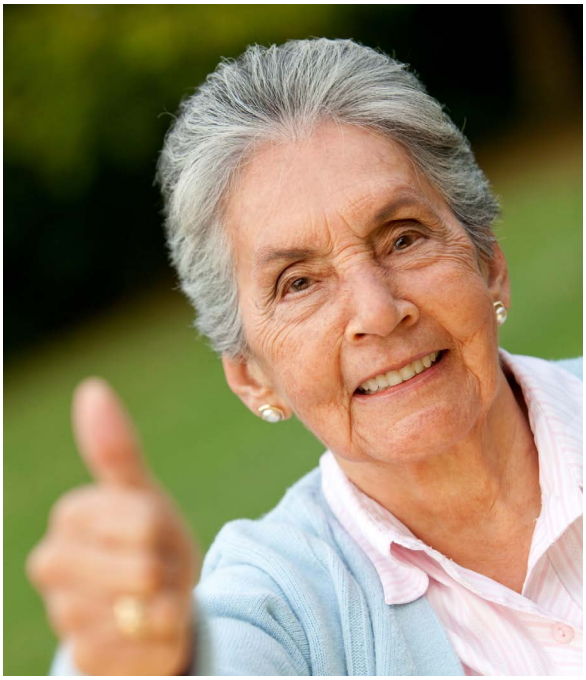
tafersalter

GEMEINDE TAFERS *...natürlich!*

Vorwort von Josef Cattilaz, Ammann

Die Gesellschaft ist einem dauernden Wandel ausgesetzt. Vor 20–30 Jahren war es fortschrittlich, ein Altersheim zu erstellen und zu betreiben. Weil die Bewohner älter und dadurch pflegebedürftiger werden, sind alle Altersheime in Pflegeheime umgewandelt worden. Für Selbständige und rüstige MitbewohnerInnen entsteht ein neues Bedürfnis, sowohl im Wohn- wie auch im gesellschaftlichen Bereich. Mit dem nun erarbeiteten Altersleitbild will der Gemeinderat sowohl Vorhandenes als auch Notwendiges aufzeigen, damit frühzeitig Massnahmen ergriffen werden können. Dies ist umso mehr notwendig, da von der Planung eines Projektes bis zur Realisierung viel Zeit benötigt wird. Das Altersleitbild wurde von einer kompetenten Arbeitsgruppe erarbeitet. Alle wichtigen Unterlagen und bereits gemachten Erfahrungen wurden einbezogen. Es gilt nun,



auf die Worte auch Taten folgen zu lassen. Und hier bin ich zuversichtlich, dass der Gemeinderat in der Tafers-Bevölkerung breite Unterstützung findet.

Mitglieder der Projektgruppe

Stöckli Markus, Gemeinderat
Dubi Margrit, Gemeinderätin
Jungo Hans, Pfarreirat
Meuwly Thérèse, Pflegefachfrau
Rauber Berthold, aktiver Rentner
Zumwald Rita, Administration

Auskunft und Kontaktstelle

Gemeindeverwaltung, 1712 Tafers,
026 494 80 10, www.tafers.ch

Impressum

Gestaltung/Layout	Barbara Andrey, Heitenried
Quelle Fotos	Dreamstime
Druck	Sensia AG, Düdingen
Herausgabe	Januar 2014

«Alt werden kann man nicht vermeiden. Alt sein kann man beeinflussen und gestalten.»

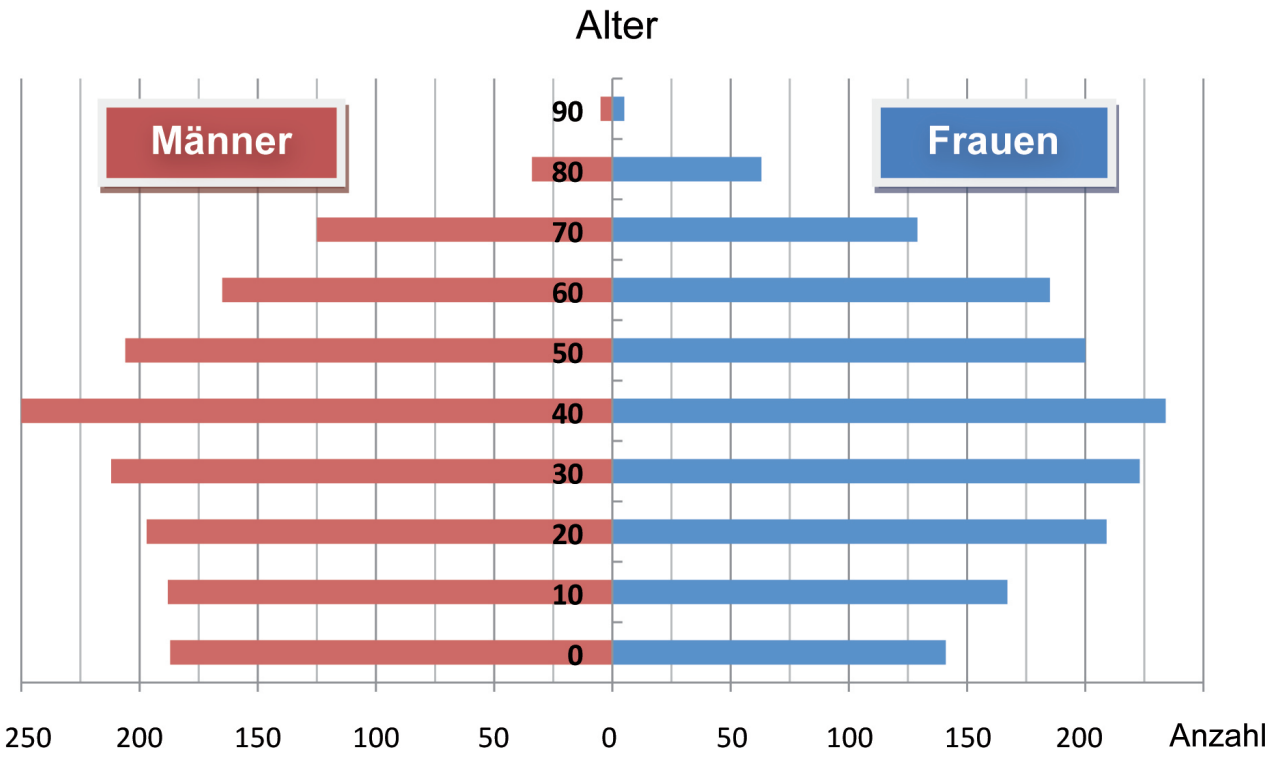
Clovis Défago, Präsident Senesuisse

Warum ein Altersleitbild?

Der Gemeinderat Tafers hat sich in den Legislaturzielen 2011 bis 2016 den Auftrag erteilt, durch Erarbeiten eines Altersleitbildes den absehbaren demografischen Wandel aktiv mitzugestalten.
Mittels Projektauftrag wurde eine fachlich und gesellschaftlich breit abgestützte Arbeitsgruppe auf den Weg geschickt. Die inhaltliche Arbeit der Spurgruppe wurde anlässlich eines Workshops ergänzt, zu dem Schlüsselpersonen aus der Gemeinde Tafers eingeladen wurden.
Im Bewusstsein, das Rad nicht neu erfinden zu müssen, hat sich die Kerngruppe aus erster Hand über die bestehenden Altersleitbilder der Gemeinden Bösingen und Düdingen informieren lassen.
Zudem wurde das Vernehmlassungsdokument zur kantonalen Altersstrategie Senior+ in die Diskussion miteinbezogen.
Ziel des Altersleitbildes soll sein, Vorhandenes aufzuzeigen, die Zukunft zu zeichnen und Massnahmen zu definieren, welche zu einer zukunftsorientierten Optimierung der Lebensqualität älterer Menschen beitragen.

Tafers gestaltet den demografischen Wandel aktiv mit.

Neue Ausgangslage
Bevölkerungspyramide Tafers (Stand 2013)



«30 Jahre später»…

Die ältere Bevölkerung wird im Vergleich zur jüngeren Generation überproportional anwachsen. Die Lebenserwartung ist dank Fortschritten in sozialen, hygienischen, medizinischen, gerontologischen und technischen Bereichen deutlich angestiegen. Gewonnene Lebensjahre bei guter Gesundheit bedeuten vielfach mehr Lebensqualität für ältere Menschen und sind gleichzeitig ein neuer Reichtum für die gesamte Gesellschaft. Die heutigen wie die künftigen Menschen über 60 Jahre sind generell gesünder, aktiver, besser informiert, gebildeter und (heraus)fordernder als frühere Rentnergenerationen. Trotz körperlicher und geistiger Zugeständnisse an das Alter steigt die persönliche Glückskurve vom Erwachsenenalter bis fast ans Ende des Lebens kontinuierlich an. Gelassenheit, Balance und Sinnsuche prägen die letzten Jahrzehnte eines langen Lebens.

Neue Perspektiven

Um die Chancen der neuen Ausgangslage zu nutzen, sind neue Perspektiven gefragt. Die günstigen Rahmenbedingungen sollen Menschen im Alter befähigen, ein eigenverantwortliches Leben zu führen und ihre angereicherten Ressourcen zu nutzen.

Erfahrungen und Fertigkeiten von älteren Menschen werden anerkannt und wertgeschätzt.

Bei pflegebedürftigen und abhängigen Menschen sind ihre speziellen Bedürfnisse und Lebenslagen in der Betreuungsarbeit zu berücksichtigen.

Pflegebedürftige und sterbende Menschen erfahren Solidarität und Würde.

Der Schlüssel für neue Perspektiven liegt in folgenden vier Begriffen: geschätzt – selbstbestimmt – beteiligt – generationengerecht.

Lebenslauf älterer Menschen

Im Lebenslauf älterer Menschen werden grundsätzlich vier Phasen unterschieden:

1. **Letzte Berufsphase und bevorstehende Pensionierung**
   Übergang in die nachberufliche Phase, Kinder sind ausgezogen, pflegende Angehörige, Konfrontation mit dem Altwerden
2. **Gesundes Rentenalter**
   Vitale Gesundheit, soziale Kompetenzen und finanzielle Möglichkeiten, Eigenständigkeit
3. **Fragiles Rentenalter**
   Behinderungen und Einschränkungen, Anpassen des Lebensrhythmus, Abhängigkeit von Teilunterstützung
4. **Alter mit Pflegebedürftigkeit**
   Selbständiges Leben nur mit Unterstützung auf Grund physischer oder psychischer Einschränkungen

Herausforderungen

Die alterspolitische Herausforderung auf Grund der Bevölkerungsentwicklung sowie neuer Perspektiven und veränderter Biografien wird mannigfaltig sein:

- Die Zahl der älteren Menschen wird markant ansteigen.
- Weniger Erwerbstätige werden mehr Unterstützung leisten müssen.
- Die Mobilität wird weiter zunehmen.
- Die individuellen Ansprüche an ein Leben im Alter steigen.
- Die Knappheit an Pflege- und Betreuungspersonal wird sich verschärfen.
- Die heutigen Sozialversicherungssysteme könnten ins Ungleichgewicht geraten.
- Das Bedürfnis nach sozialem Begegnungsraum wird wachsen.
- Neue Wohn- und Lebensformen werden an Bedeutung gewinnen usw.

Chancen

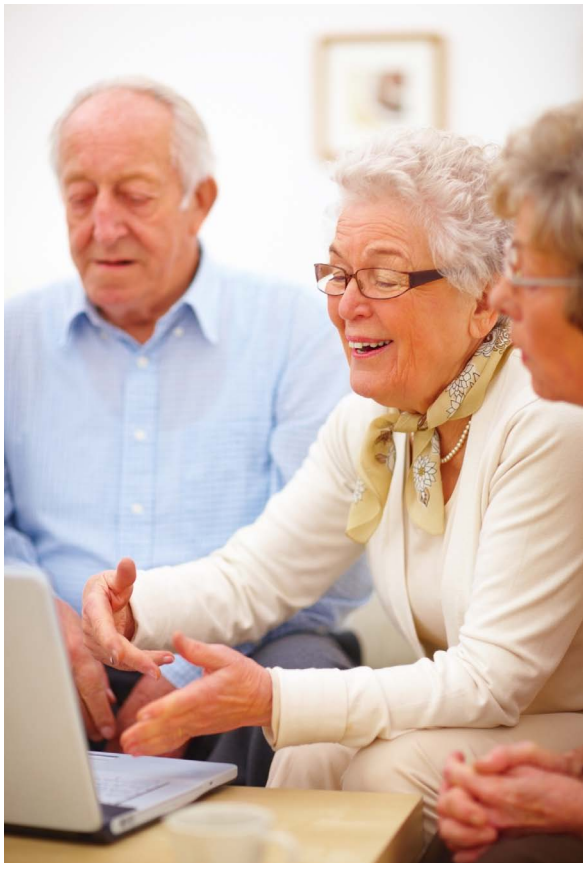
Die Aussichten auf ein längeres und gesundes Leben waren noch nie so gut wie heute. Das Leben im Alter beinhaltet optimierte Lebensqualität und neue Chancen wie:

- Reicher Schatz an Lebens- und Berufserfahrung sowie Wissen
- Mehr Zeit für sich selbst, seine Familie und Freunde
- Höheres Mass an Selbstbestimmung
- Freiräume für selbstgewählte Freiwilligenarbeit
- Genuss des erarbeiteten Wohlstandes
- Befreiung von gesellschaftlicher/arbeitstechnischer Fremdbestimmung
- Breite Weiterbildungsmöglichkeiten

Generelle Forderungen

Aus diesen Überlegungen leiten sich die generellen Forderungen für ältere Menschen an eine moderne und nachhaltige Alterspolitik für die Gemeinde Tafers ab:

- Förderung der Selbsthilfe, Respektieren der Eigenverantwortung und des Selbstbestimmungsrechts
- Unterstützung der Betroffenen in ihrer Selbstbestimmung
- Förderung der Lebensqualität
- Einsatz für altersgerechte Infrastrukturen und Wohnformen
- Gestaltung des öffentlichen Raums, der ältere Menschen zu Aktivitäten anregt
- Förderung der Solidarität unter den Generationen und Kulturen



- Unterstützung älterer Personen, um erworbene Fähigkeiten und Fertigkeiten in das gesellschaftliche Leben einzubringen
- Engagement für eine gute Information, breite Vernetzung und Koordination der Angebote an Dienstleistungen und Aktivitäten
- Betreutes und begleitetes Wohnen werden als neue Dienstleistung an Bedeutung gewinnen.

Themenkreise

Die Arbeitsgruppe hat sich vertieft mit vier Themenbereichen auseinandergesetzt:

- Soziale Kontakte
- Gesundheit
- Wohnen
- Mobilität und Verkehr

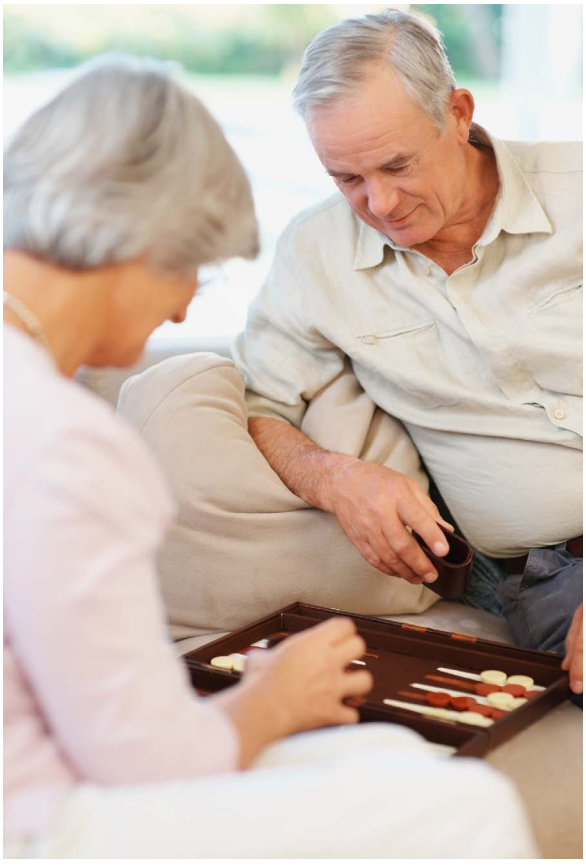
SOZIALE KONTAKTE

Tafers schafft Begegnungsraum und fördert den Zusammenhalt unter den Generationen und Kulturen.

Wer in Tafers Begegnung suchen will, findet dazu im öffentlichen und institutionellen Lebensraum gute Möglichkeiten. Tafers setzt auf eine generationenübergreifende Gesellschaft, in welcher alle Menschen zugehörig sind und wo dieser Gedanke der Inklusion mit Massnahmen und Hilfestellungen aktiv unterstützt wird.
Dabei werden die individuellen Ressourcen der Bevölkerung nach Möglichkeit genutzt. Besonders für die ältere Generation stehen diverse Tätigkeitsfelder zur Verfügung.

In Tafers gestalten ältere Menschen die Alterspolitik mit.

Ein engagiertes Gemeinschaftsleben mit über 60 Vereinen (KAB, Mütter- und Landfrauenverein, Turnverein usw.), diversen Institutionen (Pro Senectute, Spitex, Mahlzeitendienst, Rentnervereinigung, Vinzenzgemeinschaft usw.) oder örtlichen Organisationen (Zäme sy ù zäme staa, Besuchergruppe usw.) bereichern das Leben in Tafers auch für ältere Menschen und bieten Alternativen zu einer drohenden Vereinsamung.



Tafers fördert Angebote an Aktivitäten, die das soziale Leben erleichtern.

Die Fähigkeiten und Lebenserfahrung der älteren Generation zum Wohlergehen der Gesamtbevölkerung werden noch zu wenig genutzt. Zwar werden Einsätze in Freiwilligenarbeit über Gemeinde, Kirche und Organisationen angeboten, diese sind aber noch zu wenig bekannt.

Das Schaffen von zusätzlichem Begegnungsraum (Mittagstisch, Lese- und Musiknachmittage usw.) oder das Animieren zu weiteren Betätigungsfeldern muss künftig eine prioritäre Aufgabe sein. Verstärkte Information über das Mitteilungsblatt der Gemeinde (Seniorenseite) oder auf Einladung (Pensioniertenapéro) können Möglichkeiten zur Teilhabe aufzeigen.

In Tafers finden sich ältere Menschen im Angebot der Dienstleistungen und Aktivitäten gut zurecht.

Die Homepage des Gesundheitsnetzes Sense (www.gesundheitsnetz-sense.ch) mit Kontaktadressen an einer Vielfalt von regionalen Organisationen und Institutionen oder der Flyer der Rentnervereinigung mit Dienstleistungsangeboten bilden bereits gute Grundlagen. Die mannigfaltigen Angebote können noch besser publik gemacht, vernetzt und koordiniert werden.

GESUNDHEIT

Tafers fördert die Selbständigkeit der älteren Menschen durch gezielte Prävention sowie gesundheitsfördernde und -erhaltende Massnahmen.

Gesundheit ist ein Menschenrecht. Jeder Mensch ist grundsätzlich eigenverantwortlich für den Erhalt und die Wiederherstellung seiner Gesundheit. Gesundheitsvorsorge ist ein Dauerauftrag im Interesse der gesamten Bevölkerung. Tafers ist bestrebt, die verschiedenen Angebote und Dienstleistungen bekannt zu machen, zu koordinieren, erhalten, überprüfen und wenn möglich zu erweitern. Gemeindeübergreifende Massnahmen werden wenn nötig und nach Möglichkeit koordiniert.

Tafers fördert unterstützende Angebote für Menschen mit besonderen Bedürfnissen.

Wenn, bedingt durch verschiedene Ursachen, die Gesundheit nicht mehr oder nur ansatzweise aus eigener Kraft erhalten werden kann, stehen heute in der Gemeinde verschiedene Angebote zur Verfügung:

- Regionalspital
- Pflegeheime Maggenberg und St. Martin
- Hausarztpraxen
- Öffentliche und private Spitex
- Mahlzeitendienst
- Physio-/Ergotherapien
- Fitnessstudio
- Alternative Heilmethoden
- Angebote der Pro Senectute über gesundheitserhaltende Massnahmen
- Diabetesberatung
- Ernährungsberatung
- Wabe und viele andere

Tafers schafft zusammen mit Institutionen wie Heime, Spitex und Verbände Angebote und Dienstleistungen. Die Leistungen sind aufeinander abgestimmt.

Oftmals ist der Zugang zu den spezialisierten DienstleisterInnen ein Spiessrutenlauf. Der Gemeinde Tafers fällt die wichtige Aufgabe zu, anfragenden Personen die Angebote und Dienstleistungen der Pflegeeinrichtungen und medizinischen Versorgung aufzuzeigen und bei Erstkontakten zu unterstützen.

Die Versorgungsnetzwerke betreuen hilfs- und pflegebedürftige ältere Menschen bedarfsgerecht.

Analog zum eigenständigen Leben wird es künftig eine ganze Palette von Pflegeangeboten brauchen, die den individuellen Bedürfnissen gerecht werden.

WOHNEN

Wohnen ist eine wesentliche Voraussetzung für das Wohlbefinden im Alter.

In welcher Wohnform jemand lebt, wie sie oder er an der Gemeinschaft teilhaben kann und wie der Zugang zu Dienstleistungen ist – all das beeinflusst die Selbständigkeit und die Lebensqualität älterer Menschen. Sie wünschen sich in der Regel, solange wie möglich in der gewohnten Umgebung leben zu können. Einer absehbaren Vereinsamung wird hohe Beachtung geschenkt und nach Möglichkeit die Nachbarschaftshilfe gefördert.

Tafers anerkennt das zentrale Bedürfnis der älteren Menschen, möglichst lange in der eigenen, selbstgewählten Wohnform zu leben.

In Tafers stehen unterschiedliche Angebote zur Verfügung:

- Pflegeheime St. Martin und Maggenberg
- Alterswohnungen Vinzenzhaus
- Hindernisfreies Stockwerkeigentum (Säget, Maggenberg)
- Hindernisfreie Mietwohnungen (Dorfmatte, Maggenberg, Säget, Schlossmatte usw.).

Tafers engagiert sich für Wohnformen und Dienstleistungen, damit die Würde und Autonomie älterer Menschen gewahrt bleiben.

«Betreutes Wohnen» ist im Vinzenzhaus Tafers mit Anschluss an das Pflegeheim St. Martin im Ansatz vorhanden. Das Angebot richtet sich an Personen, welche mehrheitlich selbständig leben und wenig Pflege benötigen. Alltägliche Dienstleistungen können eingekauft werden:

- Mahlzeitendienst
- Notruftelefon
- Betreuung
- Reinigungsdienst
- Wäscheservice
- Wohnbegleitung usw.

Tafers fördert ein bedarfsgerechtes begleitetes und betreutes Wohnen.

In Tafers werden vermehrt bezahlbare betreute Alterswohnungen mit hindernisfreiem Zugang ins Dorf und Raum zur Gemeinschaftspflege benötigt. Das Gefühl von Nähe fängt Ängste auf und ein gemeinsamer Tisch fördert die soziale Einbindung. Die Wohnformen können unterschiedlich sein:

- Wohnungen mit Heimanschluss
- Betreute Alterswohngruppen
- Wohnen in Pflegefamilien
- Wohnen bei Angehörigen
- Generationenübergreifende Wohngruppen usw.

Im Dorfzentrum Tafers gibt es genügend Landreserven, wo altersgerechter Wohnraum entstehen kann.

MOBILITÄT UND VEKEHR

In Tafers sind Lebensräume alters-freundlich gestaltet.

Je mobiler Seniorinnen und Senioren sind und je altersgerechter Verkehrswege und Transportmittel gestaltet werden, desto besser und länger können ältere Menschen selbständig bleiben.
In Tafers sind die öffentlichen Gebäude sowie die Einkaufsgeschäfte gut und hindernisfrei erreichbar. Vielerorts stehen beschattete Parkbänke zum Ausruhen bereit:

- Schulhaus
- Dorfplatz
- Sportanlagen usw.

In der Umgebung laden gut unterhaltene Wege zu kürzeren oder längeren Spaziergängen ein:

- Maggenbergwald
- Galterntal
- Lamprat
- Juch usw.

Die Aussenquartiere sind mit Geh- und Radwegen erreichbar. Der öffentliche Raum ist gut beleuchtet.
Regionale Dienstleister wie Passe-Partout bieten ergänzende Transporte für ältere und gehbehinderte Menschen für Einkäufe, Arztbesuche oder Therapien an.

Tafers fördert die Mobilität und bietet ein gut ausgebautes Verkehrsnetz an, damit die eigene Selbständigkeit und Unabhängigkeit aufrecht erhalten werden kann.

Tafers liegt 5 km ausserhalb von Freiburg und verfügt über ein gut ausgebautes Verkehrsnetz. Die Anbindung an den öffentlichen Verkehr ist gut. Ab dem Busbahnhof im Dorfzentrum fahren regelmässige Bus-Verbindungen in alle vier Richtungen.

Der private Pendlerstrom durch Tafers nimmt stetig zu und führt zu einem hohen Verkehrsaufkommen. Ergänzende tpf-Kurse und eine Parkplatzbewirtschaftung im Dorf sind wichtige ortsplanerische Anliegen. Die Billetautomaten sind benutzerfreundlich zu gestalten und auf dem Dorfplatz sollte die Einrichtung eines «Taxistandes» geprüft werden.

Tafers unterstützt den Langsamverkehr (Fussgänger, Radfahrer usw.) und sorgt für hindernisfreie Zugänge.

Im Dorfzentrum und zu den Quartieren bieten Trottoirs Fussgängern die nötige Sicherheit. In der Nähe des Busbahnhofes sowie bei den umliegenden Haltestellen stehen Unterstände für Fahrräder zur Verfügung, um den Umstieg auf den ÖV zu ermöglichen.
Die Verkehrssicherheit am Knotenpunkt der Kantonalstrassen bzw. die Strassenquerungen

für den Langsamverkehr sowie gefährliche Verkehrssituationen (Kantonalbank, Post) müssen optimiert werden.

Zukunft

Das Leben von älteren Menschen in Tafers sowie ihre sich verändernden Kompetenzen und Ressourcen sollen gut beobachtet und aktiv begleitet werden. Um auf künftige Herausforderungen proaktiv Antworten zu finden, wird eine «Fachgruppe Alter» ins Leben gerufen und beauftragt, das vorliegende Altersleitbild regelmässig zu überprüfen und bei Bedarf zu aktualisieren. Das Altersleitbild soll – auch unter Einbezug der Bevölkerung – leben und zu anregenden Diskussionen und nachhaltiger Entwicklung führen

Massnahmenkatalog

Ein verbindlicher Massnahmenkatalog mit Priorisierung gilt als Hilfs- und Orientierungsmittel. Deren Umsetzung wird in der Fachgruppe vorbereitet. Die Kompetenzen zur Umsetzung in einem zeitlich begrenzten Rahmen liegen beim Gemeinderat. Unter dem Gesichtspunkt einer rollenden Planung muss der Massnahmenkatalog laufend überarbeitet und aktualisiert werden.