Städte des langen Lebens

Marita Gerwin, Martin Polenz

Unsere Gesellschaft befindet sich in einem historisch einmaligen Prozess des Älterwerdens. Nie zuvor lebten so viele Menschen in fortgeschrittenem Alter in unseren Städten und Gemeinden. Die sogenannte „fernere Lebenserwartung" gibt an, wie lang ein Mensch – statistisch gesehen – im Durchschnitt noch lebt, wenn er das 60. Lebensjahr vollendet hat. In Deutschland lag dieser Wert im Jahr 1910 bei etwa 13,5 Jahren (bei Frauen etwas höher, bei Männern etwas niedriger). Heute können sich 60-Jährige auf etwa 23 weitere Lebensjahre einstellen.

Die Forschung weist bereits seit vielen Jahren darauf hin, dass es sich bei den „Älteren" nicht um eine homogene Gruppe handelt, die einheitliche Entscheidungen trifft oder einen einheitlichen Lebensstil pflegt. Auch die körperlichen und geistigen Fähigkeiten unterscheiden sich bei Menschen eines Geburtsjahrgangs deutlich voneinander. Alter bedeutet Vielfalt. Vielfalt der Lebensentwürfe, der Kompetenzen, der Potenziale. Alter kann aber auch Einschränkungen, Erkrankungen und Verluste bedeuten.

Auf der lokalen Ebene werden die gesellschaftlichen Veränderungen konkret. Die eigene Nachbarschaft, das Quartier oder die Stadt sind die Orte, die als unmittelbare Lebensumgebung wahrgenommen werden. Hier entscheidet sich, wie die gewonnenen Jahre gelebt werden.

Gestaltungsaufgaben

Um unsere Städte zu „Städten des langen Lebens" weiterzuentwickeln, müssen wir sie gestalten und dabei der ganzen Bandbreite des Alters gerecht werden. Hier sind einerseits infrastrukturelle Anpassungen (Absenken von Bordsteinen, barrierearmer Wohnraum, Verkehrs- und Mobilitätskonzepte etc.) gefragt. Andererseits benötigen wir soziale Innovationen, die den sich ändernden Anforderungen gerecht werden.

Für eine älter werdende Gesellschaft ist Demenz zunehmend eine Herausforderung. Es besteht ein Zusammenhang zwischen dem Alter und dem Auftreten von Demenz-Erkrankungen. Je älter wir werden, desto wahrscheinlicher ist es, dass wir oder eines unserer Familienmitglieder mit einer Demenz leben werden. Auf der Suche nach der Stadt des langen und guten Lebens heißt die Frage also: Wie sehen Bedingungen aus, die es Menschen mit Demenz ermöglichen, ihr Leben nach ihren Vorstellungen und Wünschen zu leben?

Lange Zeit wurde die Herausforderung exklusiv von Fachleuten, etwa aus den Bereichen Medizin oder Pflege, verhandelt. Und es ist auch zwingend erforderlich, dass hier neue Antworten auf die Frage gefunden werden, wie eine gute und verlässliche Versorgung von Menschen mit Demenz organisiert werden kann. Das Zusammenspiel der unterschiedlichen beteiligten Professionen, Kostenträger und Dienstleister muss ineinandergreifen und aufeinander abgestimmt sein. Hier stehen wir in vielen Bereichen leider erst am Anfang.

Die gesellschaftliche Dimension des Themas ist aber größer. Menschen mit Demenz können nicht auf die demenzspezifischen Symptome reduziert werden. Wer mit einer Demenz lebt, pflegt Gewohnheiten, verfolgt Ziele, hegt Wünsche und hat Interessen. In all diesen Dingen unterscheiden sich Menschen mit und ohne Demenz nicht voneinander. Menschen mit Demenz benötigen allerdings für eine möglichst selbstständige Gestaltung des eigenen Lebens ein stützendes, ein sorgendes Umfeld.

Wer immer leidenschaftlich Musik gespielt hat, wird dies auch mit einer Demenz weiterhin tun wollen. Wer jedes Jahr verkleidet als Jeck in der fünften Jahreszeit den persönlichen Höhepunkt des Jahres erlebt hat, den wird der Karneval auch mit einer Demenz nicht loslassen.

„Demenzfreundlichkeit"

Was wir also brauchen, ist eine Umgebung, die es Menschen mit Demenz ermöglicht, ihre eigenen Ideen und Ziele so eigenständig und so weitgehend wie möglich zu verwirklichen. Hierzu benötigen wir eine sehr gute medizinische und pflegerische Versorgung, ein gutes Beratungsangebot und eine enge Abstimmung zwischen allen beteiligten Akteuren – beruflich wie bürgerschaftlich organisiert. Darüber hinaus aber benötigen wir eine lokale Atmosphäre, die deutlich macht: Menschen mit Demenz gehören dazu.

Diese Atmosphäre setzt sich zusammen aus einer sensibilisierten Umgebung, aus Nach-barn und Freunden, die über Hintergrundwissen zu Demenz verfügen. Dazu zählen Bekannte, die ohne falsche Scheu über das Thema Demenz sprechen können. Eine förderliche Atmosphäre führt auch dazu, dass Familien professionelle wie bürgerschaftliche Unterstützung von außen in Anspruch nehmen können, ohne skeptische Blicke von Freunden, Angehörigen oder Nachbarn fürchten zu müssen. Verfügbare Hilfen werden schneller genutzt, Familien spürbar entlastet.

Die Arnsberger Lern-Werkstadt Demenz

In der Stadt Arnsberg arbeiten seit vielen Jahren zahlreiche Partner aus allen Bereichen der Gesellschaft an dieser Aufgabe. Kindergärten und Schulen integrieren Lerninhalte zum Thema „Demenz" in ihren Alltag, Kooperationen zwischen Jugend- und Alteneinrichtungen entstehen, bürgerschaftlich Engagierte entwickeln neue Angebote für Menschen mit Demenz und ihre Familien. Durch Schulungen erwerben Bäckereien, Ordnungsamt, Banken oder Busfahrer Wissen und Sensibilität für den Umgang mit Menschen mit Demenz in Alltagssituationen.

Die unterschiedlichen Aktivitäten werden durch die „Fachstelle Zukunft Alter" der Stadt Arnsberg

Marita Gerwin, Martin Polenz

Die Autorin, der Autor
Marita Gerwin (Dipl.-Sozialpädagogin) und Martin Polenz (Dipl.-Geograf) leiten die Fachstelle Zukunft Alter der Stadt Arnsberg. Themenschwerpunkte der Fachstelle sind: Förderung des aktiven Alterns, Ermöglichung des lebensbegleitenden Lernens, Unterstützung von bürgerschaftlichem Engagement im Alter, Gesundheitsförderung, Berücksichtigung der Bedürfnisse älterer Menschen in der städtischen Entwicklung, Förderung der Chancengleichheit, Anregung von Kooperationen zwischen verschiedenen Partnern und Förderung der Solidarität und Zusammenarbeit zwischen den Generationen.

koordiniert und zusammengeführt. Über die Jahre entstand so ein großes Netzwerk aus unterschiedlichen Partnern, deren zentraler Knotenpunkt diese kommunale Stelle ist.

Ziel dieser Bemühungen ist es, neue Allianzen zu bilden, Wissen und Einstellungen in der Bevölkerung zu beeinflussen, damit Menschen mit Demenz in ihrem Alltag auf ein verständnisvolles Umfeld vertrauen können, aber auch, damit betroffene Familien möglichst früh Hilfe und Beratung von außen in Anspruch nehmen und sich ohne falsche Scham helfen lassen.

Der Begriff „Lern-Werkstadt" macht deutlich, dass Arnsberg sich als lernende, sich entwickelnde Stadt versteht, die Wege hin zu einer Stadt des langen und guten Lebens erkundet. Insofern ist die „Lern-Werkstadt Demenz" ein Beispiel für die Gestaltbarkeit des demografischen Wandels auf der lokalen Ebene.

Die wichtigsten Ergebnisse aus der Arnsberger Lern-Werkstadt Demenz sind in das gleichnamige Handbuch für Kommunen eingegangen: http://www.projekt-demenz-arnsberg.de/handbuch.

arnsberg

Fachstelle Zukunft Alter

Dazugehören