

«Die Zufriedenheit in den Altersheimen ist gross»

Ist die Angst vor einem Übertritt ins Altersheim nachvollziehbar? Vielfach wirkt allein das Wort «Heim» abschreckend – das ist vermutlich auch ein Grund, warum sich viele Altersheime heute Alterszentren nennen. Denn mit dem Begriff «Heim» verbindet sich oft noch die Vorstellung, dass man abgeschoben, entmündigt, unselbstständig und in seiner Autonomie eingeschränkt wird. Medienberichte über negative Einzelfälle und fehlende positive, persönliche Erfahrungen schüren solche Vorurteile. Deshalb klaffen Vorstellung und Realität oft weit auseinander.



Alexander Seifert arbeitet seit 2008 am Zentrum für Gerontologie der Universität Zürich. Der gebürtige Berliner und ausgebildete Sozialpädagoge studierte Soziologie und forscht als wissenschaftlicher Projektmitarbeiter auf den Themengebieten Wohnen, Technik und Sehbeeinträchtigungen im Alter.

Adresse: Zentrum für Gerontologie, Sumatrastrasse 30, 8006 Zürich, Telefon 044 635 34 20, Mail alexander.seifert@zfg.uzh.ch, Internet www.zfg.uzh.ch

Wie sieht denn die Realität aus? Dass die Zufriedenheit mit den Dienstleistungen in Altersheimen gross ist. Das bestätigen alle unsere Umfragen. Die Gewissheit, jederzeit auf Hilfe und Betreuung zählen zu können, wird geschätzt, aber auch die Entlastung, die sich durch das Wegfallen von Hausarbeiten ergibt. Der Einschnitt in die eigene Autonomie und Selbstständigkeit erweist sich in der Regel als deutlich weniger gross als befürchtet, denn auch die Institutionen messen der Entscheidungsfreiheit und Mitbestimmung ihrer Bewohnerinnen und Bewohner grosse Bedeutung zu.

Aus welchen Gründen schauen sich ältere Menschen überhaupt nach einem Platz in einem Altersheim um? Weil sie für Eventualitäten gewappnet sein und selber bestimmen möchten, wann und wohin sie einmal ziehen wollen. Als zweiten Grund geben sie an, dass sie Angst haben, den Angehörigen zur Last zu fallen. Dazu passt, dass die wenigsten alten Eltern dereinst zu ihren Kindern ziehen und sich von diesen pflegen lassen möchten. Schliesslich führt ein zunehmender Unterstützungs- und Pflegebedarf sowie das Gefühl von Unsicherheit im eigenen Haushalt dazu, dass sich Betroffene nach einer geeigneteren Wohnform umsehen.

Welche Wünsche und Erwartungen an ein Altersheim stehen im Vordergrund? Wichtig sind Aspekte zur Privatsphäre, dem Wohnkomfort, zu den Aktivitäten und zu

den Hilfsangeboten. Gross ist auch der Wunsch nach einem Zuhause bis zum Tod. Mit dem Umzug aus der Wohnung oder dem eigenen Haus in ein Zimmer in einem Altersheim kommen die Betroffenen in der Regel gut zurecht. Manche mögen sogar ausschliesslich ein Zweierzimmer. Wichtigstes Kriterium aber scheint die Quartiernähe zu sein: 77 Prozent der Befragten gaben an, dass sie als Erstes eine Wohnmöglichkeit im gleichen Quartier oder im eigenen Dorf suchen würden. Diese Quartierverbundenheit können sich Altersheime zunutze machen.

Wie? Indem sie sich – wie es bereits vielerorts geschieht – öffnen. Ich plädiere dafür, dass Altersheime schon frühzeitig versuchen, die ältere Bevölkerung in ihrer Umgebung anzusprechen – nicht nur ihre aktuelle, sondern auch die zukünftige Zielgruppe: mit einem Mittagsangebot, einer Cafeteria, einem Tag der offenen Tür, mit öffentlichen Veranstaltungen, Vorträgen, Konzerten, Kunstausstellungen... Im Idealfall kommt es so zu einer Durchmischung von Menschen innerhalb und ausserhalb des Al-

tersheims, aber auch zwischen den Generationen.

Wie kann man sich selber auf einen Übertritt ins Altersheim vorbereiten? Indem man an solchen Veranstaltungen teilnimmt und frühere Nachbarn oder Bekannte, die im Altersheim leben, regelmässig besucht. So lernt man den Ablauf des Hauses kennen, die Pflegenden, die Infrastruktur. Sobald man eine Institution persönlich kennt, werden Ängste abgebaut.

Wie kann man alte Menschen ermuntern, sich in einem Heim anzumelden? Nur durch Sensibilisierung. Und mit dem Argument, dass es viele Vorteile hat, wenn man die Zukunft vorausplant: Man kann verschiedene Möglichkeiten besprechen und Heime besuchen, damit man die für sich beste Wahl trifft. Bei einem Notfall kann es sonst vorkommen, dass mit irgendeinem Heimplatz vorliebgenommen werden muss. Dann ist die Abneigung noch viel grösser, und das negative Erlebnis lässt sich kaum noch korrigieren.

Wann ist der richtige Augenblick für einen Umzug gekommen? Jeder und jede muss das abwägen, wenn möglich mit seinen Angehörigen besprechen und Bilanz ziehen: Wann schränken die alltäglichen Hindernisse die Lebensqualität zu sehr ein? Wenn es so weit ist, dass eine Altersinstitution mehr Vorteile bietet als die eigenen vier Wände, dann sollte man an einen Umzug denken und einen Schnuppertag vereinbaren.

Wie sieht Wohnen im Alter in Zukunft aus? Früher gab es nur das private Wohnen zu Hause und das institutionelle Wohnen in einem Heim. Heute gibt es viele Möglichkeiten dazwischen wie etwa Alterswohnungen, Alterssiedlungen, Generationenhäuser, Wohngemeinschaften oder betreutes Wohnen mit Serviceleistungen. Solche Übergänge werden noch fließender werden. Die klassische Schwarz-Weiss-Einteilung ins hochgelobte private und das angstbesetzte institutionelle Wohnen hat keine Zukunft mehr.