



Überall für alle

SPITEX
Regio Liestal

Betreutes Wohnen im Alter.

Die Spitex Regio Liestal begleitet Bauprojekte und bietet Betreutes Wohnen im Alter an.

Die Lebensplanung im Alter erlebt einen starken Wandel. Immer mehr Personen erreichen ein hohes Alter in guter Gesundheit. Sie bleiben aktiv, so lange es die Gesundheit erlaubt, und engagieren sich dafür, körperlich und geistig fit zu bleiben. Die Erwartung, dass sie ihr Leben bis ins Betagtenalter autonom und selbstbestimmt fortsetzen können, ist ihnen selbstverständlich.

Die Menschen setzen sich frühzeitig mit der Frage des Wohnens auseinander und evaluieren verschiedene Modelle. Dabei haben sie klare Vorstellungen von ihrem künftigen Wohnumfeld und von den unterstützenden Dienstleistungen, die sie bei Bedarf beanspruchen werden. Eine gute finanzielle Altersvorsorge erlaubt ihnen Wahlmöglichkeiten.

Die Spitex Regio Liestal berät Gemeinden, Bürgergemeinden, Genossenschaften und private Investoren darin, Angebote für betreutes Wohnen im Alter zu schaffen. Dabei bringen die Spitex-

Fachleute planerische Aspekte ein, welche über das reine Bauen hinausgehen. Ihre Fachkompetenz ermöglicht eine langfristige Sichtweise im Hinblick auf die zunehmende Fragilität der Bewohnerinnen und Bewohner.

Über diese planerische Beratung hinaus bietet die Spitex Regio Liestal das Betreute Wohnen als eine ihrer Dienstleistungen an.



Altersgerecht bauen:

Mehr als nur rollstuhlgängig

Nachfolgend finden Sie die wesentlichen baulichen Aspekte und Informationen zu den Wohnbedürfnissen älterer Menschen. Achten Sie darauf, dass Ihr Architekt oder Ihre Architektin eine Kompetenz im Bereich «Wohnen im Alter» ausweisen kann. Hinweise zum hindernisfreien Bauen gibt auch die Website www.hindernisfrei-bauen.ch.

Wohnbedürfnisse älterer Menschen

- Die individuellen Bedürfnisse der Bewohnerinnen und Bewohner sind ein zentraler Faktor
- Wahlfreiheit, Autonomie und Selbstständigkeit werden vorausgesetzt
- Wohnqualität und Wohnkomfort gewinnen an Bedeutung
- Das Preis-/Leistungsverhältnis muss stimmig sein
- Kleinstwohnungen sind nicht mehr gefragt
- Sobald sich gesundheitliche Beschwerden einstellen, wächst das Bedürfnis nach Sicherheit

Anforderungen an eine altersgerechte Wohnung nach SIA-Norm 500 «Hindernisfreie Wohnbauten»

- Rollstuhlgängig, d.h. Türen mindestens 80 cm breit, Haustüre 90 cm breit, keine Stufen und Schwellen innerhalb der Wohnräume, rollstuhlgängiger Lift, hindernisfreie Wohngestaltung:
- Keine Schwellen innerhalb der Wohnräume, Balkon- und Haustürschwelle maximal 2.5 cm hoch
 - Gute Weg-, Treppen- und Schwellenmarkierung
 - Sanitäre Einrichtungen mit Haltegriffen
 - Individuelle Anpassungen in der Küche
 - Bewegungsmelder und generell gute Beleuchtung
 - Sitzmöglichkeiten im Aussenbereich
 - Winterdienst

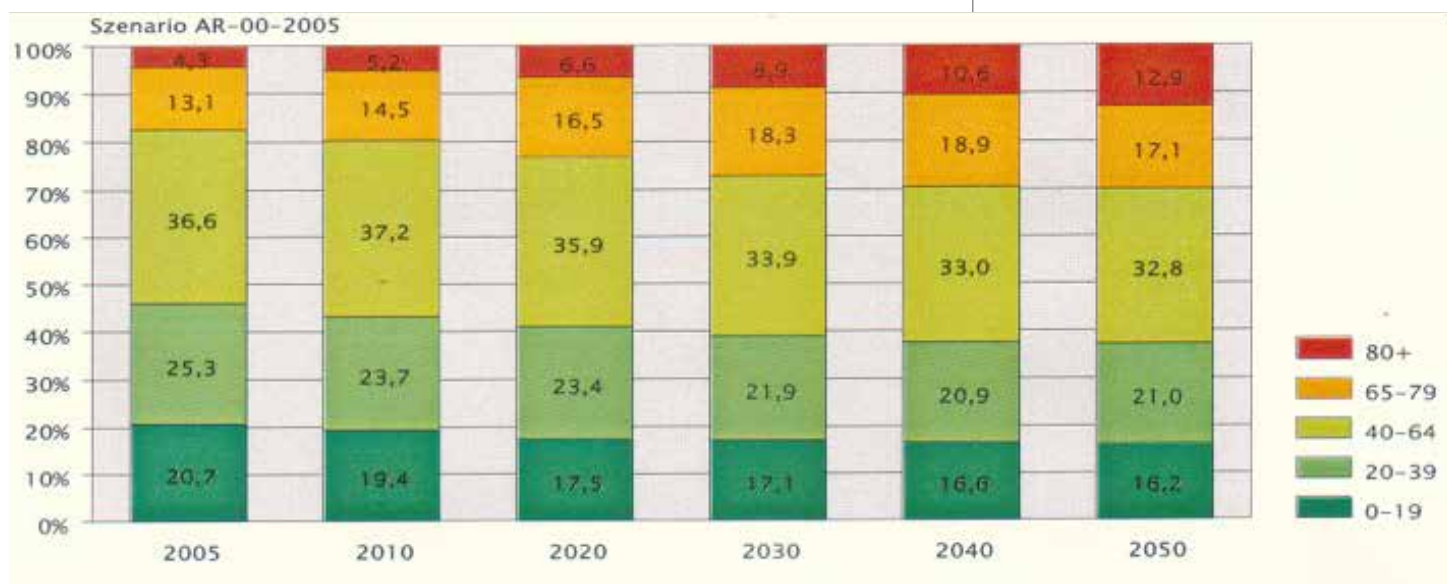
Zusätzliche bauliche Anforderung an das Betreute Wohnen

Gemeinschaftsraum mit Küche. Der Raum dient den Sprechzeiten der Betreuerin sowie als Ort für Gemeinschaftsaktivitäten, Begegnungen und dem Austausch von Nachbarschaftshilfe.

Aspekte, welche die Standortqualität beeinflussen

- Nähe zu Einkaufsmöglichkeiten, Arzt, Post, Bank, Apotheke
- Sicherheit im Quartier
- Distanz zum öffentlichen Verkehr/ Mobilität allgemein
- Topografie der Fusswege
- Lärmbelastung
- Örtliche Distanz zu den Bezugspersonen
- Angebot in der Wohngemeinde für Hilfe und Pflege zuhause.

Die Statistik zeigt, dass die Gruppe der Menschen über 80 Jahre bis 2050 grösser wird. Wer Angebote für Betreutes Wohnen im Alter schafft, hilft mit, dass der wachsende Bedarf an Alters- und Pflegeheimplätzen reduziert werden kann. Dies ist ganz im Sinne der kantonalen Zielsetzung «ambulant vor stationär».



Früherkennung und Handreichungen:

Was bedeutet «Betreutes Wohnen»?

Die Betreuerin einer Wohneinheit oder Wohnsiedlung ist regelmässig vor Ort und bietet in der Regel einmal pro Woche eine Sprechzeit an, um allgemeine Fragen zu erörtern. Sie pflegt Kontakte zu den Bewohnerinnen und Bewohnern und ist dadurch in der Lage, gesundheitliche Veränderungen frühzeitig zu erkennen. Praktische Hilfestellungen, wie beispielsweise Beratung zur Sturzprävention in den Wohnräumen, tragen dazu bei, dass ein erhöhter Betreuungsbedarf oder eine Pflegesituation so lange wie möglich hinausgezögert werden können. Die Betreuungsperson fördert gemeinschaftliche Aktivitäten, wirkt der Vereinsamung der Menschen entgegen und aktiviert Nachbarschaftshilfe. Sie arbeitet mit Partnerorganisationen (z.B. Pro Senectute, Sozialdienste der Gemeinden) zusammen und ist in engem Kontakt mit den Angehörigen, dem Hausarzt und weiteren Bezugspersonen.

Die Bewohnerinnen und Bewohner erwarten von einer Wohnbetreuung auch kleine Hilfestellungen im Alltag, etwa einen Nagel einzuschlagen, Vorhänge aufzuhängen oder eine klemmende Schublade zu reparieren. Handreichungen, die sie beispielsweise aufgrund einer beginnenden Demenz nicht mehr selbst erledigen können. Solche Dienstleistungen können durch ein erweitertes Hauswartungsangebot abgedeckt werden.

Das gemeinschaftliche Zusammenleben in einem Mehrfamilienhaus bietet mit fortschreitendem Alter zunehmend Reibungsflächen. Nicht nur halten sich die Menschen viel mehr zuhause auf, es wird bei Demenzerkrankungen zunehmend schwierig für sie, sich an Regeln zu erinnern, beispielsweise den Waschplan einzuhalten. Psychische Veränderungen können zu einem auffälligen Verhalten führen, etwa dass jemand beginnt, fremde Katzen oder Tauben zu füttern,

mit entsprechenden Auswirkungen auf das Zusammenleben. Auch das Bedienen von Haushaltgeräten wie Backofen oder Geschirrwashmaschine kann zur Herausforderung werden. Auf der anderen Seite bietet das Mehrfamilienhaus ein praktisches Umfeld für nachbarschaftliche Hilfe.

Die Spitex Regio Liestal versteht das Betreute Wohnen in einem umfassenden Sinn und stellt es in Kontext zur gesamten Wohnsiedlung. Wir achten frühzeitig und individuell auf die sich verändernden Bedürfnisse der Menschen.

Die Altersstufe nach dem Eintritt ins Pensionsalter wird in der Fachwelt in vier Phasen unterteilt. Von diesen Phasen leiten sich die jeweiligen Wohnformen und Wohnbedürfnisse ab.

**Höheres Erwachsenenalter bzw. Rentenalter
50 bis 65 Jahre**

**Gesundes Seniorenalter
64/65 bis 80/84 Jahre**

**Fragiles Alter
ab 75/80 oder schon früher**

Rund-um-die-Uhr-Betreuung und Lebensende, relativ kurze Phase vor dem Tod

Eintritt in betreutes Wohnen Spitex Dienstleistungen

Spätes Berufsleben, die Kinder ziehen aus, Altern und Sterben der Elterngenerationen, Geburt von Enkelkindern. Pension rückt näher, eine neue Lebensphase steht an.

Zeit der aktiven «späten Freiheit», Reisen, Pflege von Hobbys und Freundschaftsbeziehungen, Verwirklichung von anstehenden Lebenswünschen. Häufig engagiert in verschiedensten Arten von Freiwilligenarbeit, Enkelkinderbetreuung, Angehörigenbetreuung und -pflege. Hindernisfreiheit wird zum Thema, mögliche Wohnanpassungen oder Umzug in eine neue Wohnsituation zur Vorbereitung auf eine nächste Lebensphase

Der Alltag wird beschwerlicher, zunehmende Inanspruchnahme von Hilfe und Unterstützung. Weiterhin ist privates Wohnen möglich. Entlastungsfragen tauchen auf. Altersbedingte Beschwerden nehmen zu. Die Abhängigkeit der Hilfe aus dem informellen Netz, meist Familie, oder auch bereits die Inanspruchnahme von formeller Hilfe. Mögliche Wohnanpassungen oder Umzug in eine neue Wohnsituation drängen sich aufgrund eines nicht optimalen Wohnumfeldes auf. Das kann nochmals eine lange Phase mit «guter» Lebensqualität sein, mit informeller und formeller Hilfe, die eventuell stetig zunimmt, sowohl bezüglich Diversität wie auch Quantität.

Hohe Abhängigkeit von Hilfe und Pflege, Eintritt in Pflegewohngruppe oder Heim unumgänglich. Laut Obsan-Studie (2010) sind bei den bis 74-Jährigen weniger als 5% mittel bis stark pflegebedürftig. Bei den über 85-Jährigen nimmt der Anteil auf rund einen Drittel zu.

Häufig gestellte Fragen

Wie sieht es mit Subventionsbeiträgen aus?

Im Kanton Baselland ist das Alter Sache der Gemeinden. Es sind jedoch Bestrebungen im Gange, dass Projekte für das Betreute Wohnen im Alter vom Kanton unterstützt werden sollen. Zurzeit wird diskutiert, dass die bisherige Objektfinanzierung, wie wir sie aus dem Heimwesen kennen, durch eine Subjektfinanzierung ersetzt werden soll. Im Rahmen des gemeinnützigen Wohnungsbaus werden Bauprojekte für altersgerechtes Wohnen im Rahmen von Energiestandards gefördert. Voraussetzung ist allerdings eine Trägerschaft, die in ihren Statuten resp. Reglementen die Gemeinnützigkeit ausweist, siehe auch www.wohnungsbau.bl.ch. Der Antrag ist vor Baubeginn einzureichen und wird pro Wohnungseinheit und -grösse festgelegt.

Können Menschen, die an einer Demenz erkrankt sind, alleine in einer solchen Wohnung verbleiben?

Laut aktuellen Schätzungen der Schweizerischen Alzheimervereinigung lebten im Jahr 2010 3'900 Menschen im Baselbiet, die an der Alzheimerkrankheit oder einer andern Form von Demenz erkrankt waren. Jährlich kommen rund 970 Menschen dazu. Das Risiko steigt mit zunehmendem Alter. Nur 40 Prozent der Demenzerkrankten leben in Heimen. Das bedeutet, dass 60 Prozent dieser Personen mit Unterstützung von Angehörigen, Betreuung und Pflege viele Jahre zu Hause leben, was sie sich meistens auch wünschen. Betroffene Menschen finden sich bei fortschreitender Krankheit in grossen Wohnungseinheiten oder im Einfamilienhaus immer schlechter zurecht, und dies kann zu Gefahrenquellen führen. Ein einfaches Wohnumfeld mit gefahrlosen Bewegungsmöglichkeiten verhilft zu mehr Selbständigkeit

und erleichtert die Orientierung. Genauso wie die Betroffenen selber, brauchen die Angehörigen Beratung, Hilfe und Unterstützung. Die Betreuungsperson im Betreuten Wohnen kennt die Besonderheiten der Demenz. Sie kann darauf reagieren und Hilfestellungen anbieten.

Braucht es mit Betreutem Wohnen keine Spitex mehr?

Die Betroffenen haben das gleiche Anrecht auf Spitex-Leistungen wie in einem konventionellen Wohnumfeld. Die Spitex-Leistungen sind pflegerische und hauswirtschaftliche Pflichtleistungen, die von der Krankenkasse mitfinanziert werden. Die Erfahrung zeigt allerdings, dass im Betreuten Wohnen die Einsätze der Spitex gezielter erbracht werden können und der Bedarf für Betreuung durch die Spitex wegfällt.

Was ist der Unterschied zwischen einer Pflegewohnung und dem Betreuten Wohnen?

In einer Pflegewohnung werden zwischen 8 bis 12 Personen während 24 Stunden rund um die Uhr betreut und gepflegt. Eine Pflegewohnung entspricht einer Heimbetreuung in einem Pflegeheim. Sie ist kleiner als eine normale Alterswohnung und wird dem stationären Angebot angegliedert.

Das Grundangebot:

Zwei starke Pfeiler

Die Spitex Regio Liestal empfiehlt, das Betreuungsangebot zu gliedern in erweiterte Hauswartsdienstleistungen und die regelmässige Präsenz einer qualifizierten Fachperson.

Erweitertes Hauswartsangebot

- Pflege und Unterhalt der öffentlichen Räume und des Aussenbereichs
- Sturzrisiko vermindern, besonders in den Wintermonaten
- Kleinere handwerkliche Dienstleistungen in den privaten Wohnräumen: Leuchtmitteltausch, kleinere Reparaturen am Mobiliar, Bilder aufhängen etc., ohne regelmässig angeforderte Hilfe.

Voraussetzung:

Hauswart mit ausgeprägter Sozialkompetenz und Verständnis für die Anliegen von älteren Menschen.

Finanzierung:

Im Rahmen der üblichen Mietnebenkosten für Hauswartstätigkeiten.

Betreuung/Begleitung durch eine qualifizierte Fachperson

- Konstant gleiche Ansprechperson
- Abklärung und Beratung zum individuellen Bedarf bei Mietantritt
- Begleiten des Neuanfangs
- Regelmässige Erneuerung des Beratungsangebots
- Regelmässiger Kontakt zur Bewohnerschaft zur frühzeitigen Erkennung von gesundheitlichen Veränderungen
- Einleiten von präventiven Massnahmen
- Erkennen von drohender Vereinsamung oder Demenz und Hinwirken auf Verbesserungen bei schwierigen sozialen Verhältnissen
- Niederschwellige Kontaktmöglichkeit für allgemeine Fragen und spezifischen Fragen im Kontext der Wohn- und Lebenssituation
- Fördern der Nachbarschaftshilfe und des bestehenden sozialen Netzes
- Vermitteln von freiwilligen Helfer/innen
- Förderung des gemeinsamen Lebens: Angebot von gemeinsamen Aktivitäten, Integration in die Gruppe, Schlichten von Streit
- Erkennen von Konflikten und Lösungsfindung unter Einbezug der Beteiligten
- Aufgleisen von weiteren Hilfestellungen wie z.B. Betreuung durch die Spitex
- Beratung für Angehörige

Voraussetzung:

Pflegefachperson mit gerontologischen Grundkenntnissen, umfassende Kenntnisse der Angebote für das Alter im ambulanten Bereich, ausgeprägte Kommunikationsfähigkeit.

Finanzierung:

Kooperationsvertrag zwischen der Bauherrschaft und der Spitex Regio Liestal. Festlegung einer Pauschale anhand der Wohnungseinheiten. Die Mieterschaft bezahlt das Angebot des Betreuten Wohnens solidarisch mit den Mietnebenkosten, unabhängig davon, wieviel Betreuung sie monatlich in Anspruch nimmt.

Ihre Vereinbarung mit der Spitex Regio Liestal

Die Spitex Regio Liestal stellt die Betreuungsperson ein. Eine Betreuungsperson kann in mehreren Wohneinheiten tätig sein. Die Spitex Regio Liestal stellt sicher, dass die Bewohnerschaft immer die gleiche Bezugsperson hat. Die Bauherrschaft gewährleistet gegenüber der Bewohnerschaft das Betreuungsangebot. Die Spitex Regio Liestal setzt es um und erfüllt die vertraglichen Vereinbarungen mit der Bauherrschaft.

Optional bietet die Spitex Regio Liestal auch erweiterte Hauswartaufgaben und die Verwaltung der Wohnungen an.

Wie gehen Sie vor?

Sollten Sie bereits ein Bauprojekt planen, nehmen Sie frühzeitig mit uns Kontakt auf. Wenn Ihr Bauprojekt bereits realisiert ist, kann das Betreuungsangebot auch im Nachhinein eingeführt werden. Kontaktieren Sie uns. Wir bringen unser Fachwissen gerne ein.

Regine Manz

Präsidentin Spitex Regio Liestal
Organisationsberaterin
Leiterin von Projekten im Bereich Wohnen im Alter

Claudia Aufderreggen

Geschäftsleiterin Spitex Regio Liestal
Gerontologin mit Schwerpunkt Wohnen im Alter
Vorstandsmitglied Alzheimervereinigung beider Basel

Fünf Fakten zum Wohnen im Alter

Die stärkste Nachfrage nach altersgerechten Kleinwohnungen und Alterswohnungen zeigt sich nicht in den Kernstädten, sondern in Agglomerationsgemeinden und suburbanen Gemeinden. Mangels altersgerechter Kleinwohnungen altert oft eine ganze Generation gemeinsam in Einfamilienhaussiedlungen und verzögert so den Generationenwechsel, welcher für die Gemeinde wichtig wäre.

Ein Wohnungswechsel im Alter ist stark davon abhängig, inwiefern das neue Angebot einen klaren Mehrwert verspricht und schafft. Hier kann gezielte Beratung, etwa durch Gemeinden, helfen.

Nicht nur die Gestaltung der eigenen Wohnung, sondern auch die Qualität der Wohnumgebung beeinflusst die Lebens- und Wohnqualität. Besonders starken Einfluss haben gute Nachbarschaftskontakte und eine ruhige

Wohnlage, dazu gute öffentliche Verbindungen, Nähe zu Einkaufsläden und Arztpraxen.

Die Zunahme an Einpersonenhaushalten im Alter geht nicht mit einer Zunahme an Vereinsamung einher. Die grosse Mehrheit dieser Personen pflegen familiäre, freundschaftliche und nachbarschaftliche Beziehungen, wobei die Nachbarschaftspflege eine Renaissance erlebt. Die Beachtung von Nachbarschaften und Umgebungsstrukturen ist daher bei Bauprojekten für das Alter bedeutsam.

Möglichst selbständig wohnen und leben, auch wenn im Alter Unterstützung, Betreuung und Pflege notwendig werden, ist eine zentrale Wunschvorstellung.



Überall für alle

SPITEX
Regio Liestal

Spitex Regio Liestal
Rheinstrasse 3
4410 Liestal
061 926 60 90
info@spitexrl.ch
www.spitex-regio-liestal.ch