*Woche für das Leben 2016*

# Alter in Würde – Last und Lust der späten Jahre

„Wer des Morgens dreimal schmunzelt,
mittags nie die Stirne runzelt,
abends singt, dass alles schallt,
der wird hundert Jahre alt!“

… so tönte es im Kanon am Abend des 12.04.2016 durch den Marta-Fraenkel-Saal des Deutschen Hygiene-Museums Dresden. Der Jubilate-Chor Dresden eröffnete gemeinsam mit den über 100 Teilnehmenden die sächsische Auftaktveranstaltung der Woche für das Leben 2016, die sich in diesem Jahr der „Last und Lust der späten Jahre“ widmete.

Das Bistum Dresden-Meißen, das Deutsche Hygiene-Museum Dresden, die Evangelische Aktionsgemeinschaft für Familienfragen und die Evangelisch-Lutherische Landeskirche Sachsens luden Interessierte zu einer Podiumsdiskussion mit erfahrenen Gästen aus unterschiedlichen Kontexten ein.

Wie wollen wir leben? Was ist wichtig im Leben? Wofür lohnt es sich, sich einzusetzen? fragten eingangs Dr. Susanne Illmer vom Deutschen Hygiene-Museum Dresden, OKR Frank del Chin, Matthias Mader vom Bistum Dresden-Meißen und die Geschäftsführerin der Ev. Aktionsgemeinschaft für Familien-fragen Eva Brackelmann. **„Sprechen wir über Alter, dann sprechen wir über uns“** so Matthias Mader.

**Matthias Mader, Frank del Chin, Eva Brackelmann und Susanne Illmer (v.l.n.r.) begrüßen die Teilnehmenden der Veranstaltung im Marta-Fraenkel-Saal**

Dass sich das Bild von Alter und Altern in den letzten Jahren stark verändert und differenziert hat, veranschaulichte auch die Eröffnungsfolie des Hauptvortrages von **Prof. Dr. Irene Schneider-Böttcher** - eine Collage aus Fotos alter Menschen, wie sie unterschiedlicher aber nicht sein könnten: Jemand wird im Rollstuhl gefahren, jemand lacht mit seiner Enkelin, jemand wird gepflegt, zwei Menschen lieben sich, jemand schneidet eine frech-fröhliche Grimasse…

Prof. Dr. Schneider-Böttcher, ehemalige Leiterin des Statistischen Landesamtes Sachsen und aktuell Präsidentin der Dresden International University, brachte nicht nur Zahlenmaterial

zur Situation alter Menschen in Deutschland mit, sondern warf auch Impulsfragen auf. **Welches Bild zeichnen wir vom Alter? Welche Wünsche haben wir dafür – welche Sorgen treiben uns um?**

Ein Blick in die Statistiken zeichnet ein eindeutiges Bild: auf Platz eins der Wünsche für das eigene Alter steht das Bedürfnis, gesund und fit zu bleiben (87,1%). Danach kommen die Wünsche, kein Pflegefall zu werden und im eigenen Zuhause leben zu können. Hingegen sind die größten Sorgen der meisten Befragten Armut und Isolation. Tatsächlich sieht die wirtschaftliche Situation älterer Menschen in Deutschland sehr unterschiedlich aus. In Sachsen seien aber nur 1,1% der Rentnerinnen und Rentner auf Grundsicherung im Alter angewiesen.

**Prof. Dr. Irene Schneider-Böttcher gibt einen statistischen Überblick zum Thema Alter**

Ihr Fazit knüpft sie eng an die Empfehlungen des 6. Altenbericht der Bundesregierung von 2010: Alter müsse neu gedacht werden – es etabliert sich eine neue Kultur des Alterns. Denn immer mehr Menschen jenseits der 65 *wünschen* sich nicht nur, dass sie diesen Lebensabschnitt körperlich, geistig und sozial vital erleben möchten – sie erleben ihn *tatsächlich* auch so. Dass dies ein kraftvolles Potenzial für die Gesellschaft bedeute und daher **„eine Gestaltungsaufgabe für alle“** darstelle, dürfe daher nicht in Frage stehen. Dafür sieht sie Bildung als einen wichtigen Grundbaustein: durch diese ließe sich ein erweitertes Pflegeverständnis entwickeln und etablieren; negative wie positive Diskriminierungen und Barrieren im Umgang miteinander könnten abgebaut werden. Letzteres lasse sich aber vor allem durch vielfältige und lebendige Gemeinschaft erlernen.

Nach einem kurzen Filmbeitrag über ein mehrgeneratives Wohnprojekt in Dresden stellten sich die Gäste des Podiums vor:

**Claudia Rücker**, Leiterin des Seniorenpflegeheims „Haus Abendsonne“ im vogtländischen Auerbach, schenkte dem Plenum zu Beginn ihres Statements einen kritischen Gedanken: **„Diskutieren wir erst im Alter über Würde?“** In diesen Kontext stellte sie ihre professionellen Erfahrungen aus dem pflegerischen Alltag und reflektierte diese auch im Zusammenhang gesellschaftlicher, politischer und finanzieller Rahmenbedingungen. Angesichts drastischer Kürzungen, schmerzhafter Abschiede für die Betroffenen und Zweifel an der Qualitätszusage komme man als Professionelle in der Pflege an Grenzen. Dennoch stelle für sie die Überzeugung, dass jeder Pflegende zum würdevollen Leben der Menschen beitragen kann, die Basis

ihrer Arbeit dar. Zeit, Zuwendung und Geduld seien dafür unverzichtbare Selbstverständlichkeiten.

Dass die einfachen Dinge auch die wahrhaft großen sind, bestätigte **Eva-Maria März**, die die Caritas des Dekanats Leipzig im dortigen Seniorenbeirat vertritt. Dieses Gremium berät Stadtrat und Oberbürgermeister zu stadtpolitischen Maßnahmen und Vorhaben, regt diese auch an und versucht für die Einschränkung älterer Menschen zu sensibilisieren. Beispielsweise werden Hinweise zur Beschaffenheit von Fußwegen gegeben, der unverzichtbaren Anbindung an öffentliche Verkehrsmittel oder auf die Notwendigkeit von bezahlbarem, altersgerechtem Wohnraum. All dies sei wesentlich, um die soziale Teilhabe und Integration der älteren Generation zu gewährleisten, deren Selbstständigkeit und Lebensqualität zu erhalten – schlicht: um ein Alter in Würde zu ermöglichen.

Dass die Strukturen und Bedingungen für das Leben im Alter dieses auch prägen und verändern, bestätigte **Prälat Hellmut Puschmann**, ehem. Präsident des Deutschen Caritasverbandes. Er berichtete von den starken Veränderungen der Lebensbedingungen alter, pflegebedürftiger Menschen in Heimen. Zu DDR-Zeiten sei vieles primitiv und würdelos für alte Menschen gestaltet gewesen – sowohl die Bausubstanz und -struktur, als auch die Einrichtung und unzureichende Ausstattung mit Hilfsmitteln und Personal berücksichtigten kaum Intimsphäre oder die Individualität von physischen, sozialen und seelischen Bedürfnissen. Dass sich in den letzten Jahren ein neues, an der Würde des Menschen orientiertes Pflegeverständnis entwickelt hat und sich dies auch in der Architektur von Pflegeheimen und der materiellen Ausstattung oder der Entwicklung neuer Wohnformen weitestgehend bestätigt, mache Mut. Allerdings bestätige sich auch immer wieder die Erfahrung, dass die Begegnung von Mensch zu Mensch und die gegenseitige Hinwendung als grundlegende Basis eines würdevollen Lebens für alle Menschen – hier im Besonderen für alte Menschen in Heimen – zwar eine wichtige Ressource sei, aber oft noch zu kurz komme.

**Wie wollen wir unser Altern erleben und gestalten?**
**Die Podiumsgäste im Gespräch mit Eva Brackelmann (m.)**

Die von Eva Brackelmann moderierte anschließende Podiumsdiskussion wurde maßgeblich durch die facettenreichen Fragen und Impulse aus dem Publikum angeregt. Dank des breit aufgestellten Podiums wurden diese auch vielfältig rezipiert und beantwortet. Sowohl Fragen praktischer als auch philosophischer Natur bildeten das Raster dieser von aufmerksamem Interesse geprägten knappen Stunde. Im Folgenden einige Auszüge:

**Inwieweit ist es möglich, Tiere ins Seniorenpflegeheim mitzubringen?** Dies, so Claudia Rücker, müsse praktikabel sein, da das Pflegepersonal dann auch zuständig für die Pflege der Tiere sei. Grundsätzlich stehe es außer Frage, dass Tiere eine Bereicherung für das Heimleben seien.

**Kann man sich ein Pflegeheim mit einer Rente von 800€ bis 1000€ leisten?** Die Versicherungsgelder sind begrenzt – die Selbstbeteiligung für einen Pflegeheimplatz beträgt rund 1100€ bis 1700€. Die Sozialhilfe sichert allerdings ab.

**Wie gehe ich würdevoll mit alten Menschen um, die mehr und mehr von ihrer Kindheit und Jugend erzählen wollen?** Biografisches Erzählen ist nicht nur Qualitätsmerkmal der professionellen Arbeit mit alten Menschen, sondern könne auch eine persönliche Bereicherung für das Personal sein. Die Geschichte der Kindheit und Jugend gehöre zudem zum Menschen dazu.

**Wie gewinnt man Nachwuchs für den anspruchsvollen Beruf der Altenpfleger*in?** Die Lobby der Altenpflege müsste präsenter sein und besondere Aufmerksamkeit und Anerkennung für diesen Berufszweig einfordern. Leider werden die Praxisanteile in der Ausbildung immer kleiner. Erschwerend komme hinzu, dass die Ausbildung als undifferenzierter Pflegeberuf begonnen wird (also integrativ mit Kranken- und Säuglingspflege) – darin bestehe die Gefahr, dass sich immer weniger Auszubildende für das Profil der Altenpflege entscheiden.

**Inwieweit kann die Würde gesichert werden angesichts Ökonomisierung des Sozialen und der sich immer weiter öffnenden Schere zwischen unseren Ansprüchen an Wohlstand und den tatsächlichen Möglichkeiten? Und bis zu welchem Alter ist es überhaupt möglich, würdevollen Alltag zu realisieren?** Das Wesentliche für die Würde und die Lebensqualität sei menschlicher – nicht materieller Natur. Sich Zeit nehmen, um zuzuhören und herauszufinden, was der *andere* will – nicht, was *ich* will – koste kein Geld. Würde kenne kein Alter.

**Ist es leichter zu ertragen, älter zu werden, wenn man dessen Ende kennt – gar selbst bestimmen kann?** „Das Leben ist ein Geschenk“, so Hellmut Puschmann. Spannungen gehörten dazu und diese ließen sich nur bewältigen, indem man über Ängste und Beklemmungen mit Freunden und Vertrauten spricht.

**Wie begegnen wir dem digitalen Zeitalter im Alter? Werden wir durch unsere kognitiven und motorischen Einschränkungen nicht digital entmündigt?** Der erste Schritt sei, sich den neuen technischen Entwicklungen nicht per se zu verschließen. Die Industrie passe zudem die Produkte immer mehr an die besonderen Bedürfnisse von Seniorinnen und Senioren an. Man sollte die Scheu verlieren, Kinder und Enkelkinder in dieser Sache um Hilfe zu beten. Man lerne immer dazu, auch wenn man über 80 ist.

**Wird das Problem der DDR-Geschiedenen ausgesessen oder besteht Hoffnung? In den 90er Jahren wurde dieses Thema durch andere überdeckt.** Die Chancen, dass sich in dieser Angelegenheit noch etwas bewegen wird, seien nach Einschätzung der Podiumsteilnehmenden eher gering.

Für die Schlussrunde regte Eva Brackelmann ihre Gäste auf dem Podium zu einer persönlichen Reflexion an: „Was wünschen Sie sich persönlich für Ihr Alter?“ Selbstbestimmung nutzen zu können und auch zu wollen, Zufriedenheit und Fröhlichkeit, kein langes, sondern aktiv vorbereitetes Sterben und jemanden, der einen erkennt, sind Wünsche, die die Gäste wohl mit einem Großteil der stets aufmerksamen Teilnehmenden im Plenum teilen.

Das gemeinsame Singen von **„Dona nobis pacem“ – „Gib uns Deinen Frieden“** war der musikalische Abschied in den Abend. Danach gab es noch die Möglichkeit, mit den Gästen und anderen Teilnehmenden ins Gespräch zu kommen. Claudia Rücker verabschiedete sich vorher mit einem Gedicht, in dem es zum Schluss heißt:

„Wenn ihr eure Augen
aufmacht,
Schwestern,
so seht ihr nicht nur eine mürrische alte Frau.
Kommt näher, seht
mich!“

Die Augen aufmachen und sich einander ansehen, miteinander sprechen, einander zuhören, ist wohl eine der wichtigsten Bedingungen eines würdevollen Zusammenlebens – für Jung und Alt. Eine Veranstaltung dem Thema Würde im Alter zu widmen und einem breiten Publikum zu öffnen, bietet Raum, miteinander zu sprechen und sich zu begegnen und trägt somit der Gestaltung einer Gesellschaft bei, die sich den Themen ihrer eigenen Vielfalt öffnet und stellt.

**„Herr Deine Güte reicht so weit der Himmel ist" Der Jubilate-Chor sorgte für das musikalische Rahmenprogramm.**