

Über das Alter ins Gespräch kommen

Pascal Nater | Das Projekt «Socius» fördert die Lebensqualität im Alter. Im ersten Jahr stand dabei die Vernetzung aller verschiedenen Akteur*innen im Zentrum, um die bestehenden Angebote zu unterstützen, bekannter zu machen und damit dem Ziel einer «sorgenden Gemeinschaft» ein Stück näher zu kommen.

«Die Zusammenarbeit ist wirklich sehr toll!» freut sich Alexandra Steiner, die Socius-Projektleiterin und Leiterin der Fachstelle Alter. «Man spürt, dass sich alle engagieren und einbringen wollen! So rücken wir näher zusammen und können ein engmaschiges, tragfähiges Netz weben». Die Rolle der Gemeinde sieht sie darin, die Angebote zu koordinieren und sichtbar zu machen. Und sie freut sich,

dass diese auch wertgeschätzt wird. «Das Engagement der Gemeinde wird als gut und wichtig wahrgenommen!». Bei einem gemeinsamen Kommunikationsworkshop im letzten Herbst ging es zum Beispiel darum, sich darüber auszutauschen, wie die eigenen Angebote bekannt gemacht werden können und wie man mit weniger Aufwand von der eigenen Arbeit erzählen könnte. Die grösste Hemmschwelle ist ja schliesslich für die meisten Menschen nicht, dass sie noch nie etwas von einem Angebot gehört hätten oder dass es sie nicht ansprechen würde, sondern dass es eben oft den richtigen Anstoss im richtigen Moment braucht, dass man dann tatsächlich einen neuen Ort mit neuen Menschen besucht. Oft wird man aber umgekehrt auch für den Mut belohnt. Und auch davon lohnt es sich, zu erzählen.



Socius-Beteiligte im September 2022 bei einem Workshop.

Vorne vlnr:

Peter Dietiker, Hansjürg Rohner, Ruedi Geiser, Alexandra Steiner, Daniela Gassmann, Adrienne Schmid, Liliane Moser, Andreas Hunziker.

Hinten vlnr:

Lars Weissbarth, Hansruedi Häny, Andrea Volmar, Simone Mayer-Jacober, Anna Greub, Pascal Nater.

Nicht auf dem Bild:

Daniel Rüetschi, Sven Egger, Mirjam Lemp, Brigitta Minich, Ida Odermatt

Das Projekt Socius in Kürze

In Suhr gibt es viele tolle Angebote von verschiedensten Trägerschaften, die älteren Menschen dabei helfen, ein selbstbestimmtes und abwechslungsreiches Leben mit sozialen Kontakten im Quartier führen zu können. Dazu gehören professionelle Angebote, aber auch ganz viel Freiwilligenarbeit. Alle können dazu beitragen, ein tolles Miteinander zwischen den Generationen und Kulturen zu ermöglichen. In Suhr werden in den nächsten Jahren gerade viele Migrant*innen einen grossen Teil der älteren Bevölkerung ausmachen. Auch Sprachbarrieren können dazu führen, dass sich Menschen im Alter einsam fühlen. Mit einer Stärkung des Netzwerkes, mit Quartierarbeit und einer Unterstützung von betreuenden Angehörigen durch Information und Entlastungsdienste möchte das Projekt Socius die Lebensqualität im Alter verbessern. Alle können auf ihre Weise dazu beitragen, dass sich die Menschen wohl, sicher, mobil und autonom fühlen. Dieser Prozess wird von Fachpersonen der Fachhochschule begleitet und im Anschluss auch ausgewertet.

Die intergenerationelle Spielgruppe im Lindenfeld

Das Alters- und Pflegeheim Lindenfeld engagiert sich sehr im **Projekt Socius** und fördert den Austausch zwischen den Generationen. Ältere und jüngere Menschen profitieren beide sehr von mehr Austausch. Dafür braucht es geeignete Gelegenheiten. Eine solche schafft zum Beispiel die intergenerationelle Spielgruppe «Chinderatelier». Zweimal pro Woche spielen die Jüngsten im grossflächigen Park des Lindenfelds, malen mit bunter Kreide lustige Zeichnungen auf den Boden oder löschen Hunger und Durst in der Cafeteria. Die Leiterin der Spielgruppe freut sich: «Es ist sehr schön zu sehen, dass einige Bewohnende auf uns zukommen, zuschauen und bei uns verweilen. Sie sind von den kleinen Kindern fasziniert. Sie hören uns zu, kommen auch zu den Müttern an den Tisch. Das habe ich gehofft und nun hat es sich bestätigt.»



Die Weihnachtsaktion «Freude schenken»

Die Aktion der Seniorenkommission in Zusammenarbeit mit der Gemeindekanzlei ist ein schönes Beispiel für eine niederschwellige schöne Geste zwischen den Generationen. Verschiedene Institutionen haben Wünsche von älteren Menschen an den Weihnachtsbaum vor dem Gemeindehaus gehängt. Man konnte die Kärtchen lesen und zum Beispiel eines vom Baum nehmen, den Wunsch erfüllen und das Geschenk bei der Gemeindekanzlei abgeben. Die Seniorenkommission hat dann die Geschenke und lieben Worte überbracht. «Ja, die Aktion ist sehr gut angekommen und hat vielen älteren Menschen eine Freude bereitet. Wir haben uns sehr über die rege Beteiligung gefreut. Die Zusammenarbeit mit der Gemeindekanzlei war super und unkompliziert!» sagt Peter Dietiker, Präsident der Seniorenkommission.



Gemeinsam weiterentwickeln und sich gegenseitig stärken

Gemeinderat Daniel Rüetschi (Ressort Soziales, Gesellschaft und Gesundheit) und Gemeindepräsidentin Carmen Suter-Frey sind in ihrer jeweiligen Funktion Teil der Steuerungsgruppe für das Projekt Socius. Sie erzählen, weshalb die Lebensqualität im Alter die Gemeinschaft als Ganzes etwas angeht. Interview: Pascal Nater

Weshalb eigentlich so ein gross angelegtes Projekt? Das Älterwerden ist ja jetzt kein grundlegend neues Phänomen?

Daniel Rüetschi (DR): Schon, aber die demografische Entwicklung verstärkt sich zunehmend: Nach Prognosen des Kantons sollen in Suhr im Jahr 2030 eineinhalbmal mehr Personen leben, die über 80 Jahre alt sind, als im Jahr 2020. Pflegende Angehörige leisten schon jetzt enorm viel, wegen des Fachkräftemangels steht gleichzeitig zunehmend weniger Pflegepersonal zur Verfügung. Dieser Entwicklung wollen wir nicht tatenlos zuschauen.

Für das Projekt Socius arbeiten ganz verschiedene Kreise miteinander. Es sind Institutionen dabei, die in der professionellen Pflege und Betreuung tätig sind, genauso wie Angebote aus der Freiwilligenarbeit oder Unterstützungsangebote der Landeskirchen. Ist es eigentlich schwierig, da eine gemeinsame Sprache zu finden?

DR: Es hat mich positiv überrascht, wie einfach und sehr konstruktiv die Zusammenarbeit bereits zu Beginn lief. Alle sind von der gleichen Problematik betroffen und sehen den Bedarf nach Lösungen. Auch wenn teilweise noch leichte Skepsis vor dem Neuen vorhanden ist, spürt man doch eine gute Stimmung. Kleine erfolgreiche Projekte wie die Spielgruppe im Lindenfeld leisten einen wichtigen Beitrag als «Türöffner», weil sie den Nutzen einer engeren Zusammenarbeit verdeutlichen.

Bei der Bedarfserhebung im Rahmen des Projektes kam heraus, dass es nicht unbedingt die ganz grossen, strukturellen Dinge sind, die die älteren Menschen im Alltag entlasten, sondern dass es oft auch bloss kleine Gesten und Handreichungen in der Nachbarschaft sind. Wie reagiert jetzt denn die Gemeindepolitik darauf? Man kann ja den Leuten nicht befehlen, aufmerksamer oder netter zu sein, oder?

Carmen Suter-Frey (CS): Unsere Erfahrungen zeigen, dass dies generell in der Natur des Menschen liegt und bei jeder Alters- oder Anspruchsgruppe sehr ähnlich ist:

Wenn wir ein Bedürfnis haben, das wir nicht selber erfüllen können, möchten wir in erster Linie eine möglichst rasche und punktuell wirksame Unterstützung. Es braucht weder eine träge Organisation, noch jahrelange Verpflichtungen oder Befehle von oben. Es reicht ein «Gefäss», eine Plattform, ein Netzwerk oder wie es auch immer heissen mag, wo Angebot und Nachfrage ausgetauscht werden können – und natürlich die Bereitschaft, Hilfe oder Unterstützung zu leisten und anzunehmen. Ob diese Kontakte einmalig, wiederkehrend oder lebensbegleitend sind, lässt sich durch niemanden befehlen.

Die Wohnsituation ist für eine hohe Lebensqualität im Alter sehr wichtig. Nun ist jede Generation mit ihren Idealvorstellungen aufgewachsen. Aktuell kommen viele Menschen ins höhere Alter, die vielleicht seit 40 Jahren in ihrem Einfamilienhaus wohnen und so lange wie möglich dort wohnen möchten. Was sind da die Herausforderungen?

CS: Die Herausforderung liegt in der Regel bei einem selber. Wenn Sie durchs Leben gehen mit der Haltung, dass sie niemanden brauchen und auch niemandem verpflichtet sind, dann wird es einmal schwer, den ersten Schritt zu machen, wenn es alleine nicht mehr so richtig gehen will. Auch hier kommen wir mit Befehlen nicht weiter. Wenn Sie jedoch in unserer Gemeinde ohne grosse Hemmschwellen oder bürokratischen Aufwand Ihre Möglichkeiten sehen und wir Sie ermutigen können, schrittweise an unserem Netzwerk teilzunehmen, dann haben wir es richtig gemacht.

Ihr seid beide Teil der Steuerungsgruppe. Wie misst man eigentlich bei so einem Projekt den Erfolg? Was braucht es, damit Ihr am Schluss des Projektes zufrieden seid?

DR: Zwei Drittel der Projektkosten werden durch Stiftungen getragen, v.a. durch die Stiftung Age, die grosses Interesse daran hat, dass die von ihnen finanzierten Projekte Vorbilder für Andere sein können. Dazu gibt es eine Evaluation mit vielen Indikatoren. Diese reichen von Strategien und Befragungen bis zu neuen bedarfsgerechten An-

geboten. Mir ist besonders wichtig, dass die verschiedenen Akteure möglichst gut und effizient zusammenarbeiten, damit eine lückenlose Versorgungskette zu bezahlbaren Preisen gewährleistet werden kann.

Und ist dann die Arbeit gemacht?

DR: Die Welt wird nicht stehen bleiben und Anpassungen werden immer wieder notwendig sein. Aber ist eine enge Zusammenarbeit der Akteure einmal etabliert, dann sind wir für die Zukunft gut gerüstet.

CS: Erfolgreich war bereits, die vielen Angebote rund ums Thema Alter in Suhr mit den Erbringern dieser Angebote zusammenzutragen. Erfolgreich wird es, wenn die Suhrerinnen und Suhrer ihre tollen und vielseitigen Angebote nun noch gemeinsam weiterentwickeln und sich so gegenseitig stärken; wenn sich auch viele «Hilfesuchende» trauen, mitzumachen und Teil dieser Gemeinschaft werden und wenn die Angebote selbstbestimmt und ohne Befehle von oben weiterbestehen.

Was wünscht Ihr Euch eigentlich selber für Euer eigenes Leben im Alter? Was ist Euch da besonders wichtig?

DR: Eigentlich genau das, was auch das Kernziel des Socius-Projekts ist: Möglichst lange selbstbestimmt leben, und, wenn es dies braucht, eine Unterstützung durch gute Pflege und Betreuung.

CS: Einen wachen Geist und gute Gesundheit – Wenn die Fee noch Spielraum hat: Dazu einen wärmenden Kamin, einen treuen Kameraden und ein gutes Glas Rotwein.

Die Socius-Projektleiterin Alexandra Steiner ist für Ihre Anliegen im Zusammenhang mit dem Alter unter alexandra.steiner@suhr.ch oder unter 062 855 57 63 erreichbar.

Ausblick

Frühjahrsschwinget in Suhr

Das traditionelle Frühjahrsschwinget des Schwingclub Aarau und Umgebung kommt nach Suhr.

Es findet am Sonntag,

30. April 2023

auf der Schulanlage Dorf statt.