

# Unser Alter «schmieden» wir uns alle selbst

Die Probleme, die nach der Jahrtausendwende auf uns zukommen, lassen sich nur gemeinsam lösen

■ VON GRET GROSSMANN

Mit «den Alten» und «dem Alter» tun wir uns schwer. Alle wollen länger leben, aber niemand will alt sein. Dabei war der Anteil der Älteren an der Gesamtbevölkerung noch nie so gross wie heute. Im Zusammenhang mit AHV-Renten oder Krankenkassenprämien werden die Alten als Kosten- und Risikofaktor abgestempelt. Doch die finanziellen Probleme lassen sich nach Meinung der Experten bewältigen. Wesentlich schwerer tun wir uns mit dem Alter auf emotionaler Ebene. Noch selten war Alter in einer Gesellschaft so negativ belegt.

Die über 65jährigen sind zwar als Kaufkraftgruppe entdeckt worden; ab und zu taucht ein Gesicht mit Falten in der Werbung auf. Dennoch werden immer mehr Menschen vorzeitig aus dem Arbeitsprozess ausgegrenzt und so «alt gemacht». Während 1970 noch die Hälfte der 65- bis 69jährigen Männer zumindest teilweise erwerbstätig waren und bei den über 70jährigen rund 20 Prozent, waren es 1990 noch 17 beziehungsweise knapp fünf Prozent.



Vieles, was ein angenehmes Alter ausmacht, kann vom einzelnen beeinflusst werden.

BILD DIETER TELFER

**D**ie Älteren selbst sind an ihrer Ausgrenzung nicht ganz unschuldig: Die Pensionierung wird heute von den meisten als Signal verstanden, sich nicht nur aus dem Beruf, sondern auch aus dem politischen und öffentlichen Leben zurückzuziehen.

Viele Pensionierte verhalten sich – gewollt oder durch die Umstände gezwungen – entsprechend den Vorstellungen des in den 60er Jahren von Gerontologen formulierten Disengagement-Modells: Sie ziehen sich ins Private zurück, geniessen ihre Freiheit, reisen, konsumieren.

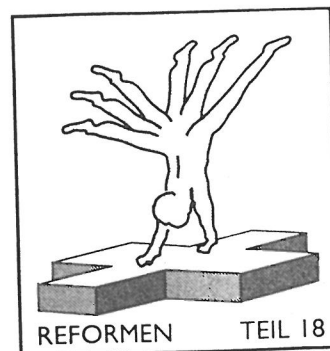
Die Alten bilden aber keine homogene Gruppe. Die 25 bis 30 Jahre, welche das dritte Lebensalter umfasst, zeichnen sich durch sehr unterschiedliche Bedürfnisse aus. Vor allem die jüngeren Alten gestalten ihr Leben vermehrt gemäss der neueren Aktivierungstheorie. Sie besagt, dass Menschen gesellschaftliche Anerkennung brauchen, und sich nach dem Ausscheiden aus dem Beruf einen neuen Wirkungskreis schaffen sollten.

Trotz immer mehr vitalen Alten haben die über 65jährigen, die heute eine Million ausmachen, in der Öffentlichkeit wenig Einfluss. In wichtigen Gremien sind sie kaum vertreten. Zwar machen immer wieder die Grauen Panther von sich reden, doch ausser in Basel, wo eine grössere Gruppe existiert, haben sie wenig Gewicht. Das will Emilee Lieberherr ändern: Als neue Präsidentin des Schweizerischen Rentnerverbandes mit 4000 Einzel- und rund 32 000 Kollektivmitgliedern setzt sie sich dafür ein, dass die Alten sich selber für ihre Anliegen einsetzen.

Die politische Macht der Weisshaarigen zeigt sich bei Abstimmungen. Mutterchaftsversicherung und erleichterte Einbürgerung für junge Ausländer haben die Älteren zu Fall gebracht. Europafrage und Blauhelmen standen viele skeptisch gegenüber. Da sie eifriger an die Urne gehen als die Jungen, liegt ihr «Stimmgewicht» bei

16 bis 20 Prozent. Schon wurde gefordert, ihnen das Stimmrecht zu beschneiden; ein Zeichen für die Bevormundung der Alten und die Polarisierung zwischen Jung und Alt.

**S**ingularisierung und Feminisierung des Alters, immer frühere Entberuflichung und damit verbundener Funktionsverlust bezeichnen die Fachleute als die zentralen Probleme, die sich



nach der Jahrtausendwende noch verschärfen. Mehr als zwei Drittel der über 80jährigen sind Frauen, und die Mehrheit von ihnen lebt alleine.

Zukunftsszenarien rechnen mit einem grösseren Anteil Hochbetagter ohne Angehörige, einem steil ansteigenden Bedarf an Pflegebetten und ins Unermessliche wachsenden Gesundheitskosten. Wer soll all die verwirrten, hilflosen Alten pflegen?

Nach Inkrafttreten des neuen Zivildienstgesetzes wird mit jährlich 1000 Ersatzdienstpflichtigen gerechnet. Ein Teil von ihnen müsste auch im Spitex-Bereich und in Heimen nicht nur zur reinen Pflege eingesetzt werden. Tage-, wochen- oder stundenweise Sozialeinsätze für Frauen und Männer müssen geschaffen werden, die dank einem Bonussystem zum Bezug künftiger Dienstleistungen berechtigen.

Bereits wird diskutiert (zum Teil schon diskussionslos praktiziert), aufwendige medizinische Leistungen und Therapien nur noch für Jüngere oder Begüterte zu reservieren. Vom «gesundheitspolitischen Gerontozid», der Euthanasie für Pflegefälle, ist die Rede. Dringend nötig sind ethische Richtlinien, damit künftig nicht nur wer zahlt, eine Überlebenschance hat.

Vieles, was ein angenehmes Alter ausmacht, kann vom einzelnen beeinflusst werden, etwa die Gesundheit durch Sport und gesunde Ernährung, finanzielle Unabhängigkeit durch zusätzliche private Vorsorge, geistige Beweglichkeit durch Pflege von Kontakten und Hobbies.

Dem Wohnen kommt dabei zentrale Bedeutung zu. Je älter ein Mensch ist, desto mehr Zeit verbringt er in seinen vier Wänden, und die meisten Älteren möchten bis zu ihrem Tode in der gewohnten Umgebung bleiben können. Hier heisst es, früh die Weichen stellen, zum Beispiel darauf achten, ob Spitex-Dienste am Wohnort gewährleistet, ob Kontakte ohne eigenes Automobil möglich sind oder ob sich jemand zum gemeinsamen Wohnen findet.

Manchen Problemen muss sich aber die Gesellschaft stellen. Neben der rein finanziellen Absicherung durch AHV und Zusatzleistungen müsste zum Beispiel ein flexibler Übergang vom Berufsleben ins Rentnerdasein für alle möglich sein.

Mit den grossen Alters- und Pflegeheimen wurde in den 70er Jahren versucht, der wachsenden Zahl von Betagten, die weder bei Angehörigen noch alleine leben konnten, ein Heim zu schaffen. Heute wirkt die Ansammlung vieler älterer Menschen (Durchschnittsalter für den Eintritt über 80 Jahre) auf viele abschreckend, obwohl die meisten sich nach kurzer Angewöhnung dort aufgehoben fühlen.

Die Spitex-Dienste kommen dem Bedürfnis, solange wie möglich zu Hause zu bleiben, entgegen. An vielen Orten wurden die Hilfen massiv ausgebaut, denn nur die Gesamtheit von Dienstleistungen über die reine Pflege hinaus bietet Gewähr, dass sich die Betagten wirklich wohl fühlen. Die Abgeltung der zusätzlichen Dienste muss daher unbedingt gewährleistet sein.

Untersuchungen haben aber gezeigt, dass Betagte, die von der Spitex betreut werden, täglich bedeutend länger alleine sind und weniger Kontakte haben als Menschen im Heim.

Ältere Menschen sollen wählen können zwischen verschiedensten Wohnmöglichkeiten. Beschäftigungen, die ihren individuellen Bedürfnissen entsprechen, sollten gefördert werden. Ein Recht auf Teilnahme am politischen, sozialen und kulturellen Leben gilt auch für Ältere.

Bestehende Heime müssen nicht aufgehoben werden, aber von den Bewohnern soll noch soviel Eigenverantwortung und Mithilfe wie möglich verlangt werden, indem sie vielleicht in kleineren Wohngruppen zusammengefasst werden. Ländliche Heime, in denen die Bewohnerinnen und Bewohner seit jeher soweit wie möglich noch in der Landwirtschaft, im Garten oder im Hausdienst mitgeholfen haben, erhalten unversehens Pilotcharakter. Mit dem Spruch:

«Ich habe lange genug gearbeitet, nun will ich ausruhen», schaden die Älteren sich selbst am meisten.

**O**rganisatorische Details, von Fachleuten schon lange verlangt, aber zu selten verwirklicht, könnten manches erleichtern, wie zum Beispiel zentrale Anlaufstellen für sämtliche Angebote für die Betagten, inklusive Auskunft über Heim- oder Pflegeplätze. Wenn Telefon- und Spitex-Zentrale sowie zusätzliche Dienste im Altersheim selbst untergebracht sind, würde vielen der Schritt ins Heim leichter fallen, da sie dort bereits zur Pédicure oder Rheumaberatung gehen. Ferienaufenthalte in Heimen sollten überall möglich sein und Bewohnerbeiräte eine Mitsprache in Alltagsfragen gewährleisten.

Viel versprechen sich die Fachleute von kleinen Wohngemeinschaften für Ältere und Pflegebedürftige mitten in ihrem angestammten Quartier. Sie verhindern, dass Betagten noch Umzüge zugemutet werden an Orte, wo sie nicht verwurzelt sind. Wesentlich ist, dass nicht mehr, wie das heute oft notgedrungen der Fall ist, über die alten Menschen verfügt wird.

**D**ie Älteren müssen daher ihre Angelegenheiten vermehrt selbst in die Hand nehmen. Ein Mittel wären Seniorenbeiräte, wie sie die grossen politischen Parteien in Deutschland kennen. Sie könnten bewirken, dass etwa bei Entscheiden über Altersvorsorge nicht einseitig die finanziellen Aspekte im Vordergrund stehen. Innovative Altersplanung bedeutet

auch, dass bedürfnisgerechte Lebens- und Wohnformen mit den Betroffenen selbst erarbeitet und entwickelt werden. Es werden dabei meistens Lösungen vorgeschlagen, die vom Quartier, von der Gemeinde ausgehen und alle Ressourcen einbeziehen, die Verwandten, die Nachbarschaftshilfe, Spitex und betreute Pflegeplätze in Wohngruppen. Als Nebeneffekt entsteht wieder ein Miteinander der Generationen.

Ältere Menschen sollen sich am Gemeinwesen beteiligen, «das Heft nicht aus der Hand geben», für ihre eigenen Bedürfnisse einstehen, sich sozial engagieren. Das verlangt auch der kürzlich erschienene eidgenössische Altersbericht. Viele Ältere übernehmen gerne noch Aufgaben, wollen ihr Wissen und ihre Erfahrung nicht brachliegen lassen – allzu oft fühlen sie sich jedoch unerwünscht, ziehen sich resigniert zurück.

Hier ist die heute aktive Generation gefordert. Sie muss den älteren Menschen wieder einen Platz sowohl in ihrem privaten Umkreis als auch in der Öffentlichkeit einräumen, sie ernst nehmen und mit einbeziehen. Der Dialog zwischen den Generationen muss wieder stattfinden.

Indem die Jüngeren sich selbst aktiv mit der älteren Generation beschäftigen, wächst die Chance, dass sie ihr eigenes Alter nach der Jahrtausendwende besser vorbereiten und bewältigen. Zu einem positiven Alter werden bereits Jahrzehnte zuvor die Grundsteine gelegt. Selbstverantwortung, Eigeninitiative, breit abgestützte Interessen erwirbt der Mensch nicht aus heiterem Himmel, wenn er 60 oder 70 ist. Sie müssen früher geübt werden. Zu einem grossen Teil «schmieden» wir uns alle unser Alter selbst.