

# «In modernen Alterszentren gibt es viele Freiheiten»

**Wer heute in ein Alterszentrum kommt, der kann seinen Tag zu einem Grossteil frei gestalten. Vorbei sind die Zeiten, in denen einem strikten Programm gefolgt werden musste. Individualität im Alltag, Integration in die Gemeinschaft und neue, innovative Wohnformen sind gefragt.**

Noch immer haften Alterszentren Vorurteile an. Zum Beispiel, dass dorthin alte Menschen «abgeschoben» werden, die dann – zwar gut versorgt aber abgeschieden – vor sich hinleben. Doch das hat mit der heutigen Realität in modernen Alterszentren längst nichts mehr zu tun. Einer, der sich damit bestens auskennt, ist Johannes Kleiner. Seit 38 Jahren ist er schon in der Branche tätig, aktuell ist er Vizepräsident von CURAVIVA Zug und Geschäftsführer der VIVIVA Baar AG, die zwei Alterszentren und eine Wohngruppe betreibt, sowie ambulante Dienstleistungen anbietet.

«Der Begriff Altersheim ist nicht mehr zeitgemäss», sagt Kleiner. Denn «Heim» klinge nach Versorgung und nach einer Hausordnung, bei der man nichts mehr selbst denken müsse. «Davon sind moderne Alterszentren mittlerweile weit weggekommen und haben sich weiterentwickelt», hält Kleiner fest. «Wir stellen sicher, dass die Bewohnenden ihren Alltag möglichst individuell und nach ihren Wünschen gestalten können. In modernen Alterszentren werden den Seniorinnen und Senioren

Eigenverantwortung, Selbstbestimmtheit und viele Freiheiten eingeräumt.»

## **Autonomie fürs Wohlbefinden**

Das fange schon bei Kleinigkeiten an, wie dem selbstständigen Zubereiten des Kaffees am Nachmittag, freie Menü-Auswahl oder bedarfsorientierte Pflege und Betreuung.

Das heisst, die Bewohnenden bestimmen mit, wann sie aufstehen und gepflegt werden wollen. «Sie werden so als vollständiges Mitglied der Gesellschaft wahrgenommen. Diese Autonomie wirke sich insbesondere auf die Gesundheit der Bewohnenden positiv aus, ist Kleiner überzeugt. «Wir unterstützen die Menschen darin, körperlich und mental fit zu bleiben, um auch im Alter ihre soziale Rolle leben können. Dazu hilft auch eine weitgehende Unabhängigkeit.»

Natürlich hätten gewisse Freiheiten ihre Grenzen. Sie enden allenfalls dort, wo sich andere gestört fühlen. Zudem gäbe es auch fixe Zeiten, die für alle gelten, wie etwa beim Essen oder Wäsche verteilen. Diese klaren und wiederkehrenden Rituale seien eben auch wichtig, denn sie gäben Halt und Sicherheit. Und nicht alle würden es schätzen, wenn die Auswahl an Möglichkeiten zu gross sei. «Manche möchten nicht ständig viele Entscheidungen treffen müssen. Das kann überfordern und Stress verursachen.»

## **Bewohnerrat einberufen**

Damit die Zentrumsleitung nahe am Puls der Bewohnenden ist, trifft sie sich alle zwei bis drei Monate mit



Glücklich, zufrieden und gut aufgehoben: Bewohnende in Zuger Alterszentren sollen sich möglichst wohl fühlen. (Bild VIVIVA Baar)

einem sogenannten Bewohnerrat, der die Anliegen der Bewohnenden sammelt und diese der Zentrumsleitung vorbringt. «Wir versuchen, so gut es geht, auf die Wünsche einzugehen, auch wenn es manchmal nur darum geht, wie dick der Kartoffelsalat geschnitten sein soll», erläutert Kleiner. Wichtig für ein harmonisches Zusammenleben sei nicht nur der enge Austausch zwischen Leitung und Bewohnenden, sondern die passende Gestaltung der Privat- und Gemeinschaftsräume. So würden die Bewohnenden Rückzugsmöglichkeiten schätzen, wo sie ungestört sein können. Im grossen Saal wiederum gäbe es die Möglichkeit, gemeinsam einen Jass zu klopfen. Hier fänden auch immer wieder Anlässe oder Auftritte von Gesangsvereinen und Jodelchören statt. «Vereinspflege ist für uns sehr wichtig», sagt Kleiner. Auch das habe sich

im Laufe der Zeit verändert. Die Menschen sollen nicht mehr möglichst am Rand des Dorfes abgeschottet untergebracht, sondern in die Dorfgemeinschaft integriert sein. Dafür setzt sich auch der Verband CURAVIVA im Kanton Zug und der ganzen Schweiz ein. So kämen nicht nur Vereine zu Besuch ins Zentrum, sondern regelmässig auch Schulklassen. «Gemeinsam verbringen sie eine Turnstunde oder die Bewohnenden zeigen den Kindern ihre Fotoalben, erzählen von früher, und so weiter», so Kleiner.

## **Neue Wohnmodelle**

Experimentieren würden sie in Baar, aber auch an anderen Standorten der CURAVIVA-Mitgliederbetriebe, mit neuen Wohnformen, beispielsweise mit einer Alters-WG. Fünf Bewohnerinnen und Bewohner leben da seit fünf Jahren zusammen mit einem

Hund mehr oder weniger autonom zusammen. Sie teilen sich WC und Dusche, kochen zusammen und würden das WG-Leben zelebrieren und geniessen. Die WG-Bewohner haben täglich eine Ansprechperson, die sie an Termine erinnert, im Haushalt unterstützt oder bei Problemen und Sorgen Hilfe leistet.

«Es ist faszinierend, wie gut und souverän sie den Alltag meistern. Solche und ähnliche Wohnmodelle werden sicher zunehmen», ist Kleiner überzeugt. Denn seitens der Politik gäbe es den Anspruch, dass die Menschen möglichst lange daheim leben können. Eine betreute WG sei daher ein idealer Mittelweg zwischen vollumfänglicher Betreuung und absoluter Autonomie.

Gerade für die Generation der so genannten «Babyboomer» mit den Jahrgängen 46 bis 64 werde der mögliche Einzug in ein Alterszentrum oder die Beanspruchung ambulanter Dienstleistungen in den nächsten Jahren ein Thema sein. «Sie sind mit moderner Technik aufgewachsen, kennen sich mit Tablets und Handys aus. Das wird nochmals eine andere Form des Zusammenlebens, vielleicht eine noch individuellere, geben», sagt Kleiner. Man werde aber alles daransetzen, dass sich auch diese Generation aufgehoben und zuhause fühlen kann – mit der bestmöglichen Betreuung.

Mehr Informationen über den Verband CURAVIVA Zug sowie die Angebote der Alterspflege im Kanton finden Sie auf: [www.curavivazug.ch](http://www.curavivazug.ch)