

DIE VEREINSAMTE GENERATION

Serie
Teil 2

Fotos: sergij1975/Fotolia, Karl Michalski, medianservice24.com (5)

Senioren von heute sind rüstig und aktiv, selbst die 75jährigen haben kaum mehr Pflegebedarf als der Bevölkerungsdurchschnitt. Er steigt erst ab 80 an. Dann ist der Weg in ein Pflegeheim oft unausweichlich. Allerdings gibt es auch andere – gute – Gründe, in ein Altersheim oder in eine betreute Wohnung umzuziehen. Denn wird das soziale Netz erst löchrig, ist die Einsamkeit nicht weit.

Der Tisch ist mit weißen Stoffservietten und edlem Porzellangeschirr festlich gedeckt. Kristallene Kronleuchter erhellen den Raum. Ein Klavierspieler am schwarz glänzenden Flügel macht Musik – gerade so laut, dass sich die Anwesenden noch angenehm unterhalten können. Die zwei glücklichen Menschen am Tisch stoßen mit einem Gläschen Rotwein an. Doch es handelt sich dabei nicht um ein Liebespaar bei seiner ersten Verabredung, sondern um die Pensionistinnen Maria Wegschaider, 95, und Maria Presslinger, 86, die ein Haubenmenü in der „AHA Seniorenresidenz Draupark“ mitten in Villach (K) genießen. In diesem 107 Jahre alten denkmalgeschützten Jugendstilhaus, das früher ein Hotel war und nun auf 3.000 Quadratmetern Nutzfläche 62 Bewohnern Platz bietet, können Senioren vornehm altern.

Wegschaider und Presslinger genießen das Leben in vollen Zügen. Nach dem köstlichen Mahl planen die beiden eine kleine Geburtstagsfeier für eine Zimmernachbarin am Abend. Zuvor besucht Wegschaider aber noch den hauseigenen Friseur. „Eigentlich komme ich aus Le-



„Betreutes Wohnen‘ kann die Pflegestufen 1 bis 3 abdecken. Das betrifft die Hälfte der Heimbewohner.“

Walter Eichinger, ARGE „Betreutes Wohnen“

oben (Stmk.), aber weil meine Tochter in Villach wohnt, bin ich nach Kärnten in dieses Altersheim gezogen. Mein Mann ist vor zwei Jahren gestorben, danach fühlte ich mich ziemlich verloren in unserer großen Wohnung, ging kaum aus und wurde immer einsamer. Jetzt ist alles anders. Hier fühle ich mich wohl und habe wieder Freude am Leben.“

Im Heim gefallen ihr die erhabenen Räumlichkeiten im Altbaustil und vor allem der Garten mit den wunderschönen Pavillons. Auch ihre Freundin, Maria Presslinger, ist rundum zufrieden. „Schöner lässt sich der Lebensabend nicht verbringen. Ich war vorher zwei Jahre in einem anderen Heim, da gefiel es mir überhaupt nicht. Hier genieße ich die gepflegte Umgebung, das Personal ist nett und in Maria Wegschaider habe ich eine Freundin gefunden. Jemanden zum Reden und zum Lachen, das ist wichtig. Früher war ich oft allein.“

Billig ist das Wohnen in dem gediegenen Ambiente freilich nicht. Rund 2.000 Euro sind hier im Monat zu bezahlen. Plätze in den von den Bundesländern geför-

SENIOR

dernten Heimen sind meist um einiges günstiger. Zumindest für die Bewohner, denn die Sozialhilfe kommt für die Differenz zwischen Eigenleistung, die abhängig ist vom Pensionsbezug, und den Gesamtkosten auf.

Im Schnitt verursacht die stationäre Betreuung jährliche Kosten von rund 30.000 Euro pro Senior. Das Vermögen der Heimbewohner sowie die Unterstützung der Ehepartner mindern diesen Aufwand zwar, dennoch beliefen sich die Kosten der Bundesländer im Jahr 2015 für die knapp 75.000 Pflege- und Altersheimbewohner auf 1,43 Milliarden Euro. Zusammen mit dem Pflegegeld, das der Bund für die 455.000 Anspruchsberechtigten ausschüttet, sowie weiteren Pflegeleistungen betragen die jährlichen Gesamt-Pflege-Ausgaben zuletzt fünf Milliarden Euro.

Dabei wohnt die überwiegende Mehrheit der rund 1,6 Millionen Menschen, die älter als 65 Jahre sind, zuhause, in den eigenen vier Wänden. Schließlich sind die meisten rüstig und aktiv. Bei den Betagten sieht es anders aus. Sechs von zehn Senioren, die ihren 80. Geburtstag überschritten haben, beziehen Pflegegeld, während es bei jenen zwischen 60 und 80 Jahren nur einer von zehn ist.

Vor Vereinsamung sind aber auch rüstige Rentner nicht gefeit. Jeder Dritte, der 65 Jahre und älter ist, lebt bei uns in einem Einpersonenhaushalt. Konkret sind das 500.000 Senioren, die alleine leben – oft bedingt durch Trennung oder Tod des Partners. Ältere Alleinlebende sind häufig von Einsamkeit betroffen und laufen Gefahr, krank zu werden. Studien belegen, dass einsame Menschen öfter an Depressionen und Herz-Kreislauf-Erkrankungen erkranken und ein schwächeres Immunsystem haben als Menschen mit genügend sozialen Kontakten. Nicht zuletzt deswegen sollte nach Alternativen zum Alleinleben gesucht werden.

Für agile und wenig pflegebedürftige Senioren ist etwa das Konzept des „Betreuten Wohnens“ interessant. Das ist eine Wohnform, bei der altersgerechte kleine Apartments in Wohnkomplexen mit seniorenbezogenen Dienstleistungen kombiniert angeboten werden.

Friedl Grohmann ist einer dieser rüstigen Senioren. Der 76jährige wohnt seit April des vergangenen Jahres in einer betreuten Wohneinheit in Mödling (NÖ). „Nach meiner Scheidung lebte ich alleine in Oberösterreich. Irgendwann wurde mir bewusst, dass mein Alltag, insbesondere bei kurzfristig auftretenden Beschwerden herausfordernd werden konnte; zudem war ich einsam und vermisste meine Familie.“ Seine Söhne machten ihn schließlich auf die „Seniorenresidenz Mödling“ aufmerksam. „Das angebotene Modell von eigenständigem Wohnen und einer Betreuungskraft vor Ort sowie meiner Familie in der Nähe war für mich geradezu ideal“, sagt der ehemalige Pilot. Mit seiner 45 Quadratmeter großen Wohnung, der Betreuung, dem Service und den hauseigenen Veranstaltungen ist Grohmann rundum zufrieden.

Der Bedarf an „Betreutem Wohnen“ wächst

An die 13.000 betreute Wohneinheiten gibt es derzeit in unserem Land, schätzt Dr. Wolfgang Amann vom Institut für Immobilien, Bauen und Wohnen. „Exakte Zahlen

Bitte blättern Sie um!



Maria Wegschaider und Maria Presslinger beim Mittagessen in der Seniorenresidenz in Villach.



Auch Presslinger (o.) schätzt die stilvollen Räume und den schönen Garten.

Prof. Lotte Tobisch, 91, ehemalige Opernball-Organisatorin
und Präsidentin des Hilde Wagener Künstlerwohnheimes in Baden (NÖ)

„Das wahre Problem im Alter ist die Einsamkeit“

Frau Prof. Tobisch, Sie sind 91 Jahre alt und wohnen seit 68 Jahren in Ihrer Wohnung, ganz in der Nähe der Wiener Staatsoper. Können Sie verstehen, dass Menschen in ein Altersheim ziehen, ohne pflegebedürftig zu sein?

Natürlich. Sehr gut sogar. Jeder Mensch hängt an seinen eigenen vier Wänden und keiner will sein Zuhause, seine Selbstbestimmung, aufgeben. Aber irgendwann wird das soziale Netz löchrig. Der Partner, die Freunde und Nachbarn sind gestorben, die Kinder und Verwandten wohnen sowieso weiter weg und plötzlich ist man

wie wohl ich mich hier fühlen würde, wäre ich schon fünf Jahre früher gekommen und hätt' mir das alles nicht angetan."

Was angetan?

Na alles, die ganze Mühsal. Die Kräfte lassen nach. Das Tragen der Einkäufe, das Stiegensteigen, das wird alles mühsam. Nicht, dass es gar nicht mehr geht. Ich sehe es an mir, ich werde 92, aber es wird langsam alles anstrengend, obwohl ich erstaunlich gut beieinander bin. Aber das Altwerden kommt in Sprüngen. Das, was du vor vier Wochen noch konntest, kannst du plötzlich nicht mehr oder es wird zur Last. Dann tut Hilfe not,

mir sehr gut, ich bin beschäftigt und fühle mich ganz sicher nicht einsam (lacht). Aber ich brauche jetzt weit mehr Hilfe als noch vor ein paar Jahren – sei es im Haushalt oder mit den Blumen auf der Terrasse. Nichts Besonderes, jedoch wird es langsam mühsam. Aber es gibt den schönen jüdischen Spruch: „Ich mach mir keine Zores auf Vorschuss.“

Und wenn es einmal soweit sein sollte, das Hilde Wagener-Künstlerheim in Baden wäre etwas für Sie?

Dorthin zu ziehen, könnte ich mir schon vorstellen. Es leben dort an die dreißig Menschen und der Zauber dieses Heimes ist, dass sie eine Wahlverwandtschaft bilden. Es sind Künstler, Schauspieler, Schriftsteller, Maler – Menschen, die eben auf derselben Wellenlänge liegen. Sie können auf ihr Zimmer gehen, in ihr Appartement und haben eine Ruh', aber wenn sie Gesellschaft wollen, dann gehen sie in den Salon und treffen auf Gleichgesinnte, auf verwandte Seelen. Sie können nicht einsam werden, denn ihre Gemeinsamkeit besteht nicht nur darin, dass alle alt sind, wie das leider in vielen großen Heimen der Fall ist.

Was könnte in diesen größeren Institutionen besser gemacht werden?

In den großen Heimen müssten Gruppen organisiert werden, 10, 15, 20 Menschen, die gut miteinander können, die gemeinsame Interessen pflegen. Dass sie miteinander reden können und dies gerne tun, dass sie Lust haben, sich auszutauschen, einen gemeinsamen Nenner finden.

Was halten Sie denn von anderen Formen des Wohnens im Alter wie dem „Betreuten Wohnen“?

Ich finde die Idee schön, in der eigenen Wohnung zu leben mit der Möglichkeit, jederzeit Gesellschaft finden zu können. Aber ich habe keine Erfahrung damit und kann nicht beurteilen, wie gut es tatsächlich funktioniert. Wahrscheinlich sind auch hier die Gemeinsamkeiten das Um und Auf, damit eine Gemeinschaft entsteht und sich jeder gut aufgehoben fühlt.



allein. Das ist der Moment, in dem das Alleinleben zur Last wird, selbst wenn jemand gut beieinander ist.

Gibt es den richtigen Zeitpunkt, seine eigenen vier Wände aufzugeben?

Ich weiß es nicht, aber ich denke, dass die Menschen oft zu lange warten. Ich höre das als Präsidentin des Künstlerheimes recht häufig. Die Menschen sagen mir, wenn sie mit 89 oder 90 Jahren zu uns kommen: „Mein Gott, wenn ich gewusst hätte,

und die gibt es. Initiativen wie „Essen auf Rädern“ und Heimhilfen leisten gute Dienste und bieten auch ein wenig Ansprache, aber das ist zu wenig. Das wirkliche Problem der Alten heute ist die Einsamkeit.

Sie sind rüstig und durch Ihre sozialen Engagements viel unterwegs – von Einsamkeit keine Spur. Werden Sie trotzdem irgendwann ins Altersheim gehen?

Wir werden sehen, ich lass' das an mich herankommen. Derzeit geht es

gibt es aktuell nicht, aber durch die Ein-Zimmer- und Zwei-Zimmer-Appartments dürften etwa 15.000 Menschen ‚betreut wohnen‘. Der Bedarf ist aber weit höher.“

Das meint auch Walter Eichinger, Geschäftsführer von Silver Living, einem Immobilienentwickler für Seniorenwohnanlagen und Mitbegründer der ARGE „Betreutes Wohnen“. „Aus Umfragen wissen wir, dass sieben bis zehn Prozent der Menschen jenseits der 70 bereit wären, in betreute Wohneinheiten zu ziehen. Das wären schon jetzt 100.000 Menschen und aufgrund der Überalterung wird diese Gruppe in den nächsten Jahren stark ansteigen.“ Eine Rundumbetreuung für 24 Stunden gibt es beim „Betreuten Wohnen“ zwar nicht. Aber das sei auch nicht nötig, betont Eichinger. „Dieses Wohnkonzept ist für Senioren gedacht, die kleine Hilfen im täglichen Leben begrüßen, unter Menschen und dabei trotzdem selbstbestimmt in ihren Entscheidungen sein wollen.“

Für das Grundservice, das sich aus Information, Beratung und Unterstützung in allen organisatorischen Belangen des täglichen Lebens – wie etwa der Hilfe bei Pflegegeldanträgen und Behördenwegen – zusammensetzt, stehe wochentags von 9 bis 17 Uhr geschultes Personal zur Verfügung, erläutert Eichinger. „Die Betreuer unterstützen die Bewohner auch in der Organisation der Haushaltsführung, helfen eine Hausgemeinschaft aufzubauen und organisieren Veranstaltungen, gemeinsame Ausflüge wie auch geistige und körperliche Aktivierung.“

Die Miete der betreuten Wohnung beträgt je nach Bundesland und Förderung etwa sechs bis zehn Euro pro Quadratmeter bei gemeinnützigen Anbietern, sagt Amann. „Zusammen mit dem Grundservice kommen Bewohner eines Einzelhaushaltes auf 500 Euro pro Monat, bei privaten Anbietern ist etwa mit dem Doppelten zu rechnen.“

Auch volkswirtschaftlich ist dieses Modell interessant. „Damit lassen sich zumindest die Pflegestufen 1 bis 3 abdecken, das sind immerhin die Hälfte der derzeitigen Heimbewohner. Betreutes Wohnen verursacht für die ‚Öffentliche Hand‘ aber nur ein Zehntel bis ein Fünftel der Kosten“, berichtet Eichinger. Acht von zehn Bewohnern solcher Appartments bleiben seiner Erfahrung nach bis zum Lebensende dort wohnen. „Zwei von zehn müssen allerdings in der Regel pflegebedingt später in Heime übersiedeln. Es ist zwar möglich, weitere Pflegeleistungen zusätzlich zu buchen, aber das wird nicht in allen Fällen möglich sein. Auch Demenz ist ein Problem, dem sich mit diesem Wohnkonzept kaum begegnen lässt.“

Das beste Mittel gegen Demenz ist aber ohnehin, soziale Kontakte zu pflegen sowie sich geistig und körperlich fit zu halten. Alles das ist beim „Betreuten Wohnen“ möglich, findet Grohmann. „Bei uns gibt es gemeinschaftliches Mittagessen, Turnen und Gedächtnistraining. Das nehme ich gerne in Anspruch und sonntags hat es sich eingebürgert, dass wir Hausbewohner zusammen Ausflüge unternehmen. Zudem gönne ich mir einmal wöchentlich eine Massage.“ Seine Eigenständigkeit kann er sich beim „Betreuten Wohnen“ trotzdem bewahren, denn es muss nicht alles mit der Hausgemeinschaft unternommen wer-



Friedl Grohmann mit Wohnungsnachbarinnen.



Wohnen in der „Seniorenresidenz Mödling“.



Beim „Betreuten Wohnen“ hat jeder eine kleine Wohnung, ist aber eingebettet in die Hausgemeinschaft und genießt kleine Hilfen.

den. Regelmäßig trifft Grohmann seine Enkerl, macht Wanderungen in die Föhrenberge oder spaziert durch die Altstadt, zum Fotografieren oder um dem Leiblichen zu frönen. „Ich gehe gerne auswärts essen. Daher war es eine meiner ersten Aktivitäten nach dem Einzug, die Wirtshäuser in der Gegend zu zählen. Dabei habe ich festgestellt, es befinden sich 16 Gaststätten innerhalb von fünf Gehminuten, das reicht“, schmunzelt Grohmann.

Nächste WOCHE lesen Sie:

Über das Zusammenleben der Jungen und Alten im Mehrgenerationenhaus und das Wohnen in Senioren-WGs.