



Zollikofen

# Altersleitbild 2004

Strategien für eine zukunftsgerichtete Alterspolitik

## Einleitung

### Ausgangslage

Seniorinnen und Senioren wünschen ein selbständiges und selbstbestimmtes Alter. Um diesem Anliegen gerecht zu werden, will die Gemeinde Zollikofen die dazu nötigen Rahmenbedingungen stetig verbessern. Der Gemeinderat hat deshalb die Gesundheitskommission beauftragt, entsprechende Massnahmen aufzuzeigen. Das so entstandene Altersleitbild 2004\* beinhaltet einen ausführlichen Ist-/Sollvergleich zu den entscheidenden Eckpunkten, welche die Lebensqualität im Alter beeinflussen; die wichtigsten Resultate sind in der vorliegenden Broschüre zusammengefasst. Die nach Prioritäten aufgelisteten Vorschläge und Massnahmen beanspruchen keine bindende Verpflichtungen, sie zeigen dem Gemeinderat aber auf, wo überall Handlungsbedarf besteht.

\*) Die Grundlagen zur Altersplanung können auf der Gemeinde eingesehen oder gegen eine Schutzgebühr bezogen werden.

### Grundgedanke

Gemäss Berechnungen des Kantons Bern wird die Gruppe der 65- bis 79-Jährigen bis 2030 um 48 Prozent auf knapp 180'000 Frauen und Männer anwachsen und die Gruppe der über 80-Jährigen um 56 Prozent auf 75'000 Personen.

Die demografische Entwicklung mag ein gesellschaftliches Problem darstellen. Grundsätzlich überwiegen aber die positiven Gesichtspunkte: Es ist erfreulich, dass die durchschnittliche Lebenserwartung dank guter Gesundheit stetig steigt. Im Mittelpunkt jeder Qualitätsverbesserung steht der Abbau von Hürden, welche die Integration älterer Menschen in die übrige Gesellschaft erschweren. Zentral ist insbesondere die langfristige Sicherung einer guten und finanzierbaren Pflege.

## Vorgehen

### Ausgangslage

Da die Situation von Ort zu Ort verschieden sein kann, hat die Gemeinde Zollikofen sinnvollerweise ihre eigenen Entscheidungsgrundlagen erarbeitet. Zudem ist ein eigenes Altersleitbild auch Grundvoraussetzung dafür, dass die finanzielle Unterstützung des Kantons Bern für neue Gemeindeprojekte im Bereich der Altersplanung gesichert bleibt. Diese Anforderung hat der Grosse Rat mit der verabschiedeten Alterspolitik 2005 festgelegt.

### Projektlauf

Die Gesundheitskommission hat den gemeinderätlichen Auftrag für das Altersleitbild einer Steuergruppe übertragen. Verschiedene Arbeitsgruppen haben dabei den Ist-Zustand erhoben und diese Ergebnisse zusammen mit Verbesserungsvorschlägen der Steuergruppe eingereicht. Als relevante

Untersuchungsgegenstände galten Themen wie Gesundheit, Wohnen, Freizeit, Verkehr, Mobilität, Sicherheit und Information.

Dem Einbezug der Bevölkerung wurde grosser Wert beigemessen. Rund 300 Personen machten mit. Sei es, indem sie sich an einer der zwei Zukunftswerkstätten beteiligten oder an Gruppeninterviews teilnahmen oder ihre Meinungen am Informationsstand der Steuergruppe am «Dorfmärit» 2003 äusserten.

Wir danken an dieser Stelle allen Beteiligten, die zum Gelingen des Altersleitbildes beigetragen haben.

## Gesundheit, Pflege und Prävention

*«Seniorinnen und Senioren brauchen die bestmögliche Unterstützung zur Erhaltung der Selbständigkeit, zum gesund werden sowie umfassende Begleitung, Betreuung und Pflege im Kranksein. Hilfe zur Selbsthilfe und Eigenverantwortung werden auf allen Ebenen gefördert.»*

### Ist-Zustand

- In Zollikofen steht für ältere Bürgerinnen und Bürger ein ausreichend breites Ärztenetz zur Verfügung; was fehlt, ist eine auf Altersmedizin spezialisierte Fachperson für die Zahnheilkunde.
  - Auch in den Bereichen Pharmazie, Therapie und Beratung besteht ein vielfältiges Angebot.
  - Die Grund- und Behandlungspflege wird von den Spitex-Diensten sichergestellt.
  - Das Grundangebot im Pflegebereich kann durch den Zuzug von privaten Dienstleistern ergänzt werden.
  - Für Personen die Zuhause von Angehörigen gepflegt werden fehlen Entlastungsangebote, zum Beispiel Ferienbetten; es fehlen auch Betten für die Kurz- oder Übergangspflege nach einem Spitalaufenthalt oder einer sonstigen gesundheitlichen Schwächephase.
- Probleme bestehen bei der Suche freiwilliger Helferinnen und Helfern.
  - Es fehlt eine Anlaufstelle, welche die verschiedenen Dienstleistungen koordiniert.

### Vorschläge und Massnahmen

- Gesundheitskosten lassen sich senken, wenn allfällige Probleme frühzeitig erkannt werden. Isolation und falsche Schamgefühle verhindern oft eine rechtzeitige Vorbeugung. Der Spitex-Verein kann deshalb bei älteren Personen konsequent präventive Hausbesuche sicherstellen – selbstverständlich nur mit deren Einverständnis.
- Erhalten pflegende Angehörige und andere Freiwillige angemessene Unterstützung, fühlen sie sich der Belastung eher gewachsen. Unter anderem können so langfristig hohe Heim- und Spitalkosten vermindert werden. Ältere Personen sind oft nur für kurze Zeit pflegebedürftig. Aus diesem Grund können die örtlichen und regionalen Gesundheitsinstitutionen gemeinsam die Einrichtung einer Übergangs- und Kurzzeitpflege an die Hand nehmen.
- Engpässe bei den verfügbaren Pflegeplätzen und die Abstimmung der einzelnen Dienstleistungen können innerhalb der Spitex-Organisation durch die Einrichtung einer Koordinationsstelle verbessert werden.



## Aktive Lebensgestaltung und Solidarität

*«Wenn das vorhandene Potenzial, das ältere Menschen an Lebenserfahrung und Fähigkeiten mitbringen, genutzt wird, profitiert die ganze Gemeinschaft.»*

### Ist-Zustand

- Verschiedene Trägerschaften bieten älteren Personen in Zollikofen eine breite Palette an Freizeitaktivitäten an, sei es im musischen, kreativen oder sportlichen Bereich. Schulprojekte fördern auch das gegenseitige Verständnis von Jung und Alt.
- Das vorhandene Freizeitangebot wird von vielen Seniorinnen und Senioren rege genutzt – allerdings wären noch mehr Teilnehmende erwünscht.
- Viele ältere Personen übernehmen in der Seniorenarbeit wichtige Aufgaben.
- Es fehlt ein überparteiliches Gremium, in welchem ältere Menschen spezifische Anliegen von Seniorinnen und Senioren vertreten könnten.

### Vorschläge und Massnahmen

- Damit ältere Personen sich für ihre Anliegen auch einsetzen können, kann der Gemeinderat einen politisch und konfessionell neutralen Seniorenrat einsetzen.
- Seniorinnen und Senioren helfen sich vermehrt selber.
- Begegnungs-, und Kontaktmöglichkeiten zwischen Jung und Alt sind zu fördern.
- Die Nachbarschaftshilfe kann ausgebaut werden.
- Analog der vom Gemeinderat beschlossenen Internet-Plattform für die Jugendlichen ist auch ein Angebot für die Seniorinnen und Senioren einzurichten.
- Die bestehenden Angebote und Aktivitäten beziehungsweise deren Trägerschaften können in ideeller wie finanzieller Hinsicht unterstützt werden.



## Wohnen im Alter

*«Die Seniorinnen und Senioren bestimmen ihre Wohnform soweit als möglich selber. Dies bedingt, dass der Alltagsbedarf einfach zu befriedigen ist und geeignete Hilfestellungen für ein selbständiges Leben zur Verfügung stehen.»*

### Ist-Zustand

- Im Allgemeinen ist die Wohnqualität der Seniorinnen und Senioren in Zollikofen gut bis sehr gut. In einzelnen Aussenquartieren und im «Steinibach» bestehen gewisse Probleme bei der Versorgung mit Gütern des täglichen Bedarfs und dem Zugang zum öffentlichen Verkehr.
- Gemäss den Vorgaben des Kantons verfügt Zollikofen gegenwärtig mit 126 Pflegeplätzen über ein genügend grosses Angebot.
- Vor allem in den Bereichen betreutes und altersgerechtes Wohnen bestehen Verbesserungsmöglichkeiten. Dank Anstrengungen der Gemeinde, zum Beispiel mittels geeigneten Überbauungsvorschriften, dürfte sich in Zukunft das Angebot an seniorengerechten Wohnungen verbessern.



### Vorschläge und Massnahmen

- Eine mögliche Koordinationsstelle überwacht die Entwicklung des Bedarfs an Dienstleistungen, Alterswohnungen und Pflegeplätzen. Sie soll ein auf die realen Bedürfnisse abgestimmtes Angebot ermöglichen, zum Beispiel durch die Einrichtung von Pflegewohnungen.
  - Bauherren werden von der Bauverwaltung über die Erfordernisse altersgerechter Wohnungen informiert und in ihren Bemühungen unterstützt.
  - Die Gemeinde erlässt bei der Zonenplanung wann immer möglich Bauauflagen, die einen Mindestanteil an altersgerechten Wohnungen sicher stellen.
  - Ideen zu alternativen Wohnformen wie Hausgemeinschaften, die sich im Sinne des altersgerechten Wohnens eine Dienstleistung – zum Beispiel eine Küchenhilfe – finanzieren, sind gezielt zu fördern.
- Es ist anzunehmen, dass die Zahl der Demenzerkrankungen zunehmen wird. Unter anderem bedeutet dies, dass das Angebot an betreutem Wohnen in der angestammten Wohnung verstärkt und die bestehenden Heime den neuen Erfordernissen angepasst werden können.



## Verkehr, Mobilität und Infrastruktur

*«Die Teilhabe an der Gemeinschaft ist besonders für diejenigen Menschen wichtig, die in der Bewegungsfreiheit eingeschränkt sind.»*

### Ist-Zustand

- Die Gemeinde Zollikofen ist mit dem öffentlichen Verkehr gut erschlossen. Die meisten Siedlungen sind ab Haltestelle in einem Radius von 400 Metern erreichbar.
  - Zahlreiche Hindernisse beeinträchtigen die Mobilität der Fussgänger und des übrigen Langsamverkehrs – besonders aber der Gehbehinderten und Rollstuhlfahrenden. Zu den Widrigkeiten zählen hohe Trottoirränder, beachtliche Verkehrsdichten und hohe Geschwindigkeiten im motorisierten Strassenverkehr.
  - Die Zugänge zu öffentlichen und privaten Gebäuden sowie zu Geschäften mit Artikeln des alltäglichen Bedarfs sind nicht immer behindertengerecht – dies gilt auch für Neubauten.
  - Auf etlichen viel begangenen Wegstrecken fehlen sanitäre Anlagen und Ausruhmöglichkeiten wie Sitzbänke.
- Fehlende Quartierläden bedingen lange Besorgungswege, was vielen Betagten ein eigenständiges Einkaufen stark erschwert.

### Vorschläge und Massnahmen

- Beim Bau neuer Siedlungen kann die Gemeinde dafür sorgen, dass die Erschliessung mit dem öffentlichen Verkehr sicher gestellt wird.
  - Obwohl die Gemeinde bemüht ist, die Situation für schwächere Verkehrsteilnehmer zu verbessern, gibt es noch erhebliche Mängel. Nötig sind unter anderem mehr abgeflachte Trottoirränder.
  - Öffentliche Gebäude können zwingend behindertengerecht eingerichtet sein. Dies gilt insbesondere für die Gemeindeverwaltung, wo es keinen Lift gibt.
  - Bei Bauvorhaben hat die Gemeinde über Baubewilligungsverfahren für behindertengerechte Zugänge zu sorgen.
  - Die Gemeinde kann im öffentlichen Raum mehr Sitzbänke und sanitäre Anlagen bereit stellen.
- Ein Hausliefer- und Einkaufsbegleitdienst – allenfalls im Rahmen einer Selbsthilfegruppe – garantiert Seniorinnen und Senioren eine möglichst eigenständige Grundversorgung.



## Sicherheit

*«Sicherheit ist für ältere Menschen ein wichtiger Bestandteil der Lebensqualität. Dabei geht es sowohl um Schutz vor Gewalt und kriminellen Übergriffen, als auch um das Wissen, dass ihnen in finanziellen und gesundheitlichen Notlagen ein ausreichendes Auffangnetz zur Verfügung steht.»*

### Ist-Zustand

- Gemäss Umfrage unter Seniorinnen und Senioren wird die gesellschaftliche Situation in Zollikofen mehrheitlich nicht als bedrohlich empfunden. Die meisten verhalten sich deshalb auch eher vorsichtig als ängstlich.
- Zu Hause fühlen sich ältere Menschen am sichersten.
- Im öffentlichen Raum wird die Situation in erster Linie am Abend, vor allem von Senniorinnen, nur bedingt als sicher angesehen.
- Tagsüber können kleinere Probleme wie Velofahren auf dem Trottoir, Suchtmittelkonsum oder unziemliches Verhalten von Jugendlichen zu Verunsicherungen führen.
- Die finanzielle Sicherheit ist in Zollikofen gewährleistet. Wenn die üblichen Mittel wie Altersrente, Pensionskassengelder

- und privaten Rücklagen nicht ausreichen, bestehen genügend Hilfsangebote.
- Die AHV-Zweigstelle, Sozialdienste der Gemeinde, Kirchgemeinden und Pro Senectute beraten in finanziellen Notlagen kompetent und organisieren in gemeinsamer Absprache die erforderlichen Massnahmen.

### Vorschläge und Massnahmen

- Die Gemeinde kann für eine verbesserte Beleuchtung im öffentlichen Raum, vor allem in Unterführungen sorgen. Auch die konsequentere Reinigung der Strassen und Plätze bewirkt eine vertrauensvollere Atmosphäre.
- Eine sichtbare und optimierte Polizeipräsenz stärkt das Sicherheitsgefühl der Seniorinnen und Senioren nachhaltig.
- Mehr Kurse in Bereichen wie Selbstverteidigung, moderne Elektronik und Unfallverhütung tragen dazu bei, das Selbstvertrauen von Seniorinnen und Senioren zu festigen. Zudem gilt es, über mehr gemeinsame Kurse und Veranstaltungen mit jungen Menschen das gegenseitige Verständnis zu stärken.



## Information und Koordination

*«Seniorinnen und Senioren steht ein breit gefächertes Angebot an Dienstleistungen offen, in welchem es sich zurecht finden gilt. Sie bedürfen einer leicht zugänglichen und verständlichen Information.»*

### Ist-Zustand

- Grundsätzlich bietet Zollikofen eine grosse Vielfalt an Informationsquellen, sowohl von Seiten der Gemeindeverwaltung als auch von Regionalzeitungen und anderen Institutionen.
- Im öffentlichen Informationsauftrag der Behörden und der Gemeindeverwaltung wird die Kommunikation zu Fragen, die für ältere Menschen besonders wichtig sind, zu wenig konsequent umgesetzt.
- Es fehlt eine Informations- und Anlaufstelle für Spitex- und Altersfragen.
- Die «Chumerzhilf», welcher als Ratgeber für gesunde und kranke Tage dient und ein entsprechendes Adressverzeichnis enthält, wird alle vier Jahre aktualisiert.

### Vorschläge und Massnahmen

- Auch unter dem Gesichtspunkt der Information kann die Einsetzung eines Seniorenrates notwendig sein. Er soll die Anliegen der Betagten gezielt in den öffentlichen Informationsauftrag der Behörden und der Gemeindeverwaltung einfließen lassen. Die Behörden haben dabei dafür zu sorgen, dass der Seniorenrat fest in die Strukturen der Gemeinde eingebunden ist.
- Der Seniorenrat und die Gesundheitskommission können gemeinsam den Aufbau einer Informations- und Anlaufstelle für Spitex- und Altersfragen organisieren.
- Broschüren wie die «Chumerzhilf» werden laufend aktualisiert.
- Die Telefonbucheintragen zur Gemeindeverwaltung und anderen wichtigen Gemeindeorganisationen sind besser hervorzuheben.

