

# Altersstrategie der Gemeinde Hedingen

Vom Gemeinderat festgesetzt am 8. November 2016

Mit zunehmendem Alter wird das Leben nicht leichter!

Diese Weisheit erleben wir früher oder später alle. Die steigende Lebenserwartung und der stetige Wandel in allen möglichen Bereichen des Alltags, stellen vor allem ältere Menschen vor immer grössere Herausforderungen. Solidarität unter den Generationen ist gefragter denn je.

Die Anforderungen von Seniorinnen und Senioren beschränken sich dabei aber nicht nur auf ein altersgerechtes Wohnen und eine finanzierbare Pflege und Betreuung. Mindestens genau so wichtig sind für ältere Menschen, dass

- ihnen die Gemeinde Hedingen, ungeachtet ihres Alters, eine hohe Lebensqualität bietet,
- Angebote und Dienstleistungen vor allem der Selbsthilfe und Erhaltung der Autonomie dienen,
- sie sich im öffentlichen Raum hindernisfrei und sicher bewegen können,
- eine sinnvolle Verteilung verschiedener Wohnformen für Seniorinnen und Senioren besteht und sie so lange wie möglich «zu Hause» wohnen können und
- die Betreuungsangebote nach dem Grundsatz «ambulant vor stationär» betrieben werden.

Die Kommission für Altersfragen der Gemeinde Hedingen hat aus diesen Bedürfnissen fünf Leitsätze erarbeitet, entsprechende Massnahmen und deren möglich Umsetzung definiert und diese in der vorliegenden Altersstrategie formuliert, die ihr bei ihrer weiteren Arbeit als Richtschnur dienen soll.

1	Leitsatz	<p>Die Gemeinde Hedingen ist bestrebt allen Bewohnern, ungeachtet ihres Alters, eine hohe Lebensqualität zu bieten.</p> <p>Sie fördert die Solidarität innerhalb und zwischen den einzelnen Generationen.</p>
	Massnahmen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bei der Planung und Realisierung von Projekten und dergleichen wird darauf geachtet, dass sie wenn immer möglich allen Generationen zugänglich sind.</li> <li>• Generationenübergreifende Veranstaltungen</li> <li>• Die Schaffung eines unverbindlichen öffentlichen Treffpunkts für Jung und Alt wird angestrebt und unterstützt</li> <li>• Räume und Gelegenheiten bieten für Projekte/Anlässe</li> <li>• Unterstützung und/oder Durchführung von generationenübergreifenden Veranstaltungen</li> </ul>
	Mögliche Umsetzung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Projekte in der Schule, (z.B. Thema «einst – heute – morgen) sowie Gemeindenachmittage für jung und alt, Senioren im Schulzimmer, Interviews Junioren/Senioren, Gemeinsamer Computernachmittag Jugendliche / Senioren</li> <li>• Bauen: zahlbarer Wohnraum für Junge, Familien und Senioren, rollstuhlgängig, Möglichkeit Genossenschaftsanteile für günstigeren Mietzins zu erwerben.</li> <li>• Veranstaltungen (z.B. Dorffest) unterstützen.</li> <li>• Gemeinde-Homepage für Freiwillige die Hilfsdienst für Seniorinnen und Senioren (S&amp;S) leisten wollen</li> </ul>

2	Leitsatz	Angebote und Dienstleistungen für Seniorinnen und Senioren sollen in erster Linie der Selbsthilfe und Erhaltung der Autonomie dienen.
	Massnahmen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zur Erhaltung ihrer Selbständigkeit wird die Eigeninitiative der Seniorinnen und Senioren gefördert.</li> <li>• Bestehende Angebote werden gewahrt und neue Angebote laufend geprüft. Dabei wird der Kontinuität und der Nachhaltigkeit besonderen Stellenwert beigemessen.</li> <li>• Die Koordination und Zusammenarbeit von Institutionen und Einzelpersonen wird gefördert. Regelmässige Informationen über Dienstleistungen erfolgen verschiedenartig und generationengerecht.</li> </ul>
	Mögliche Umsetzung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Angebotsliste (mit anderen Organisationen, wie Kirchenpflege, Frauenverein, Spitex, pro Senectute, Freiwilligendienste, usw.) regelmässig aktualisieren und in Papierform sowie im Internet zugänglich machen</li> <li>• &gt; Anlaufstelle Gemeindeverwaltung</li> <li>• Niederschwellige Anlässe für zukünftige Senior/-innen organisieren und über Angebote informieren.</li> <li>• Publikation und Unterstützung von Aktivitäten der Senior/-innen</li> <li>• Plattform (z.B. Internet) anbieten und regelmässige Treffen von Veranstalter/-innen ermöglichen</li> <li>• Förderung und Unterstützung von Vereinen, Gruppen die sich für Senior/-innen einsetzen</li> <li>• Regelmässige Publikationen der bestehenden Angebote, z.B. in Hediger Dorfzeitig.</li> </ul>

3	Leitsatz	Seniorinnen und Senioren sollen sich in der Gemeinde Hedingen im öffentlichen Raum hindernisfrei und sicher bewegen können.
	Massnahmen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bauliche Hindernisse im Alltag werden auf ein notwendiges Minimum beschränkt und deren Vermeidung wird bereits bei der Planung berücksichtigt.</li> <li>• Bei der Planung und dem Bau von Bauten und Anlagen wird den Bedürfnissen der Senior/innen Rechnung getragen (altersgerechtes Bauen)</li> <li>• Der Sicherheit wird eine hohe Bedeutung beigemessen.</li> <li>• Zur Unterstützung der Selbständigkeit werden altersgerechte Verkehrswege und Transportmittel gefördert.</li> <li>• Förderung der selbständigen Erreichbarkeit «wichtiger Orte» für Senior/innen</li> </ul>
	Mögliche Umsetzung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erarbeitung von Richtlinien für altersgerechtes Ausgestalten von Bauten und Anlagen sowie des öffentlichen Raumes</li> <li>• Bestehende Wege speziell für die Bedürfnisse von Senior/innen markieren</li> <li>• Öffentliche Wege und Gebäude hindernisfrei gestalten</li> <li>• Präventionsveranstaltung (z.B. Gemeindenachmittag) mit Tipps von Polizei für den Alltag zu Hause, Telefontricks und Verkauf, Haustüre, usw. Einbruchsicherung, Umgang im Internet mit Mails, E-Banking usw.</li> <li>• Abklärungen treffen, wo Toiletten zur Benützung zu Verfügung stehen</li> <li>• Spazierwege mit Bänke mit Rastmöglichkeiten, Transport-/Fahrdienst einführen oder unterstützen (Tixi Säuliamt, Freiwillige)</li> <li>• Fahrgelegenheiten im Dorf z.B. zum Weiher</li> <li>• Sitzgelegenheiten (Bänke) schaffen</li> <li>• Koordination von Fahrdiensten</li> <li>• Senior/innen-gerechte Information über die öffentlichen Verkehrsmittel</li> </ul>

4	Leitsatz	Die Gemeinde Hedingen setzt sich für eine sinnvolle Verteilung verschiedener Wohnformen für Seniorinnen und Senioren ein. Das Wohnen zu Hause wird dabei so lange wie möglich unterstützt.
	Massnahmen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ältere Menschen werden in ihrem Bestreben unterstützt, solange wie möglich selbständig und unabhängig in ihren eigenen Wohnungen zu leben.</li> <li>• Seniorinnen und Senioren sollen aus verschiedenen Wohnformen wählen können.</li> <li>• Angebote für altersgerechtes, zentrumsnahes und durchmisches Wohnen werden gefördert.</li> </ul>
	Mögliche Umsetzung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informationen über Hilfsmittel, Umbauten, Haushalthilfen (Spitex, Freiwillige), usw.</li> <li>• &gt; Anlaufstelle Gemeindeverwaltung</li> <li>• Möglichkeit organisieren, mit geeigneten Fachleuten Umbauten in den eigenen Wohnräumen für ein altersgerechtes Wohnen zu realisieren</li> <li>• &gt; Anlaufstelle Gemeindeverwaltung</li> <li>• Nachbarschaftshilfe: Pilotprojekt zur Bildung und Unterstützung eines Freiwilligengremiums</li> <li>• Angebote sammeln, fördern und vermitteln (Heime, Pflegewohnungen, WGs, Betreutes Wohnen zu Hause, usw.)</li> <li>• &gt; Fachstelle für Gesundheitsfragen der Pro Senectute</li> <li>• Realisierung von Wohnraum (z.B. auf der Liegenschaft im Baumgarten)</li> <li>• Möglichkeit zum Erwerb von Genossenschaftsanteilen für günstigeren Mietzins</li> <li>• Private beim Bau von altersgerechten Wohnformen unterstützen (z.B. wohnen 60 plus), evtl. Vereinsgründung.</li> </ul>

5	Leitsatz	Bei den Betreuungsangeboten gilt wenn immer möglich der Grundsatz «ambulant vor stationär»
	Massnahmen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Seniorinnen und Senioren werden zu präventivem und gesundheitsförderndem Verhalten motiviert.</li> <li>• In Hedingen wird eine leistungsfähige ambulante Gesundheitsversorgung gewährleistet.</li> <li>• Pflegende Angehörige werden unterstützt, entlastet und gefördert.</li> <li>• Die Koordination der kommunal und regional im Gesundheitswesen tätigen Personen und Organisationen ist sichergestellt.</li> <li>• Im Gesundheitswesen tätige Personen arbeiten lokal und regional eng zusammen.</li> <li>• Wo die persönliche Pflege durch Angehörige und Freiwillige nicht mehr möglich und zumutbar ist, wird auf die bezirkswweit organisierte Langzeitpflege zurückgegriffen.</li> <li>• Seniorinnen und Senioren werden bei der Vorbereitung auf den Tod begleitet und unterstützt.</li> </ul>
	Mögliche Umsetzung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informationen zugänglich machen und Unterstützungsangebote fördern zu</li> <li>• Prävention, ambulanten Pflegediensten, Mitarbeit von Hausärzten, usw.</li> <li>• &gt; Anlaufstelle Gemeindeverwaltung</li> <li>• Förderung von Angeboten, die der Selbständigkeit (auch von Alleinstehenden) dienen, wie z.B. sanftes Altersturnen, Aquafit, Rückenturnen oder Kochkurse, die Spass am gesunden Kochen vermitteln</li> <li>• Unterstützung von Spitex, Ärzten, Podologie, Physiotherapie, usw.</li> <li>• Bezirksangebote fördern und/oder initiieren</li> <li>• Bedarfsgerechte Langzeitpflege sichern und unterstützen</li> </ul>