

# Altersleitbild Speicher-Trogen

Juli 2021



# Inhalt

<b>Vorwort</b>	<b>3</b>
<b>Einleitung</b>	<b>3</b>
<b>Vision</b>	<b>4</b>
<b>Gutes Alter in Speicher und Trogen</b>	<b>4</b>
<b>Leitsätze</b>	<b>4</b>
<b>Ausgangssituation</b>	<b>5</b>
Bestandsaufnahme	5
Bevölkerung und prognostizierte Entwicklung	5
Aktuelle Angebote für Senioren und Seniorinnen	6
Ergebnisse der Befragung	7
Trends & Tendenzen in der Pflege	8
<b>Herausforderungen</b>	<b>9</b>
1. Länger daheim	9
2. Persönliche Gesundheit	10
3. Am Ball bleiben und mitmachen	10
4. Optimale Betreuung	11
<b>Organisation</b>	<b>12</b>



## Vorwort

In den letzten Jahrzehnten hat sich die Situation der älteren Menschen in unseren Dörfern wesentlich verändert. Sowohl die allgemeinen Lebensbedingungen wie auch die gesundheitliche und materielle Situation sind für viele besser geworden. Nach dem Berufsleben erwartet heute die meisten Menschen eine lange Zukunft.

Das vorliegende Altersleitbild Speicher-Trogen antwortet auf diese Veränderungen mit der Vision einer solidarischen Dorfgemeinschaft, in der ältere Menschen in Würde leben können. Darauf aufbauend formuliert es Ziele und Massnahmen, die zu einem «guten Alter» in Speicher und Trogen beitragen.

Ein herzlicher Dank gilt allen, die sich an der Umfrage GAST beteiligt und damit ein repräsentatives Bild vom Leben im Alter in Speicher und Trogen ermöglicht haben.

Ein herzlicher Dank gilt ferner allen, die ihre Zeit, Erfahrungen und Kompetenzen in der Arbeitsgruppe GAST und in den Workshops eingebracht haben. Ihnen ist im Wesentlichen das Altersleitbild Speicher-Trogen zu verdanken.

## Einleitung

Das Altern ist ein lebenslanger Prozess, der die Persönlichkeit eines Menschen formt. Geprägt durch verschiedene Lebenswelten und Milieus, durch Herkunft und Bildung, durch vielfältige Erfahrungen und Ereignisse haben sich unterschiedliche Lebenskonzepte gebildet. Zudem variieren körperliche und geistige Fähigkeiten stark. Die Unterschiede zwischen den Menschen sind im Alter gross. Die Vielfalt, Vielfarbigkeit und Verschiedenartigkeit alter Menschen zeigt sich in vielen Bereichen: in ihren Interessen, ihrem Lebensstil, in ihrer Weltanschauung und Spiritualität.

So unterschiedlich ältere Menschen sind, so verschieden sind auch ihre Erwartungen an das Leben im Dorf. Die einen brauchen Unterstützung und Betreuung, andere stellen die Sinnfrage und wieder andere suchen Raum für Eigeninitiative. Sie stellen ihre Kompetenzen, ihre Erfahrungen und ihre Zeit zur Verfügung.

Bei aller Unterschiedlichkeit gibt es Themen und Situationen, mit denen Menschen im Alter öfter und deutlicher konfrontiert werden: Die Endlichkeit wird konkreter und Sinnfragen stellen sich drängender als in früheren Jahren. Die Wahrscheinlichkeit, in Abhängigkeit zu geraten, wird grösser.

Bei all diesen Herausforderungen soll ein gutes und würdevolles Leben im Alter in Speicher und Trogen möglich sein.

## Vision

### Gutes Alter in Speicher und Trogen

Die Überzeugung, dass (unabhängig von ihrem Lebensalter) allen Menschen die gleiche Würde eigen ist, bildet die Basis unseres Zusammenlebens in Speicher und Trogen.

Wir beziehen die Vielfalt, Vielfarbigkeit und Verschiedenartigkeit alter Menschen, ihre Erfahrungen, körperlichen und geistigen Fähigkeiten in die Gestaltung des Dorflebens mit ein und erleben sie als Bereicherung.

Die gegenseitige Unterstützung innerhalb und zwischen den Generationen ist ein tragender Pfeiler des Dorflebens. Wir kennen unsere Tradition, gestalten die Gegenwart und sind der Zukunft verpflichtet.

Wir sind frei in unserem Denken und verantwortlich in unserem Handeln. Aus der politischen Freiheit wächst Mut und Verantwortung. Veränderungen, die notwendig sind, um das Leben in unseren Dörfern generationen- und altersgerecht zu gestalten, gehen wir zusammen mit den Betroffenen offen und zuversichtlich an.



## Leitsätze

- Wir unterstützen ein aktives, selbstbestimmtes, zufriedenes und gesundes Alter in Speicher und Trogen.
- Alle Menschen sollen ihren Lebensabend im Dorf und in der Gemeinschaft verbringen und dabei so lange wie möglich daheim bleiben können.
- Qualitativ hochwertige und vielfältige Angebote (Freizeit, Kultur, Spiritualität, Sport und Bewegung, Gesundheit, soziale Integration, Betreuung, Pflege und Sterben) bieten eine gute Versorgung für die meisten Situationen und Herausforderungen im Alter.
- Wir arbeiten nach dem Motto: Offen für Neues. Wir initiieren verschiedene Pilotprojekte, die zu einem definitiven Angebot führen können.

## Ausgangssituation

### Bestandsaufnahme

#### Bevölkerung und prognostizierte Entwicklung

Die Anzahl der 80-Jährigen und Älteren wird in den nächsten zwanzig Jahren in der Schweiz um über 80%, also rund 19'000 Personen, pro Jahr zunehmen. Im gleichen Zeitraum wird die Anzahl der Personen im Erwerbsalter nur um 8% steigen. Das stellt uns in der Alterspflege vor soziale, personelle und finanzielle Herausforderungen<sup>1</sup>. Dies bedeutet: immer weniger junge Menschen stehen zur Verfügung, um eine stärker wachsende Zahl an Senioren zu pflegen. Der Fachkräftemangel in der Pflege ist allenthalben bekannt. Das impliziert, dass die herkömmlichen Modelle der Seniorenpflege überdacht werden müssen. In welche Richtung genau, ist derzeit noch umstritten.

		2013	2020	2025	2030
Trogen	65 - 79	188	216	237	269
	80+	83	98	117	136
Speicher	65 - 79	583	670	735	834
	80+	244	288	344	400
gesamt	65 - 79	771	886	972	1103
	80+	327	386	461	536

+30% ! 

Quelle: Controllingbericht Pflegeheime, 2018, AR

Aber nicht nur die Pflegebedürftigkeit ist ein Thema. Die Veränderungen der Altersstruktur bedeuten vielfältige Herausforderungen für das soziale Leben in der Gesellschaft.

Neben der steigenden Anzahl der Senioren und Seniorinnen nimmt auch ihre Lebenserwartung zu. Aktuell wohnen in Speicher und Trogen zusammen rund 6000 Einwohner und Einwohnerinnen. Etwa 1200 davon sind Seniorinnen und Senioren. Diese Zahl wird innerhalb der nächsten 10 Jahre um 30% steigen.

Gesunde und aktive Jahre nach der Pensionierung nehmen zu. Am Ende des Lebens steht mit der gleichen Wahrscheinlichkeit eine Pflegebedürftigkeit. Prognosen unterscheiden sich, ob die Dauer der Pflegebedürftigkeit sich zukünftig verlängert, verkürzt oder konstant bleibt.

Bei leichter Pflegebedürftigkeit kann man immer öfter ausserhalb eines Pflegeheims gepflegt werden, dank ambulanter Services (Spitex, sonstige betreuende Dienstleister) bzw. technischer Hilfsmittel<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> Avenir Suisse, Optimierung der Alterspflege ist Pflicht, 2016

<sup>2</sup> Amt für Gesundheit AR, Statistische Grundlagen zur Pflegeheimplanung 2013-2015

## Aktuelle Angebote für Senioren und Seniorinnen

Das aktuelle Angebot umfasst die folgenden Einrichtungen, Institutionen, kirchlichen und auf Freiwilligenarbeit basierende Elemente:

### Pflegeheime

	Pflegeplätze	Pflegestufe
Wohn- und Pflegeheim Boden, Trogen	25	12
Haus Vorderdorf, Trogen	47	12
Hof Speicher	48	12
Lindenbühl (spez. Angebot im Bereich Sucht)	24	12

### Betreutes Wohnen

Haus Vorderdorf: 20 Wohnungen

Hof Speicher: 34 Wohnungen

### Ambulante Pflege

Spitex

Kleinere private Anbieter

### Pro Senectute: Beratung, Hilfen zu Hause, Sport und Bildung

### Mittagstisch

### Seniorenferien

### Seelsorgerische Begleitung

### Hospiz- und Entlastungsdienst AR

Darüber hinaus gibt es ein umfassendes Unterstützungsnetzwerk im nachbarschaftlichen und Familien-Bereich.

## Ergebnisse der Befragung

### Vorgehen

Im ersten Schritt zur Erarbeitung dieses Leitbilds wurden in einer umfassenden Befragung das Befinden und die Wünsche der Senioren und Seniorinnen in Trogen und Speicher in den Dimensionen Wohnen, soziale Integration, Hilfsbedürftigkeit, eigenes Engagement und technische Affinität erhoben.

Die Befragung dient als Basis für die Vision, die Leitsätze und die Ziele im neuen Altersleitbild. Diese wurden in zwei Workshops mit den relevanten Dienstleistern im Bereich Alter von Speicher und Trogen sowie einigen Senioren und Seniorinnen erarbeitet.

Ein besonderer Fokus lag dabei auf der Frage, inwieweit neue technische Möglichkeiten den längeren Verbleib daheim unterstützen können.

### Kernergebnis

#### Kein Feuer zu löschen, aber für die Zukunft vorsorgen.

Die Seniorinnen und Senioren in Speicher und Trogen sind aktuell zufrieden mit ihrer finanziellen Lebens- und Wohnsituation, sind mobil, integriert, informiert und unterstützen einander.

Das positive Bild gilt stärker für die jüngeren Senioren und Seniorinnen als für die älteren.

Für die Zukunft, wenn die Anzahl älterer Menschen zunimmt, stellt sich die Frage, wie diese funktionierenden Strukturen aufrechterhalten werden können. Insbesondere die Themen bezahlbare, altersgemässe Wohnsituation und Pflege, die professionell gelöst werden müssen, sind zu bearbeiten.

Die Details der Befragungsergebnisse sind der Präsentation GAST-Befragungsergebnisse zu entnehmen und bei den Gemeinden erhältlich.

## Trends & Tendenzen in der Pflege

Zahlreiche Studien<sup>3</sup> beschäftigen sich mit Möglichkeiten, wie die anstehenden Herausforderungen (steigende Anzahl Senioren und Seniorinnen bei rückläufiger Anzahl Werkstätiger, Multimorbidität, Pflegenotstand, Bedarf an Alternativen zum Heimaufenthalt, zunehmendes Outsourcing von Pflege und damit einhergehend Kostenanstieg der Langzeitpflege) bewältigt werden könnten. Die am meisten genannten Ansätze sind:

- **Reform der Finanzierung** (Pflege und EL)  
Neue Quellen  
Vom Leistungserbringer unabhängige Finanzierung
- **Schaffung von Synergiepotenzialen**
- **Neue Wohnformen**
- **Nutzung neuer Technologien**
- **Flexibilität der Angebotsgestaltung** (nach Bedarf)
- **Unterstützung von pflegenden Angehörigen** (finanziell, Pflegeurlaub, sozial)
- **Durchlässigkeit zwischen Leistungserbringern**
- **Mobilisierung von Freiwilligen**
- **Kreative Lösungen**



<sup>3</sup> Beispiele: Avenir Suisse, *Neue Massstäbe der Alterspflege*, 2016; IVW-HSG, *Die Zukunft der Langzeitpflege in der Schweiz*, 2019; GDI: *Fluid Care*, 2016



# Herausforderungen

## 1. Länger daheim

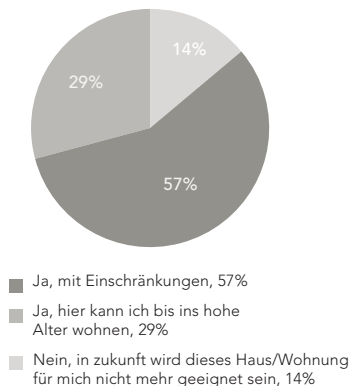
Wir möchten ermöglichen, dass die Einwohnerinnen und Einwohner von Speicher und Trogen so lange wie möglich selbständig und zufrieden in den vier Wänden ihrer Wahl wohnen bleiben können (eigenes Haus, oder Wohnung, Mietwohnung, betreutes Wohnen, Wohn- und Pflegeheim).

Gemäss unserer Umfrage ist dies aber noch nicht realistisch. So geht lediglich ein Drittel der Befragten davon aus, dass sie in ihrem aktuellen Zuhause alt werden können.

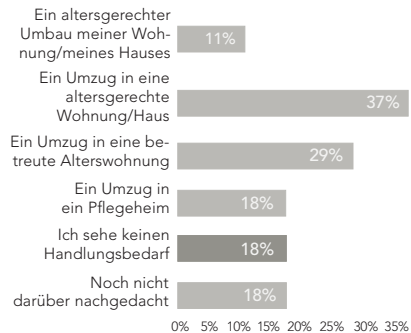
### Wohnen: Altersgerechtigkeit?

Lediglich ein Drittel der Befragten geht davon aus, dass sie zu Hause alt werden können. Im Zweifel geht man davon aus, umzuziehen.

Ist Ihre Wohnung/Ihr Haus altersgerecht?



Wohnsituation verändern? Welche Lösungen kommen für Sie in Frage? (Mehrfachnennung möglich)



## Ziele

Es gibt ein vielfältiges, altersgerechtes Wohnangebot, durch das jeder gemäss seinen Bedürfnissen gut versorgt wird. Senioren können sich umfassend in Fragen altersgerechten Wohnens, in baulichen und technischen Fragen informieren lassen.

Senioren sind mobil, sie können sich möglichst lange selbständig im Dorf bewegen und die notwendigen Besorgungen erledigen. Es existiert eine zentrale Anlaufstelle, die Senioren gemäss ihren Bedürfnissen zielgerecht Dienstleistungen oder Angebote vermittelt (Triage).

## 2. Persönliche Gesundheit

Wir möchten unsere Bevölkerung darin unterstützen, so lange wie möglich gesund zu bleiben und aktiv am Leben teilzuhaben. Körperliche und psychische Gesundheit sollen, so lange es geht, aufrechterhalten werden.

Die Ansatzpunkte sind nicht isoliert zu betrachten. Vielmehr sind sie interdependent und befördern sich gegenseitig. Viele der häufigen Alterskrankheiten wie Diabetes, Herz-Kreislauferkrankungen und Schlaganfälle können reduziert werden, weil sie häufig auf mangelnde Bewegung und schlechte Ernährung zurückzuführen sind. Im Bereich Bewegung geht es um die körperlichen Aktivitäten einer Person. Um die Mobilität zu erhalten, ist es wichtig, sich ausreichend zu bewegen. Auch das Wohlbefinden und die geistige Verfassung kann dadurch verbessert werden. Eine gute Beweglichkeit im Alter ermöglicht es, länger daheim zu leben und die alltäglichen Verrichtungen selber zu machen. Für beweglichere Menschen stellen z.B. Treppen keine unüberwindbaren Herausforderungen dar. Die Wahrscheinlichkeit von Stürzen wird ebenfalls reduziert.

### Ziele

Es existiert ein vielfältiges Sport- und Bewegungsangebot für verschiedene Fähigkeiten, das einfach zugänglich ist. Die Senioren sind über gesunde Ernährung informiert und es bestehen entsprechende Angebote.

## 3. Am Ball bleiben und mitmachen

Senioren und Seniorinnen sollen ihren festen Platz in der Gesellschaft haben. Ihre Erfahrungen, körperlichen und geistigen Fähigkeiten fliessen in die Gestaltung des Dorflebens mit ein. Dies ist aus verschiedenen Gründen wichtig: Seniorinnen und Senioren tragen wertvolles Wissen über die Generationen hinweg weiter. Sie tauschen sich untereinander und mit anderen Generationen darüber aus. Zeit und Wissen der älteren Menschen sind ein grosses Kapital in unseren Gemeinden und sollen dementsprechend genutzt werden können. Lebenslanges Lernen wird von den Gemeinden unterstützt. Die soziale Teilnahme wirkt sich positiv auf die körperliche und geistige Aktivität aus und fördert die Gesundheit jedes Einzelnen und jeder Einzelnen. Allgemeine Informationen aus dem Dorf sollen für Seniorinnen und Senioren vollumfänglich zugänglich sein.

### Ziele

Es existiert ein aktiver Seniorenrat, der die Anliegen der Senioren politisch und gesellschaftlich vertritt. Es findet ein lebhafter Austausch unter Senioren und in der Gesellschaft statt. Senioren teilen ihr Wissen und Können in der Gemeinschaft.

## 4. Optimale Betreuung

Die Herausforderungen im Bereich Pflege sind derzeit vielfältig für die Gesellschaft.

Aufgrund des gestiegenen Wohlstands und des medizinischen Fortschritts werden die Menschen bei guter Gesundheit immer älter. Dennoch folgt gegen Ende des Lebens meistens eine Phase, in der Pflege benötigt wird. Infolge der demografischen Entwicklung ist in den kommenden Jahrzehnten mit einem stetigen Anstieg des Pflegebedarfs zu rechnen.

Die Pflege wird durch ambulante und stationäre Angebote realisiert. Für die ambulante Pflege sorgt vor allem die Spitex. Sie ist in der Lage, ihre Leistungen bedarfsgerecht zu entwickeln und auszubauen. Ergänzend sind auch Angebote nötig, welche nicht zu den pflegerischen Leistungen gehören, aber das Wohnen zu Hause massgeblich unterstützen können, wie beispielsweise Besuchs-, Mahlzeiten-, Begleit- und Fahrdienste. Viele davon gibt es bereits. Hier besteht die Herausforderung darin, das Angebot effektiv zu kommunizieren. Die Gemeinden Trogen und Speicher sind sich bewusst, dass pflegende Angehörige Unterstützung und Entlastung benötigen.

Informations-, Austausch- sowie koordinierter Angebotsbedarf besteht insbesondere zu den sensiblen Themen Demenz, Palliative Care und Sterben. Zum Thema Demenz erarbeitet der Kanton eine Strategie.

Für das stationäre Angebot sorgen die drei Pflegeheime Boden, Hof und Vorderdorf mit ihren 120 Pflegeplätzen und ergänzenden Angeboten im Bereich betreutes Wohnen (insgesamt 54 Wohnungen).

### Ziele

Für die älteren Menschen in Speicher und Trogen besteht ein bedarfsgerechtes Angebot an ambulanter und stationärer Pflege und Betreuung. Die ambulante und stationäre Pflege ist von guter Qualität und bleibt für die Betroffenen und die öffentliche Hand finanzierbar. Die Leistungserbringer in der ambulanten und stationären Pflege und Betreuung arbeiten kooperativ und lösungsorientiert zusammen, um eine flexible und bedarfsorientierte Pflege Wirklichkeit werden zu lassen.<sup>4</sup> Für betreuende und pflegende Angehörige können ausreichend Unterstützungs- und Entlastungsangebote vermittelt werden. Vorhandene Strukturen und Angebote der kantonalen Demenzstrategie werden genutzt.

<sup>4</sup> Fluid Care: <https://www.gdi.ch/de/publikationen/studien/fluid-care> = bedarfsgerechte, individualisierte Pflege

## Organisation

Die Kommission GAST ist dafür verantwortlich, dass das Altersleitbild lebt und im Auftrag der Gemeinde umgesetzt wird.

### Instrumente

#### Planungszyklus (einmal pro Jahr)

- Überprüfung erfolgter Massnahmen
- Definition neuer Massnahmen
- Kalkulation Kosten
- Finanzierungsantrag im Rahmen des Budgetprozesses

#### Umfassende Kommunikation, z.B. in Gemeindeblättern

- Regelmässig über Fortschritt Altersleitbild
- Aktivitäten rund ums Altersleitbild

Das Altersleitbild ist in Zusammenarbeit mit Seniorinnen und Senioren aus Speicher und Trogen sowie Vertretungen folgender Institutionen erarbeitet worden: Pro Senectute, katholische Kirche, evang. -ref. Kirche, Wohn- und Pflegeheim Boden, Hof Speicher, Haus Vorderdorf Trogen, Spitex, Gemeinderat Speicher und Trogen.

Die Koordination lag bei der Arbeitsgruppe GAST (seit September 2021 Kommission GAST), zusammengesetzt aus Fachspezialisten und Gemeinderatsvertretungen beider Gemeinden:

Simone Thoma (Gemeinderätin Trogen)

Annelies Schmid (Gemeinderätin Trogen bis 2019)

Natalia Bezzola (Gemeinderätin Speicher)

Claudia Fichtner (Trogen)

Urs Guggenbühl (Speicher)

Speicher, Trogen, Juni 2021

