www.gerontologie.ch

Redaktionsleitung

Regula Portillo,
Patrick Probst,
komform GmbH
Redaktionskontakt:
mail@komform.ch
031 971 28 69

Redaktion

Camille-Angelo
Aglione, Walliser Alters-
und Pflegeheime; Valérie
Hugentobler, Haute école
de travail social et de la
santé Lausanne; Christoph
Hürny, Arzt; Barbara Ma-
sotti, Scuola universitaria
professionale della Svizzera
italiana; Delphine Roulet
Schwab, Institut
et Haute Ecole de la Santé
La Source (HES-SO);
Alexander Seifert, FHNW;
Andreas Sidler, Age-Stif-
tung; Dieter Sulzer, ZHAW;
Sara Tomovic, Fachbereich
Physiotherapie; Gabrielle
Wanzenried, Hochschule
Westschweiz HES-SO;
Albert Wettstein, Fachbe-
reich Gerontopraxis

Anzeigen

info@gerontologie.ch
Konzept und Gestaltung
komform GmbH,
Bern

Foto Cover

Getty

Übersetzungen

Sylvain Bauhofer
GERONTOLOGIE CH

Das Magazin für die Ver-
einsmitglieder erscheint
dreimal pro Jahr in einer
Auflage von 1600 Exem-
plaren. Der Verkaufspreis
ist im Mitgliederbeitrag
enthalten. Jahresabonne-
mente und Einzelausgaben
können bei der Heraus-
geberin bestellt werden.

ISSN 2673-4958

26. Juni 2023

© 2023 komform

Profitieren
Sie bis zum
31.7.2023 vom
Frühbucher-
tarif!



4. Nationale Fachtagung
GERONTOLOGIE CH

« En route »
Interprofessionelle
Ansätze für die
Mobilität im Alter
Donnerstag,
14. September 2023
Hotel ARTE, Olten

Das gedruckte Programm finden Sie
als Beilage in diesem Heft.

www.gerontologie.ch/fachtagung

Liebe Mitglieder

Liebe Leserinnen und Leser,

In dieser Ausgabe beschäftigen wir uns mit dem Thema soziokulturelle Betreuung und Begleitung. Worin besteht die soziokulturelle Arbeit mit älteren Menschen? Welche Berufsprofile sind involviert? Sie werden Projekte aus verschiedenen Regionen der Schweiz kennenlernen, insbesondere im Zusammenhang mit den Beziehungen zwischen den Generationen. Wie immer verschafft unser Magazin verschiedenen Themenbereichen Sichtbarkeit. So haben Sie die Möglichkeit, mehr über häusliche Gewalt gegen SeniorInnen zu erfahren und wie man ihren Zugang zu Hilfsangeboten fördern kann, aber auch darüber, wie es ist, alt zu werden, ohne auf pflegende Angehörige zählen zu können, über Altersarmut in der Schweiz und seniorenfreundliche Gemeinden.

Ich möchte Sie daran erinnern, dass im Anschluss an unsere 4. Nationale Fachtagung zum Thema Mobilität im Alter, ein festlicher Abend stattfindet, um gemeinsam mit unseren Mitgliedern und Partnern das 70-jährige Bestehen unserer Organisation zu feiern. Vergessen Sie nicht, sich anzumelden!

Ich wünsche Ihnen eine spannende Lektüre und einen wunderschönen Sommer.



Delphine Roulet Schwab

Dr. phil. Psychologie, Professorin am «Institut et Haute École de la Santé La Source (HES-SO)» in Lausanne. Präsidentin GERONTOLOGIE CH.
✉ d.rouletschwab@ecolelasource.ch

Soziokulturelle Animation im Altersbereich: Entwicklung und Potenziale

Soziokulturelle Animation kann entscheidend zur Bewältigung aktueller Herausforderungen beitragen: gesellschaftlicher Zusammenhalt, demographischer Wandel, soziale Teilhabe. Was will soziokulturelle Animation und wie funktioniert sie?

Text: Simone Gretler Heusser, Mario Störkle, Bernard Wandeler

Milena Mischol,
Soziokulturelle
Animatorin FH,
bei ihrer Arbeit im
Pflegezentrum.

Foto: 2023 Atelier
Buschbaum &
Soziokultur Schweiz



Soziokulturelle Animation (SKA) ist eine Ausbildung der Sozialen Arbeit, welche in der Schweiz auf Niveau Fachhochschule (FH) und Höhere Fachschule (HF) vermittelt wird. Die Ausbildung zum Bachelor of Science bieten in der Schweiz die HES-SO in der Romandie (Lausanne, Genf und Sieders) und die HSLU in Luzern als Vertiefungsrichtung der Sozialen Arbeit an. Ebenfalls in Luzern beheimatet ist die HF für Gemeindeanimation.

SKA hat einen emanzipatorischen Anspruch und orientiert sich an den vorhandenen Ressourcen. Angebote der SKA haben zum Ziel, (politisches) Handeln zu ermöglichen und den ganz gewöhnlichen Alltag mitzugestalten. Im Unterschied zur Sozialarbeit oder der Sozialpädagogik legt die SKA den Fokus auf die Gruppe und weniger auf das Individuum. Soziokulturelle AnimatorInnen sind Fachleute, die mit der gesellschaftlichen Vielfalt umgehen können. Die Aktivitäten finden dort statt, wo die Menschen sowieso schon sind, also im Quartier, im Dorf, in der Schule und am Arbeitsplatz. SKA verfügt über ein Set von partizipativen, ressourcenorientierten und am Alltag der Menschen anknüpfenden Methoden. Sie pflegt eine sozialräumliche, offene und partizipative Herangehensweise. SKA meint eine professionelle Haltung, welche situationsbezogen unterschiedliche Interventionspositionen einnimmt. Die Fachleute vermitteln zwischen Einheimischen und Neuzugezogenen, zwischen Alt und Jung, zwischen «Oben und Unten». Mit Konzepten wie Empowerment, Arbeit mit Freiwilligen, Einnehmen einer intersektio-

nen Perspektive sowie Vertreten einer intermediären Position ist die SKA geradezu prädestiniert, im Handlungsfeld Alter an sozial nachhaltigen, integrativen Antworten auf gesellschaftliche Herausforderungen mitzuarbeiten.

«Soziokulturelle Animation verfügt über ein Set von partizipativen, ressourcenorientierten und am Alltag der Menschen anknüpfenden Methoden.»

Einsatzbereiche von SKA im Altersbereich

In der Schweiz werden immer mehr Menschen immer älter – und dies oft bei guter Gesundheit. Ihr Beitrag an eine gute, für alle lebenswerte Gesellschaft ist wichtig. Zivilgesellschaftliches Engagement und realisierte Partizipation sind jedoch im Alter genauso wenig «Selbstläufer» wie bei anderen Altersgruppen. Die Gründe dafür sind vielfältig. Die generellen Veränderungen im zivilgesellschaftlichen Engagement verlangen zudem nach neuen, flexibleren Formen. Die «neue Freiwilligkeit» – nicht nur, aber auch von älteren Personen – findet oftmals projektbezogen statt und löst lebenslange Vereinsmitgliedschaften tendenziell ab. Die SKA arbeitet seit je in Projekten und verfügt daher über geeignete Partizipationsformen für ältere Menschen.

Während in den urbaneren Regionen der Schweiz mit Leitbildern und Alterspolitiken versucht wird, Antworten zu geben, besteht in den ländlichen Regionen insbesondere der deutschsprachigen Schweiz Nachholbedarf – auch das ist ein neues Feld für die SKA. In der Westschweiz arbeiten bereits heute mehr als 20% der AbsolventInnen der SKA in diesen Bereichen. Westschweizerische EMS (Alters- und Pflegeheime) machen in ihren Werbeproschüren darauf aufmerksam, dass in ihren Einrichtungen Soziokulturelle AnimatorInnen angestellt sind. Sie wollen der potenziellen Kundenschaft signalisieren: «Wir sind eine innovative, engagierte, offene und moderne Institution, die gut im Quartier integriert ist.»

Schliesslich sind auch die Gemeinden neu gefordert. Die intermediäre Position, die Vermittlung zwischen Zivilgesellschaft und Verwaltung oder politischen AmtsträgerInnen gehört dabei zu den Grundkompetenzen der SKA. Eine Schlüsselrolle kommt Fachpersonen der SKA bspw. bei der Organisation und Verstärkung von «Caring Communities» (CC) bzw. «sorgenden Gemeinschaften» zu. Bei diesen Sorge- und Unterstützungs-Netzwerken im Stadtteil, Dorf oder Quartier geht es darum, verantwortete Sorgearbeiten für ältere Menschen in fairer Weise zwischen Staat, Familien, Professionellen, Institutionen und Zivilgesellschaft aufzuteilen.

Soziokulturelle Altersprojekte lassen ältere Menschen auch selbst sprechen. Dabei ist es wichtig, die Zielgruppe(n) genau zu kennen. Bei alten Menschen ist die Vielfalt resp. die Heterogenität grösser als

Gemeinsam im Garten arbeiten – im Rahmen eines soziokulturell moderierten Generationenprojekts.

Foto: Age-Stiftung



z.B. bei Jugendlichen. Im Kontext Alter ist ein vertrauensvoller Beziehungsaufbau besonders wichtig. Um vulnerable Personen zu erreichen, braucht es – zumindest in einer Anfangsphase – aufsuchende Vorgehensweisen.

Jedes Altersprojekt ist auch ein Generationenprojekt – bezüglich Arbeitsgruppen, aber auch in der Zusammenarbeit von Projektleitung und Zielgruppe. Die Vernetzungsarbeit mit Partnerorganisationen ist dabei zentral. Viele Organisationen im Altersbereich haben einen engen Fokus auf eine bestimmte Zielgruppe, während die SKA respektive die Quartierarbeit einen breiten Fokus hat. Diverse kulturelle Ausdrucksformen sind dabei wertvolle Instrumente im Umgang von neuen, innovativen Lebensformen.

SKA: Diese Hausaufgaben müssen noch gemacht werden

Mit den aktuellen gesellschaftlichen Herausforderungen in der Schweiz hat die SKA in den letzten Jahren im Altersbereich ein neues Tätigkeitsfeld gefunden, welches in der Romandie schon deutlicher etabliert ist und in der deutsch-

sprachigen Schweiz ebenfalls einen markanten Aufschwung erlebt. Zugleich stehen viele Organisationen stark unter Druck. Gerade die zunehmende Privatisierung von sozialen Projekten sowie der gängige Finanzierungsmodus über projektbezogene Leistungsvereinbarungen können häufig dazu führen, dass Projekte vor allem dort umgesetzt werden, wo schnelle Erfolge möglich sind: in mittelständischen Quartieren mit vielen gut qualifizierten, in freiwilligem Engagement sozialisierten Personen. Dabei besteht das Risiko, Personen faktisch auszuschliessen, die zu wenig «partizipationsfit» sind oder die aufgrund ihrer Lebenssituation keine Gelegenheit hatten, sich zivilgesellschaftlich zu engagieren, weil sie mehrere Lohnarbeit-Jobs miteinander kombinieren mussten, um finanziell über die Runden zu kommen. Oder weil sie an das lokale Vereinsleben einfach keinen Anschluss fanden.

SKA hat das Potenzial, diesen Entwicklungen entgegenzutreten und in kleinen Schritten sanft und beharrlich die soziale Teilhabe aller zu verbessern. In der SKA geht es nicht nur darum, den

gesellschaftlichen Zusammenhalt zu fördern, sondern auch darum, soziale Gerechtigkeit anzustreben. ■



Simone Gretler Heusser

lic. phil., MPH, ist Dozentin und Projektleiterin am Institut für Soziokulturelle Entwicklung an der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit. Ihre Arbeitsschwerpunkte sind Alter, gesellschaftlicher Wandel, sowie soziale Ungleichheit in Stadt- und Quartierentwicklung.

✉ simone.gretler@hslu.ch



Mario Störkle

Dr. phil., Soziologe M.A., ist Dozent und Projektleiter am Institut für Soziokulturelle Entwicklung an der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit. Seine Arbeitsschwerpunkte sind Alter, zivilgesellschaftliches Engagement sowie Stadt- und Quartierentwicklung.

✉ mario.stoerkle@hslu.ch



Bernard Wandeler

Dozent und Projektleiter an der Hochschule Luzern - Soziale Arbeit, hat in den letzten 25 Jahren mehr als 1200 Studierende der Soziokultur begleitet.

✉ bernard.wandeler@hslu.ch

Vision von Pflege als Unterstützung für das Leben im Alters- und Pflegeheim

Die Fondation Castel Notre-Dame in Martigny geht neue Wege in der Pflege.

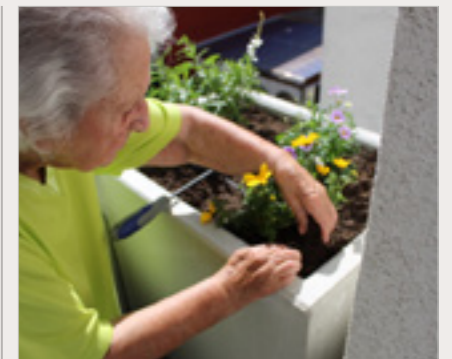
Text: Valérie Hugentobler, valerie.hugentobler@hetsl.ch

Jérémie Lugari, soziokultureller Animator und Direktor des Alters- und Pflegeheims Castel Notre-Dame, hat sich zum Ziel gesetzt, «das Leben höher zu gewichten als das blosse Überleben und aus dem Pflegeheim kein Langzeitspital zu machen.» Nachdem die Einrichtung von der ersten Covid-Welle im Jahr 2020 stark betroffen war, beschloss die Leitung, die Montessori-Methode einzuführen und das gesamte Personal entsprechend umzuschulen. Im Fokus der Betreuungsarbeit stehen dabei nicht die Schwächen oder gesundheitlichen Defizite, sondern vor allem die Stärken der Bewohnenden. Sie sollen dabei unterstützt werden, was sie selbständig tun können. Die Autonomie des Menschen soll so lange wie möglich erhalten bleiben.

Jérémie Lugari und sein Team gehen davon aus, dass Personen, die im Pflegeheim leben, dort zuhause sind. Die Pflegenden, die dort arbeiten, sind folgerichtig die Gäste. Die geleistete Pflege wird so zu einer Unterstützung des Lebens zu Hause, ebenso wie die anderen angebotenen Leistungen wie Hotellerie, Technik oder Verwaltung. Diese häusliche Logik – «man pflegt zu Hause» – zielt darauf ab, die Lebensqualität und Gesundheit sicherzustellen, damit

sich die Bewohnenden nach ihren eigenen Kriterien wohlfühlen, ihre Identität bewahren und ihre Rechte wahrnehmen können. Der komplexe Strukturwandel wird in der Institution nach und nach vollzogen. Die Pflegefachkräfte machen weiterhin den Grossteil des Personals aus, aber die Vision der Pflege als Unterstützung verschiebt die Bedeutung der verschiedenen Kompetenzbereiche, die zur Unterstützung der Bewohnenden erforderlich sind.

Pflegefachkräfte (und das gesamte Team) entscheiden mit, wie sie die Betreuung gestalten wollen. Die Überlegungen beziehen sich zum Beispiel auf Alternativen zu medikamentösen Lösungen. Wenn eine Bewohnerin oder ein Bewohner nachts aufsteht: Kann man ihr oder ihm statt eines Schlafmittels einen Tee oder eine Aktivität anbieten? Die Fachkräfte erhalten mehr Spielraum und Freiheit, um Alternativen auszuprobieren, statt je nach Situation festgelegten Standardprotokollen folgen zu müssen – unter Berücksichtigung der klinischen Diagnose, die nach wie vor oberste Priorität hat. Jérémie Lugari sagt, dass «der neue Ansatz der Arbeit wieder mehr Sinn gegeben hat und es möglich macht, die Bewohnenden unabhängig von ihrem Gesundheits-



zustand als Personen und nicht als Pflegeobjekte zu betrachten». Die Erfahrungen sind durchwegs positiv: Bewohnende, die teilweise unter schweren kognitiven Einschränkungen leiden, haben wieder zu einer aktiven Rolle im Pflegeheim gefunden. Sie erledigen Aufgaben in der Wäscherei, im Garten oder der Reinigung, fühlen sich gebraucht und nehmen am gesellschaftlichen Leben der Einrichtung teil. Das verändert nicht nur ihre Einstellung und Haltung, sondern auch jene der Angehörigen und Fachkräfte.

Auch wenn die neue Pflegevision heute in der Einrichtung weitgehend akzeptiert zu sein scheint, erinnert Jérémie Lugari daran, dass ihre Umsetzung eine konsequente und langfristige Arbeit voraussetzt, die letztlich aber dazu führe, «die Freude an der Arbeit zu verzehnfachen!». ■

Berufsfeld Aktivierungsfachfrau/ -mann HF

Decken die Ausbildungen ab,
was im Alltag gebraucht wird?
Eine nationale Studie zieht Bilanz.

Text: **Camille-Angelo Aglione**



Die Ausbildung zur Aktivierungsfachperson stammt aus dem Bereich der Ergotherapie und wurde in den 1970er-Jahren eingeführt. Deshalb werden Aktivierungsfachpersonen auch heute noch mit Fachleuten aus der Pflege in Verbindung gebracht – zwei Bereiche mit teilweise ähnlichen Kompetenzen. In der Westschweiz ist der Begriff «Aktivierung» geläufiger als «soziokulturelle Animation», und die in diesem Bereich tätigen Fachpersonen haben eine Ausbildung im sozialen Bereich absolviert.

Im Auftrag der nationalen Dachorganisation der Arbeitswelt Gesundheit (OdASanté) hat das Büro für arbeits- und sozialpolitische Studien BASS eine Studie durchgeführt.

Auch Aktivierungstherapie gehört zum Berufsfeld der soziokulturellen Animation.

Foto: Shutterstock

Es hat die Tätigkeitsbereiche und Kompetenzen, die über die Ausbildung zur Fachperson Aktivierung (Diplom HF) vermittelt werden, verglichen mit Berufen, die in der Alltagsgestaltung in Institutionen der Langzeitpflege tätig sind.

Der Bericht kombiniert die Analyse der Zertifikatslehrpläne, eine Online-Befragung von 366 Fachleuten und Interviews mit einer Resonanzgruppe. Er verweist auf den differenzierten Ansatz zwischen der Westschweiz und den übrigen Kantonen. Während in der Deutschschweiz und im Tessin die Gewichtung auf einem therapeutischen Ansatz liegt, verfolgen die französischsprachigen Kantone über die Ausbildung zum soziokulturellen Animator/zur soziokulturellen Animatorin FH einen Ansatz, der auf die Stärkung der sozialen Rolle der Zielgruppen, die Förderung der sozialen Integration und die Entwicklung sozialer Fähigkeiten abzielt. Trotz dieser unterschiedlichen Schwerpunkte kommt die Studie zum Schluss,

dass sich die beiden Ansätze in ihren Methoden der Reflexion und Evaluation sehr ähnlich sind.

Die Fachpersonen, die an der BASS-Umfrage teilgenommen haben, wurden nach den benötigten Kompetenzen gefragt, welche heute und in Zukunft für die Gestaltung des Alltags und die Begleitung von älteren Menschen in der Langzeitpflege notwendig sind. Die Auswertung der Umfrage bestätigt, dass die bereitgestellten Ausbildungslehrgänge die erforderlichen Kompetenzen gut abdecken, und dies auch in Zukunft so sein dürfte.

Die AutorInnen der Studie weisen jedoch darauf hin, dass Anpassungen notwendig sein werden, um der zunehmenden Ausrichtung auf die häusliche Betreuung und der Entwicklung unterstützender Technologien gerecht zu werden. Dass es heute verschiedene Ausbildungslehrgänge gibt, sei unproblematisch – diese trügen im Gegenteil dazu bei, die unterschiedlichen Bedürfnisse besser abzudecken. Die AutorInnen

halten jedoch fest, dass der «therapeutische» Ansatz der Aktivierung HF gefördert werden könnte, wenn die Kompetenzen unter dem Aspekt des Krankenversicherungsgesetzes entwickelt werden müssten, während der Ansatz der Gemeinschaft in der Westschweiz eher einer Entwicklung innerhalb von Caring Communities oder der Unterstützung pflegender Angehöriger entspricht. ■



Mehr wissen:

Zum Download: Der Schlussbericht zur Berufsfeldanalyse Alltagsgestaltung/Aktivierungstherapie.



Camille-Angelo Aglione

Direktor der Walliser Vereinigung der Alters- und Pflegeheime (AVALEMS).
✉ camille-angelo.aglione@avalems.ch

Anzeige

LÄNGER DAHEIM WOHNEN. DANK BEZUGSPFLEGE DER PRIVATEN SPITEX.

**Gleiche Person, gleiche Zeit, gleicher Ort –
das einzigartige Pflege- und Betreuungskonzept.**

Die ASPS vertritt 354 Organisationen mit über 15000 Mitarbeitenden. Der Marktanteil in der Pflege beträgt je nach Region 10 bis 45%. Private Spitex-Organisationen leisten einen wichtigen Beitrag für die Versorgungssicherheit. Sie sind systemrelevant.

ASPS
SPITEXPRIVEE.SWISS

Gratisnummer 0800 500 500
www.spitexprivee.swiss

Solidarität lernen von der Bergregion

Im Nordtessin schaffen ältere BürgerInnen eine solidarische Gemeinschaft. Das Projekt macht Schule.

Text: Barbara Masotti, barbara.masotti@supsi.ch

Die Bergregionen sind besonders auf solidarische Formen der Altersbetreuung angewiesen. Der Zugang zu Dienstleistungen ist schwierig, die Distanz zu auswärts lebenden Familienmitgliedern gross. «Regione Solidale» (RS) ist ein Projekt, das 2016 in einigen Tälern des nördlichen Tessins startete. Nun wird die sogenannte Gemeinschaftsmethode auf weitere Gebiete ausgedehnt. Vier Fragen an den Verantwortlichen Yves Toutounghi, und die Koordinatorin für die Täler Blenio und Leventina, Floriana Bucovaz Ciarelli.

1 – Wie funktioniert die Initiative «Regionale Solidale»?

«Das Projekt, das sich zum Teil am Modell der «quartiers solidaires» von Pro Senectute und den Erfahrungen der ATTE (Associazione Ticinese Terza Età) orientiert, richtet sich an Menschen ab 55, die im entsprechenden Gebiet zu Hause wohnen und nicht erwerbstätig sind; Menschen mit dem Wunsch, Aktivitäten vorzuschlagen oder auch nur daran teilzunehmen, um mit den Bewohnenden der Umgebung in Kontakt zu kommen und so eine aktive Gemeinschaft zu schaffen und zu festigen. Ziel ist es, diese Menschen zu erreichen

und sie zu Hauptakteuren bei der Gestaltung und Verbesserung ihres eigenen Wohlbefindens und dem der Menschen in ihrem Umfeld zu machen. Dieses Empowerment ist besonders interessant für die älteren Menschen von heute, die 68er-Generation, der es schwerfällt, sich mit traditionellen Formen des Zusammenlebens zu identifizieren.

2 – Welches ist die Rolle der ATTE?

«Wir arbeiten nicht in Einrichtungen und schlagen keine Aktivitäten vor, sondern sind vor Ort präsent, um die Leute zu ermutigen, Projekte zu entwickeln, die auf ihre Bedürfnisse und Interessen abgestimmt sind. Wir unterstützen sie dabei mit Instrumenten, die es ihnen ermöglichen, ihre Fähigkeiten und ihr Wissen anderen zugänglich zu machen, Visionen einzubringen und neue Initiativen zu starten.»

3 – Was schlagen die BürgerInnen vor?

«Für sie ist das Netzwerk in erster Linie eine Möglichkeit, sich zu treffen und kennenzulernen: Es gibt Menschen, die schon immer in derselben Gegend gelebt haben und erst jetzt zu Freunden werden. Sie treffen sich regelmässig in entspannter und familiärer Atmosphäre und entwickeln im

Austausch ihre Ideen. Sie organisieren gemeinsame Ausflüge oder veranstalten Tauschbörsen. Sie bieten Hilfen an, z.B. bei Übersetzungen, Computerkursen oder beim Transport; jemand, der sich für Musik begeistert, versucht sich an kleinen Konzerten; jemand anders organisiert Veranstaltungen mit alten Dias aus der Gegend. Zwei Teilnehmerinnen, die sich vor der RS nicht kannten, fühlten sich während der Pandemie einsam und zogen zusammen. Als die Pandemie vorbei war, kehrte jede in ihre eigene Wohnung zurück: Sie fühlten sich gestärkt durch das Band der Freundschaft und der Selbsthilfe, das zwischen ihnen entstanden war.»

4 – Wer finanziert die RS?

Die Grundfinanzierung wird von der UACD (Ufficio degli anziani e delle cure a domicilio) des Kantons Tessin bereitgestellt. Die teilnehmenden Gemeinden und ATTE leisten logistische Unterstützung und stellen ihr Fachwissen und ihre Ortskenntnisse zur Verfügung. ■



Mehr wissen:

attebiascaevalli.ch/regione-solidale/

Generationen-Barometer 2023

Generation Z sieht einen Graben zwischen Jung und Alt.

Was bewegt die Generationen und was belastet sie? Wie wird der Zusammenhalt zwischen den Generationen wahrgenommen? Zum dritten Mal hat das Berner Generationenhaus mit dem Forschungsinstitut Sotomo eine repräsentative Studie durchgeführt, um den Puls der Schweizer Bevölkerung zu fühlen.



Auffällig ist beim diesjährigen Generationen-Barometer, dass über die Hälfte der jungen Erwachsenen einen Graben zwischen den Generationen wahrnimmt – eine neue Entwicklung. Zwischen Jung und Alt gibt es ausserdem grosse

Unterschiede, was die Lebenszufriedenheit betrifft. Fast die Hälfte der Befragten über 55 ist mit dem eigenen Leben sehr zufrieden. Von den jungen Befragten unter 36 ist hingegen nur jede fünfte Person sehr zufrieden. Junge Befragte fühlen sich auch am stärksten aufgrund des Alters benachteiligt.

Über alle Altersgruppen hinweg fällt auf, dass der Blick in die Zukunft düster ausfällt: Zwei Drittel der Befragten geben an, eher pessimistisch oder pessimistisch in die Zukunft zu blicken. Bei jungen Menschen ist dieser Anteil am höchsten. Gleichzeitig sieht diese Altersgruppe den grössten Spielraum, die Zukunft mitzugestalten. ■



Mehr wissen:

www.begh.ch/generationen-barometer



Das läuft im Jubiläumsjahr

Jubiläumskampagne mit Verlosung

Zu unserem Jubiläum stellen wir Ihnen folgende Frage: «Wann bin ich alt?» Wir freuen uns auf Ihre Antwort! Wenn Sie mitmachen, können Sie an unserer Verlosung teilnehmen und gewinnen mit etwas Glück einen Einkaufsgutschein im Wert von 300, 200 oder 100 Franken. Einsendeschluss ist der 31. Juli 2023.

www.gerontologie.ch/70-jahre

Jubiläumsfest

Das Jubiläumsfest findet im Anschluss an unsere nationale Fachtagung am 14. September 2023 von 17–20 Uhr im Hotel ARTE in Olten statt. Mit der Vernissage der grossen Slideshow zur Jubiläumskampagne, dem zweisprachigen Zauberer Lionel, einem Rückblick auf die letzten 70 Jahre GERONTOLOGIE CH sowie Ludwig Haslers Ausblick auf das «Alter(n) der Zukunft» erwartet Sie ein spannendes Programm.

www.gerontologie.ch/jubilaeum

Slideshow zur Jubiläumskampagne

Die Slideshow zur Jubiläumskampagne soll im Herbst 2023 als «Wanderausstellung» in verschiedenen Regionen der Schweiz zu sehen sein. Genauere Angaben folgen im Laufe des Sommers.

Magazin-Jubiläumsausgabe

Die Ausgabe 3/2023 von GERONTOLOGIE CH Praxis + Forschung erscheint Ende November und wird ganz im Zeichen des Jubiläums stehen. Lassen Sie sich überraschen! ■

Was ist soziokulturelle Animation?

Wie setzen Sie diese im Alltag um und worin bestehen die Herausforderungen?

«Seit mehreren Jahren passt sich die soziokulturelle Animation den veränderten Ressourcen und Schwierigkeiten der in Alters- und Pflegeheimen lebenden Personen an. Die Arbeit in Einzel- und Kleingruppen entwickelt sich als Ergänzung zu den gemeinschaftlichen Aktivitäten.»

«Die soziokulturelle Animation in einem Tageszentrum für Sozialhilfe (CDSA) muss die Bedürfnisse und Interessen der Menschen erkennen. Ihre Rolle besteht darin, bei Bedarf die ausgedrückten oder unbewussten Motive der Nutzenden und des Netzwerks miteinander zu verbinden. Anschliessend die Aktivitäten zu unterstützen, bei deren Konzeption und Durchführung die Nutzenden eine aktive Rolle spielen können, um dann von den gemeinsamen Erfahrungen zu profitieren.

Die Herausforderungen und Perspektiven unseres Berufs liegen darin, im Alltag sogenannte «bewegliche Gleichgewichte» herzustellen und aufrechtzuerhalten. Damit gemeint ist eine offene Haltung, indem alle Beteiligten bereit sind, sich sanft überraschen zu lassen und ihre Tage gemeinsam mit anderen zu verbessern. Es werden Fähigkeiten angeregt, ohne dass deren Ausübung vorherrschend sein soll. Alle Vorschläge werden geschätzt und gegenseitiger Respekt ist ein wichtigstes Ziel. In der soziokulturellen Animation soll man sich nicht aufdrängen, sondern so ehrlich und aufmerksam wie möglich bleiben und die gleiche Aufmerksamkeit auch einfordern.»

Vasco Viviani, Silvia Avalli und Valentina Gnesa
Tagesstätten-Verantwortliche der Pro Senectute in Solduno, Faido und Maggia (TI)

«In der soziokulturellen Animation geht es um den sozialen Kitt – um das Zusammenleben und das Teilhaben von allen am gesellschaftlichen Leben. Ich begleite als Altersbeauftragte die Gemeinde in der Entwicklung ihrer Ideen, Konzepte und Strategien zur Förderung und Umsetzung einer attraktiven Alterspolitik und nehme eine vermittelnde Rolle ein zwischen Behörden, Akteurinnen und Akteuren sowie der Bevölkerung. Ich koordiniere, informiere, fördere Kooperationen und Zusammenarbeiten und begleite Prozesse im Aufbau von neuen Strukturen und Projekten.

So ist mittels einer Bedürfnis- und Bedarfserhebung ein regionales Altersleitbild entstanden und die Vision einer «Sorgenden Gemeinschaft». Als erste Umsetzung des Leitbildes starteten wir mit einem Begegnungsort als Herzstück.

Gerade mit der demografischen Entwicklung sind Visionen des Zusammenlebens sowie der Sorgeskultur und -struktur wichtig. Die Begleitung von Gemeinden und Stadtteilen in der Entwicklung und Umsetzung ihrer Alters- und Sozialpolitik ist wegweisend und entwicklungsfähig. Eine der Herausforderungen dieser Tätigkeit ist sicher die vermittelnde Position zwischen unterschiedlichen Sprachen, Bedürfnissen und Ansichten.»

Stefanie Lüthi
Beauftragte für Alter und Generationen in Grosshöchstetten (BE)



«In meinem Alltag ist die Animation eine Brille mit bunten Gläsern, die die Ressourcen und ungeschliffenen Diamanten hervorhebt, die im Herzen jedes Menschen, jeder Gruppe oder sogar der Gesellschaft stecken.

Die soziokulturelle Animation in Alters- und Pflegeheimen hat eine zweifache Funktion. Die erste ist auf die Bewohnenden ausgerichtet: Sie ist Garant dafür, dass die betreuten Personen immer über Entscheidungs-, Ausdrucks- und Verwirklichungsräume für ihre Wünsche verfügen. Die zweite Rolle ist eine institutionelle: Sie stellt sicher, dass das Pflegeheim ein offener und sozialer Ort des Lebens bleibt.

Seit mehreren Jahren passt sich die Animation den veränderten Ressourcen und Schwierigkeiten der in Alters- und Pflegeheimen lebenden Personen an. Die Arbeit in Einzel- und Kleingruppen entwickelt sich als Ergänzung zu den gemeinschaftlichen Aktivitäten. Diese Schritte sind richtig und notwendig. Es geht darum, sich selbst und den soziokulturellen Auftrag der Betreuung nicht aus den Augen zu verlieren. Die Ergänzung von Pflege und Sozialem muss fortgesetzt und vor allem nach den auf das Gesundheitswesen fokussierten Covid-Jahren neu verankert werden.»

Valérie Genoud
Verantwortliche für Soziokultur und häusliche Pflege, Mitglied der Direktion bei der Stiftung Silo (EMS, Échichens, VD)

«Miteinander statt nebeneinander»

«Warum ein Generationenprojekt?», diese Frage wird dem Geschäftsleiter des Thuner Vereins UND Generationentandem, **Elias Rüegegger**, immer wieder gestellt. Ein kleiner Einblick in das Thuner Generationenprojekt.

Text: **Rebekka Flotron**



Im Generationendialog wird digitales Wissen vermittelt. Es gibt zahlreiche Angebote rund um das Thema Technikhilfe.

Fotos: Hans-Peter Rub

Das Alter ist keine Charaktereigenschaft – jeder Mensch ist individuell, hat eigene Vorstellungen, Erfahrungen und Ansichten. Gleichzeitig werden unterschiedliche Generationen auf unterschiedliche Art und Weise sozialisiert und von unterschiedlichen Ereignissen geprägt – Mitglieder verschiedener Generationen leben zeitgleich, haben aber unterschiedliche Prioritäten. Passend dazu sagte der Schweizer Generationenforscher François Höpfliger:

«Wir alle werden in Generationenbeziehungen geboren, egal ob wir es wollen, und sie prägen unser Leben in einem hohen Mass.»

Wenn Generationen aufeinandertreffen, treffen auch unterschiedliche Lebenswelten aufeinander und das kann zu Konflikten führen, insbesondere weil sich Mitglieder verschiedener Generationen immer seltener begegnen. Im Februar 2023 lancierte UND Generationentandem das neue Workshop-Format «Generatione-

konflikt? Generationendialog», bei dem es nicht darum gehen sollte, Generationenkonflikte zu verhindern, sondern zu lernen, wie wir uns konstruktiv mit Konflikten auseinandersetzen. Zum Einstieg fragten die ModeratorInnen Tabea Keller (22) und Fritz Zurflüh (69): Wie oft pflegst du ausserhalb deiner Familie und deinem Berufsleben Kontakte zu Mitgliedern anderer Generationen? Die kleine Umfrage zeigte: nicht oft. «Die Generationen leben nebeneinan-

derher – nicht miteinander», pflegt Elias Rüegegger (28) dazu zu sagen.

Dabei liegt im generationenübergreifenden Austausch und in der Zusammenarbeit der Generationen grosses Potenzial: Eine Studie der Hochschule Luzern besagt, dass junge Menschen lernfähiger und innovativer sind als ältere Menschen, wogegen diese aber in breitere Netzwerke integriert und in schwierigen Situationen resilienter sind. Insbesondere um den grossen gesellschaftlichen Herausforderungen – seien das Pandemien oder die Klimakrise – zu begegnen, scheint es deshalb sinnvoll, diese unterschiedlichen Kompetenzen zu nutzen.

Generationenübergreifende Begegnungen

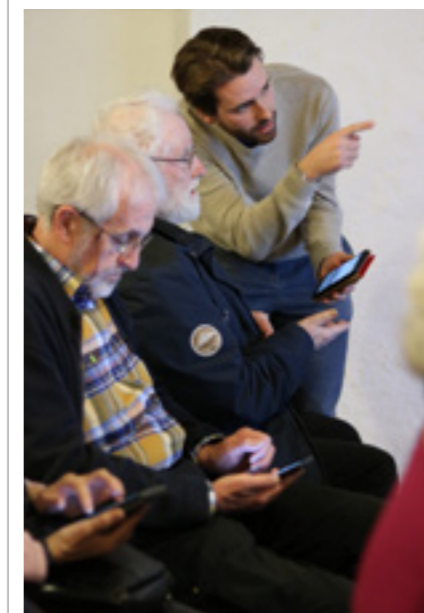
UND Generationentandem ermöglicht bewusst generationenübergreifende Begegnungen: Veranstaltungen werden in generationendurchmischten Teams organisiert, redaktionelle Beiträge in Generationentandems geschrieben, älteren Menschen wird Technikhilfe durch jüngere Engagierte angeboten und im von UND Generationentandem betriebenen Begegnungszentrum Offenes Höchhus allen Generationen Raum für Austausch und Begegnung geboten. Dabei verfolgt UND Generationentandem immer den Grundsatz: Jede neue engagierte Person fügt sich wie ein zusätzliches Teilchen an dieses nie endende Puzzle an und bereichert das grosse Gesamtbild mit ihren Interessen und Fähigkeiten. Bei UND Generationentandem kann ein 18-jähriger Mann, der seine Lehre abgebrochen hat, Verant-

wortung im Bereich Multimedia übernehmen oder ein 92-jähriger Mann sich im Plakatieren versuchen.

Seit 10 Jahren sammelt UND Generationentandem Erfahrungen mit Generationenarbeit – und teilt diese Erfahrungen auch gerne. UND Generationentandem unterstützt das Nachahmen seiner Formate und Ansätze. Aktuell unterstützt UND Generationentandem den Gemeindeverbund Hilterfingen, Oberhofen und Heiligenschwendi bei der Erarbeitung des Generationenleitbilds «zäme redä zäme läbe», um diesen Gemeinden zu einem Generationenmiteinander, welches bei UND Generationentandem fast selbstverständlich ist, zu verhelfen.

Unorthodox zum Erfolg?

«Ihr seid unorthodox», sagte ein Mitarbeiter der Gemeinde Steffisburg kürzlich bei seinem ersten Besuch im von UND Generationentandem betriebenen Begegnungszentrum Offenes



Höchhus in Steffisburg, «das macht euch so erfolgreich.» Ob UND Generationentandem erfolgreich ist? Der Erfolg kann schlecht bemessen werden – weder finanziell noch betreffend gesellschaftliche Auswirkung. Die MacherInnen und auch die NutzerInnen von UND Generationentandem sind immerhin überzeugt: UND Generationentandem macht und gibt Sinn. Deshalb kommen sie immer wieder. ■



Mehr wissen:

UND Generationentandem, ein gemeinnütziger Verein aus Thun, setzt sich seit 2012 für ein stärkeres Miteinander der Generationen ein – dies gerade ausserhalb der Familien- und Berufswelt. Der Verein lädt zu Veranstaltungen vom Stammtisch über Politpodien bis zum Generationenfestival ein und betreibt das Begegnungszentrum Offenes Höchhus in Steffisburg. Über 100 Menschen aus allen Generationen engagieren sich freiwillig bei UND Generationentandem.



Rebekka Flotron

ist Teil der Geschäftsstelle bei UND Generationentandem und koordiniert die Redaktion.

✉ r.flotron@generationentandem.ch

Gut altern ohne betreuende Familienangehörige

Nicht alle älteren Menschen können im Fragilisierungsprozess auf die Sorgearbeit enger Familienangehöriger zählen. Eine Studie der FHNW liefert neue Erkenntnisse über die Gruppe älterer Menschen ohne betreuende Familienangehörige und ihre Bedürfnisse, Wünsche und Ängste.

Text: Isabel Heger-Laube, Rebecca Durollet

Bei älteren Menschen ohne betreuende Familienangehörige handelt es sich um eine heterogene Gruppe. Was sie eint, ist, dass sie im Alter aus verschiedenen Gründen nicht auf die unbezahlte Sorgearbeit von Partnerinnen und Partnern oder Kindern zählen können. Alt werden ohne betreuende Familienangehörige ist also eine Situation, in der sich theoretisch jeder ältere Mensch irgendwann wiederfinden könnte.

Nicht besondere Vulnerabilität, aber besondere Herausforderungen

Die Situation, ohne betreuende Familienangehörige alt zu werden, kann zwar nicht direkt mit besonderer Vulnerabilität gleichgesetzt werden. Wenn aber die finanziellen, sozialen, kulturellen, körperlichen oder geistigen Ressourcen nicht ausreichen, sind diese älteren Menschen bei zunehmender Fragilisierung potenziell mit besonderen Herausforderungen konfrontiert und nicht immer in der Lage, ein gutes Leben nach eigenen Vorstellungen zu verwirklichen.



Gute Betreuung im Alltag – ein Beispiel.

Foto: Getty

Die Bedürfnisse, Wünsche und Ängste der Zielgruppe sind so unterschiedlich wie die Menschen selbst. Insbesondere ihre psychosozialen Bedürfnisse sind verschieden: Manche Personen fühlen sich im Alter beispielweise mit wenig sozialen Kontakten wohl oder haben noch ein grosses soziales Netzwerk. Andere hingegen sind im Alter nicht mehr in der Lage, das Mass an sozialen Kontakten zu pflegen, das sie gerne hätten.

Während Pflege und Hilfe im Alter in der Schweiz sozialstaatlich geregelt sind, gibt es noch kein entsprechendes Anrecht auf Betreuung. Die psychosozialen Bedürfnisse kommen im gegenwärtigen Unterstützungssystem daher oft zu kurz.

Der fiktive (aber keineswegs aussergewöhnliche) Fall von Frau Weber, 87, illustriert diese problematische Lage sehr gut. Sie ist verwitwet und ihr einziger Sohn wohnt im Ausland. In ihrer Mobilität ist sie bereits stark eingeschränkt. Im Alltag bekommt sie von verschiedenen Seiten Unterstützung. Sie schätzt diese Unterstützung und den Kontakt mit ihren Unterstützungspersonen sehr, fühlt sich im Allgemeinen aber trotzdem einsam. Ihre psychosozialen Bedürfnisse sind daher nicht erfüllt.

Wege, das psychosoziale Wohlbefinden zu stärken

Unsere Studie zeigt, dass es einen Zusammenhang zwischen dem psychosozialen Wohlbefinden älterer Menschen ohne betreuende Familienangehörige und ihrer Unterstützungssituation im Alter gibt. Wenn sie nicht mehr selbstständig in der Lage sind, ihre

eigenen Vorstellungen eines guten Lebens zu verwirklichen, kann gute Betreuung dazu beitragen, ihre Lebensqualität zu bewahren oder zu verbessern. Häufig werden jedoch vor allem psychosoziale Bedürfnisse nicht geäussert oder erkannt. Die eigene Situation anzuschauen und ungedeckte Bedürfnisse zu eruieren ist daher der erste Schritt.

Im vorliegenden Fall ist es die Haushälterin Frau Santos, die bemerkt, dass etwas geschehen muss, damit Frau Weber sich nicht mehr so einsam fühlt. So sucht sie das Gespräch mit Frau Weber und bietet ihr an, einen Kontakt zur lokalen Nachbarschaftshilfe herzustellen. Nach ein paar Wochen erzählt Frau Weber, dass sich der Kontakt schön entwickelt und sie sich jedes Mal auf die Besuche der Nachbarschaftshelferin sowie die Aktivitäten am Wochenende freut. Das Einzige, was Frau Weber weiterhin bedauert, ist, dass sie nicht noch mehr Zeit mit Frau Santos verbringen kann – denn weder ihre Finanzen noch die Arbeitsbedingungen ihrer Haushälterin lassen dies zu.

Unterstützung im Alter kommt ohne Betreuung nicht aus

Betreuende Familienangehörige leisten im Alltag nicht nur Gesellschaft, sondern können oft auch die unausgesprochenen Wünsche oder Bedürfnisse ihrer betagten Angehörigen «aufspüren». Dadurch wird deutlich, wie wichtig es ist, dass Unterstützung auch dem psychosozialen Wohlbefinden Rechnung trägt. Bei älteren Menschen ohne betreuende Familienangehörige tut sich gerade in dieser Hinsicht häufig eine Lücke

auf. Um auch diese Menschen mit ihren individuellen Bedürfnissen zu einem guten Leben im Alter befähigen zu können, ist es notwendig, dass die Gesellschaft für den Mehrwert von Betreuung sensibilisiert wird. Darüber hinaus sollte Betreuung als eigenständige Unterstützungsform anerkannt und auf Basis eines grundlegenden Anrechts auch entsprechend finanziert werden. Unter diesen Voraussetzungen könnte sich auch Frau Santos mehr Zeit für Frau Weber nehmen, was beide sich wünschen würden. ■



Mehr wissen:

Die Studie «Alt werden ohne betreuende Familienangehörige» (FHNW, 2023) ist abrufbar unter: <https://www.im-alter.ch/de>



Isabel Heger-Laube

M.A., Sinologin und Sozialwissenschaftlerin, Operative Co-Leitung Projekt «Alt werden ohne betreuende Familienangehörige», Hochschule für Soziale Arbeit FHNW

✉ isabel.heger@fhnw.ch



Rebecca Durollet

Dr., Sozialgeografin, Operative Co-Leitung Projekt «Alt werden ohne betreuende Familienangehörige», Hochschule für Soziale Arbeit FHNW

✉ rebecca.durollet@fhnw.ch

Ein vertrauliches Gespräch hilft

Wie älteren Menschen der Zugang zu Hilfsangeboten bei häuslicher Gewalt erleichtert werden kann.

Text: **Delphine Roulet Schwab**



Obwohl es in der Schweiz bei häuslicher Gewalt zahlreiche Hilfsangebote gibt, zeigt sich, dass ältere Menschen diese Angebote kaum in Anspruch nehmen. Die Präventionskampagnen richten sich in der Regel an jüngere Menschen, SeniorInnen kommen darin nicht vor. Zudem werden die spezifischen Bedürfnisse und Einschränkungen von älteren Menschen bei Hilfsangeboten für Opfer und Täter kaum berücksichtigt (begrenzte Mobilität, fehlender Zugang zum Internet, Unterstützungsbedarf im Alltag usw.).

Ein nationales Forschungsprojekt
Aufgrund dieser Erkenntnisse führte die Haute Ecole de la Santé La Source (HES-SO) 2022 eine qualitative Studie durch, um besser

Gewalt im Alter hat viele Gesichter: Auch Vernachlässigung und finanzielle Gewalt gehören dazu.

Foto: Shutterstock

zu verstehen, wie ältere Menschen ab 64 Jahren und ihre Angehörigen die vorhandenen Hilfsangebote wahrnehmen und welche Elemente die Nutzung dieser Angebote erleichtern oder behindern. Zwischen Juli und Oktober 2022 wurden zwölf Forschungsinterviews mit Personen ab 64 Jahren und Angehörigen in den drei Sprachregionen durchgeführt (je 4 in FR, 4 DE und IT). Dabei wurde eine möglichst grosse Vielfalt an Alter, Geschlecht, sozioökonomischen Profilen und Lebensorten angestrebt.

Die Studie wurde von der Schweizerischen Kriminalprävention (SKP) finanziert und führte zu Empfehlungen, wie der Zugang von SeniorInnen zu Hilfsangeboten verbessert werden kann. Die Ergebnisse orientierten sich in Form und Inhalt an der nationalen Sensibilisierungskampagne «Gewalt gegen ältere Menschen», die Ende März 2023 von der SKP in Zusammenarbeit mit dem nationalen Kompetenzzentrum Alter ohne Gewalt und Opferhilfe Schweiz lanciert wurde.

Die Studie ist ein Zusatzmodul zu einem nationalen Forschungsprojekt über Gewalt bei älteren Paaren, die von der La Source (HES-SO), dem nationalen Kompetenzzentrum Alter ohne Gewalt, und dem senior-lab durchgeführt wird.

Wahrnehmung von häuslicher Gewalt

Die Studie zeigt, dass die befragten älteren Menschen und Angehörigen nur bestimmte Formen von Gewalt (psychische und physische) erkennen und sich mit den ProtagonistInnen einer fiktiven

Situation, die ihnen präsentiert wird, identifizieren. Sie betonen das Gefühl der Hilflosigkeit, das sie angesichts einer bestimmten Situation empfinden, und ihr Verständnis für das Opfer, das scheinbar resigniert und sich nicht traut, Hilfe zu holen. Um die Prävention zu verbessern, wäre es daher wichtig, auf verschiedene Formen von häuslicher Gewalt gegen ältere Menschen hinzuweisen, insbesondere unbekanntere, aber häufige Formen wie Vernachlässigung und finanzielle Gewalt, und diese mithilfe von Erfahrungsberichten und konkreten Beispielen, die auf reale Situationen zurückzuführen sind, zu erläutern.

Hemmungen, Hilfe zu holen

Gründe, warum es schwerfällt, Hilfe in Anspruch zu nehmen, sind häufig mit Scham, Angst vor Konsequenzen oder Kontrollverlust verbunden. Einige Schwierigkeiten sind auch darauf zurückzuführen, dass die Betroffenen alt und pflegebedürftig sind. Es ist deshalb wichtig, dass ältere Menschen und ihre Angehörigen transparent über die Formen und Auswirkungen eines Hilfeersuchens informiert werden, damit sie eine gut überlegte Entscheidung treffen und sich an den Ansprechpartner oder die Organisation wenden können, die für ihre Situation und ihre Problematik am besten geeignet ist. Es ist auch wichtig, dass sich die Fachkräfte dieser Hürden bewusst sind.

Was den Zugang zu Hilfsangeboten erleichtert

Die befragten älteren Menschen und Angehörigen betonen, wie wichtig es ist, mit einer neutralen und vertrauenswürdigen Person

vertraulich und unverbindlich sprechen zu können. Es ist daher entscheidend, dass Organisationen, die eine solche Dienstleistung anbieten, den SeniorInnen und ihrem Umfeld bekannt sind. Dies gilt insbesondere für das nationale Kompetenzzentrum Alter ohne Gewalt, das über eine Hotline verfügt, die Zuhören, Beratung und Orientierung anbietet. Diese Hotline ist unter der Nummer 0848 00 13 13 vertraulich, kostenlos und in drei Sprachen erreichbar. Sie hat den Vorteil, dass sie sowohl Fachwissen zu Fragen im Zusammenhang mit dem Altern als auch zu häuslicher Gewalt anbietet und somit auf die spezifischen Bedürfnisse von gewaltbetroffenen SeniorInnen und deren Umfeld eingeht. ■



Mehr wissen:

Weitere Informationen zum Projekt «Prävention von Gewalt bei älteren Paaren: Untersuchung und Entwicklung von Sensibilisierungsmaterial (VCA) (2022–2024)»



Infos zur Sensibilisierungskampagne und Studie zur Nutzung von Hilfsangeboten bei Gewalt im Alter zum Download.



Delphine Roulet Schwab

Dr. phil. Psychologie, Professorin am «Institut et Haute École de la Santé La Source (HES-SO)» in Lausanne. Präsidentin GERONTOLOGIE CH.

✉ d.rouletschwab@ecolelasource.ch

Fehl- und Übermedikation in der Langzeitpflege – Symptommanagement als Gamechanger

Übermedikation entsteht häufig aufgrund eines Teufelskreises. Medikament A verursacht Nebenwirkung und erfordert Medikament B. Wie vorbeugen? Ein Pflegeentwicklungsprojekt, das im Rahmen einer Masterarbeit entwickelt wurde, liefert Antworten.

Text: Alessia Schrepfer, Natalie Battaglia

Die Komplexität eines korrekten Medikamentenmanagements wird von Arzt- und Pflegefachpersonal oft unterschätzt. Nicht korrekt oder ungenügend umgesetztes Medikamentenmanagement kompromittiert die angemessene medikamentöse Behandlung und kann für die Bewohnenden schädliche Folgen haben.

Unklare Zuständigkeiten und mangelndes Fachwissen

Die Literaturrecherche und eine Analyse des Fokusinterviews, welches mit HausärztInnen und Pflegefachpersonen im Langzeitbereich geführt wurde, zeigte Unsicherheiten, welche Aufgaben, Kompetenzen und Verantwortungsbereiche bei welcher Berufsgruppe liegen. Klar war, dass HausärztInnen verordnen, unklar

war, wer für das darauffolgende Symptommanagement und den Evaluationsprozess zuständig ist. Deutlich wurde auch, dass Bewohner häufig (zu) wenig in die Therapieplanung und Evaluation einbezogen werden. Die Erhebung der Polypharmazie als nationaler Qualitätsindikator wird klar als Druckmittel für eine Veränderung im Medikamentenmanagement wahrgenommen. Einerseits positiv, andererseits wird befürchtet, dass der Indikator nur als statistische Kennzahl betrachtet wird, denn so verunmöglicht die eine sinnvolle, pharmazeutische Therapiestrategie. Dies kann zu Fehl- und Untermedikation führen, da Symptome nicht richtig erfasst und somit falsch oder nicht behandelt werden. Die Analyse des Fokusinterviews ergab bei beiden Berufsgruppen relevante Wissenslücken zur

PRISCUS Liste zu den zu vermeidenden Medikamenten im Alter und den Choosing Wisely Leitsätzen zur Reduktion von Überbehandlung.

Gemeinsam an einem Strick ziehen
Im Rahmen des Projekts wurden Wissenslücken geschlossen und mit dem interprofessionellen Team zwei Prozesse erarbeitet. Der erste Prozess beinhaltet eine proaktive Kontrolle der Medikamente bei Neu- und Wiedereintritten und rückwirkend nach akuten Ereignissen. Dadurch konnten Fehltherapien, Interaktionen von Medikamenten sowie Über- und Underdosierungen seitens HausärztInnen korrigiert werden. Weiter wurde seitens Pflegefachpersonen das Symptom- und Kommunikationsmanagement ge-

Eine proaktive Kontrolle der Medikamente bei Neu- und Wiedereintritten ist essenziell.

Foto: Shutterstock



stärkt. Hilfreiche Mittel dafür sind die Symptombeschreibung anhand der sieben Charakteristiken (Lokalisation, Qualität, Quantität, zeitlicher Verlauf, lindernde und verschlimmernde Faktoren, Begleitsymptome und Erklärung der Bewohnenden), die Beschreibung von evidenzbasierten Pflegeinterventionen zur Linderung der Symptome durch Integration von Alternativ- und CO-Therapien sowie der ISBAR Rapport (Identifikation, Situation, Background, Assessment und Recommendation) – ein international angewendetes Rapportsystem für prägnante und rasche Informationsweitergabe.

Nicht immer ist es möglich, präventiv zu handeln. Akute Symptome oder Zustandsverschlechterungen können unerwartet auf-

treten und erfordern eine sofortige Reaktion. Dieser zweite Prozess zielt auf die situative und pragmatische Analyse und Folgeevaluation hin. Damit die beiden Prozesse im Medikamentenmanagement funktionieren, wurde zudem ein AKV-Profil (Aufgaben-Kompetenzen-Verantwortung) erstellt.

Lebenslanges Lernen führt zum gewünschten Erfolg

Innerhalb des Projektteams konnten während des Projekts die beiden Prozesse erfolgreich umgesetzt werden. Nach Beendigung des Projekts ging jedoch fachliches wie auch prozedurales Wissen unter anderem durch personelle Veränderungen leider wieder verloren. Um dem Verlust des Erlerneten entgegenzuwirken, wurde ein weiteres Projekt lanciert mit der Vision, dass lebenslanges Lernen

Spass machen, in den Alltag integriert, zeitgemäss und mitarbeiterorientiert sein soll. Das in diesem Projekt entwickelte Konzept sieht hybrides Lernen vor: nebst Teamcoaching beinhaltet es eine Instagram ähnliche App, welche mit dem nötigen Know-what und Know-how befüllt ist. Somit können die Teams jederzeit, schichtunabhängig und wiederholend Fachinhalte repetieren und im Alltag Sicherheit gewinnen. ■



Mehr wissen:

Nachhaltig und hybrid Lernen: www.as20.ch
Die Masterarbeit kann bei Alessia Schrepfer angefordert werden.



Alessia Schrepfer

RN, BSc in Pflegewissenschaften mit Vertiefung Management and Public health, MAS in Gerontologischer Pflege, selbstständige Unternehmerin im Bereich Healthcare Innovation und Consulting
✉ alessia.schrepfer@as20.ch



Natalie Battaglia

RN, Berufsschullehrerin im Gesundheitswesen, MScN. Leiterin MAS in Gerontologischer Pflege ZHAW
✉ natalie.battaglia@zhaw.ch



In allen sieben Gemeinden nahmen viele Menschen an den Begehungen teil.

Fotos: Simon Stocker

Der Kanton Schaffhausen wird altersfreundlicher

Ein Jahr lang durfte das Team der Fachstelle Alterspolitik von GERONTOLOGIE CH sieben Gemeinden im Kanton Schaffhausen auf dem Weg zu mehr Altersfreundlichkeit begleiten.

Text: Simon Stocker, Alina Bühler

Wer Kanton Schaffhausen ist besonders von der demografischen Entwicklung im Alter geprägt. Dem Kanton und den Gemeinden kommt bei der Gestaltung der Altersfreundlichkeit deshalb eine grosse Bedeutung zu. Die Gesundheitsförderung des Kantons hat zu diesem Zweck Ende 2021 in Kooperation mit GERONTOLOGIE CH ein entsprechendes «Programm altersfreundliche Gemeinde» ausgeschrieben. Ziel des Programms war es, gesundheitsfördernde und altersgerechte Rahmenbedingungen in Gemeinden zu schaffen und mit partizipativen Elementen die ältere Bevölkerung zu aktivieren.

In fünf Schritten zu mehr Altersfreundlichkeit

Das Programm besteht aus fünf Prozess-Schritten und basiert auf dem Modell der Weltgesundheitsorganisation (WHO) der altersgerechten Umfelder. Nach einer

Standortbestimmung mit Kennzahlen und einer Selbsteinschätzung des Entwicklungsstands der kommunalen Alterspolitik wurden die Projektleitenden in den Gemeinden für eine Ortsbegehung mit der älteren Bevölkerung geschult. Diese bildeten das Kernstück sowie auch das Highlight des Programms. In jeder Gemeinde konnten sehr viele Menschen für die Begehungen aktiviert und nun auch für die Umsetzungen einbezogen werden. Ebenfalls gross war die Beteiligung freiwilliger HelferInnen und AkteurInnen aus dem Altersbereich, was die Vernetzung und die Motivation aller Beteiligten weiter förderte.

Verbindliche Massnahmenpläne als Resultat

In den sieben teilnehmenden Gemeinden wurden als Resultat vielfältige Massnahmenkataloge in den Bereichen Behörde (Steuerung, Ressourcen, Vernetzung, Partizipation), räumliches Umfeld, soziales Umfeld und gemeindenaher Dienstleistungen entwickelt, die jetzt umgesetzt werden. So konnten zum Beispiel Mitwirkungsgefässe und Anlaufstellen aufgebaut, Anpassungen im öffentlichen Raum vorgenommen (Bänkli-Standorte, Beleuchtung oder Strassenübergänge), Begegnungsorte geschaffen, selbstorganisierte Gruppen gegründet, die Freiwilligenarbeit verstärkt oder Altersleitbilder initiiert oder angepasst werden. Hier ein Auszug von Massnahmen aus den Gemeinden:

- **Beringen:** Aufbau eines Seniorenrats
- **Gächlingen:** Grundlagen für ein Wohnprojekt auf Grundstück der Gemeinde

Die wichtigsten Erkenntnisse:

- In einzelnen Gemeinden konnten für die partizipativen Ortsbegehungen 10-15% der Bevölkerung über 65 Jahre aktiviert und Interessierte in die Umsetzung der vielfältigen Massnahmenkataloge eingebunden werden.
- Im Rahmen Begegnungs- und Ergebnis-Anlässe konnte der Bevölkerung ein umfassendes Verständnis von Alters-
- freundlichkeit vermittelt werden.
- Zudem wurde Wissen über die Gemeinde und laufende Projekte präsentiert. Der Dialog wurde gefördert und das Verständnis für Gemeindepolitik und -projekte verbessert.
- Die Begehungen schufen eine Grundlage für die Bildung von nachhaltigen Mitwirkungs-
- gefassen wie Alterskommissionen oder SeniorInnenräte.
- Die Akteure in den Gemeinden sowie die teilnehmenden Gemeinden sind besser vernetzt und haben mehr Wissen über Alterspolitik.
- Die mediale Abdeckung und damit die Wirkung über die einzelnen Gemeinden hinaus war übers ganze Jahr gross.

- **Hemishofen:** Umnutzung einer alter Schulanlage
- **Merishausen:** Start eines Generationenprojekts und Wiederbelebung eines brachliegenden Gebäudes der Gemeinde
- **Neunkirch:** Konzept einer Reparatur-Bar im Sinne eines Begegnungsortes
- **Ramsen:** Neue Anlaufstelle im Alterszentrum
- **Thayngen:** Durchführung einer SeniorInnen-Messe

Die sieben Gemeinden forderten an der Schlussveranstaltung, dass die aufgebaute Vernetzung weitergeführt und dass Massnahmen künftig abgesprochen oder gemeinsam umgesetzt werden sollen. Der Kanton unterstützt dies mit einem neuen Projektbudget für Coaching und jährlichen Vernetzungstreffen – sowie einer nächsten Durchführung des Programms im Jahr 2023 mit weiteren Gemeinden.

Erkenntnisse auf kantonaler Ebene

Die Erkenntnisse aus den Gemeinden führen auch zu Handlungsfeldern, die auf kantonaler Ebene bearbeitet werden müssten. Dies sind

beispielsweise die Aktualisierung der konzeptionellen Grundlagen, die Förderung der Zusammenarbeit der Akteure, die Unterstützung der Gemeinden sowie die Verankerung der integrierten Versorgung. Die Erkenntnisse wurden der Gesundheitsförderung des Kantons Schaffhausen übergeben. Das Programm wurde in dieser Form das erste Mal durchgeführt. ■



Simon Stocker

Co-Leitung Fachstelle Alterspolitik bei GERONTOLOGIE CH
✉ simon.stocker@gerontologie.ch



Alina Bühler

Co-Leitung Fachstelle Alterspolitik bei GERONTOLOGIE CH.
✉ alina.buehler@gerontologie.ch

Entstigmatisierung als Armutsprävention

In der Schweiz sind rund 300 000 RentnerInnen armutsgefährdet oder arm. Gleichzeitig wird in vielen Fällen kein Anspruch auf Ergänzungsleistungen zur AHV geltend gemacht. **Alexander Widmer** von Pro Senectute zu den Gründen und möglichen Lösungen.

Interview: Dieter Sulzer, dieter.sulzer@zhaw.ch



Dr. Alexander Widmer, Mitglied der Geschäftsleitung von Pro Senectute Schweiz, wo er den Bereich Innovation & Politik verantwortet.

Der im letzten Jahr lancierte nationale Altersmonitor von Pro Senectute Schweiz legt den Fokus in den ersten zwei Teilberichten auf Altersarmut. Was waren die Motive dafür?

Alexander Widmer: Schon bei der Gründung von Pro Senectute stand der Gedanke im Vordergrund, Altersarmut und soziale Isolation zu reduzieren. Die Bedingungen haben sich in der Zwischenzeit verbessert. So verfügen wir heute über ein gut ausgebautes Rentensystem. Altersarmut ist trotzdem immer noch präsent: Sie kommt in

unseren 55 000 Sozialberatungen pro Jahr zum Vorschein, bei Anfragen für individuelle Finanzhilfe oder für den Einzelhilfefonds. Dies sind unsere Mittel, mit denen wir ältere Menschen in prekären Lagen unterstützen können.

Schon 2009 hatte Pro Senectute eine Studie zur Altersarmut durchgeführt, basierend auf Daten aus der Sozialberatung. Auch andere verfügbare Daten zum Thema, z.B. vom Bundesamt für Statistik, sind schon älter. Es handelt sich allerdings um ein dynamisches

Phänomen, weil laufend Personen mit neuen Erwerbsbiografien ins Alter kommen. Deshalb war es uns wichtig, das Thema erneut aufzugreifen.

Die repräsentative Befragung zeigt, dass 20% der Personen im Rentenalter armutsgefährdet sind. Im Bericht steht nun, dass das «System der Altersvorsorge mit den drei Säulen seinen Auftrag mehrheitlich erfüllt». Funktioniert das System angesichts der erhobenen Armutszahlen wirklich?

Wir sind tatsächlich der Auffassung, dass das System im Grundsatz gut funktioniert, insbesondere wenn das Vermögen mitberücksichtigt wird. Dann reduziert sich Armut nochmals deutlich. Die Studie kommt zum Schluss, dass es rund 46 000 RentnerInnen gibt, die ausweglos arm sind, ihre Einkommenssituation also nicht durch Vermögen kompensieren können. Diese Menschen können ihre Existenz nicht mit den Mitteln aus der Altersvorsorge sichern. Das aktuelle Rentensystem ist in den Grundzügen ein Abbild der Gründungszeit. Es muss aber laufend an

die gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Rahmenbedingungen angepasst werden, damit möglichst viele einen abgesicherten Ruhestand haben. Ein Thema, das an Bedeutung gewinnt, ist beispielsweise Arbeitsmigration. Es betrifft sowohl SchweizerInnen, die im Ausland arbeiten, als auch Personen, die in die Schweiz kommen, um zu arbeiten. In diesem Zusammenhang müssen etwa Lösungen für Beitragslücken gefunden werden. Auch Teilzeitarbeit war früher kaum ein Thema.

Zumindest in der Praxis scheint das System aber nicht zu funktionieren: Viele armutsgefährdete Personen haben zwar Anspruch auf Ergänzungsleistungen (EL) zur AHV – nur werden diese zu selten in Anspruch genommen. Auf dieses Phänomen legt der zweite Teilbericht den Finger. Welches sind die Erkenntnisse zum EL-Nichtbezug?

Grundsätzlich liegt mit den EL ein Instrument vor, mit dem Altersarmut bekämpft werden kann. Denn: Wenn Renten und Einkommen die minimalen Lebenskosten nicht decken, sichern die EL mit der AHV oder der IV das Existenzminimum. Die Studie zeigt nun, dass viele Personen diese Leistungen nicht oder zu wenig gut kennen. Manche empfinden zudem Scham, EL zu beziehen. Es gibt auch Personen, die sich bewusst gegen einen Bezug entscheiden. Das ist ihr Recht, trotzdem sind wir darum bemüht, die EL als Teil des Rentensystems zu entstigmatisieren.

Welche Fragen bleiben trotz der repräsentativen Befragung offen? Unsere Zahlen zeigen, dass das Phänomen des EL-Nichtbezugs

existiert. Es handelt sich jedoch um eine Befragung, die auf einer Selbstdeklaration beruhte und nicht auf offizielle Steuerdaten zurückgreifen konnte. Aus diesen Daten konkret für den Einzelfall einen Anspruch abzuleiten, ist nicht korrekt. Ein EL-Nichtbezug bedeutet nämlich nicht, dass in jedem Fall ein Anspruch gegeben ist. Es müssen viele Bedingungen erfüllt werden, so spielt unter anderem der Vermögensverzicht in der Vergangenheit eine bedeutende Rolle. Diese Punkte konnten wir nicht erheben, auch weil sie schon einige Jahre zurückliegen können. Die Einzelfallprüfung kann mit der Befragung nicht ersetzt werden. Nichtsdestotrotz ermöglicht diese Befragung eine Einschätzung, die zur Erkenntnis führte, dass weitere Aufklärungsarbeit und unsere Beratung, nicht zuletzt auch konkrete Unterstützung bei der Antragsstellung, wichtig bleiben werden. ■



Mehr wissen:

Teilbericht Altersarmut



Teilbericht Nichtbezug von Ergänzungsleistungen

Altersmonitor von Pro Senectute Schweiz – die wichtigsten Ergebnisse:

20%
der Personen im Alter 65+ sind armutsgefährdet, 13% unterschreiten mit ihrem monatlichen Einkommen die absolute Armutsgrenze von 2279 Franken und gelten als arm.

Gefährdet sind besonders Frauen, Bildungserferne, Personen mit Migrationshintergrund wie auch Verwitwete und Geschiedene.

15,7%
der RentnerInnen beanspruchen trotz rein rechnerischem Anspruch keine EL

Die Gründe für einen Nichtbezug von EL sind Nichtwissen, Scham oder Angst, Wertvorstellungen oder der bewusste Verzicht, der auch mit dem administrativen Aufwand zusammenhängen kann.

Digitalkompetenz: Einstufungstest und Kursangebot für über 50-Jährige

Mit der Entwicklung der digitalen Technologien Schritt zu halten ist für viele Ältere nicht einfach. Die Webseite digitalkompetenz50plus.ch hilft, die eigenen digitalen Fähigkeiten einzuschätzen und passende Kursangebote zu finden. Denn zunächst gilt es genau einzugrenzen, in welchem Bereich man sich verbessern möchte. Die präsentierten Angebote sind alltagsnah, anwendungsorientiert und wenden sich oftmals gezielt an SeniorInnen, etwa zu Themen wie «Fahrplanabfrage und Billetkauf mit der SBB-Mobile App», «Fragen zu Computer und Handy», «Smartphone Aufbaukurs» oder «Wie erstelle ich ein Video und verbreite es online». Verwiesen wird jedoch auch auf Angebote, die allen Altersgruppen offenstehen. Die Kurspalette deckt verschiedenste Bedürfnisse ab, sowohl für private als auch für berufliche Anwendungsbereiche.

Die Webseite ist Teil eines mehrjährigen Forschungsprojektes des Instituts für Altersforschung der Ostschweizer Fachhochschule (OST) in St. Gallen. Die seit 2020 laufende Studie beschäftigt sich mit der Erfassung digitaler Fähigkeiten und Trainingsbedürfnissen von Menschen ab



Digitale Fähigkeiten können auch im höheren Alter erworben werden.

Foto: Shutterstock

50 Jahren in der Schweiz. Ziel der Studie ist es, eine Brücke zwischen KursanbieterInnen und den Nachfragenden von digitalen Trainingsangeboten 50+ zu bauen. ■



Mehr wissen:

www.digitalkompetenz50plus.ch

Anzeige

HSLU Hochschule
Luzern

Musik


Interessiert?

CAS Musikgeragogik

Berufsbegleitend – praxisnah – abwechslungsreich

Anmeldeschluss: 1. Oktober 2023 – Beginn: Frühjahr 2024

Der interdisziplinäre Lehrgang qualifiziert zur achtsamen und qualitätsvollen musikalischen Arbeit mit älteren Menschen. Durchgeführt wird er in Kooperation zwischen den beiden Departementen Soziale Arbeit und Musik der Hochschule Luzern. Angesprochen sind Musiker*innen und Fachpersonen aus der Kulturarbeit, sozialen Arbeit, Altenhilfe, Pflege sowie Senioreneinrichtungen.



hslu.ch/cas-musikgeragogik

Einblicke in das gesamte Weiterbildungsangebot (Kurse und Programme) unter hslu.ch/weiterbildung-musik

FH Zentralschweiz