

Soziale Teilhabe im Alter passiert nicht «einfach so»

Im Gespräch mit Andrea Herger – Leiterin der Fachstelle soziale Teilhabe im hohen Alter AI

Worin besteht Ihre Aufgabe als Leiterin Fachstelle Soziale Teilhabe im hohen Alter AI?

Andrea Herger: Meine Aufgabe bei der Fachstelle Soziale Teilhabe im hohen Alter AI ist die Mit- und Selbstbestimmung der Heimbewohnenden vom Alterszentrum Gontenbad, Alter und Pflege Alpsteeblick und Bürgerheim zu fördern, gesellschaftliche Teilhabe am Dorfleben zu ermöglichen, individuelle Wünsche zu erfüllen und die Menschen aus den verschiedenen Altersorganisationen zusammenzubringen. Das jeweils innerhalb und ausserhalb des Heimes.

Dazu muss ich Angebote entwickeln, koordinieren, Ideen umsetzen und mit allen Beteiligten im Gespräch bleiben.

Was bedeutet für Sie soziale Teilhabe im hohen Alter?

Für mich bedeutet das, Teil der Gesellschaft zu sein. Freunde und Bekannte treffen zu können. An Dorfanlässen teilzunehmen aber eben auch mitreden und mitbestimmen können, mindestens in den Belangen, die mich unmittelbar betreffen. Es bedeutet teilhaben können, bei allem, das mir wichtig ist. Es soll kein Müssen aber ein Können sein.

Wo gibt es in Appenzell Innerrhoden Handlungsbedarf wenn es um die soziale Teilhabe im Alter geht?

Ältere Menschen sind insbesondere in der Mobilität eingeschränkt. Der Weg ins Dorf ist deshalb kompliziert oder kaum mehr machbar. Kurze Distanzen werden zu unüberwindbaren Hindernissen. Das führt dazu, dass ältere Menschen sich aus dem sozialen Leben zurückziehen. In den Seniorenchor oder ins Lismen zu gehen wird aufwendig. Man überlegt sich zweimal, ob man den Weg auf sich nehmen will.

Ausserdem muss die eingeschränkte Mobilität immer mitgedacht werden. Beispielsweise: Sind Sitzgelegenheiten vorhanden? Komme ich mit dem Rollator ins Gebäude? Wenn zu viele Leute an einem Anlass sind, wirkt das oft abschreckend, da Menschenmengen mit Gehhilfen schwierig zu durchqueren sind. So wird verzichtet, obwohl man den Anlass eigentlich gerne besuchen möchte.

Soziale Teilhabe im Alter passiert nicht «einfach so». Man muss sich darum bemühen bzw. Hilfsangebote zur Verfügung stellen. Dies heisst aber gleichzeitig, dass es Ressourcen braucht. Das Pflegepersonal hat kaum Zeit Aktivitäten ausserhalb der Heime zu begleiten oder zu organisieren. Hier kommt die Fachstelle Soziale Teilhabe im hohen Alter ins Spiel. Ich organisiere beispielsweise Transporte oder Begleitung und stelle sicher, dass ein Angebot für alle zugänglich ist.



Die «Mektiglosi» – ein erfolgreiches Projekt, das Andrea Herger umgesetzt hat.

(Bild: Vreni Peterer)

Wie erleben Sie die älteren Menschen in Innerrhoden?

Die aktuellen Bewohnenden der Alters- und Pflegeheime erlebe ich als sehr bescheiden. Sie wirken zufriedener. Es ist eine Generation, welche es sich gewohnt ist, sich anzupassen. Wenn ich beispielsweise frage, braucht es dieses oder jenes Angebot, dann sagen sie «nicht extra für mich». Wenn ich jedoch frage, würden Sie das Angebot nutzen, wenn es da ist, antworten sie häufig mit ja. Wünsche anzubringen, fällt schwer. Sie wollen nicht zur Last fallen. Aber nur weil Bedürfnisse nicht explizit gesagt werden, heisst das nicht, dass sie nicht vorhanden sind. Die Erfahrung zeigt: je mehr Vertrauen zu mir oder der Fachstelle besteht, desto eher werden auch Wünsche und Anliegen geäussert.

Inwiefern haben sich die Bedürfnisse der heutigen älteren Menschen geändert? Was haben sie für Wünsche und Anliegen?

Die nächste Generation, welche in Heimen leben wird, ist sicher gewohnt, mehr mitbestimmen zu können. Sie sind sich Selbstbestimmung gewohnt, hatten in ih-

rem Leben viel mehr Wahlmöglichkeiten und wollen entsprechend auch den Alltag nach ihren Wünschen gestalten. Sie sind möglicherweise nicht gewillt, sich bei den Duschzeiten anzupassen, wollen mehr Essensauswahl oder auch am Abend Aktivitäten oder die Möglichkeit weg zu gehen. Alle Altersorganisationen werden gefordert sein, ältere Menschen in Entscheidungen miteinzubeziehen, mehr Wahlmöglichkeiten anzubieten und individuellere Lösungen zu finden.

Wer sind Ihre wichtigsten Gesprächspartnerinnen und -partner?

Oh, das sind sehr viele verschiedene. Einerseits wird die Fachstelle von drei verschiedenen Trägerschaften finanziert: von der Carl Sutter-Stiftung, der Pro Senectute und dem Kanton. Das sind meine strategischen Ansprechpartner. Andererseits arbeite ich sehr eng mit den Heimleitungen, der Seelsorgeeinheit der ka-

tholischen Kirche und der Pro Senectute zusammen. Mit diesen habe ich regelmässige Sitzungen und persönliche Gespräche. Wir planen da die Umsetzung einzelner Projekte, suchen neue Ideen und koordinieren die Abläufe. Ausserdem bin ich häufig in Kontakt mit den Mitarbeitenden der Heime. Wichtig für mich ist ebenfalls die OST-Ostschweizer Fachhochschule. Sie begleitet die Fachstelle die ersten drei Jahre und bringt ebenfalls Ideen und Entwicklungsmöglichkeiten ein. Ganz wichtige Gesprächspartnerinnen und Partner sind für mich natürlich die Heimbewohnenden selbst. Wann immer möglich versuche ich mit ihnen ins Gespräch zu kommen. Sei es, wenn ich sie vor Ort antreffe oder sie zu Anlässen begleite.

Was konnten Sie als Leiterin Fachstelle Soziale Teilhabe im hohen Alter AI bereits auf die Beine stellen?

Ein grosses Projekt ist die «Mektiglosi». Der PubliCar fährt stündlich nach Fahrplan jeden Mittwochnachmittag bei allen drei Heimen, dem Kurhaus Jakobsbad und dem betreuten Wohnen vor die Haustür und bringt Bewohnende der Organisationen beispielsweise zum Landgemein-

platz, ins Ziel oder in eine Altersorganisation. Genutzt wird das Angebot, um etwas im Dorf zu erledigen, einzukaufen, ins Restaurant zu gehen oder andere Menschen in anderen Heimen zu besuchen. Man kann einfach einsteigen und am gewünschten Ort aussteigen, die Fahrt zurück ist ebenfalls gewährleistet. An besonderen Tagen, wie beispielsweise kürzlich am «Moritztag» oder an der Chilbi wird ebenfalls ein Fahrangebot zur Verfügung gestellt. Besonders beliebt war die Möglichkeit, am Fronleichnam-Gottesdienst teilzunehmen.

In verschiedenen Heimen habe ich eine Art Bewohnerrat, genannt «Stammtisch» gegründet. Das ist eine regelmässige Sitzung zwischen Bewohnenden, Heimleitung und mir. Dort können Anliegen, Kritik und Wünsche geäussert werden. Wir versuchen dann nach Möglichkeit, diese umzusetzen. Manchmal diskutieren wir auch aktuelle Themen wie z.B. Coronamassnahmen oder Energieknappheit. Wir wollen herausfinden, was die Menschen beschäftigt. Ausserdem können wir so unsere Ideen, die wir haben, überprüfen. Ist ein neues Angebot überhaupt erwünscht? Oder möchte das gar niemand? So konnten wir schon viele kleinere oder grössere Verbesserungen umsetzen.

Neben dem gibt es auch viele kleinere Angebote. So half ich einmal, den Internetzugang zu verbessern, Grabbesuche an Allerheiligen zu ermöglichen oder kleinere Wünsche zu erfüllen. Ausserdem habe ich in zwei Heimen Befragungen zum Thema Essen und Coronamassnahmen durchgeführt, so dass die Bewohnenden dazu auch ihre Stimme abgeben konnten. Aktuell gebe ich gerade Weiterbildungen zum Thema Selbstbestimmung und Teilhabe für das Personal aller drei Heime. Dies sensibilisiert für das Thema und vernetzt die Mitarbeitenden untereinander.

Haben Sie Angst vor dem Älter werden?

Nein, ich habe keine Angst. Ich bin überzeugt, dass wir in der Schweiz eine gute Altersversorgung haben. Ich bin eher gespannt auf das Alter. Ich frage mich, wie sich die Wohnformen verändern. Gibt es dann noch Heime? Was wird in der Aktivierung angeboten? Bekomme ich dann ein riesiges Smartphone? Was für technische Möglichkeiten wird es geben?

Ein persönlicher Blick in die Zukunft: Was wünschen Sie sich im Alter?

Ich wünsche mir eine umsorgende Pflege und Betreuung, welche für mich Zeit hat. Ich möchte weiterhin Teil der Gesellschaft sein und mitbestimmen können. Ausserdem wünsche ich mir hohe Selbstbestimmung. Mein persönlicher Wunsch sind Tiere in meiner Umgebung und tolle technische Hilfsmittel, die mir das Leben erleichtern. Die Fragen stellte Vreni Peterer

Teilhabe im Alter

«Jodel So Lo»-Projekt abgeschlossen

Roothuus Gonten blickt auf die vierte Auflage der Veranstaltung zurück



Im Zuge des «Jodel So Lo»-Projekts haben 34 Naturjodel-Soloführer stattgefunden. (Bild: zVg)

Achtzehn Jodlerinnen und Jodler aus den beiden Appenzell und dem Toggenburg haben im vergangenen Sommer 34 Naturjodel-Soloführer bestritten.

(Mit.) Bereits zum vierten Mal hat das Roothuus Gonten, Zentrum für Appenzeller und Toggenburger Volksmusik, «Jodel So Lo» organisiert. Wie bereits in den vergangenen Jahren intonierten jeweils zwei Jodler während einer halben Stunde ihre Gesänge und zwar solo in freier Natur. Die Anlässe waren verteilt auf sechs einzigartige Jodelplätze, je zwei in Appenzell Innerrhoden, Appenzell Ausserrhoden und

im Toggenburg. Im Durchschnitt waren jeweils gegen zwanzig Personen anwesend – einmal waren es nur fünf, ein anderes Mal vermochte ein Auftritt bei der Sonnenhalb-Kapelle mehr als fünfzig Zuhörerinnen und Zuhörer anzulocken. Viele Solos bleiben unvergessen, so zum Beispiel der Auftritt vom 31. August früh um sechs Uhr beim Leuenfall in der ersten Morgendämmerung. Trotz Dunkelheit und Regen fanden sich wetterfeste Personen ein und liessen sich von den vorgebrachten Naturjodel begeistern. Besonders eindrücklich war auch ein Auftritt beim hinteren Schwendisee ob Wildhaus, als gespenstische Nebelschwaden aus dem

See aufstiegen und der gegenüberliegende Wald ein leises Echo zurückwarf. Am letzten Freitag trafen sich im Roothuus Gonten die Mitwirkenden und weitere Gäste zur Schlussfeier. Barbara Betschart, die Geschäftsführerin vom Roothuus, dankte den Jodlerinnen und Jodlern für ihr Mitmachen, sowie dem «Gönnerverein Roothuus Gonten» und dem «Prosper Gucker Fonds» für die finanzielle Unterstützung. Sie gab der Hoffnung Ausdruck, dass bei einer allfälligen Wiederaufnahme des Projekts auch neue Solisten gewonnen werden können. Bis spät in die Nacht erklangen aus der Stube des Roothuus Zäuerli, Ruggusseli und Toggenburger Naturjodel.