(Foto: D.Duff)

„Alter(n) im Goms“ – Eine Fallstudie in Münster/VS

Bericht der interdisziplinären Arbeitsgruppe der HES-SO Valais-Wallis: Daniela Duff, Peter Voll, Hochschule Soziale Arbeit, Maria Andenmatten, Roger Hilfiker, Hochschule Gesundheit

Die Lebenserwartung in der Schweiz hat sich in den letzten Jahrzehnten stark erhöht. Lag diese 1981 noch bei etwa 72einhalb Jahren für Männer und etwas mehr als 79 Jahren für Frauen, so können heute[1] Männer erwarten, dass sie 81 Jahre alt werden und Frauen sogar etwas mehr als 85 Jahre.

Wie wird das Älterwerden in einer ländlichen, von Abwanderung betroffenen Region gestaltet, wo die demografischen Veränderungen noch viel stärker spürbar sind? Diese Frage hat vier Dozierende und Forschende der beiden Hochschulen „Soziale Arbeit“ und „Gesundheit“ (Studiengang Pflege und Physiotherapie) 2013 das erste Mal zusammengebracht. Aus dieser ersten Diskussionsrunde entstand ein kleines Forschungsprojekt.

Ausgangslage

Ausgehend von der Annahme, dass die Wohngemeinde, als unmittelbarer Bezugspunkt, einen wichtigen Kontext für das Älterwerden darstellt, rückten wir die folgenden drei Aspekte in den Vordergrund: ***a) Strukturelle Aspekte*** *(z.B.* ökonomische Situation, Infrastruktur, verfügbare, professionelle Unterstützungsangebote); ***b) Soziale Aspekte*** (z.B. Beziehungen, familiäre Bindungen, soziale Kontakte); ***c) Kulturelle Aspekte*** (z.B. Wahrnehmung der Umwelt durch den Einzelnen, entwickeln von Bewältigungsstrategien, gestalten und bewegen innerhalb des öffentlichen Raumes). Diesen Gesichtspunkten sind wir mittels einer Fallstudie in Münster nachgegangen. Dabei haben sich drei Dimensionen herausgeschält, die für die Betroffenen von grösserer Bedeutung sind: *Wohnen, Beziehungen* und *Wünsche oder Erwartungen an die Zukunft*.

[1] *Erhebung 1981 und 2014. Diese und alle weiteren Daten vgl. http://www.bfs.admin.ch/bfs/portal/de/index/themen/01/06/blank/key/04/04.html - Fotos: D.Duff*

Im Zeitraum vom 4.9.2014 bis 18.3.2015 konnten wir fünf Interviews mit älteren Menschen in Münster durchführen. Einige wurden alleine interviewt, bei anderen waren Familienmitglieder mit dabei. Im gleichen Zeitraum haben wir Gespräche mit Fachpersonen von Pro Senectute und Spitex geführt und mit dem Präsidenten der Gemeinde Münster gesprochen.

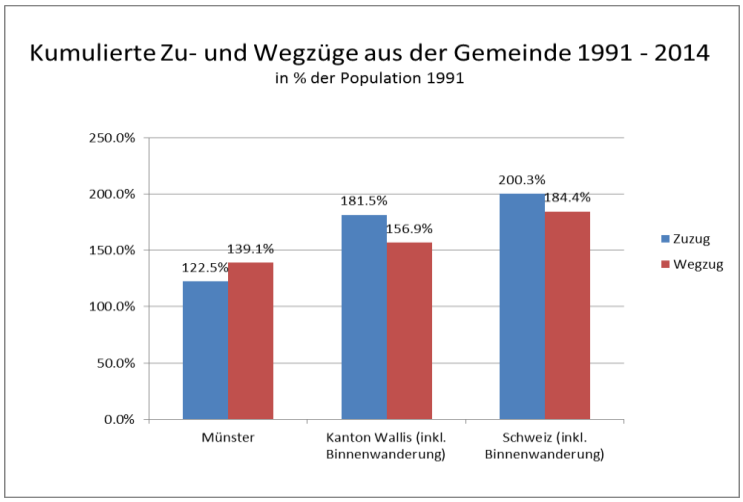

Abb. 1: Erhöhter Wegzug aus Münster

Das Goms mit seinen 12 Gemeinden, wovon die kleinste nur 52, die grösste 986 Einwohner aufweist, ist mit einer Gesamtbevölkerung von rund 4'500 Bewohnerinnen und Bewohnern auf einer Fläche von rund 588 km^2 nur sehr dünn besiedelt. Seit einigen Jahren laufen verschiedene Bestrebungen, durch Gemeindefusionen die Gemeindekompetenzen zu stärken, das Angebot für die Bevölkerung attraktiver zu gestalten und so der Abwanderung entgegenzuwirken. Im Sommer 2015 haben die Bewohnerinnen und Bewohner der Gemeinden Niederwald, Blitzingen, Grafschaft, Reckingen-Gluringen und Münster-Geschinen einer 5er-Fusion zugestimmt, was zur neuen Gemeinde „Goms“ führen wird.

Weltweit zeigt sich die Tendenz einer alternden Gesellschaft, was sich auch im Goms besonders deutlich spiegelt. Jüngere Menschen wandern oft schon früh zwecks Bildung oder Arbeit in Zentrumsgebiete ab, die ältere Generation bleibt zurück.

Im Goms zeigt sich ein weiteres Phänomen: Regelmässig ziehen ältere Menschen im Rentenalter aus anderen Kantonen oder gar aus dem Ausland in die Dörfer. Häufig haben sie bereits ein Haus oder eine Wohnung in der Region und verbrachten hier regelmässig ihre Ferien, bevor sie sich zum Umzug entschlossen. Die schöne und unversehrte Natur, das sonnige und trockene Klima und die vielen Wandermöglichkeiten, sind einige der am häufigsten genannten Vorteile. Zusammen genommen ergibt sich daraus ein überproportional steigender Anteil von Bewohnerinnen und Bewohnern im Rentenalter.

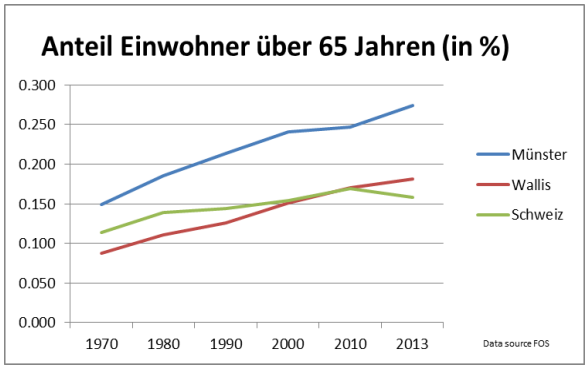

Abb. 2: Steigerung der Einwohner über 65 Jahre

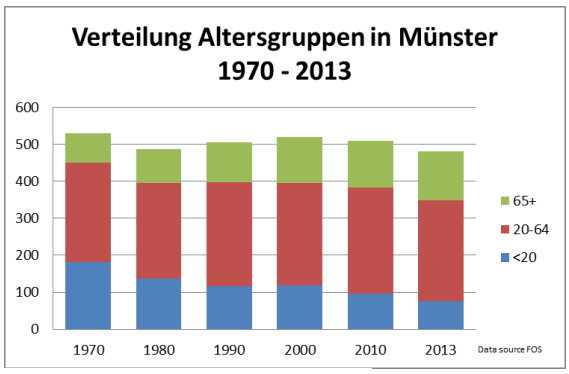

Abb. 3: Verteilung der Altersgruppen

Die obenstehende Grafik links (Abb. 2) zeigt die Steigerung des prozentualen Anteils von Personen im Alter über 65 Jahre in der Schweiz, im Wallis und in Münster. Daneben macht die Grafik (Abb. 3) für die Gemeinde Münster ersichtlich, wie die Population, vor allem bei den jüngeren Jahrgängen kontinuierlich abnimmt.

Zur Situation der älteren Bevölkerung in Münster im Allgemeinen

Allgemein scheint sich das Bild der Bevölkerung innerhalb der Gemeinde verändert zu haben. Viele Häuser stehen leer oder werden nur sporadisch bewohnt, was insbesondere bei den Einheimischen in der Nachbarschaft ein unbestimmtes Gefühl hinterlässt. „Es ist ruhiger geworden in den Strassen“, wie eine der befragten Personen meinte.

Abwanderung, insbesondere der Wegzug der jungen Generation, ist nichts Neues im Tal. Es habe noch nie für alle Jungen im Dorf Platz gehabt, immer musste ausserhalb des Tales nach Arbeit gesucht werden, meinte eine der befragten Personen. Doch unterdessen sind die Familien kleiner geworden, so dass sich die Betreuungsarbeit innerhalb der Familie auf wenige verteilt. Vielfach wohnen die Kinder zudem ausserhalb der Region und stehen somit für Unterstützungsleistungen nicht unmittelbar und täglich zur Verfügung. Wenn die Hilfe von den Angehörigen, insbesondere den Nachkommen, von denen sie traditionell erwartet werden, nicht mehr erbracht werden können, wird es zur Herausforderung, neue Lösungen zu finden.
Betrachtet man die Situation der zugezogenen älteren Menschen, den sogenannten „Sunshine-Migranten“, so drängt sich rasch eine erste Unterscheidung je nach Migrationsgrund auf:

Migration zwecks Erwerbstätigkeit: Diese Zuwanderer sind in jüngeren Jahren zugezogen, haben grosse Teile ihres aktiven Erwerbslebens in der Gemeinde verbracht und sind dadurch meist gut integriert, gehören schon beinahe zu den Einheimischen.

„Sunshine-Migranten“ sind i.d.R. am Ende ihres Erwerbslebens zugezogen, haben sich ein Haus oder eine Wohnung gekauft und möchten nun am neuen Ort ihren 3. Lebensabschnitt aktiv verbringen. Sie erfreuen sich an der Natur und am beschaulichen Dorfleben.

Was beide Gruppen verbindet, ist die Notwendigkeit, sich zu integrieren um dazuzugehören. Doch geschieht dies bei den während des Erwerbsalters Zugezogenen über einen längeren Zeitabschnitt und in einer Lebensphase, die von Arbeit und häufig auch von Familiengründung gekennzeichnet ist. Demgegenüber scheinen sich die im Rentenalter Zugezogenen eher vorübergehend zu integrieren. Bei ihrer Motivation geht es um eine Steigerung der Lebensqualität. Und gerade dies kann es mit sich bringen, dass sie sich in einem höheren Alter erneut entscheiden, ihren Wohnsitz zu versetzen.

Auswertung der Themenschwerpunkte

1) Wohnen

Rund zwei Drittel der Wachzeit verbringt eine ältere Person durchschnittlich in ihrem Haus oder ihrer Wohnung. Dies weist bereits darauf hin, dass die Wohnqualität bei zunehmender Einschränkung der Mobilität wichtiger wird. Wohnen zeigt sich als zentraler Aspekt, der bei allen Befragten eine grosse Rolle einnimmt.

Einheimische	*Zugezogene*
• Möchten so lange wie möglich in ihren Häusern bleiben. • Sie kennen zwar Leute aus dem Dorf, die in ein Altersheim gezogen sind, für sich selber möchten sie das aber nicht in Betracht ziehen. • Ausnahme: Wenn „gar nichts mehr geht“ und es keine andere Lösung mehr gibt. • Der Winter kann sehr hart sein im Goms, was zu einem Umzug führen kann.	• Haben die Erfahrung einer Versetzung des Lebensmittelpunktes bereits gemacht, häufig von einem städtischen Umfeld kommend. • Die ursprüngliche Idee, im Goms zu bleiben, wird mit zunehmendem Alter fraglicher. • Sind sich bewusst, dass sie ihre zukünftige Wohnform wählen können, wenn sie sich unter guten gesundheitlichen Bedingungen entscheiden.

Zusammenfassend kann festgehalten werden, dass die Häuser den sich verändernden Lebensbedingungen ihrer Bewohnerinnen und Bewohner oft nicht angepasst sind. So wie eine unbewohnte Nachbarschaft verunsichern kann, kann auch das alleine Wohnen in einem grossen und leeren Haus Ängste auslösen, insbesondere bei stark eingeschränkter Mobilität. Die meisten Befragten wohnen alleine in ihrem Haus, die Kinder sind meist in grössere Zentrumsgebiete abgewandert. Um länger in der vertrauten Umgebung leben zu können, ist eine verlässliche Unterstützung nötig. Obwohl dies den Befragten klar bewusst ist, scheint es bei der Umsetzung oft an Informationen zu mangeln. Wenn ein Umzug in ein Altersheim in Betracht gezogen wird, dann oft erst, wenn sich keine Alternativen mehr ergeben. Auch wenn Verwandte zum Beispiel in Brig oder Visp wohnen, wird das Altersheim in der Nähe (Fiesch) bevorzugt.

2) Beziehungen

Demographische Veränderungen, kombiniert mit geographischer Mobilität werden allgemein als Hauptursachen betrachtet, was die Auflösung traditioneller Betreuungsmodelle betrifft, wo die jüngere Generation für ihre Eltern zu sorgen hat. Dieses Phänomen zeigt sich auch in Münster und kann anhand der Wahrnehmung der Beziehungen aufgezeigt werden. Wir haben uns gefragt, welchen Einfluss die Qualitätsveränderung von Beziehungen auf soziale Beziehungen allgemein hat.

Einheimische	*Zugezogene*
• Solange es möglich ist, im Dorf unterwegs zu sein, sind die Älteren aktiv und pflegen ihre Bekanntschaften. • Besonders wenn die Winter hart sind, sehen sich viele Ältere gezwungen, zuhause zu bleiben, was zu weniger Kontakt führt. • Sind sie über die Jahre gut integriert in der Dorfgemeinschaft, sind die Beziehungen unterstützend.	• Oft ist es schwierig, Kontakte mit Einheimischen zu vertiefen. • Kontakte laufen häufig über andere Zugezogene oder über Besuch „alter“ Bekannter. • Erfolgte ein Zuzug im Erwerbsleben, konnten viele Beziehungen aufgebaut werden.

Zusammenfassend zeigt sich die demografische Veränderung auch auf der Beziehungsebene. Trafen sich früher die Leute in den Restaurants zu Veranstaltungen, Diskussionen oder auch nur zum geselligen Beisammensein, so sind heute wenig jüngere Dorfbewohner unterwegs und die Älteren bleiben zunehmend zuhause. Eine Befragte bedauert, dass heute bei organisierten Aus-

flügen nur noch wenige teilnehmen und die Jüngeren gar nicht mehr daran interessiert sind. In Dörfern, wo jeder jede kennt, ist die soziale Kontrolle entsprechend gross. So wie es hilfreich sein kann, dass der Nachbar weiss, wie es der älteren Dame im Nebenhaus geht, so kann eine grosse soziale Kontrolle manchmal auch zu Misstrauen führen. Aus Angst, was die Nachbarin wohl denkt, wird dann manchmal (zu) lange zugewartet, bis Hilfe ausserhalb der Familie gesucht wird. Verstärkend kann hier der Mangel an Informationen sein. Wie und wo die Leute in ihren jüngeren Jahren gelebt haben, hat einen direkten Einfluss auf die Gestaltung der aktuellen sozialen Kontakte. Sind langjährige Beziehungen für Einheimische oft eine grosse Ressource, scheint es für Zugewanderte im Rentenalter schwierig zu sein, tragende Beziehungen im Dorf aufzubauen. Was dazu führt, dass sie Beziehungen mit „Auswärtigen" verstärkt pflegen, während die Beziehungen zu den Dorfbewohnenden weniger verbindlich bleiben.

3) Wünsche, Erwartungen an die Zukunft

Haben Einheimische andere Erwartungen an die Zukunft als Zugewanderte? Dieser Frage sind wir unter dem dritten Themenschwerpunkt nachgegangen.

Einheimische	***Zugezogene***
• Sind bescheiden und dankbar für die Hilfe, die ihnen geboten wird. • Möchten so lange wie möglich in der jetzigen Situation verbleiben. • Fühlen sich unsicher, wenn es darum geht, Hilfe ausserhalb der Familie anzufordern. Oft fehlen entsprechende Informationen. • Akzeptieren ihre Situation als gegeben.	• Wenn mehr Unterstützungsbedarf besteht oder die jetzige Unabhängigkeit bedroht ist, wird eine (erneute) Veränderung der Lebenssituation in Betracht gezogen. • Ziehen bereits in Betracht, dass sie zukünftig auf mehr Unterstützung angewiesen sein werden. Dies beeinflusst die Auseinandersetzung mit der zukünftigen Lebenssituation.

Grundsätzlich wirken sich die Lebensbedingungen der älteren, einheimischen Generation (gewohnt, hart zu arbeiten und nur wenig zu erwarten), auf die Erwartungen an die nähere Zukunft aus. So zeigen sie sich eher abwartend, was ihre Zukunft angeht. Wenn immer möglich, möchten sie nichts an ihrer jetzigen Situation ändern, wo hingegen sich die Zugewanderten aktiver in dieser Auseinandersetzung zeigen. Die Erfahrung, sich in einem neuen Ort einzuleben, ermöglicht sich Gedanken um die Zukunft weniger ortsgebunden machen zu können. Für alle Betroffenen gilt jedoch: Mit abnehmender Mobilität und weniger sozialen Kontakte, werden professionelle Strukturen und Unterstützungsangebote zunehmend wichtig. Um eine autonome und aktive Auseinandersetzung mit dem 4. Alter, dem fragilen Alter, zu ermöglichen, braucht es entsprechende Angebote und Informationen, die zugänglich sind.

Professionelle Unterstützungsangebote

Spitex

Es werden rund 40-50 Klienten pro Jahr versorgt, darunter nur wenige Zugezogene (Sunshine-Migranten). Die Fachpersonen der Spitex rechnen jedoch damit, dass zukünftig mehr Einzelpersonen, die nicht auf familiäre Unterstützung zählen können, auf ihre Hilfe angewiesen sein werden. Zwei Schwierigkeiten, die Klientinnen und Klienten immer wieder beklagen, betreffen einerseits den Wechsel der Spitex-Fachperson und andererseits, die Tatsache, dass die Termine nicht immer eingehalten werden können. Diese beiden häufigsten Beanstandungen sind der

Spitex-Verantwortlichen bekannt. „Je weiter weg vom Zentrum, desto schwieriger ist es, die nötige Unterstützung zu erbringen“, meinte sie im Interview.

Pro Senectute
Fünf Freiwillige arbeiten für den Seniorenklub, organisieren Veranstaltungen und Ausflüge. Die Veranstalter von Ausflügen bedauern den steten Rückgang von Teilnehmenden. Veranstaltungen werden zum Teil in verschiedenen Dörfern angeboten, so dass eine gewisse Mobilität gegeben sein muss.

Was lässt sich aus diesen Resultaten ableiten?

Angesichts der vielfältigen Herausforderungen, die sich den Betroffenen, ihren Angehörigen und der Öffentlichkeit stellen, gilt als Erstes unser grosser Respekt den Adaptierungsleistungen der einzelnen älteren Menschen in Münster.

Familiäre Unterstützung nimmt ab
Ist eine Unterstützung durch nahe Verwandte nicht oder nur punktuell verfügbar, gestaltet sich das alt werden mit all seinen Herausforderungen wesentlich schwieriger. Die Veränderung der generationellen Zusammensetzung in der Gemeinde bringt die Notwendigkeit mit sich, Hilfe vermehrt auch bei Aussenstehenden oder professionellen Diensten zu suchen. Mit der Frage, wie Unterstützung im Alter organisiert werden kann, sehen sich sowohl die lokale Bevölkerung als auch die Zugezogenen zunehmend konfrontiert.

Potenzial bei den Zugewanderten
In diesem Zusammenhang sehen wir ein grosses Potential bei den Zugewanderten, den *Sunshine-Migranten.* Sie kommen oft als Jungpensionierte ins Dorf, sind aktiv, interessiert und bereit sich auf Neues einzulassen. Es stellt sich hier die Frage inwieweit es gelingt diese Gruppe zu integrieren und im sozialen Leben der Gemeinde einzubinden? Was braucht es für die Zugezogenen um ein Zugehörigkeitsgefühl entwickeln zu können und sich mit den Einheimischen solidarisch zu fühlen? Können aktive ältere Menschen gewonnen werden, wenn es um Nachbarschaftshilfe geht? Wie kann, ob für Einheimische oder Sunshine-Migranten, eine längerfristige Perspektive geschaffen werden, wenn es um Unterstützungsangebote geht?

Infrastruktur
Des Weiteren bildet die Infrastruktur eine grosse Herausforderung. Die Wohnungen sind oft den Bedürfnissen älter werdender Menschen nicht angepasst. Die Wege und Strassen, insbesondere im Winter, sind oft schwer begehbar für Menschen mit einer Beeinträchtigung und gleichzeitig sind für Dienstleistungen und Unterstützungsangeboten meist grössere Distanzen zurückzulegen.

Die grossen Herausforderungen werden zukünftig vor allem darin liegen, adäquate Unterstützungsangebote bereitzustellen und zu entwickeln, die den Bedürfnissen älterer Menschen angepasst sind. Damit auch im hohen Alter eine gute Lebensqualität möglich ist.

Januar 2016 / Daniela Duff