

Leitbild Obersimmental 65+



LENK



ST. STEPHAN



ZWEISIMMEN



BOLTIGEN





Inhaltsverzeichnis

| | |
|--|------|
| Vorwort | 4 |
| Leitsätze | 5 |
| Aktivitäten, Soziale Kontakte, Weiterbildung | 6 |
| Sicherheit im Alter | 7–8 |
| Finanzielle Existenzsicherung | 7 |
| Sicherheit im öffentlichen und privaten Raum | 8 |
| Wohnen im Alter | 9–11 |
| Wohnen zuhause | 9 |
| Spitalexterne Hilfe und Gesundheitsförderung | 10 |
| Betreutes Wohnen/ Alters- und Pflegeheime | 11 |
| Gesundheitsversorgung | 12 |
| Zusammenarbeit und Information | 13 |
| Bevölkerungsentwicklung | 14 |
| Quellenangabe/ Impressum | 15 |



*Mit 66 Jahren, da fängt das Leben an
Mit 66 Jahren, da hat man Spass daran
Mit 66 Jahren, da kommt man erst in Schuss
Mit 66 Jahren, ist noch lang noch nicht Schluss*

Lied Udo Jürgens

Das Alter spielt in unserer Gesellschaft eine grosse Rolle – ob in der Familie oder im beruflichen Alltag. Die Jahre, die wir zählen geben einen ersten Eindruck über unsere Erfahrungen und unser Leben. Die Lebensgestaltung der einzelnen älteren Menschen wird sich künftig noch mehr unterscheiden als bisher. Die Bevölkerung in der Schweiz hat eine der höchsten Lebenserwartungen der Welt: bei Männern 81,0 Jahre und bei Frauen 85,2 Jahre. Unsere Perspektive fürs Alter hat sich in den letzten Jahrzehnten ebenfalls stark verändert: vom kurzen «Ruhestand» zum langen «Unruhestand». Aber auch die Vorstellungen und Ansprüche der «Neuen Alten» verändern sich stetig. Die neue Rentnergeneration ist vielseitig interessiert, selbstverantwortlich und bei immer besserer Gesundheit.

Eine aktive Lebensgestaltung ist gefragt!

Das Ziel des Leitbildes Obersimmental 65+ ist es, die spezifischen Bedürfnisse der älteren Bevölkerung zu erkennen, diese zu benennen, vorhandene Lücken aufzuzeigen und Massnahmen einzuleiten und umzusetzen. Das vorliegende Leitbild soll eine Orientierungshilfe der regionalen Alterspolitik sein. Konsequenzen in den Bereichen Wohnbau-, Verkehrs- und Sozialpolitik sind wünschenswert. Das Leitbild Obersimmental 65+ wird periodisch den veränderten Gegebenheiten und Bedürfnissen angepasst.

Unsere Gemeinden bieten allen Seniorinnen und Senioren die Möglichkeit, ihr Leben selbstverantwortlich und nach speziellen altersgerechten Bedürfnissen bei hoher Lebensqualität zu gestalten.

- ★ Alt werden gehört zum Leben.
- ★ Der älteren Bevölkerung wollen wir mit Respekt begegnen und ihre Anliegen ernst nehmen.
- ★ Die Gesundheit und Erhaltung der Selbständigkeit sind wesentlich für das Wohlbefinden unserer Seniorinnen und Senioren.
- ★ Der Existenzbedarf sollte durch die finanziellen Mittel einer jeden einzelnen Seniorin oder eines jeden einzelnen Seniors gedeckt sein.
- ★ Einen wichtigen Einfluss auf den Gesundheitszustand hat eine abwechslungsreiche und gesunde Ernährung.
- ★ Eine gute altersgerechte medizinische Versorgung trägt zur Erhaltung und Wiedererlangung der Selbständigkeit bei.
- ★ Demenzkranke Menschen sind Teil unserer Gesellschaft, sie brauchen unsere Solidarität, ihre Würde ist unantastbar.
- ★ Sichere Verkehrswege und die Förderung der öffentlichen Verkehrsmittel helfen mit, sich im Alter frei und gefahrenlos bewegen zu können.
- ★ Die vorhandenen Fähigkeiten der älteren Generation sollten in das gesellschaftliche und politische Leben der Gemeinden eingebracht werden.
- ★ Für ein reibungsloses Funktionieren der Altersarbeit in den Gemeinden sind eine gute regionale Koordination und ein vernetztes Denken wichtig.
- ★ Das Angebot an Dienstleistungen ist einfach und verständlich den Seniorinnen und Senioren zugänglich zu machen.



Grundsätze

Ältere Menschen, die nicht mehr im Berufsleben stehen, verfügen oft über mehr Freizeit. Die Art und Weise, wie sie diese gestalten und verbringen ist sehr bestimmend für ihre Lebensqualität. Das bestehende breite Angebot an Dienstleistungen soll für unsere älteren Mitmenschen übersichtlicher werden. Ein breit gefächertes Angebot an Aktivitäten soll folgenden Zielen dienen:

- Erhaltung und Erweiterung bestehender Fähigkeiten
- Erhaltung und Förderung der Gesundheit
- Förderung der sozialen Integration
- Verstärkung der Solidarität und gegenseitiger Hilfsbereitschaft

Mögliche Massnahmen

- Projekte «Alt und Jung» sind wünschenswert
- Rubrik für spezielle Seniorenveranstaltungen in der Simmentalzeitung anstreben
- Gemeinsame Fahrdienste fördern
- Vermehrte Motivation der Seniorinnen und Senioren zur Teilnahme an bestehenden Angeboten und Aktivitäten
- Der Aufbau einer Senioren-Selbsthilfegruppe ist wünschenswert (Senioren für Senioren)
- Einführungs-, Unterstützungs- und Weiterbildungsangebote für Freiwillige sind zu fördern
- Jungseniorinnen und Jungsenioren sind für die Freiwilligenarbeit zu sensibilisieren



Finanzielle Existenzsicherung

Grundsätze

Die Sicherheit ist eines der wichtigsten Grundbedürfnisse der älteren Menschen. Viele ältere Menschen finden sich in den verschiedenen Gesetzen und Richtlinien nicht zurecht und wünschen sich zusätzliche Informationen für den Lebensabend. Die Möglichkeit der Inanspruchnahme von Ergänzungsleistungen und Hilflosenentschädigung ist zu wenig bekannt. Bedürftige Seniorinnen und Senioren müssen erkannt und auf ihre berechtigten Ansprüche aufmerksam gemacht werden.

Der Existenzbedarf sollte durch die finanziellen Mittel einer jeden Seniorin oder eines jeden Seniors gedeckt sein

Mögliche Massnahmen

- Aktivierung der Informationspolitik über Ergänzungsleistungen, Hilflosenentschädigung und weitere finanzielle Hilfsmöglichkeiten verschiedener Institutionen
- Abgabe von Broschüren zum Thema «Ergänzungsleistungen», «Finanzierung des Heimaufenthaltes», usw.
- Informationen über Finanz- und Vermögensfragen
- Beratung und Leistungen der Pro Senectute und des Sozialdienstes Obersimmental bekannt machen
- Informationen über die bestehenden Angebote für die Hilfe beim Ausfüllen der Steuererklärung und Schaffung solcher Möglichkeiten
- Informationen über Angebote wie Vorsorgeverfügung (Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde KESB, Frutigen) und Patientenverfügung (www.fmh.ch/service/Patientenverfuegung) anbieten

Sicherheit im öffentlichen und privaten Raum

Grundsätze

Der Sicherheit von älteren und behinderten Menschen soll besondere Beachtung geschenkt werden. Die Gestaltung der Umgebung und der Gebäude, die von der Öffentlichkeit genutzt werden, haben einen massgeblichen Einfluss darauf, wie mobil und selbständig Menschen auch im Alter in der vertrauten Umgebung leben können. Öffentlicher und privater Verkehr sind Schlüsselfaktoren für ein aktives Altern. Die drei prägenden Themen dabei sind Hindernisfreiheit, Zugänglichkeit und Sicherheit

Sichere Verkehrswege und gute öffentliche Verkehrsmittel helfen mit, sich im Alter frei und gefahrenlos bewegen zu können

Mögliche Massnahmen

- Die Verkehrswege und Zugänge zu öffentlichen Institutionen und Verkehrsmitteln sind an die Bedürfnisse älterer und behinderter Menschen anzupassen
- Gemeinsame Fahrdienste prüfen
- Tageskarten der Gemeinden bekannter machen
- Sitzgelegenheiten zum Ausruhen und Verweilen prüfen
- MS-Bus und Rotkreuzfahrdienst bekannt machen
- Mitfahrgelegenheiten fördern
- Informations- und Bildungsveranstaltungen zur Sicherheit im Strassenverkehr und im eigenen Wohnraum durchführen
- Öffentliche Gebäude und der öffentliche Raum sind auf ihre Hindernisfreiheit zu überprüfen

Wohnen zuhause

Grundsätze

Die Seniorinnen und Senioren sollen so lange als möglich in den eigenen vier Wänden in der vertrauten Umgebung leben können. Die eigene Wohnung ist von grosser Wichtigkeit. Hindernisfreies Wohnen mit unterstützenden ambulanten Dienstleistungen trägt wesentlich dazu bei, einen verfrühten Pflegeheim-eintritt zu vermeiden. Für die Mehrheit der Seniorinnen und Senioren kommt das Verlassen der angestammten Wohnsituation nur in Frage, wenn der Gesundheitszustand sie dazu zwingt.

Die Gesundheit und Erhaltung der Selbständigkeit sind wesentlich für das Wohlbefinden unserer Seniorinnen und Senioren

Mögliche Massnahmen

- Beratungsangebote über altersgerechtes Umbauen
- Informationsveranstaltungen zu «Wohnen im Alter»
- Grundsätze des altersgerechten Wohnungsbaus in Baureglements einfliessen lassen
- Anteil an altersgerechten Wohnungen laufend erhöhen
- Initiativen für alternative Wohnformen werden unterstützt und gefördert
- Nachbarschaftliche Kontakte fördern
- Hauslieferdienste unterstützen





Spitalexterne Hilfe und Gesundheitsförderung

Grundsätze

Gesundheit ist ein hohes Gut, sie erhöht die Lebensqualität. Jede Art von Prävention zur Erhaltung der Gesundheit ist zu fördern. Die Zielsetzung möglichst lange selbständig in der eigenen Wohnung zu leben, soll durch Angebote für Hilfe und Pflege zu Hause gefördert werden. Die spitalexternen Dienste sollen eine sinnvolle Alternative zum Aufenthalt in einer stationären Einrichtung sein und der gesamten Bevölkerung zur Verfügung stehen.

Einen wichtigen Einfluss auf den Gesundheitszustand hat eine abwechslungsreiche und gesunde Ernährung

Ist-Zustand

Der grösste Teil der älteren Bevölkerung möchte so lange als möglich selbstständig wohnen bleiben. Die Betroffenen verlassen sich auf die Unterstützung der Angehörigen und der Spitex-Dienste und sind bereit, einen Teil der dafür anfallenden Kosten selber zu übernehmen. Der Mahlzeitendienst und der Mittagstisch sind bekannt und werden zum Teil rege genutzt. Krankenmobilen können neben dem Krankenmobiliar-Magazin der Spitex auch im Alters- und Pflegeheim Halten, Lenk bezogen werden.

Mögliche Massnahmen

- Angebote zur Gesundheitsprävention sind zu unterstützen (z.Bsp. Pro Senectute «Zwäg ins Alter»)
- Gesunde Ernährung im Alter fördern
- Hauslieferdienst unterstützen
- Die Spitex-Dienste zu einem Bestandteil eines gut funktionierenden Gesundheitsnetzes mit umfangreicher öffentlicher Information werden lassen



Betreutes Wohnen / Alters- und Pflegeheime

Grundsätze

Der künftig zusätzlich benötigte Bedarf an Altersheimplätzen soll gemäss Pflegeheimplanung und Altersbericht des Kantons Bern möglichst nicht in Heimen und Spitälern abgedeckt werden. Die Planung der Heime muss der veränderten Situation angepasst und alternative Wohnformen gefördert und geschaffen werden. Den bestehenden Heimen fällt zunehmend die Betreuung von mittel- und schwerpflegebedürftigen alten Menschen zu. Es muss ein ausreichendes Angebot an Plätzen für Demenz, psychogeriatrische Fälle, palliative care, Übergangspflege und Ähnliches vorhanden sein.

Ist-Zustand

- Die vier Alters- und Pflegeheime in unseren Gemeinden bieten 108 Pflege- und Ferienbetten, sowie Demenzwohngruppen an.
- Alters- und Pflegeheim Halten, Lenk
 - Alters- und Pflegeheim Dorfmatte, Matten (St. Stephan)
 - Alterszentrum Bergsonne, Zweisimmen
 - Haus Fuhrenmatte, Boltigen

Mögliche Massnahmen

- Regelmässige Informationen in den Gemeindemedien über die Dienstleistungen der Alterszentren
- Tipp: Bei der Koordinationsstelle kann ein Verzeichnis aller Alters- und Pflegeheimplätze im Verwaltungskreis bezogen werden. Zusätzlich bietet die Pro Senectute unter www.wohnen60plus.ch weitere umfassende Informationen an.
- Imagepflege der Alterseinrichtungen in der breiten Öffentlichkeit
 - Die baulichen Voraussetzungen der Pflegeheime entsprechen einem zeitgemässen Standard und den gesetzlichen Vorgaben
 - Prüfung und Schaffung von alternativen Wohnformen innerhalb oder in unmittelbarer Umgebung eines Alterszentrums
 - Private Projekte sind willkommen – ihr volkswirtschaftlicher Nutzen ist nicht zu unterschätzen – und sollen Bestandteil der Alterspolitik sein



Eine gute altersgerechte medizinische Versorgung trägt zur Erhaltung und Wiedererlangung der Selbständigkeit bei

Grundsätze

Alte Menschen benötigen bei einer Erkrankung spezifisch abgestimmte Therapien und Pflege. Auch treten im Alter gehäuft multiple, komplexe und chronische Krankheiten auf, für die eine integrierte Versorgung – im Sinne der Kontinuität der Betreuung – von besonderer Bedeutung ist. Eine gute Vernetzung der Leistungserbringer der verschiedenen Versorgungsebenen verbessert die Qualität und Wirtschaftlichkeit der Versorgung betagter Menschen. Die Leistungserbringer im Altersbereich sind deshalb wichtige Partner und Beteiligte beim Aufbau des Gesundheitsnetzes. Eine kontinuierliche und durchlässige Versorgungskette, die einzelne Angebote miteinander verbindet, sie ideal aufeinander abstimmt und so allfällige Lücken schliesst, ist für die Gesundheitsversorgung alter Menschen von hoher Bedeutung.

Ist-Zustand

Die hausärztliche Grund- und Notfallversorgung (inkl. Rettungswesen) sowie die wohnortsnahe stationäre Akutversorgung und Übergangspflege der älteren Bevölkerung einschliesslich der akutgeriatrischen, palliativen und psychiatrischen Dienstleistungen sind sichergestellt.

Mögliche Massnahmen

- Projekte, die eine wohnortsnahe Akut- und Postakutversorgung sicherstellen, unterstützen
- Stationäre und ambulante geriatrische, palliative und psychiatrische Dienstleistungen erhalten resp. bedarfsgerecht ausbauen
- Einbindung der hausärztlichen Versorgung in das Gesundheitsnetz inkl. Bereitstellung einer funktionsfähigen Infrastruktur

Für ein reibungsloses Funktionieren der Altersarbeit in den Gemeinden sind eine gute regionale Koordination und ein vernetztes Denken erforderlich

Grundsätze

Für die erfolgreiche Umsetzung des Leitbildes Obersimmental 65+ ist eine optimale Information von entscheidender Bedeutung. Dabei geht es nicht nur darum, den betroffenen Personen und ihren Angehörigen, sondern der gesamten Bevölkerung, die einzelnen Dienstleistungen einfach und verständlich näher zu bringen und das Gesamtkonzept vorzustellen. Dafür eignen sich besonders die regionale Presse, die gemeindeeigenen Publikationsorgane und spezielle Anlässe für Seniorinnen und Senioren.

Die Spitex Obersimmental, St. Stephan, bildet neu die Koordinationsstelle für Altersfragen der Gemeinden Lenk, St. Stephan, Zweisimmen und Boltigen.

Mögliche Massnahmen

- Das Leitbild Obersimmental 65+ wird periodisch überprüft und überarbeitet
- Die ältere Bevölkerung, sowie deren Angehörige, wird umfassend, frühzeitig und in geeigneter Weise über Angebote und Dienstleistungen informiert
- Die Informationen decken die wichtigsten Fragen älterer Menschen ab und sind für ältere Menschen sowie deren Angehörige zugänglich
- Es ist geregelt, wer dafür verantwortlich ist, die Informationen zu sammeln, zu koordinieren und zu aktualisieren
- Die Anbieter im Altersbereich sind vernetzt und koordinieren ihre Angebote

Ziel

Jedem Einwohner der Gemeinden Lenk, St. Stephan, Zweisimmen und Boltigen wird zum 65. Geburtstag das Leitbild Obersimmental 65+ mit der Informationsbroschüre 65+ zugesandt.



Gemäss Szenario «mittel» des Bundesamtes für Statistik (BFS) vom November 2015 wird die Gesamtbevölkerung im Obersimmental bis im Jahr 2030 um 2,2% zunehmen. Der Anteil der über 65-jährigen wird sich jedoch gesamthaft um 39,3% erhöhen. Im Verhält-

nis zur Gesamtbevölkerung bedeutet dies eine Zunahme von heute 24,6% auf 33,5%. Diese Veränderung der Altersstruktur ist massgebend für die Bedarfsabklärungen im Altersbereich.

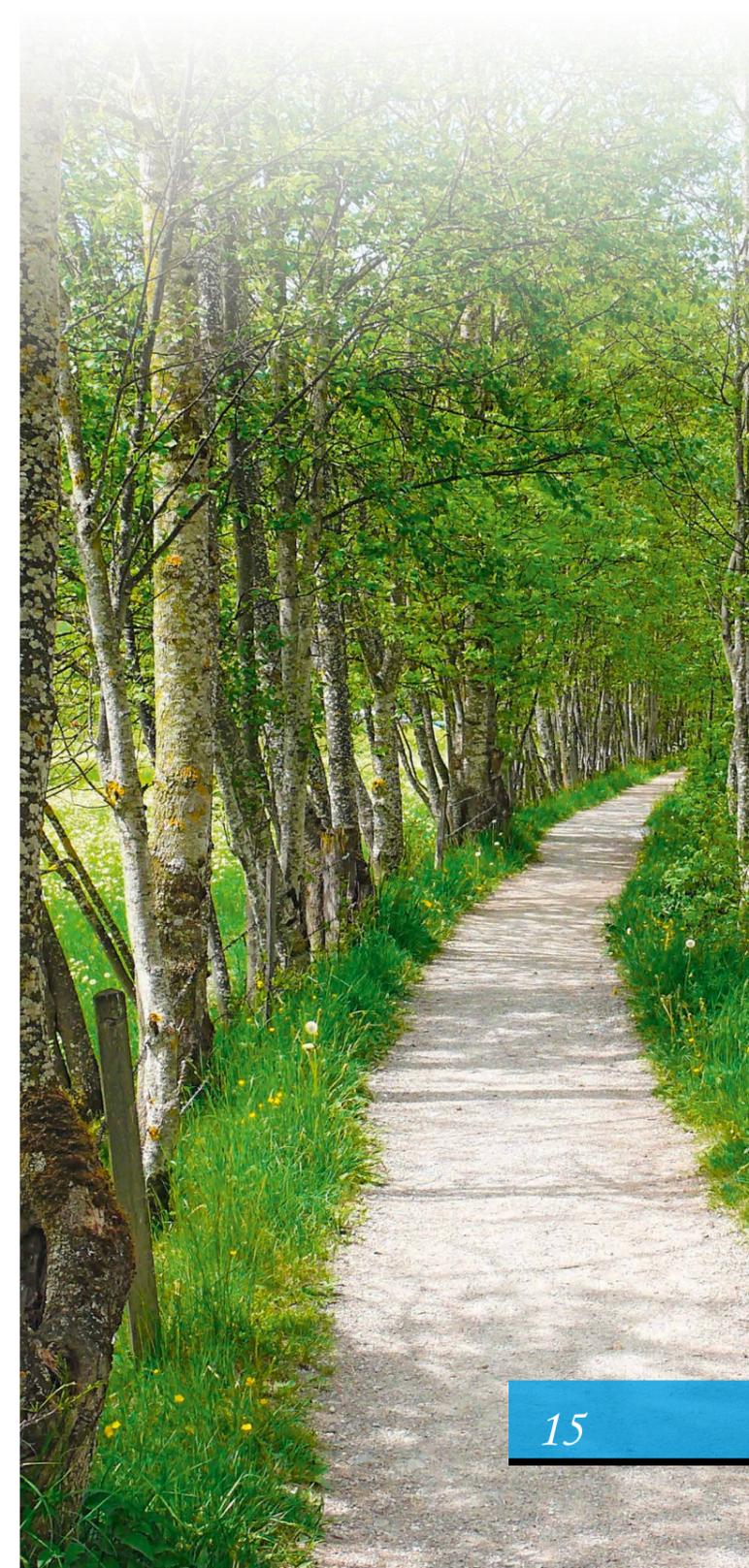
| Anzahl Einwohner Schweizer/-innen + Ausländer/-innen | 2015 | 2020 | 2025 | 2030 |
|--|---------------|---------------|---------------|---------------|
| Lenk | 2343 | 2361 | 2383 | 2390 |
| 65–69 Jahre | 175 | 188 | 155 | 176 |
| 70–79 Jahre | 229 | 304 | 344 | 326 |
| 80 Jahre und älter | 145 | 157 | 213 | 281 |
| St. Stephan | 1377 | 1398 | 1422 | 1442 |
| 65–69 Jahre | 95 | 91 | 94 | 102 |
| 70–79 Jahre | 134 | 162 | 180 | 179 |
| 80 Jahre und älter | 93 | 111 | 129 | 161 |
| Zweisimmen | 2919 | 2949 | 2973 | 2989 |
| 65–69 Jahre | 194 | 213 | 229 | 233 |
| 70–79 Jahre | 324 | 369 | 390 | 427 |
| 80 Jahre und älter | 242 | 260 | 313 | 358 |
| Boltigen | 1337 | 1326 | 1331 | 1330 |
| 65–69 Jahre | 94 | 103 | 112 | 124 |
| 70–79 Jahre | 122 | 165 | 190 | 208 |
| 80 Jahre und älter | 115 | 108 | 127 | 153 |
| Obersimmental | 7976 | 8034 | 8109 | 8151 |
| 65–69 Jahre | 558 | 595 | 590 | 635 |
| 70–79 Jahre | 809 | 1000 | 1104 | 1140 |
| 80 Jahre und älter | 595 | 636 | 782 | 958 |
| Total über 65 Jahre | 1962 | 2231 | 2476 | 2733 |
| | 24,6 % | 27,8 % | 30,5 % | 33,5 % |

Quellennachweis:

- Altersleitbild Obersimmental (2005)
- Altersleitbild der Gemeinde Saanen (2012)
- Leitbild Alter der Gemeinden Bönigen, Gsteigwiler, Interlaken, Matten, Ringgenberg, Unterseen und Wilderswil (2013)

Projektgruppe Leitbild Obersimmental 65+:

- Maria Bühler, Zweisimmen
- Susi und Robert Hänsenberger, Zweisimmen
- Christine Matti, Spitex Obersimmental
- Regina Meinen, Seniorenbetreuung Kirchgemeinde Boltigen
- Marianne Messerli, Gemeinderätin Lenk
- Marcel Schor, Zweisimmen
- André Streit, Alterswohnen Bergsonne Zweisimmen
- Beatrice Zeller, Gemeinderätin Zweisimmen
- Kathrin Luyster, Sekretariat Sozialdienst Obersimmental





Impressum

Das vorliegende Leitbild Obersimmental 65+ wurde durch die Gemeinden Lenk, St. Stephan, Zweisimmen und Boltigen im Juni 2016 genehmigt.

Auflage: 5000

Layout: Kopp Druck + Gafik AG

Bilder: Urs Mathys, Lenk Simmental Tourismus

Druck: Kopp Druck + Gafik AG