

Leben und Wohnen im Alter

Hohe Lebenserwartung in der Schweiz

Eine der grössten Errungenschaften der modernen Zivilisation besteht in der enormen Zunahme der durchschnittlichen Lebenserwartung.¹ Diese hat sich seit 1900 fast verdoppelt und liegt 2015 für Männer bei 80.7 Jahren und für Frauen bei 84.9 Jahren.² Gemäss WHO liegt die Schweiz damit im internationalen Vergleich ganz vorn. In einem Trend-Szenario wird unterstellt, dass die Lebenserwartung sich bis zum Jahre 2060 auf 82.5 Jahre für Männer und 87.5 Jahre für Frauen erhöht.³ Langlebigkeit wird zu einer zentralen biografischen Herausforderung für das Individuum und zur vielleicht grössten sozialpolitischen Herausforderung für die Gesellschaft als Ganzes.¹

Jungsenioren und vierte Lebensphase

Lange zu leben bedeutet aber nicht immer, einen länger werdenden Abschnitt in Krankheit zu verbringen. Vielmehr wird das Alter zu einem lebenslangen Prozess, der sich über die Phasen Kindheit, Jugend, Erwachsenen- und Seniorenalter erstreckt.⁵ Die Lebensphasen verlängern sich, es kommen neue wie etwa das hohe Alter (vierte Lebensphase) hinzu und wir bleiben länger eigenständig und aktiv.⁵

Das Erwachsenenalter reicht bis zum 70. Lebensjahr, danach beginnt erst das eigentliche Seniorenalter.⁵ Die sogenannten Jungsenioren zwischen 50 und 69 verfügen oft über finanzielle Reserven, sie können noch gut für sich selbst sorgen, betätigen sich gerne sinnvoll oder gehen gar noch einer Teilzeitbeschäftigung nach. Diesem Bedürfnis nach Freiheit und Betätigung muss von den Pflegeheimen nachgekommen werden.

Das hohe Alter beginnt ab dem 70. Lebensjahr – im Jahr 2050 wird es erst mit etwas mehr als 80 Jahren beginnen.⁵ Mit dem hohen Alter nehmen die Einschränkungen, die Fragilität und oft auch die Beschwerden zu.⁴ Trotz defizitärer Einschränkungen besteht für diese Menschen die Möglichkeit, weiter in den eigenen vier Wänden zu wohnen und ambulant betreut zu werden.⁴ Für den Personenkreis der schwer pflegebedürftigen Personen am Lebensende ist eine ambulante Betreuung meist nicht mehr möglich.⁴

Moderne Pflegeheime

Das negative Image von Heimen beruht auf einer veralteten Vorstellung.⁴ Moderne Heime haben nichts mehr mit den Verwahranstalten des vergangenen Jahrhunderts gemein, sondern haben sich parallel zu gesellschaftlichen Veränderungen ebenfalls weiterentwickelt. Heute verbindet ein modernes Pflegeheim die zentralen Bereiche Wohnen, Pflege und Betreuung. Historisch kann grob in vier Heimtypen unterschieden werden:⁴

- **Verwahranstalten:** Grosse Schiffsäle, lange und dunkle Gänge – in den damaligen Reglementen war von Wärtern und Insassen die Rede.
- **Krankenhaus:** Modell ging primär von den Defiziten der Bewohnerinnen und Bewohner aus. Erst in den 1980er-Jahren setzte sich allmählich das Kompetenzmodell durch.
- **Wohnen, Pflege und Betreuung:** Pflegebedürftige Menschen sollen schön und komfortabel wohnen, den Ausblick aus dem Fenster geniessen und spazieren gehen können.
- **Hausgemeinschaften:** Die Kleinheit genießt Priorität gegenüber der Grösse. Oft leben acht bis 12 Personen innerhalb oder auch ausserhalb des Pflegeheims zusammen in einer Gemeinschaft. Gemeinschaftsflächen werden zugunsten der privaten Wohnflächen reduziert.

Ein Ende der Weiterentwicklung ist aber auch aufgrund des steigenden Bedarfs nicht abzusehen.

Angebot von CURAVIVA Zug

Der Mensch befindet sich ein Leben lang in einem Entwicklungsprozess, welcher auch in der vierten Lebensphase ab 80 Jahren nicht endet. Hierbei ist es wichtig, eine gesunde Balance zwischen Abbau und Zugewinn zu finden. Indem die Mitglieder von CURAVIVA Zug individuell ausgerichtete Wohnformen sowie Alltags- und Therapiegestaltung bieten, kann der Pflege- und Betreuungsbedarf flexibel abgestimmt werden.

Nachfolgend ist eine unvollständige Auswahl an Wohnformen im Kanton Zug aufgeführt:

- **Pflegeheim**
- **Pflegewohngruppe**
- **Alterswohnung**
- **Demenzeinrichtungen**

Alle Kontaktdaten und Adressen der Mitglieds-Heime sowie eine Übersicht der freie Betten in den Pflegeheimen sind auf www.curavivazug.ch zu finden.

Quellenangaben (letzter Aufruf: Juni 2017)

1. Rüger, Heinz (2013): Würde und Autonomie im Alter, CURAVIVA Schweiz/ Fachbereich Alter.
2. Bundesamt für Statistik (2016): Lebenserwartung in guter Gesundheit/ bei Geburt, Neuchâtel.
3. Statistisches Jahrbuch der Schweiz (2005):TabelleT1.1, S.62. In: Kirchgässner, Gebhard: Wirtschaftliche Probleme einer alternden Bevölkerung, Universität St. Gallen.
4. Leser, Markus (2007): Trends im Heimbereich, CURAVIVA Schweiz/ Fachbereich Alter.
5. Hauser, Mirjam et al. (2011): Landkarte des Lebens. Die Super-Opportunisten, GDI. In: Frick, Karin et al. (2013): Gesellschaft des langen Lebens, GDI.