

# Auf gute Art älter werden

Von der Theorie in die Praxis: Das Gesundheitsnetz Sense hat den Startschuss gegeben, das Alterskonzept 2018-2030 umzusetzen. Am Anlass «Älter werden im Sensebezirk» haben am Donnerstag über 80 Akteure aus allen Gemeinden teilgenommen.

Imelda Ruffieux

**TAHERS** Ob Transportdienste, Hilfe im Haushalt, Pflegeleistungen, Alterswohnungen oder gesellige Jassrunden und sportliche Aktivitäten – im Sensebezirk gibt es bereits viele Angebote für ältere Menschen. Sie werden von Gemeinden, Vereinen oder privaten Organisationen angeboten. All diese Dienstleistungen zu koordinieren, zu optimieren und zu vernetzen sowie Impulse für neue Angebote zu geben, ist Ziel des Alterskonzepts 2018-2030, das die Sensler Gemeinden letzten Mai verabschiedet haben (die FN berichteten). Unter dem Titel «Älter werden im Sensebezirk» hat am Donnerstag ein Auftaktanlass für dessen Umsetzung stattgefunden (siehe Kasten).

Das Thema wird immer wichtiger, denn die demografische Entwicklung zeigt, dass im Sensebezirk im Jahr 2030 26 Prozent der Bevölkerung über 65 Jahre alt sein wird. Das entspricht 12'000 Personen.

## Die zweite Strategie

Der Sensebezirk habe in den letzten Jahren vieles aufgestellt, das ein älteres Menschen im Sensebezirk ein gutes Leben zu bieten, sagt Peter Portmann, Präsident des Gesundheitsnetzes Sense und Leiter der neu gegründeten Kommission für Altersfragen, die die Umsetzung des Alterskonzepts an die Hand nimmt. Neben Vertretern der Gemeinden, Vernetzer-Organisationen, Ärzten, der Rentnervereinigung und verschiedenen Hilfsdiensten im Bezirk ist auch Oberamtmann Manfred Raemy in diesem Gremium. Er erinnert daran, dass das Gesundheitsnetz in einer ersten Strategie 2010-15 den künftigen Bedarf an Pflegeheimplätzen eruiert und unter anderem über den Ausbau der Spitexdienste diskutiert hat. «Der Bau der Demenzstation ist ein Projekt, das heraus entwickelt hat, erklärt er. Auch auf kommunaler Ebene sei viel geschehen, ergänzt Peter Portmann und erwähnt Pflegezentren wie jenes in Bösinggen sowie Zwischenstrukturen wie das Tagesheim St. Wolfgang, das Magdalenaheim in Heitenried oder die Einrichtung Familie im Garten in St. Ursen.



In Gruppen haben die Teilnehmer über Ideen und Hindernisse bei der Umsetzung des Alterskonzepts diskutiert.

Bild Aldo Ellena

«Wir haben damals festgestellt, dass es eine neue Strategie braucht für all jene Personen, die nicht in Heimen leben» führt Manfred Raemy aus. Pflegeeinrichtungen seien wegen der hohen Bau- und Betriebskosten zwar oft im Ge-

spräch, doch betreffe dies nur gerade fünf Prozent der älteren Bevölkerung. Deshalb rücke das neue Alterskonzept die restlichen 95 Prozent in den Fokus, die noch zu Hause leben und auf wenig Hilfe angewiesen seien.

Das Alterskonzept basiert auf dem Projekt Socius, das der Bezirk 2014 mit Hilfe der Zürcher Age-Stiftung gestartet hat. Diese hat die Erarbeitung einer regionalen Altersstrategie Sense mit 140'000 Franken unterstützt. Unter der Leitung von

Projektleiterin Corinne Zosso haben Arbeitsgruppen den Ist-Zustand der Angebote in Bereichen wie Mobilität, Wohnen, finanzielle Sicherheit, Hilfe und Pflege zu Hause und Prävention analysiert. Lücken aufgezeigt und Vorschläge formu-

liert, wie diese gefüllt werden können. «Ohne das Projekt Socius wäre das Alterskonzept niemals möglich gewesen», betont Peter Portmann.

## Eine neue Koordinationsstelle

Zentraler Punkt des Konzepts ist eine neu zu schaffende Koordinationsstelle, für die ein 40-bis 50-Prozent-Pensum ausgeschrieben wird. «Ihre Aufgabe besteht vor allem darin, Gemeinden oder Privatpersonen zu beraten, wenn diese ein konkretes Projekt rund ums Älterwerden umsetzen wollen», erklärt Peter Portmann. Das könne zum Beispiel ein Generationen-anlass oder ein Quartiersparcours für ältere Leute sein. Die Koordinationsstelle würde bestehende Konzepte zur Verfügung stellen, über ähnliche Vorhaben informieren und hilfreiche Kontakte vermitteln. Wichtig sei auch, dass die Aktivitäten koordiniert werden, damit nicht parallel auf privater, kommunaler oder kantonalen Ebene das Gleiche angeboten werde, sagt Manfred Raemy.

## Geist der Nachbarschaftshilfe

Für Infrastrukturen, wie etwa Wohnformen im Alter, seien nach wie vor die Gemeinden zuständig, so der Oberamtmann. Doch die Organisation eines Piktendienstes der Spitex müsse auf regionaler Ebene gelöst werden. «Viele andere Dinge dürfen und sollten aus einer Privatinitiative kommen oder von einem Verein initiiert werden», führt Peter Portmann aus. Die Koordinationsstelle habe die Aufgabe, solche Angebote dann überregional sichtbar zu machen und auf diese Weise Impulse weiterzugeben. Ein Beispiel ist die neue Plattform [www.sensemobil.ch](http://www.sensemobil.ch), auf der alle verfügbaren Fahrdienste für Menschen mit eingeschränkter Mobilität aufgelistet sind.

Peter Portmann ist überzeugt, dass der frühere Geist der Nachbarschaftshilfe in die andere schaut, wieder auflebe. «Manchmal braucht es nur einen kleinen Anstoss, um Leute zu animieren, ein wenig Verantwortung zu übernehmen», ergänzt der Oberamtmann. Er ist optimistisch, dass dies gelingt: «Die Sensler haben zusammen und haben eine hilfsbereite Grundhaltung.»

## «Älter werden im Sensebezirk»

# Das zarte Pflänzchen gedeiht langsam

«Das Alterskonzept ist ein kleines Pflänzchen, das am Gedeihen ist. Dafür braucht es Euer Engagement.» Mit diesen Worten begrüsste Peter Portmann, Präsident des Gesundheitsnetzes Sense, am Donnerstag die über 80 Vertreter von Gemeinden, Organisationen und Vereinen, die am Auftaktanlass für die Umsetzung des Alterskonzepts teilgenommen haben. Von den drei Referenten erhielten sie eine Fülle von konkreten Ideen und Denkanstössen, die sie in Gruppen weiter erörtern.

Jenny Leuba vom Verband Fussverkehr Schweiz zeigt etwa auf, wie mit ein paar zusätzlichen Bänken in Quartieren die Mobilität verbessert werden kann, wie wertvoll Handläufe an Treppen sind und wie einfach sich Stolpersteine wie Wurzeln auf dem Trottoirboden ausmerzen lassen.

«Die heutigen Möglichkeiten unterscheiden sich stark von jenen von vor 20 Jahren», sagte Antonia Jaun, Geschäftsführerin der Age-Stiftung, zum Thema «Wohnformen im Alter». Früher hätten Betage

entweder zu Hause oder im Heim gelebt, heute gebe es zum Beispiel Hausgemeinschaften, betreutes Wohnen, Synergien mit Heimen. Das Problem sei, dass das Gesetz nicht auf das «daheim wohnen» ausgerichtet sei, obwohl dies auf eine Mehrzahl der Menschen über 80 zutrefe.

Im dritten Kurzreferat gab der Soziologe François Höpflinger ein paar Impulse für Projekte, um das Sozialleben in einem Dorf zu fördern, etwa durch eine Sitzbank mit Redezwag, einem Computercafe,

einer gemeinsamen Pflanzaktion oder einem öffentlichen Raum, in dem wechselnde Anlässe stattfinden. Er ermunterte die Gemeinden zu mehr Zusammenarbeit und schlug auch vor, vorhandene Ressourcen besser zu nutzen, indem jungen Gemeinderäten etwa eine Art erfahrener Götti zur Seite gestellt wird. «Vieles kann die Gemeinde zur Verfügung stellen, doch ohne das zivilgesellschaftliche Engagement von Neupensionierten und freiwilligen Helfern geht es nicht.»

im