



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung

iDEEN
INNOVATION
WACHSTUM
Die Hightech-Strategie für Deutschland



Jedes
Alter
zählt
Die Demografiestrategie
der Bundesregierung

Forschung für mich – Forschung mit mir

Ergebnisse der Senioren-Werkstattgespräche zur Forschungsagenda der Bundesregierung für den demografischen Wandel „Das Alter hat Zukunft“



HIGHTECH-STRATEGIE

Impressum

Herausgeber

Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF)
Referat Demografischer Wandel; Mensch-Technik-Kooperation
53170 Bonn

Bestellungen

schriftlich an den Herausgeber

Postfach 30 02 35

53182 Bonn

oder

Tel.: 01805 - 262 302

Fax: 01805 - 262 303

(Festnetzpreis 14 ct/min, höchstens 42 ct/min aus Mobilfunknetzen)

E-Mail: books@bmbf.bund.de

Internet: <http://www.bmbf.de>

Text und Redaktion

VDI/VDE-IT

Gestaltung

VDI/VDE-IT, André E. Zeich

Druck

Druckerei Thiel Gruppe, Ludwigsfelde

Berlin, Bonn Mai 2012

Bildnachweis

VDI/VDE-IT, fotolia und Saarbahn GmbH



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung



Jedes
Alter
zählt
Die Demografiestrategie
der Bundesregierung

Forschung für mich – Forschung mit mir

Ergebnisse der Senioren-Werkstattgespräche zur Forschungsagenda der
Bundesregierung für den demografischen Wandel „Das Alter hat Zukunft“

Vorwort



Deutschland gestaltet den demografischen Wandel. Im November 2011 hat das Bundeskabinett die Forschungsagenda der Bundesregierung für den demografischen Wandel „Das Alter hat Zukunft“ beschlossen. Mit ihr bündelt die Bundesregierung die Forschungsprogramme der Ressorts und richtet sie konsequent auf die Herausforderungen und Chancen des demografischen Wandels aus. Damit treiben wir die Entwicklung neuer Lösungen, Produkte und Dienstleistungen voran, welche die Lebensqualität und gesellschaftliche Teilhabe älterer Menschen verbessern und so allen Generationen zugutekommen. Die Forschungsagenda ist Teil der am 25. April 2012 vom Kabinett verabschiedeten Demografiestrategie „Jedes Alter zählt“. Diese identifiziert Handlungsfelder, Ziele und Maßnahmen und macht Vorschläge, wie Deutschland künftig die Chancen und Potenziale des demografischen Wandels nutzen kann, um Wachstum und Wohlstand langfristig zu sichern.

Für passgenaue Lösungen ist es wichtig, die Seniorinnen und Senioren von Anfang an mit einzubeziehen. Unter dem Motto „Forschung für mich – Forschung mit mir“ hat das Bundesministerium für Bildung und Forschung deshalb im Frühjahr 2012 „Senioren-Werkstattgespräche“ durchgeführt, um durch den Dialog mit der älteren Generation direkte Rückmeldungen, neue Ideen und wegweisende Impulse für altersgerechte Innovationen zu erhalten. In Leipzig, Bonn, Ulm und Lüneburg waren Seniorinnen und Senioren eingeladen, sich direkt einzubringen. Das Engagement war beeindruckend und ermutigend.

Die vorliegende Broschüre fasst die Ergebnisse der Werkstattgespräche zusammen. Sie liefert einen wertvollen Ideenpool für alle, die sich mit der Frage nach der erfolgreichen Gestaltung einer Gesellschaft des längeren Lebens befassen. Unser ausdrücklicher Dank geht an die Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V., die als kompetente Partnerin mitwirkte, sowie an alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Werkstattgespräche. Durch ihr großes Interesse, die Zukunft aktiv mit zu gestalten, haben sie maßgeblich zum Erfolg der Werkstattgespräche beigetragen.

Bundesministerin für Bildung und Forschung

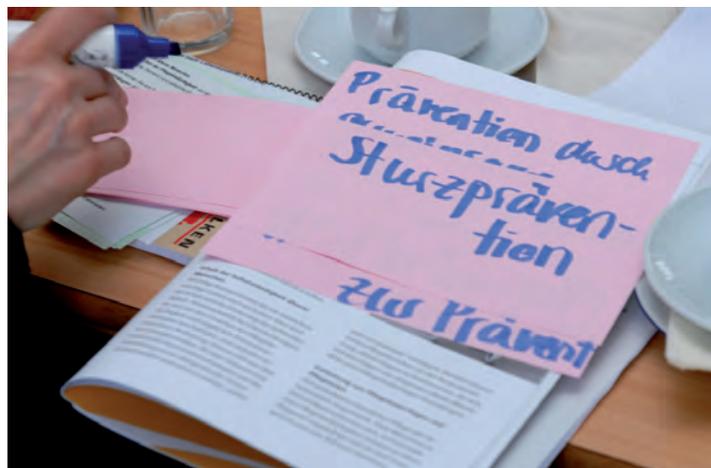
Inhalt

Format der Senioren-Werkstattgespräche	3
Wie sehen wir uns selbst? Wie sieht uns die Gesellschaft?.....	5
Wie können wir unsere Kompetenzen einbringen?	9
Wie bleiben wir körperlich und geistig gesund?	13
Wie können wir an der Gesellschaft teilhaben?.....	17
Was brauchen wir, um gut zu wohnen?	21
Wie bekommen wir gute Pflege, wenn es nicht mehr geht?	25
Ausblick.....	29
Anhang.....	31

Format der Senioren-Werkstattgespräche

„Forschung für mich – Forschung mit mir“ war das Motto, unter dem Seniorinnen und Senioren aus verschiedenen Regionen Deutschlands die Inhalte der Forschungsagenda der Bundesregierung für den demografischen Wandel „Das Alter hat Zukunft“ in den Senioren-Werkstattgesprächen diskutierten. In Abstimmung mit der BAGSO (Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e. V.) wurden mit Lüneburg, Ulm, Leipzig und Bonn vier repräsentative Städte in Nord-, Süd-, Ost- und Westdeutschland ausgewählt.

Um einen intensiven Austausch in den Werkstattgesprächen zu ermöglichen, war die Teilnehmerzahl auf rund 20 Personen pro Veranstaltung begrenzt. Auch wurden pro Gespräch und Standort jeweils nur vier der sechs Felder der Forschungsagenda (Grundsatzfragen, Kompetenzen, Gesundheit, Teilhabe, Wohnen und Pflege) behandelt.



So konnte intensiv auf die Themen eingegangen – und dennoch am Ende der Veranstaltungsserie jedes Forschungsfeld mindestens zwei Mal diskutiert werden.

Jede Veranstaltung begann in großer Runde mit einer inhaltlichen Vorstellung der Forschungsagenda sowie einer gemeinsamen Diskussion der Teilnehmerinnen und Teil-

Terminkalender

	10. Februar 2012	24. Februar 2012	05. März 2012	13. März 2012
Workshop „Grundsatzfragen“	Leipzig	Bonn	Ulm	Lüneburg
Workshop „Kompetenzen“		Bonn	Ulm	Lüneburg
Workshop „Gesundheit“	Leipzig			Lüneburg
Workshop „Teilhabe“		Bonn	Ulm	Lüneburg
Workshop „Wohnen“	Leipzig		Ulm	
Workshop „Pflege“	Leipzig	Bonn		



nehmer zu Grundsatzfragen einer Gesellschaft des längeren Lebens. Im Mittelpunkt standen die Fragen, wie sich die Älteren selbst sehen und wie die Gesellschaft die älteren Menschen sieht. Jeder Teilnehmende konnte dazu auf Karten typisierende Worte für sein Lebensgefühl im Alter aufschreiben, die anschließend von den Moderatorinnen vorgestellt und gemeinsam diskutiert wurden.

Danach wurde in Workshops in kleinen Gruppen jeweils eines der Themen der Forschungsagenda intensiv diskutiert. Das angewandte Format der „Welt-Cafés“ eignet sich hervorragend, um mit bereits vorhandenem Wissen neue Ideen und Konzepte zu entwickeln.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer wurden dazu in drei Gruppen eingeteilt, die zu Beginn jeweils für eine Stunde intensiv an einem Thema der Forschungsagenda (Kompetenzen, Gesundheit, Teilhabe, Wohnen oder Pflege) arbeiteten. Danach wechselten

die Gruppen zu einem anderen Thema. Die erarbeiteten Ergebnisse wurden wie im ersten Workshop auf Moderationskarten festgehalten und an der Pinnwand ergänzt.

In den folgenden Kapiteln werden die in den Workshops erarbeiteten Inhalte zusammengefasst sowie zentrale Ergebnisse und Zitate der Teilnehmerinnen und Teilnehmer dokumentiert.

Wie sehen wir uns selbst? Wie sieht uns die Gesellschaft?

Zusammenfassung des Forschungsfeldes „Grundsatzfragen einer Gesellschaft des längeren Lebens“ aus der Forschungsagenda „Das Alter hat Zukunft“

Der Anteil der Seniorinnen und Senioren an der Gesamtbevölkerung wächst. Zugleich ändert sich das Altersbild. Ältere Menschen sind heute oft vitaler als noch vor wenigen Jahrzehnten.

Im Mittelpunkt des Forschungsfeldes steht die Frage, was diese Entwicklungen für die Gesellschaft und für den Einzelnen bedeuten. Eine älter werdende Gesellschaft wird anders organisiert sein als die heutige. Sie eröffnet neue Perspektiven und Chancen – in sozialer, kultureller und individueller Hinsicht.

Wie können wir diese Chancen nutzen? Wie muss der Gesellschaftsvertrag gestaltet werden, damit Generationengerechtigkeit, gesellschaftlicher Zusammenhalt und Wohlstand auch in Zukunft erhalten bleiben?



„Als ich jung war, konnte ich mir das Alter nicht vorstellen. Aber jetzt ist mir klar: Es ist mein Leben!“

Keine Altersgruppe gilt in ihren Lebensformen, Bedürfnissen und Ressourcen als so vielfältig wie diejenige jenseits von 60 Jahren. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Werkstattgespräche an allen vier Standorten beschreiben sich selbst als agil und engagiert. Aber sie wiesen auch darauf hin, dass das Leben vieler anderer älterer Menschen nicht so privilegiert ist.

Insofern kann nach Gesprächen mit knapp einhundert Seniorinnen und Senioren hier

zwar keine statistisch relevante Aussage über die Generation der Älteren getroffen werden. Es wird jedoch ein durchaus repräsentativer Blick auf diese Gruppe der engagierten Älteren gewährt. Durch ausgeübte Funktionen, zum Beispiel in Seniorenverbänden, besteht hier zudem ein hohes soziales Gewissen und Bewusstsein für ältere Menschen, die nicht sozial eingebunden beziehungsweise benachteiligt sind, durch Isolation, Krankheit oder schlechte infrastrukturelle Anbindung. Darum haben sich alle vier

Gruppen immer auch als Sprachrohr für alle Seniorinnen und Senioren verstanden.



„Ich fühle mich nicht alt“ – Positives Selbstbild aller Teilnehmenden

Bei den Teilnehmerinnen und Teilnehmern herrschte ein klares, überaus positives und reflektiertes Selbstbild der Generation der Älteren. Von althergebrachten Altersbildern, die unter anderem von Krankheit, Schwäche, Inaktivität und Ruhestand geprägt sind, distanzierten sich die Teilnehmenden einheitlich und deutlich. Vielmehr werden das Alter und das Altern als eine Lebensphase nach dem Berufsleben wahrgenommen, in der es wieder Freiheit, Zeit und Energie für Taten gibt. Gesellschaftliches Engagement, Sport, lebenslanges Lernen und Geselligkeit nehmen einen großen Raum in der ausgefüllten Freizeit ein.

Kleinere gesundheitliche Einschränkungen, aber auch schwerere Krankheiten, die ärztlich kontrolliert und behandelt werden, sind kein Auslöser für gesellschaftlichen Rückzug. Gerade auch die psychische Gesundheit und geistige Aktivitäten werden von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern als wesentliche Faktoren für Vitalität und Lebensfreude gesehen. Mobilität in allen Facetten wurde immer als zentrales Thema genannt. Auch bei altersbedingten Einschränkungen müsse die Möglichkeit der Teilhabe berücksichtigt werden.



„Die Alten kosten nur Geld und sind eine Belastung“ – Negatives Außenbild der Gesellschaft

So einheitlich positiv das Selbstbild der Generation der Älteren im Workshop ausfällt, so negativ wird das Außenbild – der Blick der Gesellschaft auf die Älteren – von vielen wahrgenommen: hauptsächlich als Kosten-

verursacher und schwaches Element. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer attestieren, dass die Potenziale und der Tatendrang der älteren Generation nicht genug erkannt, abgefragt und genutzt werden. Der gesellschaftliche Dialog zwischen den Generationen, insbesondere mit den Jüngeren, fehlt oft, und das trotz familiärer generationenübergreifender Kontakte. Darum wird von den Teilnehmenden ein revidiertes, modernes und damit zeitgemäßes Altersbild als wesentliche Aufgabe der Politik erachtet.



Inge Schmidt:

„Mich ärgert unglaublich, dass Menschen über 80 oft nicht mehr ernst genommen werden. Sie werden abgespeist statt betreut.“

Nein zu einer Neiddebatte auf beiden Seiten

Im Laufe der Diskussionen wurde immer wieder ein konstruktiver Dialog eingefordert, bei dem sich die Gesellschaft von überholten Altersbildern verabschieden müsse. Aber auch die ältere Generation sei dazu aufgerufen, sich nicht altgedienter Klischees



Herbert Schmidt:

„Wir haben mal eine Fachtagung organisiert, bei der noch ein paar Fragen offen waren. Die Verantwortliche dafür war um die 50 und hat in unserem Beisein zum Telefon gegriffen, um die Sache zu regeln. Sie hat das Telefonat mit den Worten ‚Hier sitzen zwei Alte‘ eingeleitet.“

über „die Jüngeren“ zu bedienen. Ein bloßes gegeneinander Abwägen zum Beispiel von Lebensarbeitszeit und Urlaubstagen heute und damals wurde als nicht förderlich beurteilt.

Im Gegenteil: Der Austausch, die Begegnung und Aktion zwischen den Generationen werden von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern als wesentlich erachtet. Die Älteren wollen als gleichberechtigte Partner der Gesellschaft agieren und das explizit ohne Konkurrenz unter den Generationen. Es herrscht der Eindruck vor, dass nicht so recht klar ist, wie mit den „fitten Alten“ umgegangen werden soll. Die Seniorinnen und Senioren sehen weit mehr Potenziale als „Enkelhüten“, die sie in die Gesellschaft einbringen können, und wollen nicht auf eine ökonomisch oder politisch interessante Zielgruppe – auf Konsumenten und Wähler – reduziert werden.

Nuancen im Altersbild – Pluspunkte für den ländlichen Raum

In eher ländlich geprägten Gebieten mit kleinstädtischen Strukturen wird in der Diskussion das Außenbild auf die ältere Generation als weniger negativ beschrieben. Als Grund werden die engeren sozialen Beziehungen und Netzwerke genannt, in denen sich die Vertreterinnen und Vertreter aller Altersgruppen stetig begegnen. Auch eine dauerhaft entspannte Situation auf dem Arbeitsmarkt trägt zu einem weniger kompetitiven Verhältnis zwischen den Generationen bei und bringt eine tendenziell positivere Außensicht mit sich.

Weitere Facetten für ein modernes Altersbild

Mehrmals angesprochen in den Workshops wurde auch die Berücksichtigung der wachsenden Gruppe der Älteren bei der Programmplanung der Medien. Gerade gesellschaftlich relevante informative Sendungen, so wurde in mehreren Gesprächen bemängelt, würden häufig auf späte, nicht seniorenfreundliche Sendezeiten gelegt. Ebenso wurde mehrmals ein breiteres mediales Angebot für Seniorinnen und Senioren im Bereich Mode angesprochen. Ein Aspekt, der einem moderneren Altersbild auch in der Außendarstellung dienen könne.

Ergebnisse der Workshops „Grundsatzfragen“ im Überblick

Positives Selbstbild:

Es besteht ein überaus positives und reflektiertes Selbstbild der „Generation 60+“.

Negative Außensicht:

Der Blick der Gesellschaft auf die Älteren wird überwiegend als negativ – als Kostenverursacher und schwaches Element – wahrgenommen.

Neiddebatte vermeiden:

Der Austausch und die Begegnung zwischen den Generationen wird als wesentlich erachtet. Die Älteren wollen als gleichberechtigte Partner der Gesellschaft

agieren und das explizit ohne Konkurrenz unter den Generationen.

Potenzial der Älteren für die Gesellschaft nutzen:

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sehen viele Fähigkeiten, die sie in die Gesellschaft einbringen können. Diese werden aber ihrer Ansicht nach nicht genügend genutzt.

Weitere Plattformen für ein modernes Altersbild:

Über die Medien soll ein modernes Altersbild transportiert werden.

Wie können wir unsere Kompetenzen einbringen?

Zusammenfassung des Forschungsfeldes „Kompetenzen und Erfahrungen älterer Menschen für Wirtschaft und Gesell- schaft nutzen“ aus der Forschungsagen- da „Das Alter hat Zukunft“

Was muss getan werden, damit sich ältere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Beruf wohlfühlen und ihre volle Leistungskraft zeigen können? Wie können wir ihren Schatz an Lebenserfahrung zum Wohle aller in der Gesellschaft nutzen? Der engagierte Einsatz erfahrener Arbeitskräfte kann möglichen Produktivitätsverlusten und einem demografisch bedingten Rückgang des Bruttoinlandsproduktes entgegenwirken.

Dazu bedarf es neuer Lernkonzepte, denn ältere Menschen lernen anders als junge. Mit elektronischen Lernsystemen können hier maßgeschneiderte Angebote gemacht werden. Erforscht werden sollen auch technische Assistenzsysteme, die als „Fähigkeitsverstärker“ ältere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter bei ihren Aufgaben unterstützen.

Wissenschaftliche Untersuchungen zeigen, dass altersgemischte Teams ein Erfolgsfaktor im Wettbewerb sein können.



„Ich arbeite wirklich gerne und halte mich auf dem Laufenden. Auch als Rentnerin will ich geistig fit sein.“

Ein Ziel dieses Forschungsfeldes ist deshalb, Konzepte für ein demografieorientiertes Personalmanagement für alle Altersstufen zu entwickeln. So kann die Gesellschaft des längeren Lebens ihre unternehmerische Innovationsfähigkeit erhalten und eine höhere Erwerbsbeteiligung Älterer unterstützen.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Senioren-Werkstattgespräche möchten ihre Kompetenzen auch nach dem aktiven Arbeitsleben einbringen. Viele engagieren sich dafür im Ehrenamt. Manche wären an einer Teilzeitbeschäftigung interessiert, die aber besonders in qualifizierten Tätigkeiten schwer zu finden ist. Insgesamt gibt es nach Ansicht der Betroffenen beim Übergang

von der Arbeit in die Rente noch viele Verbesserungsmöglichkeiten, nicht zuletzt im Zeitmanagement.

Wie die Älteren sich geistig fit halten

In der Vielfalt der genannten Möglichkeiten, sich geistig fit zu halten, unterscheiden sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer nicht von Jüngeren: Lehrtätigkeiten

nachgehen, Artikel schreiben, Fotografieren lernen, Zeitung lesen, Vereinsarbeit organisieren, Ahnenforschung betreiben oder Musik machen sind nur einige der genannten Aktivitäten. Am beliebtesten aber ist die Interaktion mit anderen, sehr gern auch mit Jüngeren.



Wolfgang von Berg:

„Virtuelle Klassenräume funktionieren für Ältere ganz hervorragend. Sie sind zuhause mit dem Kopfhörer vor dem PC und lernen live und online. Trotzdem ist die Gruppe dabei, das ist ein wesentliches Element beim Lernen.“

Wer ehrenamtlich tätig ist – und warum

Fast alle Teilnehmenden, die im Alter ehrenamtlich arbeiten, haben das bereits während ihres Arbeitslebens getan. Allgemein herrschte die Einschätzung vor, dass es eher selten sei, dass jemand erst im Ruhestand mit dem Ehrenamt beginnt. Die Gestaltung der ehrenamtlichen Tätigkeiten nach dem Berufsleben sei ein Spiegel dessen: Wer früher aktiv war, ist es auch noch heute. Manche der Teilnehmerinnen und Teilnehmer ziehen den Begriff „bürgerschaftliches En-

gagement“ dem Ehrenamt vor, weil es dabei nicht um „Ehre“ gehen würde. Die größten Anreize für bürgerschaftliches Engagement sind zum einen die damit verbundene gesellschaftliche Anerkennung, aber auch die Befriedigung durch die sinnvolle Tätigkeit, der Spaß daran und die Freude am Erreichten.

Herausforderungen für Ältere im Arbeitsleben

Eingefahrene Verhaltensweisen, ein schlechtes Kurzzeitgedächtnis, körperliche Einschränkungen beispielsweise beim Hören: Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind sich ihrer Grenzen sehr wohl bewusst. Auch die Komplexität im Arbeitsleben und die kontinuierlichen Innovationen werden in den Workshops als Herausforderung gesehen. Vieles davon kann jedoch mit organisatorischen oder technischen Lösungen kompensiert werden: Ältere Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer haben einen großen Erfahrungsschatz, mit dem Fehler vermieden werden können.

Ob dieses Wissen abgerufen wird, hängt entscheidend davon ab, wie wertschätzend die Kultur in der jeweiligen Firma ist. Wo Vorgesetzte von oben nach unten entscheiden und viel Bürokratie herrscht, wird oft auch der Erfahrungsschatz der Älteren nicht genutzt, so die Erfahrung der Teilnehmenden. Das führt zu Frustration und innerer Kündigung schon vor der Zeit des tatsächlichen Ruhestands. Technik wird von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern als Chance gesehen, bei geistigen, aber vor allem auch körperlichen Einschränkungen adäquat unterstützt zu werden. Diese technische Assistenz soll aber den älteren Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern nicht alles abnehmen, damit diese sich nicht unterfordert fühlen.



Irmgard Bernartz:

„Ich bin freiwillig mit 60 in Altersteilzeit gegangen und dann mit 63 in Rente. Die erste Zeit fühlte ich mich permanent unterfordert.“

Vorteile Älterer im Arbeitsleben

Netzwerke, langer Atem, Verständnis der Zusammenhänge, Verlässlichkeit, Pünktlichkeit, Gelassenheit, soziale Kompetenz: Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer kennen auch ihre Vorteile im Arbeitsleben sehr genau. Entscheidend ist eine wertschätzende Kultur, dann können sie diese Vorteile zum Wohle der Firma voll ausspielen: Ältere Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer sehen sich nicht mehr als Konkurrenten, sondern unterstützen die anderen Teammitglieder. Laut den Ergebnissen aus den Workshops können sie jüngere Kolleginnen und Kollegen effizient einarbeiten und beraten. Sie haben eine große „Trickkiste“, um schwierige Situationen zu meistern. Sie haben den Überblick, können ausgleichen und Ruhe verbreiten. Schließlich kann ihre Erfahrung in altersgemischten Teams genutzt werden. Im Ruhestand soll der Ansatz von sogenannten „Patenschaften“ ausgebaut werden. Dabei lernen pensionierte Spezialistinnen und Spezialisten junge Kolleginnen und Kollegen an, und geben ihr Wissen weiter.

Früher Ruhestand oder längeres Arbeiten?

Stress, Eintönigkeit, Arbeitsverdichtung und wenig Kontakt zu den Kolleginnen und Kollegen werden in den Workshops als Gründe genannt, früher mit der Arbeit aufzuhören. Wem die Arbeit allerdings Spaß gemacht hat – und das war bei den meisten Teilnehmerinnen und Teilnehmern der Fall – hätte gern länger gearbeitet. Die Berufsarbeit wurde und wird als sehr wichtig für das eigene Selbstwertgefühl eingeschätzt. Es gibt einen breiten Konsens der Seniorinnen und Senioren darüber, dass der Wert von Arbeit gesellschaftlich besser geschätzt und gewürdigt werden muss.



Joachim Mohr:

„Ich habe in der chemischen Industrie gearbeitet. Weil ich im Außendienst war und gute Umsätze machte, konnte ich bis über 60 bleiben. Doch die meisten wurden schon mit 55 in Rente geschickt, die galten als zu alt. Da kannst du dich mit Händen und Füßen wehren, doch es hat nichts gebracht.“

Gestaltung des Übergangs von der Arbeit in den Ruhestand

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer wünschen sich hier sehr eindeutig Veränderungen. Der derzeitige abrupte Übergang von

100 Prozent Arbeit auf 100 Prozent Ruhestand wird als nicht optimal angesehen. Stattdessen sollte die Altersteilzeit eine echte Teilzeit sein, mit einem sanften Übergang vom Beruf in den Ruhestand. Auch finanzielle Fragen spielen hier eine wichtige Rolle, weil es sich momentan kaum lohne, im Ruhestand noch zu arbeiten. Das müsse geändert werden, wünschen sich die Seniorinnen und Senioren.

Die Sicht der Älteren auf den Fachkräftemangel

Wer aus eigener Sicht zu früh und unfreiwillig pensioniert wurde, hat eine überwiegend kritische Einstellung zum Fachkräftemangel. Würden alle demografischen Ressourcen in Deutschland genutzt, so die Teilnehmerin-

nen und Teilnehmer, könnte der Fachkräftemangel weitgehend entschärft werden. Auch hier kommt in den Workshops immer wieder eine deutlich zu spürende Bitterkeit zum Vorschein, dass die Arbeit der Älteren nicht ausreichend gewürdigt und geschätzt wird. Die Beschäftigungschancen älterer Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer werden generell als schlecht beurteilt. Dass der Einsatz Älterer im Berufsleben erwünscht sei, wird von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern als „Lippenbekenntnis“ eingestuft. In diesem Zusammenhang wird der aktuelle und zukünftige Fachkräftemangel als eine Folge falscher Personalentscheidungen in der Vergangenheit betrachtet.

Ergebnisse der Workshops „Kompetenzen“ im Überblick

Investitionen in geistige Fitness:

Den Älteren ist klar, dass sie selbst gefordert sind, sich geistig fit zu halten. Sie tun das mit einer Vielzahl unterschiedlicher Methoden.

Bürgerschaftliches Engagement sehr beliebt:

Viele der Älteren engagieren sich und ziehen daraus Bestätigung und Wertschätzung. Allerdings sind oft diejenigen im Einsatz, die bereits im Berufsleben aktiv waren.

Stärken bekannt, aber auch die Schwächen:

Seniorinnen und Senioren wissen sehr genau um ihre Stärken und Schwächen – und haben Wege gefunden, ersteres auszuspielen und letzteres zu kompensieren.

Mit Technik Einschränkungen kompensieren:

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können sich unterstützende Technik beim Wissensmanagement oder beim Lernen vorstellen. Bedarf für „Kraftunterstützung“ sehen sie eher bei körperlich anstrengenden Berufen.

Länger arbeiten:

Viele mussten früher aufhören, als sie wollten. Dies wird als Verschwendung wertvoller Ressourcen im demografischen Wandel gesehen.

Übergang in den Ruhestand:

Alles-oder-nichts-Lösungen werden abgelehnt. Gefordert werden mehr Flexibilität und Teilzeitarangements.

Wie bleiben wir körperlich und geistig gesund?

Zusammenfassung des Forschungsfeldes „Älter werden bei guter Gesundheit“ aus der Forschungsagenda „Das Alter hat Zukunft“

Was lässt uns altern? Was fördert unsere Gesundheit lebenslang? Welche neuen Behandlungen speziell für ältere Menschen wird es geben? Das sind einige der Fragen, die in diesem Forschungsfeld beantwortet werden sollen. Die Grundlage dafür ist das „Rahmenprogramm Gesundheitsforschung“ der Bundesregierung vom Dezember 2010.

Ziel ist es, die Mechanismen des Alterns zu erforschen. Zusätzlich zu dieser Grundlagenforschung geht es darum, innovative Medizinprodukte und Behandlungsansätze zu entwickeln. Dabei soll besonders auf Mehrfacherkrankungen und Wechselwirkungen von Medikamenten geachtet werden.

Mobile Diagnostik- und telemedizinische Unterstützungssysteme bieten älteren Patientinnen und Patienten die Möglichkeit einer komfortableren Gesundheitsvorsorge

Viele Ältere haben bereits gesundheitliche Beeinträchtigungen, bestätigte die Diskussion der Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Die eigene Gesundheit wird deshalb mit zunehmendem Alter bewusster wahrgenommen.

In den Werkstattgesprächen kristallisierte sich ein sehr weitgehender Gesundheitsbegriff heraus, der eine Vielzahl von Faktoren umfasst. Zusätzlich zur körperlichen Verfassung spielen auch „weiche“ Merkmale wie



„Gesundheit ist mir wichtig. Daher achte ich auf viel Bewegung und gute Ernährung. Wenn ich trotzdem krank werde, hoffe ich auf die Fortschritte in der Medizin.“

im häuslichen Umfeld. Ein weiteres wichtiges Feld ist die Entwicklung, Erprobung und Evaluation neuer Präventionsmaßnahmen sowie noch besserer Gesundheitsangebote für Ältere.

die psychische Zufriedenheit und das soziale Umfeld eine Rolle.

Wann ist jemand gesund?

Die Definition, wann jemand gesund ist, ist für Ältere schwieriger als für Jüngere. Viele der Seniorinnen und Senioren haben bereits einige Krankheiten hinter sich und sind teilweise auch chronisch krank. Für letztere Gruppe ist Gesundheit die Abwesenheit von Schmerzen.



Dieter Körner:

„Unsere Generation hat Glück gehabt. Wir sind gut abgesichert, und die medizinische Versorgung ist weit besser als früher.“

Wie bleibe ich gesund?

Bei der Antwort auf diese Frage zeichnete sich unter den Teilnehmerinnen und Teilnehmern ein sehr umfassender Gesundheitsbegriff ab, der weit über das körperliche Wohlbefinden hinausgeht. Spontan genannt wurden die aktive Teilhabe an familiären Belangen und am öffentlichen Leben, persönliche Kontakte, Kommunikation und das Engagement für andere – also vorwiegend psychosoziale Faktoren. Hinzu kommen die klassischen gesundheitserhaltenden Maßnahmen wie Sport, Bewegung sowie eine gesunde und ausgewogene Ernährung.

Gesundheit ist relativ und individuell

Immer wieder kamen die Gesprächsteilnehmerinnen und -teilnehmer auf die Grundüberzeugung zurück, dass positives Denken und die persönliche Zufriedenheit für die körperliche Gesundheit wichtig sind. Sie übernehmen damit eine sehr weit gehende eigene Verantwortung für ihre Gesundheit. Dazu gehört auch das Bewusstsein, dass man im

Alter nur selten hundertprozentig gesund ist und die Einschränkungen des Alters akzeptieren müsse.



Michael Wendelin:

„Nach meiner Erfahrung ist es der psychische Faktor, der die Gesundheit am meisten beeinflusst. Schön ist es, zu singen und aktiv zu musizieren. Auch Hobbys machen und halten gesund.“

Prävention und Information

Die Bedeutung von Prävention wird von allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern gesehen, doch dieses Wissen wird nicht immer in Handeln umgesetzt. Als Beispiele werden die Hausarzt-Vorsorge, der regelmäßige Gang zum Zahnarzt und die Einstellung auf neue Medikamente genannt. Intelligente Assistenzsysteme, beispielsweise zum Blutdruckmessen via Computer, sind noch weitgehend unbekannt. Konträr diskutiert wurde in den Workshops, wie sinnvoll es ist, so viel wie nur möglich über die eigenen Gesundheitswerte zu wissen. Etliche Teilnehmerinnen und Teilnehmer waren der Auffassung, dass zu viel Wissen auch beunruhigen kann. Manche Krankheit müsse man einfach auch akzeptieren.

Typische altersbedingte Erkrankungen

Als wichtigste altersbedingte Einschränkungen werden Erkrankungen des Bewegungsapparates (vor allem Gelenke) und der Verlust der Sinne (Hören, Sehen, Gleichgewicht) in den Workshops genannt. Diese verursachen bei den Teilnehmerinnen und Teilnehmern große Verunsicherungen, weiterhin uneingeschränkt an der Gesellschaft teilzuhaben.

Herz-Kreislaufkrankungen und Diabetes sind ebenfalls weit verbreitet, werden aber als kontrollier- und gut beeinflussbar angesehen. Einen noch immer schicksalshaften Nimbus haben bei den Seniorinnen und Senioren Krebs- und Demenzerkrankungen wie Alzheimer. Als sehr relevant werden auch Depressionen eingeschätzt.



Jens-Peter Hecht:

„Ich hätte kein Problem damit, wenn in einem ländlichen Gebiet eine gut ausgebildete Krankenschwester die Erstversorgung macht und das mit Telemedizin unterstützt wird.“



Irene Kollakowski:

„Was nutzt es, den Beipackzettel für Medikamente erst zuhause zu lesen? Dieser sollte vorher vom Arzt erklärt werden. Denn vieles ist zu kompliziert, wissenschaftlich oder viel zu klein geschrieben.“

Aspekte des Gesundheitssystems

Während Prävention und allgemeine Gesundheitsvorsorge in der Verantwortung jedes Einzelnen verortet werden, sehen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer die Diagnostik und die Auswahl einer geeigneten Therapie im Krankheitsfall als Aufgabe des Hausarztes oder Facharztes. Gewünscht wird ein Hausarzt, der noch Zeit für ein ausführliches Gespräch hat. Manchen Seniorinnen und Senioren erscheint die Verteilung unter den Ärzten fragwürdig, weil es gefühlt zu viele Fachärzte und zu wenige Haus- und Landärzte gibt. Vereinzelt wurde in den Workshops auch die Frage gestellt, ob alle Patientinnen und Patienten immer die bestmöglichen Medikamente und Therapien bekommen. Für die Seniorinnen und Senioren ist oft nicht ersichtlich, wer welche finanziellen Vorteile im Gesundheitssystem hat.

Telemedizin: Eine gute Alternative in ländlichen Gebieten

Neue Behandlungsmethoden wie Telemedizin werden von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern positiv gewertet. Kaum einer hatte bereits damit zu tun, viele können sich den Einsatz jedoch gut vorstellen. Insbesondere gilt das im ländlichen Raum, wo bereits jetzt ein klarer Mangel an Ärztinnen und Ärzten konstatiert wird. Dass besonders geschulte Krankenschwestern oder Pflegekräfte hier einen Teil der Aufgaben von Ärzten übernehmen, wird vielfach begrüßt.

Für meine Gesundheit bin ich auch selbst verantwortlich

Die persönliche Verantwortlichkeit für die eigene Gesundheit wurde in den Werkstattgesprächen sehr deutlich herausgestrichen. Gesund zu sein und zu bleiben, wird als Voraussetzung für eine aktive Teilhabe am Leben gesehen.

Ergebnisse der Workshops „Gesundheit“ im Überblick**Weiter Gesundheitsbegriff:**

Gesundheit ist relativ und individuell. Für die Gesunderhaltung werden vor allem psychosoziale Faktoren genannt. Die Bereitschaft, für die eigene Gesundheit selbst Verantwortung zu übernehmen, ist groß.

Prävention fördern:

Auch im höheren Alter ist Prävention noch sinnvoll. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer waren der Ansicht, dass dieses Wissen noch nicht genügend verbreitet ist.

Krankheit akzeptieren:

Weit verbreitete Krankheiten wie Arthrose oder Bluthochdruck werden im Alter fast als „normal“ akzeptiert.

Kritik am Gesundheitssystem:

Landärzte fehlen, hausärztliche Versorgung sollte gestärkt werden. IGEL-Leistungen werden als fragwürdig empfunden. Gefühlte Zwei-Klassen-Medizin ist ein Thema.

Telemedizin:

Überwiegend positive Haltung gegenüber Telemedizin. Auch die Aufwertung der Krankenschwester als Ausgleich für fehlende Ärzte wird meist akzeptiert.

Angst vor dem Verlust der Sinne:

Befürchtet wird, dass andere das merken und dann ausnutzen könnten. Die stärkere Angst betrifft den Verlust des Sehens, weil beim Hören einiges machbar ist.

Wie können wir an der Gesellschaft teilhaben?

Zusammenfassung des Forschungsfeldes „Gesellschaftliche Teilhabe: Mobil und in Verbindung bleiben“ aus der Forschungsagenda „Das Alter hat Zukunft“

Welche technischen Hilfsmittel halten Ältere länger mobil? Wie muss der öffentliche Nahverkehr verändert werden, damit ihn Menschen mit körperlichen Einschränkungen weiter nutzen können? Mobilität darf keine Frage des Alters sein. Genauso wichtig wie der Zugang zu lebenswichtigen Einrichtungen sind Kontakt und Austausch mit den Mitmenschen.

Deshalb werden in diesem Forschungsfeld moderne Informations- und Kommunikationstechnologien ebenso gefördert wie personalisierte Navigationssysteme. Es geht um intelligente und barrierefreie Mobilitätsangebote und -infrastrukturen. Sie müssen auf die spezifischen Bedürfnisse älterer Menschen zugeschnitten, leistungsfähig und bezahlbar sein.

Im Individualverkehr sind Assistenzsysteme im Auto denkbar und bei Bussen



„Ob zum Einkaufen, zum Arzt
oder in den Urlaub: Ich möchte noch lange
so aktiv und mobil sein!“

eine flexible Kombination aus Linienverkehr und auf individuelle Bedarfe angepasstem Rufbus-System. Technische Assistenzsysteme und Tele-Dienste können darüber hinaus die persönliche Kommunikation erleichtern.

Um von A nach B zu kommen greifen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer nach wie vor bevorzugt auf die eigenen Autos zurück. Würden die Angebote im öffentlichen Nahverkehr noch seniorengerecht verbessert, wäre er für Ältere ebenfalls sehr attraktiv. Großes Interesse finden die neuen Medien, um in Verbindung zu bleiben: Skype zum Telefonieren oder das Internet zum Einkaufen werden längst im Alltag genutzt.

Mit dem eigenen Auto mobil bleiben

Fast alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer fahren noch selbst Auto. Der eigene PKW ermöglicht Freiheit – und er wird als sicherer als die meisten anderen Transportmittel gesehen. Dafür werden auch die höheren Kosten in Kauf genommen. Offen sind die Älteren für regelmäßiges Fahrtraining, wenn es generationenunabhängig angeboten beziehungsweise verlangt wird. Technische Hilfsmittel im

Auto wie Einparkhilfen, Abstandshalter, automatische Bremssysteme, Navigationsgeräte oder Rückfahrkameras kommen gut an. Die Seniorinnen und Senioren sind auch gerne bereit, andere mitzunehmen und beispielsweise Fahrgemeinschaften für diejenigen zu bilden, die nicht mehr so mobil sind.

Mobilitätskette. Der Anschluss von der Haltestation zur eigenen Wohnung muss gesichert sein – entweder durch kurze Fußwege, Taxis, Sammeltaxis oder andere mobile Rufsysteme, so die Seniorinnen und Senioren.

Wenn der Fahrkartenautomaten zu sprechen beginnt

Die Workshops ergaben, dass die Nutzung des öffentlichen Nahverkehrs eine Reihe von Problemen aufwirft. Es beginnt beim Zugang: Bahnhöfe und Haltestationen sind teilweise nicht barrierefrei, der ebenerdige Einstieg fehlt, und die Beschriftung in den Zügen ist schwer lesbar. Ein ständiges Ärgernis sind die Fahrkartenautomaten, die nicht standardisiert und schwer zu bedienen sind. Abhilfe könnten hier Geräte mit automatischer Sprachausgabe schaffen, so die Teilnehmerinnen und Teilnehmer.



Horst Helbich:

„40 Bus- und Nahverkehrsbetriebe haben sich hier zusammengerauft, um eine Fahrkarte für die ganze Region anzubieten. Damit kommt man richtig weit und kann schöne Ausflüge unternehmen. Das beflügelt die Abenteuerlust, schon wenn ich an den Benzinpreis denke.“

Busse und Bahnen: Gut in der Stadt, schlecht auf dem Land

Grundsätzlich ist der öffentliche Nahverkehr bei den Teilnehmerinnen und Teilnehmern beliebt. Vor allem in der Stadt wird er durchaus als Alternative zum Auto gesehen, zumal die lästige Parkplatzsuche unterbleiben kann. Auf dem Land ist die Nutzung weit schwieriger, weil Busse und Bahnen deutlich seltener fahren. Zu gewissen Zeiten wie nachts, am Wochenende oder in den Schulferien ist das Angebot noch weiter ausgedünnt. Entscheidend ist aber in jedem Fall eine nahtlose



Helga Schulte in den Bäumen:

„Die Fahrkartenautomaten sind viel zu kompliziert. Schlecht ist auch, dass es keinerlei Hinweise auf Spartarife gibt. Warum können die Automaten nicht einfach mit mir reden, es gibt doch schon gute Spracherkennungssysteme?“

Weiter geht es mit dem Fahrplan und der Taktung: Im ländlichen Gebiet ist dieser oft eingeschränkt, im städtischen Gebiet ist die Taktung nach 20 Uhr häufig schlecht. So fahren in den Schulferien in vielen Regionen deutlich weniger Busse. Ein Problem ist auch das fehlende Sicherheitsgefühl auf verlassenen Bahnhöfen und in leeren Waggons. Viele Seniorinnen und Senioren würden sich dafür ein spezielles Sicherheitstraining wünschen.

Weiter in die weite Welt ziehen

Auch die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Senioren-Werkstattgespräche verreisen gern. Doch sie ärgern sich, wenn die Akustik auf den Bahnhöfen so schlecht ist, dass sie die Ansagen nicht verstehen können. Und sie wünschen sich mehr preiswerte Angebote, sowohl bei der Deutschen Bahn als auch bei Flugreisen. Als positiv werden Verkehrsverbünde angesehen, bei denen Seniorinnen und Senioren mit nur einem Ticket auch über die eigene Region hinaus verreisen können. Im Ausland, so das Ergebnis der Workshops, sind Übersetzungshilfen erwünscht und werden als mindestens gleichrangig zu realen Übersetzern angesehen.

Über das Internet in Verbindung bleiben

Das Internet wird bereits von vielen Teilnehmerinnen und Teilnehmern genutzt, um sich zu informieren und in immer stärkerem Maße auch zum Einkaufen. Dazu werden bislang noch keine mobilen Endgeräte, sondern im Regelfall der PC eingesetzt. Wenn die Kinder weit entfernt oder im Ausland wohnen, ist das Telefonieren via Skype inzwischen für einige Seniorinnen und Senioren ziemlich normal. Kennen sich die Betroffenen, kommunizieren sie auch gern per E-Mail. Die Seniorinnen und Senioren bevorzugen jedoch nach wie vor das Telefon und vor allem den persönlichen Kon-

takt. Soziale Netzwerke wie Facebook werden dementsprechend von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern mit gehöriger Skepsis gesehen. Sie erscheinen ihnen nicht sicher genug. Ein digitales soziales Netzwerk für das unmittelbare Wohnquartier fand mehr Anklang in den Workshops: Gegebenenfalls könnte man sich darüber spontan verabreden oder neue Bekannte kennenlernen.



Eleonore Klein:

„Ein Navigationsgerät für Fußgänger fände ich wunderbar, am besten eines, das mit mir spricht.“

Neue Technik nutzen

Noch haben nur wenige Ältere sie ausprobiert, doch Elektro-Fahrräder rufen großes Interesse bei Teilnehmerinnen und Teilnehmern der Senioren-Werkstattgespräche hervor. Auch Navigationsgeräte für Fußgänger werden als sehr praktisches technisches Hilfsmittel eingestuft, vor allem in fremden Umgebungen oder Städten. Gegebenenfalls könnten intelligente Mietsysteme eingerichtet werden, um Älteren die Nutzung derartiger neuer Technik zu ermöglichen.



Gisela Menke:

„In Kleinstädten fühlt sich der Einzelne viel besser aufgehoben. Ich betreue einen Seniorenverein in sozial schwierigen Verhältnissen. Die fühlen sich trotzdem nicht so allein gelassen, weil das Umfeld noch menschlicher ist.“

Zentrale Orte für gesellschaftliche Teilhabe

Wenn Seniorinnen und Senioren sich treffen, ist es unbedingt notwendig, dass diese Orte auch mit dem öffentlichen Nahverkehr erreichbar sind. Besonders im ländlichen Raum wirft das oft große Probleme auf, weil sich die Infrastruktur nur auf den größten Ort der Region konzentriert, so die Einschätzung aus den Workshops. Hier bieten sich ehrenamtliches Engagement wie ein Einkaufsbus oder Fahrgemeinschaften an. Öffentliche Dienstleistungen, aber auch die Services der Post und von Banken sollten an zentralen, gut erreichbaren Orten angesiedelt sein, so die Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

Ergebnisse der Workshops „Teilhabe“ im Überblick

Auto am beliebtesten:

Bevorzugtes Transportmittel der Seniorinnen und Senioren ist der eigene Pkw, weil er Freiheit bedeutet.

Öffentlicher Nahverkehr ausbaufähig:

Busse und Bahnen sind in der Stadt eine gute Alternative. Auf dem Land werden sie deutlich seltener genutzt.

Probleme mit Bus und Bahn:

Stationen sind teilweise nicht barrierefrei, Taktungen gerade abends oft zu lang und nahtlose Mobilitätsketten zur eigenen Wohnung sind nicht immer gewährleistet.

Technik, die begeistert:

Im Bereich der Mobilität wird Technik gut angenommen, wenn sie offensichtlichen Nutzen bringt. Das gilt beispielsweise für Assistenzsysteme im Auto, aber auch Navigationsgeräte für Fußgänger.

Internet als Kommunikationsmittel:

Im Internet wird bereits recherchiert und eingekauft. E-Mails sind Standard, Skype nur teilweise. Soziale Netzwerke über das Internet gelten als unsicher, könnten aber vor allem im nachbarschaftlichen Umgang Potenzial haben.

Was brauchen wir, um gut zu wohnen?

Zusammenfassung des Forschungsfeldes „Sicher und unabhängig wohnen“ aus der Forschungsagenda „Das Alter hat Zukunft“

Wie muss die eigene Wohnung gestaltet sein, damit wir möglichst lange dort leben können und uns sicher fühlen? Wie werden Alt und Jung künftig auf dem Land und in der Stadt zusammenleben? Im Mittelpunkt dieses Forschungsfeldes stehen Produkte und Dienstleistungen, die von älteren Menschen uneingeschränkt genutzt werden können: Von der Wohnungseinrichtung über die Unterstützung bei Tätigkeiten des täglichen Lebens bis zum sicheren Bewegen in der Wohnumgebung und im Wohnquartier.

Das können beispielsweise hochentwickelte technische Systeme sein, die der Personenerkennung dienen, als Erinnerungshilfe agieren oder eine sichere Sturzerkennung ermöglichen. Durch ein Zusammenspiel mit haushaltsnahen Dienstleistungen sollen Bewohnerinnen und Bewohner befähigt werden, solange wie möglich zuhause wohnen zu bleiben.



„In meiner vertrauten Umgebung fühle ich mich am wohlsten. Ich will so lange wie möglich zuhause leben.“

Erforscht werden die Rahmenbedingungen für optimale städtische Quartiere als lebenswerter Raum für Alt und Jung. Und es geht um Strategien für ländlich strukturierte, zum Teil stark schrumpfende Regionen. Ziel ist ein nachbarschaftliches „Tür an Tür“.

Mit zunehmendem Alter ändern sich die Bedürfnisse und Anforderungen an Wohnung und Wohnumfeld. In den Senioren-Werkstattgesprächen wurde deutlich: Ältere Menschen haben ganz konkrete Vorstellungen vom idealen altersgerechten Wohnen. Neben der ergonomischen Gestaltung sind dabei auch „weiche“ Faktoren wie eine funktionierende Nachbarschaft ganz wesentlich. Übergeordnet steht immer die Forderung nach der Finanzierbarkeit.

Jeder möchte in seiner Wohnung alt werden

Auch wenn sich der Wunsch nicht bei allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern erfüllen lassen wird, wurde sehr deutlich: Wenn möglich, möchte jeder in seiner jetzigen Wohnung alt werden. Umzüge im Alter werden nur dann in Betracht gezogen, wenn alle anderen Möglichkeiten wie die Inanspruchnahme diverser Dienstleistungen, Umbauten und der Einsatz von Technik ausgereizt wurden.



Dorothea Durka:

„Ich wohne am Hang in einem Reihenhaus mit zwei Treppen. Da kann ich nicht bis an mein Lebensende bleiben.“

Anforderungen an die Wohnung

Jeder möchte sicher wohnen. Im Alter wird dies noch wichtiger: Einerseits wissen Ältere um die Verletzungsgefahren in einer Wohnung. Andererseits haben sie ein noch höheres Sicherheitsbedürfnis, da viele allein leben. Alles, was das Leben in der eigenen Wohnung in diesen Aspekten sicherer macht, findet deshalb bei den Teilnehmerinnen und Teilnehmern der Workshops großes Interesse. Nur wenige der Seniorinnen und Senioren gaben an, bereits in barrierefreien Wohnungen zu leben. Es herrscht aber eine klare Vorstellung bei den Teilnehmenden davon, was alles geändert werden muss, um die eigenen vier Wände altersgerecht zu gestalten.

Technik und Ergonomie für sicheres Wohnen im Alter

„Alles-aus-Schalter“, Hausnotruf, Rauchmelder, Spion in der Haustür oder Nachtlicht: Sicherheit ist in einer altersgerechten Woh-

nung für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ein prominentes Thema. Typischen Gefahrensituationen älterer Bewohnerinnen und Bewohner soll zudem durch eine ergonomisch-altersgerechte Gestaltung vorgebeugt werden: erhöhte Toilettensitze, Haltegriffe, Doppelhandläufe im Treppenhaus, in angemessener Höhe angebrachte Steckdosen, leichtgängige Fenster- und Türgriffe und schwellenlose Balkone sind wichtige Anforderungen an eine Wohnung, die auch im hohen Alter ein selbstständiges Leben in den eigenen vier Wänden ermöglichen soll. Der Einsatz von Technik wird dabei von den Seniorinnen und Senioren nicht bedingungslos akzeptiert. Geräte müssen einfach zu bedienen sein. Zu viele Funktionen werden als verwirrend empfunden.



Irene Kollakowski:

„Es wird künftig dringend notwendig, dem Sicherheitsbedürfnis Älterer verstärkt Rechnung zu tragen. Im Wohnbereich heißt das zum Beispiel eine bessere Überwachung der Hauseingänge.“

Altersgerechtes Bauen als Aufgabe der Wohnungswirtschaft

Bei vielen Vermietern vermissen die Seniorinnen und Senioren das Bewusstsein,

altersgerecht zu bauen oder zu sanieren. Die notwendige Zustimmung des Vermieters zu entsprechenden Maßnahmen gestaltet sich oft problematisch. Die Wohnungswirtschaft als zentraler Akteur soll im demografischen Wandel aktiver werden, so der Wunsch der Teilnehmerinnen und Teilnehmer.



Horst Helbich:

„Wir sind dabei, in unserem Ort einen Einkaufsservice zu organisieren. Wer die anderen fährt, wird dann über den Gemeindeverbund versichert.“

Wesentlich ist auch das soziale und infrastrukturelle Umfeld

Der zwischenmenschliche Kontakt und der Austausch zwischen den Generationen werden in den Workshops als wesentlich angesehen. Nachbarschaftshilfe und Initiativen, die zur Gemeinschaft mobilisieren und älteren Menschen aus ihrer Isolation verhelfen, sollen verstärkt auf die Beine gestellt werden, so die Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Hier wird einstimmig ein großer Bedarf gesehen. Dabei wird bei allen Projekten eine professionelle Betreuung beziehungsweise Moderation als wesentlich erachtet, da Zusammenhalt nicht beliebig und allein durch örtliche



Irmgard Gruner:

„Wenn sich jemand in seiner Wohnung verkriecht und vereinsamt, kann eigentlich nur der Nachbar helfen und ein Signal geben. Erst dann haben Ehrenamtliche die Chance, Kontakt aufzunehmen.“

Nähe entsteht.

Wesentlich für altersgerechtes Wohnen ist zudem ein Umfeld der kurzen Wege, das speziell die ältere Klientel berücksichtigt. Dies schließt die ärztliche Versorgung, Nahversorger wie Obst- und Gemüsehändler, aber auch Dienstleistungen wie Hausmeister- und Reinigungstätigkeiten und Mitfahrmöglichkeiten ein, so das Ergebnis der Workshops.

Mehrgenerationen-Wohnen mit der eigenen Familie ist für einige Teilnehmerinnen und Teilnehmer zwar denkbar, wird aber nur selten umgesetzt. Mit „Fremden“ können sich nur wenige Seniorinnen und Senioren das Zusammenleben vorstellen.

Autonomie und Unabhängigkeit so lange wie möglich – Hilfe wenn nötig

Insgesamt ergibt sich aus den Workshops auch im Bereich Wohnen der Befund, dass die Älteren so lange wie nur irgend möglich selbstständig bleiben wollen und auf indivi-

duelle Lösungen setzen. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind bereit, sich bei zunehmenden körperlichen Einschränkungen im Rahmen ihrer Möglichkeiten selbst um adäquate technische und soziale Unterstützung zu kümmern. Sie erwarten aber auch

Engagement für altersgerechtes Wohnen beziehungsweise Umbauen von der Wohnungswirtschaft. Über die Wohnung hinaus wünschen sich die Seniorinnen und Senioren mehr Initiativen für Ältere im Quartier.



Ergebnisse der Workshops „Wohnen“ im Überblick

Eigenständigkeit erhalten:

Jeder möchte so lange wie möglich in der eigenen Wohnung bleiben. Umzüge sind unbeliebt. Wenn sie gemacht werden, dann um sich zu verkleinern – oder um in ein Pflegeheim oder betreutes Wohnen zu ziehen.

Mehrgenerationen-Wohnen:

Hier ergibt sich ein uneinheitliches Bild in den Workshops. Während sich die Einen ein Zusammenleben mit „Fremden“ durchaus vorstellen könnten, lehnen die Anderen dies strikt ab und könnten sich, wenn überhaupt, Mehrgenerationen-Wohnen nur mit der eigenen Familie vorstellen.

Niederschwellige Dienstleistungen:

Werden aktuell eher selten in Anspruch genommen. Das hat zum einen mit den dadurch entstehenden Kosten zu tun, zum anderen aber auch mit dem Wunsch, so lange wie möglich autonom agieren zu können.

Anforderungen an die Wohnung:

Sehr begehrt ist alles, was das Wohnen sicherer macht – sowohl in der Wohnung, als auch im Wohnumfeld.

Technik als Hilfe zum selbstbestimmten Leben:

Viele Neuentwicklungen sind noch unbekannt. Es gibt keine generelle Ablehnung.

Wie bekommen wir gute Pflege, wenn es nicht mehr geht?

Zusammenfassung des Forschungsfeldes „Mit guter Pflege zu mehr Lebens- qualität“ aus der Forschungsagenda „Das Alter hat Zukunft“

Wie können wir bei der stark steigenden Zahl von Pflegebedürftigen in Zukunft eine optimale Betreuung sichern? Mit welchen technischen Konzepten können wir Pflegekräfte und Angehörige entlasten?

Wichtige Komponenten für ein menschenwürdiges Leben im Alter sind der Erhalt und die Förderung der Selbstständigkeit. Neue Versorgungskonzepte sollten den Grundsatz „ambulant vor stationär“ verfolgen. Erforscht werden sollen Innovationen, mit denen Pflegemaßnahmen erleichtert werden können, beispielsweise durch die Integration von neu- und weiterentwickelten Systemen zur automatischen Notfallerkennung oder zur intelligenten Medikamentendosierung.

Oberstes Gebot der gesamten Pflege- und Versorgungsforschung ist die Achtung der menschlichen Würde, Integrität und Privatsphäre. Die Bedürfnisse von Demenzkranken und die Weiterentwicklung der palliativen Versorgung müssen besonders

Viele der Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind oder waren in ihrem persönlichen Umfeld bereits mit der Aufgabe konfrontiert, Familienmitglieder oder Freunde zu pflegen. Für ihre eigene Pflege haben die Seniorinnen und Senioren deshalb klare Wünsche. So wird etwa der Grundsatz „ambulant vor stationär“ uneingeschränkt unterstützt. Auch die häusliche Pflege steht ganz oben



„So gut wie früher geht es leider nicht mehr. Aber ich mache das Beste daraus und freue mich über jeden kleinen Fortschritt.“

berücksichtigt werden. Mit einer modernen Pflegeforschung soll die Wissensbasis gestärkt werden. Ein effizientes und hochwertiges Versorgungssystem braucht den schnellen Transfer von wissenschaftlichen Erkenntnissen und Innovationen in die Praxis.

auf der Agenda. Zentraler Aspekt der Workshops war der Erhalt der Selbstständigkeit älterer Menschen in der Pflegesituation.

Pflege in Zeiten weit verstreuter Familien

Was früher selten war, ist heute laut den Teilnehmerinnen und Teilnehmern der Normalfall: Die einzelnen Familienmitglieder leben räumlich getrennt. Und es ist auch nicht



Brigitte Reinhold:

„Es gibt einen sehr starken Wunsch, sich so lange wie möglich zuhause pflegen zu lassen. Wenn jemand aber schnell einen Heimplatz braucht, hat er oft ein großes Problem. Es wäre wichtig, den Menschen die Angst vor dem Pflegeheim zu nehmen.“

mehr die Norm, dass sich einzelne Familienmitglieder zur Pflege der anderen verpflichtet fühlen. Beide Faktoren führen zu einer großen Unsicherheit bei den Seniorinnen und Senioren, wie sie selbst später gepflegt werden.

Aufklärung im Pflegefall

Tritt ein Pflegefall ein, muss in kurzer Zeit sehr viel organisiert werden. Hier wünschen sich die Betroffenen mehr und besser zugängliche Informationen und eine umfassende Pflegeberatung. Das gilt für die unterschiedlichen Möglichkeiten der Pflege zuhause, im Heim oder in anderen Formen. So fragen sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Senioren-Werkstattgespräche: Was passiert, wenn Pflegenden ihren Beruf kurzfristig aufgeben müssen? Wo findet man zuverlässige Pflegekräfte, ob im Inland oder im Ausland?

Modulare Bausteine für die Pflege

Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer setzen darauf, die eigene Pflege oder die ihrer Angehörigen möglichst selbst organisieren zu können. Dazu möchten sie die notwendigen Dienstleistungen am liebsten in modularen Bausteinen zusammenstellen und bei Beratungsbedarf auf Fachleute zugreifen können. Die vorhandenen Netzwerke aus Pflegeeinrichtungen, Beratungsstellen und anderen Akteuren könnten dichter geknüpft sein. Das schließt eine bessere Vernetzung der ärztlichen Versorgung mit ein, so das Ergebnis der Workshops.



Gisela Michaelsen:

„Die pflegerische Betreuung ist in den meisten Heimen gut, aber die gesundheitliche Betreuung lässt zu wünschen übrig. Es gibt Pflegeheimbewohner, die das Essen nur deshalb püriert bekommen, weil niemand Lust hat, sie zum Zahnarzt zu fahren. Das kann nicht sein.“

Kritik an Abrechnung der Pflegeleistungen

Wenn der Weg dann wirklich ins Pflegeheim führt oder Pflegestufen zuhause nötig sind, gibt es bei den Teilnehmerinnen und Teilnehmern einen sehr starken Widerstand gegen das als „Minutenhascherei“ empfundene Abrechnungssystem. Dabei sollten

Pflegekräfte von Dienstleistungen entlastet werden, die mit der eigentlichen Pflege nichts zu tun haben. Es wurde auch in den Workshops diskutiert, dass es eine Methode zur Identifikation geeigneten Pflegepersonals geben sollte.



Irmgard Gruner:

„In Leipzig wird gerade ein Pflegeheim der vierten Generation gebaut. Dort können sich die Angehörigen einbringen. Leider tun es bislang nur sehr wenige.“

Sind Pflegeheime besser als ihr Ruf?

Die meist spontan geäußerte Ablehnung von Pflegeheimen wurde im Verlauf der Diskussion durch die Teilnehmerinnen und Teilnehmer differenziert. Viele Bewohnerinnen und Bewohner seien positiv überrascht, wenn sie sich erst mal eingewöhnt hätten, auch weil sie mehr Kommunikation und Austausch hätten. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer regten an, die Angst vor dem Pflegeheim abzubauen, zum Beispiel durch Info-Kampagnen, einen Tag der offenen Tür und auch Probewohnen.

Technische Assistenzsysteme für die Pflege

Technische Assistenzsysteme sind bei den Teilnehmerinnen und Teilnehmern bis auf den Hausnotruf, der als sinnvoll und wichtig eingeschätzt wird, nicht bekannt. Generell muss die Technik leicht bedienbar und bezahlbar sein. Gleichzeitig wird die Bereitschaft signalisiert, Geld dafür aufzubringen. Automatische Tabletenspender werden zum Beispiel als nützlich erachtet. Maßnahmen zur Sturzprävention, wie beispielsweise Sturzmatten, finden großes Interesse, weil der Nutzen unmittelbar einleuchtet. Allgemeiner Konsens der Workshops war, dass die Verantwortung nicht an die Technik abgegeben werden kann.



Helga Schulte in den Bäumen:

„Die Kurzzeitpflege müsste definitiv ausgeweitet werden. Das ist wichtig für pflegende Angehörige, die mal in Urlaub gehen möchten.“

Entlastung für die Pflegenden

Von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern wurden vielfältige Angebote für eine kurzfristig abrufbare Tagespflege sowie Kurzzeit-Pflege während der Urlaubszeit der Pflegenden eingefordert. Ehrenamtliche Bei-

träge sollten dabei unbedingt berücksichtigt werden. Die Möglichkeiten der Palliativ-Versorgung sind den Seniorinnen und Senioren noch wenig bekannt, stoßen aber auf großes Interesse.

Mit guter Pflege zu mehr Lebensqualität

Die Gesprächsteilnehmerinnen und -teilnehmer waren einig in dem Wunsch, die Pflege so weit wie möglich selbst zu gestalten. Dazu sind noch mehr als die schon vorhandenen

modularen Konzepte notwendig. Technik wird begrüßt, wenn der Nutzen unmittelbar einsichtig und die Bedienung intuitiv ist. Kann die Pflege dann doch nicht mehr eigenständig organisiert werden, wird von den Teilnehmerinnen und Teilnehmer auch im Bereich der Pflegeheime mehr Transparenz gewünscht, um die Pflege mitgestalten zu können.

Ergebnisse der Workshops „Pflege“ im Überblick

Pflegeberatung:

Sowohl im Hinblick auf die eigene Pflege als auch auf die Pflege Angehöriger wird ein noch stärkeres Beratungsnetzwerk gewünscht.

Assistenzsysteme:

Sind außer dem Hausnotruf noch sehr wenig bekannt. Intuitiv eingängige Produkte wie Sturzmatten stießen auf sehr großes Interesse. Generell wird angeregt, die Nutzerinnen und Nutzer frühzeitig in die Entwicklung der Produkte mit einzubeziehen.

Minutenabrechnung:

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer empfehlen, über alternative Abrechnungsmethoden zu forschen, die sowohl für die Pflegenden als auch für die Pflegekräfte „humaner“ sind.

Tagespflege/Schnittstellen:

Hier gab es einen großen Konsens, dass es überall noch zu wenige Angebote gibt, um Angehörige auch kurzfristig bei der Pflege zu entlasten. Auch hapert es noch an der schnellen Überführung vom Krankenhaus ins Pflegeheim.

Angst vor dem Pflegeheim:

Hier wurde angeregt, Ängste abzubauen. Pflegeheime seien oft besser als ihr Ruf.

Ergänzende Pflege:

Fachkräfte müssen die Grundpflege übernehmen. Bei anderen Dienstleistungen wie beispielsweise dem Essen-Anreichen könnten sie aber durch anderweitig qualifizierte und ehrenamtliche Personen entlastet werden.

Ausblick

Der gesellschaftliche Zusammenhalt bedarf eines wohlwollenden und vorbehaltlosen Dialogs der Generationen. Ein neues Altersbild ist Voraussetzung für diesen Austausch. Daher begrüßen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ausdrücklich, wissenschaftliche Grundlagen für ein neues Altersbild zu erforschen und diese im intergenerationellen Dialog mit Leben zu füllen. Denn das Alter ist kein Problem „der anderen“, sondern betrifft uns alle. Am Ende profitieren alle Generationen von universellen Lösungen wie intuitiven Bedienkonzepten oder anpassungsfähigen Assistenzsystemen.



Manfred Helzle:

„Wir haben unter anderem ein Schulprojekt mit 13/14-Jährigen. Das ist sehr befruchtend für alle Beteiligten. Das ist wie Opa und Enkel, aber ganz anders. Für mich ist es einfach genial, und ich versuche dies überall bekannt zu machen. Nur so verschwinden die Vorurteile auf allen Seiten.“

Die Vielfalt einer Gesellschaft des längeren Lebens erfassen

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Werkstattgespräche beschreiben sich selbst als fit, aktiv und gesellschaftlich engagiert. Aber sie wiesen auch darauf hin, dass Alter

auch anders aussehen kann: Passive, einsame, verarmte oder zurückgezogene Ältere leben häufig isoliert und haben keine Lobby. Daher wird hier ein immenser Bedarf gesehen, auch diese Älteren zu erreichen und niederschwellige Unterstützung und Hilfe anzubieten. Konsens in den Workshops war, dass Forschung daher immer integrative Aspekte berücksichtigen muss.



Yorck Luce:

„Ab 65 differenzieren sich die Möglichkeiten und Fähigkeiten sehr stark, da ist eine unglaubliche Bandbreite zwischen den Menschen.“

Unterstützt, aber nicht entmündigt

In allen Themenfeldern der Forschungsagenda – von Grundsatzfragen, Kompetenzen, Gesundheit, Mobilität, Wohnen bis hin zur Pflege – dominierten Schlagworte wie „Autonomie“, „Eigeninitiative“ und „Unabhängigkeit“ bis ins hohe Alter die Diskussion. Schwerpunkt zukünftiger Innovationen soll der Erhalt der Selbstständigkeit sein, aber nicht die Über- oder Unterforderung oder gar die Entmündigung durch Technik. Hier spielen ethische Aspekte eine zentrale Rolle.



Dieter Körner:

„Noch gibt es kaum Lehrstühle für barrierefreies Wohnen in Deutschland. In Frankreich ist man da viel weiter.“

Durch Innovationen den demografischen Wandel aktiv gestalten

Die Werkstattgespräche zeigen: Innovationen für eine Gesellschaft des längeren Lebens sind gefragt. Dabei liegt ein breiter Innovationsbegriff zugrunde: Zum einen technische Innovationen in Form von neuen Produkten und Dienstleistungen; zum anderen soziale Innovationen, die unter anderem strukturelle und integrative Aspekte berücksichtigen. Nur das Zusammenspiel aus beidem ermöglicht neue, wegweisende Lösungen für eine Gesellschaft des längeren Lebens.

Ergebnisse der Senioren-Werkstattgespräche im Überblick

Zukünftige Innovationen sollen ...

- ... die Selbstständigkeit erhalten und unterstützen,
- ... die Eigenverantwortung stärken,
- ... körperliches und geistiges Wohlbefinden fördern,
- ... die große Heterogenität in der älteren Generation berücksichtigen,
- ... soziale und integrative Komponenten beinhalten,
- ... die Nutzer von Anfang an einbeziehen,
- ... generationenübergreifende Aspekte integrieren,
- ... Produkte und Dienstleistungen ermöglichen, die allen Generationen zugutekommen,
- ... für breite Bevölkerungsgruppen finanzierbar sein,
- ... die relevanten Akteure aus Forschung, Wirtschaft und Gesellschaft zusammenbringen und
- ... **den Menschen in den Mittelpunkt stellen!**

Anhang

Ausgewählte Literatur zum demografischen Wandel:

Demografiestrategie der Bundesregierung.
Herausgeber: Bundesministerium des Inneren, Berlin/Bonn, 2012

Bericht der Bundesregierung zur demografischen Lage und künftigen Entwicklung des Landes.
Herausgeber: Bundesministerium des Inneren, Berlin/Bonn, 2011

Daseinsvorsorge im demografischen Wandelzukunftsfähig gestalten.
Handlungskonzept zur Sicherung der privaten und öffentlichen Infrastruktur in vom demografischen Wandel besonders betroffenen ländlichen Räumen.
Herausgeber: Beauftragter der Bundesregierung für die Neuen Bundesländer, Berlin, 2011

Eine neue Kultur des Alterns - Altersbilder in der Gesellschaft. Erkenntnisse und Empfehlungen des Sechsten Altenberichts.
Herausgeber: Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, Berlin/Bonn, 2011

Im Blickpunkt: Ältere Menschen in Deutschland und der EU. Herausgeber: Statistisches Bundesamt, Wiesbaden 2011.

Forschungsagenda der Bundesregierung für den demografischen Wandel „Das Alter hat Zukunft“.
Herausgeber: Bundesministerium für Bildung und Forschung, Berlin/Bonn, 2011

Weitere Informationen zur Forschungsagenda und deren Umsetzung finden Sie unter: www.das-alter-hat-zukunft.de

Diese Druckschrift wird im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit vom Bundesministerium für Bildung und Forschung unentgeltlich abgegeben. Sie ist nicht zum gewerblichen Vertrieb bestimmt. Sie darf weder von Parteien noch von Wahlwerberinnen/Wahlwerbern oder Wahlhelferinnen/Wahlhelfern während eines Wahlkampfes zum Zweck der Wahlwerbung verwendet werden. Dies gilt für Bundestags-, Landtags- und Kommunalwahlen sowie für Wahlen zum Europäischen Parlament.

Missbräuchlich ist insbesondere die Verteilung auf Wahlveranstaltungen und an Informationsständen der Parteien sowie das Einlegen, Aufdrucken oder Aufkleben parteipolitischer Informationen oder Werbemittel. Untersagt ist gleichfalls die Weitergabe an Dritte zum Zwecke der Wahlwerbung.

Unabhängig davon, wann, auf welchem Weg und in welcher Anzahl diese Schrift der Empfängerin/dem Empfänger zugegangen ist, darf sie auch ohne zeitlichen Bezug zu einer bevorstehenden Wahl nicht in einer Weise verwendet werden, die als Parteinahme der Bundesregierung zugunsten einzelner politischer Gruppen verstanden werden könnte.



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung

