

## Zürcher Gerontologietag vom 14. Oktober 1999: Die Referate und Workshops



### Wohnen im Alter

*José Elber, Leiter Wohngemeinschaft Klus, Zürich*

#### Ein kurzer Einblick zu Veränderungen im Bereich "Wohnen im Alter"

Institutionen haben es schwer! Wussten Sie, dass die Institutionen für alles verantwortlich sind und auch alles alleine tun müssen? Das beginnt bereits beim

- Heimeintritt (Warteliste, Zimmerzuweisung).
- Gesunde Ernährung (3 Mahlzeiten / Tag).
- Tagesablauf (Frühstück 7.30 Uhr, Mittagessen 12.00 Uhr und Nachtessen auch im Sommer spätestens 17.30 Uhr).
- Hygiene (Bad, Kleiderwechsel, Bettwäsche).
- Pflege (ist doch klar, wenn wir schon verantwortlich sind, bestimmen wir natürlich auch, was zu tun ist!).
- Zimmerreinigung (wann, wer, wie).
- Ergotherapie (Als Ersatz fürs richtige Leben!).

Wenn wir weiter so arbeiten, werden wir auch in Zukunft genügend Pflegesituationen haben. So werden wir auch in den nächsten Jahren Recht behalten .... vorausgesetzt wir haben dann auch noch Kunden!

Waren wir uns in der Vergangenheit immer sicher, dass wir uns auf unsere Kunden eingestellt haben, oder haben nicht auch sehr oft die Bewohnerinnen und Bewohner sich der Institution angepasst? Und haben wir in der Vergangenheit nicht immer wieder Pflegesituationen selbst verursacht. Ich nenne nur die Stichworte:-n Warm - satt - sauber!

Unser ganzes Leben wird bestimmt von sozialen Bedürfnissen. Warum sehen Institutionen oft nur medizinische Probleme? Institutionen betreuen in erster Linie mit einer medizinischen Sicht. Medizinische Pflege ist auch oft einfacher als soziale Begleitung! Wenn die medizinische Pflege aber nur Mittel zum Zweck ist um berechenbare Abläufe im Betrieb zu bekommen, bleiben die Bewohnerinnen und Bewohner auf der Strecke; Abhängigkeit ist die Folge!

Wenn Sie an der Wohnform Altersheim Interessierte fragen, was ihnen für Ihr künftiges Leben im Heim am Wichtigsten ist, bekommen sie immer die gleichen Antworten. Auf den Stellen 2, 3, 4,5 und 6 kommen

- mindestens zwei Zimmer,
- Betreuung und Pflege als Versicherung im Hintergrund,
- Auswahl bei der Verpflegung,
- Sozialkontakte,
- noch für jemanden da sein dürfen, eine (Lebens-) Aufgabe haben.

An erster Stelle steht jedoch fast immer: Sein Leben weiter autonom gestalten können.

Das ist der erste Schritt zu einem Stück Lebensqualität. Erfahrungsgemäss ist es nicht immer einfach, herauszufinden, was Lebensqualität für andere Menschen ausmacht. Wenn wir die

Frage aber einfach umkehren und uns selbst fragen, was den für uns Lebensqualität bedeutet, fällt uns die Antwort meistens viel leichter.

Dr. Hans Ruh, emeritierter Professor der Uni Zürich hat die Frage einmal auf den Punkt gebracht: Lebensqualität wäre das, was ich wollte, wenn man mich liesse!

Heute fragen wir uns natürlich immer wieder, ob wir unsere Bewohnerinnen und Bewohner immer "gelassen" haben. Unsere Gäste sollen jederzeit selbst bestimmen, ob sie in einem Bereich, der ihnen Freude und Befriedigung bringt, aktiv sein wollen (Wir bieten Aktivitäten in allen Bereichen des Betriebes), oder ob "Seele baumeln lassen" ihren aktuellen Bedürfnissen entspricht.

### **Autonomie im Altersheim**

Oft hören wir die Frage, ob denn Autonomie in einer Institution überhaupt möglich sei. Selbstverständlich, Autonomie ist immer möglich. Unsere Kundinnen und Kunden hatten über 80 Jahre Ihr Leben in den eigenen Händen. Warum soll sich das ausgerechnet mit dem Eintritt in eine Wohngemeinschaft ändern? Jeder Mensch trägt letztlich die Verantwortung für sein Leben selbst. Unsere Bewohnerinnen und Bewohner haben bereits ein langes Leben lang bewiesen, dass sie dazu durchaus in der Lage sind.

Für alle die in Institutionen arbeiten muss jederzeit klar sein:

Alles, was unsere Pensionärinnen selber tun, stärkt ihre geistige und körperliche Fitness.

Alles, was ihnen abgenommen wird, schwächt ihre geistigen und körperlichen Fähigkeiten.

Wir wollen uns in Zukunft nicht nur dadurch ausweisen, welche Dienstleistungen wir anbieten, sondern auch, welche Eigeninitiativen in unserer Wohngemeinschaft möglich sind.

(Adresse: José Elber, Asylstrasse 130, 8032 Zürich, Tel. 01 388 22 22, Fax 01 388 22 55, e-Mail José.Elber@AAH.stzh.ch).