

Hilfe, meine Eltern müssen ins Heim! Was nun?

«Die Ängste sind meist schnell verflogen»

Wenn das selbstständige Leben in den eigenen vier Wänden schwierig wird, kommt irgendwann der Zeitpunkt, an dem man reagieren muss.

Besser ist es, man kümmert sich schon frühzeitig um die eigene Wohnsituation im Alter. So bleibt genügend Zeit, um verstaubte Vorurteile und allfällige Ängste abzubauen.

«Manchmal kommen die Angehörigen, die Kinder oder Ehepartner und manchmal kommen auch die betroffenen Personen selbst zu uns. Aber alle kommen sie meist erst dann, wenn die Zeit drängt und die Not schon gross ist», sagt der Leiter des Alterswohnheims Mütschi in Walchwil, Daniel Dossenbach. Den unangenehmen Gedanken, irgendwann nicht mehr selbstständig leben und wohnen zu können, schiebt man gerne immer wieder beiseite, bis das eben irgendwann nicht mehr geht und man sich mit den Tatsachen auseinandersetzen muss. Besonders Ehepartnerinnen und Ehepartner, aber auch Angehörige allgemein neigen dazu, das Leben ihrer Liebsten im gewohnten Umfeld bis weit über die eigenen Belastungsgrenzen hinaus zu ermöglichen. Die vermeintliche Normalität aufrechterhalten – koste es, was es wolle. Leider geschieht dies aber oft ohne Rücksicht auf die eigene körperliche und geistige Gesund-



Das Leben in Zuger Alterszentren ist von viel Freude und Selbstbestimmung geprägt. (Symbolbild: AdobeStock)

heit. Wenn dabei noch Schuldgefühle eine Rolle spielen, etwa ein schlechtes Gewissen, einen geliebten Menschen «im Stich zu lassen», kann es sehr beschwerlich werden. Entscheidungen unter so einem Druck sind nie leicht und fordern ein hohes Mass an Sensibilität.

Unbekanntes, das Angst macht

Die Abhängigkeit, der Verlust der Privatsphäre, des persönlichen Freiraums, ein aufgezwungenes Animationsprogramm, reglementierte Besuche und Auswärtsaufenthalte: Es sind allesamt eher diffuse, aber weitverbreitete Ängste, welche die Menschen umtreiben, wenn es ums Wohnen im Alter geht. Und dies oft schon lange, bevor ein erstes, beratendes Gespräch oder ein Augenschein vor Ort überhaupt stattgefunden hat. Dabei wäre ein solcher Kontakt, ein

Besuch am «Tag der offenen Türen» oder auch das unverbindliche Ausfüllen eines Formulars für die Warteliste sehr sinnvoll. Denn: «Ängste sind meist unbegründet und in der Regel schnell verflogen», weiss Daniel Dossenbach. Wie so oft ist es schlicht das Unbekannte, das den meisten Angst macht.

Lange Wartelisten

Es gibt auch konkretere Sorgen, wie etwa, überhaupt etwas Passendes zu finden. Die langen Wartelisten, die es überall gibt, erstaunen auch nicht, bei dem attraktiven, abwechslungsreichen Angebot und den schönen Alterszentren im Kanton Zug. Dies ist aber keineswegs ein Grund sich abschrecken zu lassen. Im Alterswohnheim Mütschi zum Beispiel behält man sich die Möglichkeit offen, auch individuell und nach Notlage zu entscheiden.

So gibt es immer die Chance auf einen freien Platz. Wobei Leute aus der Region Vorrang geniessen.

Angebote auf freiwilliger Basis

In jedem Fall ist es hilfreich, sich früh genug mit der Wohnsituation im Alter auseinanderzusetzen, verschiedene Institutionen zu besuchen und sich so vor Ort selbst ein Bild zu machen, um die eigenen Vorbehalte und Ängste zu entschärfen oder gar nicht erst aufkommen zu lassen (siehe auch Infobox). So kommt es doch immer wieder vor, dass die Realität unverhofft positiv überrascht. Begleiten und unterstützen wir geliebte Menschen auf dieser Suche, kann dies eine grosse Hilfe, Erleichterung und ein Geschenk für alle Beteiligten sein.

Ganz im Gegensatz zu den möglicherweise etwas verstaubten Vorstellungen ist das Angebot in den Alterswohntentren heute umfangreich, lebendig und von sehr viel Selbstbestimmung geprägt. Ein vielfältiges Unterhaltungsangebot, Aktivierung, Sport und gemeinsames Kochen und Gärtnern bereichern den Alltag und das Zusammenleben. Alles auf freiwilliger Basis, selbstverständlich.

Kleine Dinge, grosse Wirkung

Eine Bereicherung des Alltags bietet im Alterswohnhim Mütschi beispielsweise auch der wunderbar ausgestattete Kinosaal „Cinéma

Ideale Wohnsituation fürs Alter: Nur Mut – wir helfen Ihnen gern!

Verschaffen Sie sich ein eigenes, aktuelles Bild über das Wohnen im Alter. Ein beratendes Gespräch in unseren Institutionen ist jederzeit möglich und sehr willkommen. Einen Überblick über die Altersinstitutionen im Kanton Zug finden Sie online auf www.curavivazug.ch. Mit dem Haus Ihrer Wahl können Sie jederzeit direkt Kontakt aufnehmen und Fragen stellen. Schauen Sie sich auch unseren Film an, in dem Bewohnerinnen und Bewohner von ihrem Leben in Zuger Pflegezentren berichten.

QR-Code zum Film:



Salle Lislott“. Benannt nach einer ehemaligen Bewohnerin und grosszügigen Spenderin erfreut sich dieser grosser Beliebtheit. Der Bau des Kinos und einer schönen Terrasse war das Resultat einer gelungenen Wahl, in Folge eines demokratischen Prozesses, an dem die Bewohnenden im Mütschi beteiligt waren und so über den Einsatz der Spende mitbestimmen konnten. Es sind auch vermeintlich kleine Dinge wie diese, die mit grosser Wirkung dazu beitragen, sich zuhause zu fühlen.