

Konzept 65+ Leben als Seniorin und Senior

Leitidee und Alterskonzept



Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	4
1.1	Ausgangslage.....	4
1.2	Auftrag und Zielsetzung	4
1.3	Dritte und vierte Lebensphase.....	4
1.4	Inhaltliche Ziele.....	5
2	Orientierungsrahmen	5
3	Bevölkerungsentwicklung.....	6
4	Rahmenbedingungen und Trends	7
4.1	Rahmenbedingungen	7
4.2	Trends	7
5	Handlungsfelder der Alterspolitik Erlen	9
5.1	Aktive Selbstorganisation	10
5.2	Wohnformen im Alter	11
5.3	Verkehr, Mobilität, Infrastruktur	12
5.4	Versorgung Lebensmittel und Dienstleistungen.....	14
5.5	Sicherheit im Alter	16
5.6	Wissen, Information und Koordination.....	17
5.7	Geselligkeit, Gesundheit und Freizeit	18
5.8	Ambulante Pflege	19
5.9	Stationäre Pflege	20
5.10	Spiritualität, Sterben und Tod	21
6	Netzwerk	22

1 Einleitung

1.1 Ausgangslage

2022 setzte sich eine Projektgruppe mit dem Thema Seniorinnen und Senioren in der Gemeinde Erlen auseinander.

Handlungsbedarf aufgrund von:

- Personengebundene Hilfe und Koordination durch die heutige selbständig organisierte Altersarbeit durch Freiwillige ist für die Zukunft nicht gesichert.
- Bevölkerungsumfrage 2022
- Seit 2011 existiert im Kanton TG ein generelles Alterskonzept, wonach sich schon eine Vielzahl der Gemeinden danach ausgerichtet haben. Durch hohes Engagement einzelner Personen, war dadurch bei uns noch kein Bedarf nach einer anderen Lösung.
- Grundidee des Konzepts: Aufbau einer koordinierten Altersarbeit analog der koordinierten Jugendarbeit mit einer offiziellen ständigen Kommission für Altersfragen.

1.2 Auftrag und Zielsetzung

Der Gemeinderat hat 2022 das Projekt 65+ initiiert, um die Rahmenbedingungen in Form eines Konzepts für die Gemeinde Erlen zu erarbeiten.

Dieses soll eine zukunftsgerichtete Orientierungshilfe sein

- für die Alterspolitik der Behörde
- für die mit der Umsetzung beauftragte Kommission
- für die Tätigkeit der Organisationen in der Altersarbeit
- für älter werdende und ältere Menschen mit ihren Aktivitäten und Anliegen

Das Konzept soll auch für die Lebensgestaltung älterer Menschen und deren Einbindung in die Gesellschaft Anregungen vermitteln sowie organisatorische Aspekte der Altersarbeit berücksichtigen.

1.3 Dritte und vierte Lebensphase

In der dritten und vierten Lebensphase wird von unterschiedlichen Abschnitten ausgegangen: Autonomes Alter („Junge Alte“, die nicht mehr aktiv im Erwerbsleben stehen und in der Regel über viele Ressourcen verfügen), fragiles Alter (Personen, die nicht mehr ganz beschwerdefrei, aber nicht pflegebedürftig sind) und pflegebedürftiges oder abhängiges Alter. Diese drei Abschnitte können im Einzelfall sehr unterschiedlich sein oder auch ganz wegfallen.



Der gesundheitliche Zustand ist nicht vom kalendarischen Alter abhängig. Menschen werden mit steigendem Alter nicht gleicher, sondern ungleicher. Sie haben eine unterschiedliche Lebensgeschichte - unterschiedliche Bildung - unterschiedliche wirtschaftliche Situationen - unterschiedliche soziale, kulturelle und politische Interessen.

Die Altersarbeit der Gemeinde Erlen richtet sich differenziert auf die verschiedenen Abschnitte des Alters aus. Im Zentrum steht ein gutes Selbstkonzept. Dieses hängt von Faktoren ab wie Gesundheit,

Selbstwertgefühl, Leistungsfähigkeit und sozialen Kontakten zu Gesellschaft, Familie, Freunden, Kolleginnen und Kollegen.

Gesellschaftliche Veränderungen des Alters (Erhöhung und Flexibilisierung des Rentenalters, neue Formen der Arbeitszeitorganisation ab 55, Teilzeitarbeit, Zeitmodelle für Freizeitarbeit etc.) sind im Jahr 2022 immer noch zu wenig fassbar. Sie werden die Diskussion um den Übergang in den nachberuflichen und nachfamiliären Lebensabschnitt in den kommenden Jahren aber weiter prägen.

1.4 Inhaltliche Ziele

Das Alterskonzept der Gemeinde Erlen soll für die ältere Generation gute Rahmenbedingungen und eine hohe Lebensqualität aufzeigen.

Ältere Menschen sollen

- ernst genommen werden
- als Mitglieder der Gesellschaft wertgeschätzt sein
- Solidarität erfahren und geben
- integriert sein
- bezahlbare Hilfe in guter Qualität erhalten
- so lange wie möglich in ihrem Zuhause bleiben können

2 Orientierungsrahmen

Das Konzept macht das Thema „Leben im Alter in Erlen“ sichtbar. Es ermöglicht die weitere Einbindung von Betroffenen und Beteiligten und fördert die Vernetzung aller interessierten Kreise. Mit ihren grundlegenden Handlungsfeldern ist die strategische Ausrichtung der Altersarbeit Erlen für die nächsten Jahre zusammengefasst.



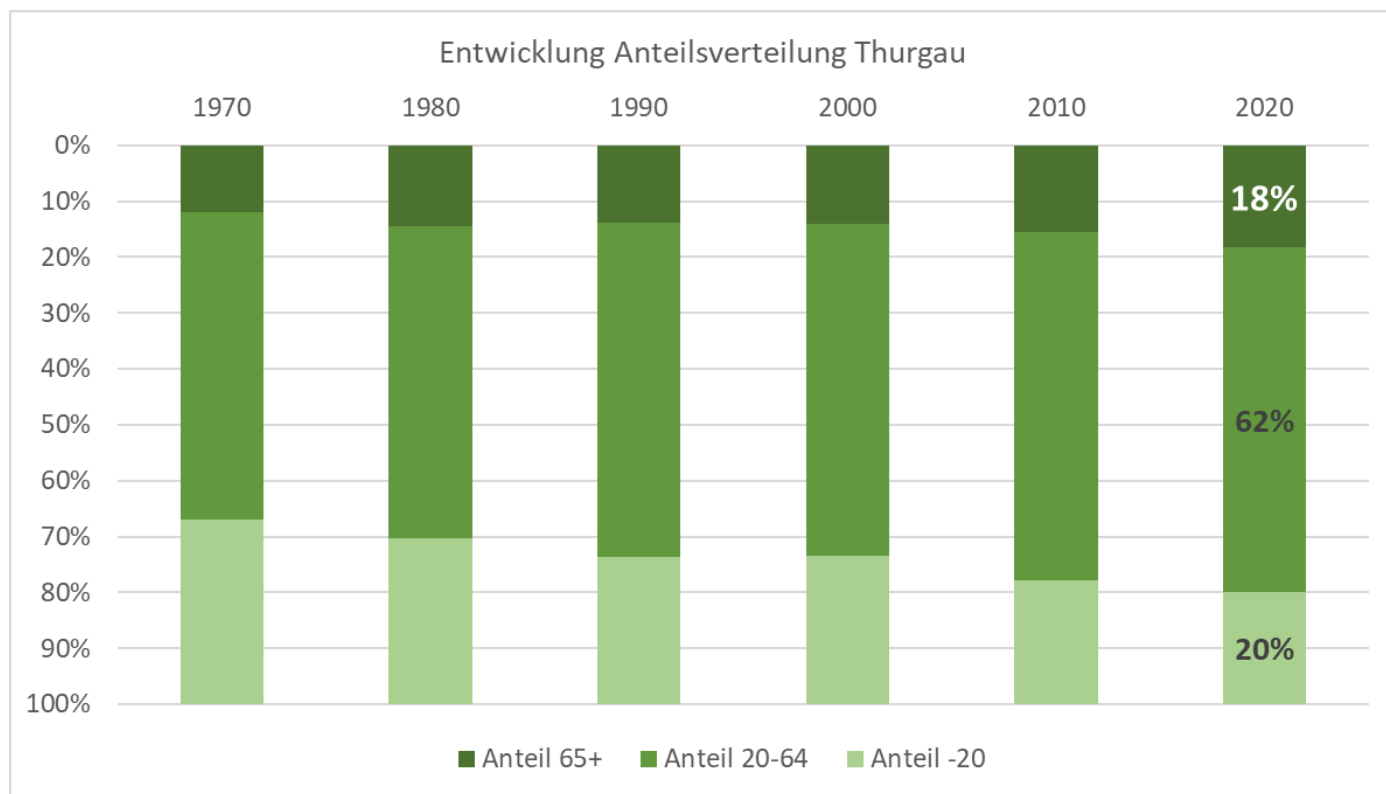
3 Bevölkerungsentwicklung

Wohnbevölkerung nach Altersgruppen	Thurgau 2000	Thurgau 2020	Erlen 2000	Erlen 2020	
Total	228'875	282'080	3'068	3'794	
0-19-Jährige	60'590	56'850	913	900	
20-64-Jährige	136'212	173'496	1'796	2'363	
65-Jährige und älter	32'073	51'734	359	531	
		14%	18%	12%	14%

Quelle: Dienststelle für Statistik Kanton Thurgau, Kantonale Bevölkerungserhebung

Während im Jahr 2021 rund 53'300 (19%) der Bevölkerung 65 Jahre oder älter waren, dürften im Jahr 2035 rund 88'800 (zwischen 26% und 27% der Bevölkerung) beinahe doppelt so viele Senioren im Thurgau leben. Auf jede zweite Person im erwerbsfähigen Alter (20-64 Jahre) käme dann eine Person im Rentenalter.

Im Zeithorizont bis 2050 wird vom Bundesamt für Statistik mit einer Zunahme der 65+ Generation auf 27.4% gerechnet.



4 Rahmenbedingungen und Trends

4.1 Rahmenbedingungen

- Das kantonale Alterskonzept vom 6. Dezember 2011 gibt Leitlinien für die Schaffung lokaler Konzepte in den Thurgauer Gemeinden.
- Palliative Care ist im Gesundheitsgesetz des Kantons Thurgau verankert und das Geriatrie- und Demenzkonzept Kanton Thurgau vom 29. März 2016 wird bis 2030 umgesetzt.
- Raschere Entlassungen vom Spital nach Hause sind vor allem für ältere Menschen belastend und schaffen zusätzliche Unterstützungsbedürfnisse im Rahmen der Übergangspflege.
- Diverse Gemeinden haben bereits seit einigen Jahren Konzepte erarbeitet und entsprechend Verbesserungsmassnahmen daraus umgesetzt. Es gilt, diese Erfahrungen zu nutzen.

4.2 Trends

- Weitere Zunahme der 65-Jährigen und der 80-Jährigen und Älteren in der Gemeinde Erlen: Es ist sowohl absolut als auch anteilmässig, vor allem bei den 80-Jährigen und Älteren, noch ein erhebliches Wachstum zu erwarten (Vgl. auch Kapitel 3).
- Es kann davon ausgegangen werden, dass die Lebenserwartung auch künftig noch steigen wird. Zum wachsenden Anteil älterer Menschen tragen niedrige Geburtenraten und eine steigende Lebenserwartung bei. Die Lebenserwartung (bei Geburt) liegt heute für Frauen bei 85 Jahren, für Männer bei gut 81 Jahren. In der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts stieg die Lebenserwartung der Frauen schneller als jene der Männer. Die Differenz hat sich seither allmählich verringert, Männer holen auf. Noch zu Beginn der 1990er Jahre hatten Frauen eine um 7 Jahre höhere Lebenserwartung als Männer, inzwischen sind es noch knapp 4 Jahre. Die Zeit nach der Pensionierung ist damit ein knapp zwei Jahrzehnte dauernder Lebensabschnitt, der vielfältige Potenziale eröffnet.
- Die Frage, ob mit der zusätzlichen Lebenserwartung auch die Zahl der behinderungsfreien Jahre ansteigt, wurde in der Vergangenheit verschiedentlich untersucht. Obwohl sich teilweise auch kritische Stimmen in Bezug auf die Auswirkungen von lebensstilbedingten gesundheitlichen Schäden melden, kann davon ausgegangen werden, dass die künftigen älteren Menschen tendenziell gesünder sind. Pro Altersgruppe werden auch weniger Personen in den Aktivitäten des täglichen Lebens eingeschränkt sein oder das Ausmass der Einschränkungen ist geringer. Dies ist teilweise auch auf ein vermehrtes Erkennen der Bedeutung von präventiven Verhaltensweisen im Alter zurückzuführen. Allerdings bestehen im Bereich der Prävention im Alter noch erhebliche unausgeschöpfte Potentiale.
- Die Bedeutung der modernen Kommunikationsmittel (E-Mail, Internet, telemedizinische Angebote etc.) hat auch für die ältere Generation zugenommen.
- Der Trend "ambulant vor stationär" bleibt bestehen. Die Mehrzahl der älteren Menschen will auch bei Hilfs- und Pflegebedürftigkeit zu Hause im gewohnten Umfeld unterstützt werden. Das Alters- und Pflegeheim wird zunehmend nur noch als Wohn- und Lebensort im Alter gewählt, "wenn es sein muss". Die durchschnittliche Aufenthaltsdauer im Alters- und Pflegeheim beträgt knapp zwei Jahre.
- Die Zahl von Menschen mit einer dementiellen Erkrankung wird weiter zunehmen und kognitive Einschränkungen werden vermehrt zum Grund für einen Alters- und Pflegeheimaufenthalt.
- Eine Abnahme eines persönlichen Engagements bez. der Freiwilligenarbeit zeigt sich im Dokument «Freiwilliges Engagement in der Schweiz 2020» vom Bundesamt für Statistik BFS.

Ausmass der Freiwilligenarbeit 2010–2020

Im Jahr 2020 gaben 41% der ständigen Wohnbevölkerung der Schweiz ab 15 Jahren an, in den letzten vier Wochen Freiwilligenarbeit geleistet zu haben (institutionalisierte und / oder informelle), das entspricht rund 3 Millionen Personen. Sie haben dafür im Durchschnitt 4,1 Stunden pro Woche unbezahlt gearbeitet.

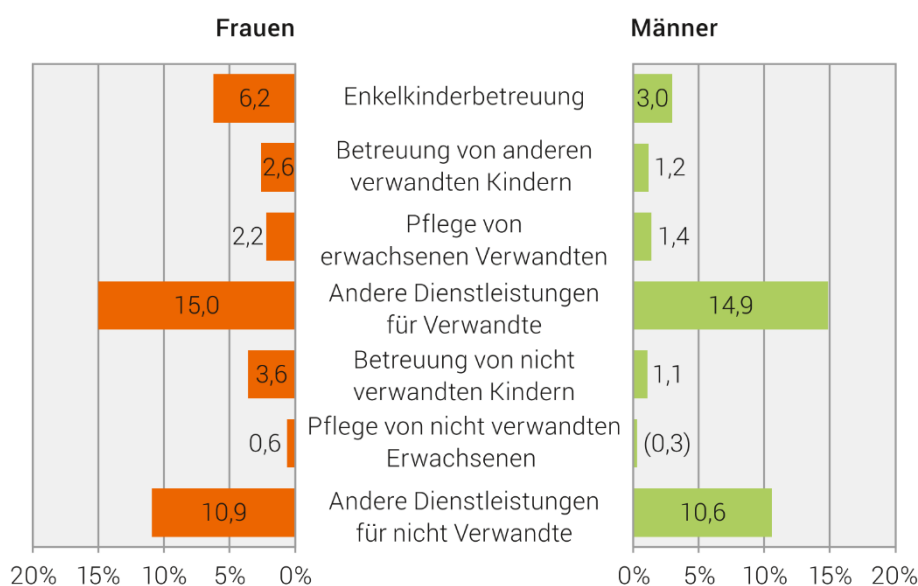
Die Beteiligung an institutionalisierter Freiwilligenarbeit blieb zwischen 2010 und 2016 konstant bei rund 20% der Bevölkerung, ging aber im Jahr 2020 auf rund 16% zurück.

Die institutionalisierte Freiwilligenarbeit in Vereinen und Organisationen war 2020 aufgrund der Covid-19-bedingten Schutzmassnahmen für die Bevölkerung relativ stark eingeschränkt.

Dieser Rückgang ist bei allen Altersgruppen zu verzeichnen.

Beteiligung an informeller Freiwilligenarbeit, 2020

In Prozent der Wohnbevölkerung ab 15 Jahren



(Zahl): Das Resultat beruht auf weniger als 50 Beobachtungen in der Stichprobe und ist deshalb mit grosser Vorsicht zu interpretieren.

Quelle: BFS – Schweizerische Arbeitskräfteerhebung (SAKE): Unbezahlte Arbeit © BFS 2021

5 Handlungsfelder der Alterspolitik Erlen

Sammlung und Gruppierung

Aktive Selbstorganisation <ul style="list-style-type: none"> ➤ Mittagstisch für Senioren (selbst kochen) ➤ Kochkurse ➤ Freiwilligenarbeit fördern, stärken ➤ Nachbarschaftshilfe ➤ Coaching durch Senioren 	Wohnen im Alter <ul style="list-style-type: none"> ➤ Altersgerechte Wohnungen ➤ barrierefrei, bezahlbar, zentral, betreut 	Verkehr, Mobilität, Infrastruktur <ul style="list-style-type: none"> ➤ Barrierefreiheit generell (Rollstuhl und Rollator) ➤ ÖV intern erschlossen ➤ Spazierwege vernetzt / Bänkli ➤ Öffentliche Plätze
Versorgung Lebensmittel und Dienstleistungen <ul style="list-style-type: none"> ➤ Vermittlung Haushaltshilfe, Landfrauen ➤ Kurse für PC / allg. Angebote ➤ Jobbörse ➤ Einkaufshilfe ➤ Fahrdienste (Rotkreuz) ➤ Mahlzeitendienst ➤ Starthilfe für neue Angebote ➤ Räumlichkeiten zur Verfügung stellen ➤ Aufsuchende Seniorenarbeit ➤ Rent a Rentner ➤ Hauslieferdienst 	Sicherheit im Alter <ul style="list-style-type: none"> ➤ Beleuchtung im öffentlichen Bereich ➤ Securitas ➤ Zuverlässiger Winterdienst ➤ Freiwillige Sozialberatung ➤ Fussgängerstreifen Poststrasse/Pizzeria 	Wissen, Information und Koordination <ul style="list-style-type: none"> ➤ Plattform Angebote / Agenda Jahresprogramm (Papierform) ➤ Unterstützung in Administration ➤ Koordinationsstelle, Ombudsstelle als Beispiel ➤ Koordination Trägerschaften
Geselligkeit, Gesundheit und Freizeit <ul style="list-style-type: none"> ➤ Unterhaltung, Spiele, Jassen etc. ➤ Seniorennachmittag ➤ Frühlingsausfahrt ➤ Sommerausfahrt ➤ Sportangebote ➤ Jungseniorenanlass ➤ Integration in gemeinsame Aktivitäten ➤ Wandergruppen ➤ Spaziergruppen ➤ Generationenmittagstisch 	Ambulante Pflege <ul style="list-style-type: none"> ➤ Private Spitex Anbieter ➤ Tagesstätten für Menschen mit Demenz ➤ Entlastungsdienst für pflegende Angehörige ➤ Arztversorgung ➤ Spitex => Stützpunkt 	Stationäre Pflege <ul style="list-style-type: none"> ➤ Altersheim / Pflegeheim
Spiritualität, Sterben und Tod <ul style="list-style-type: none"> ➤ Kirchen / Geistliche ➤ Freizeit und Ferienangebote für Senioren 		

Bestehende Angebote

Zukünftig mögliche Handlungsfelder

5.1 Aktive Selbstorganisation

Der Austritt aus dem Erwerbsleben ist der Beginn eines neuen Lebensabschnittes, der verschiedene Ressourcen birgt. Neben den vorhandenen finanziellen Mitteln (mehr als die Hälfte des Vermögens ist in den Händen der über 65-Jährigen) finden sich bei diesen Seniorinnen und Senioren soziales Potential und Bildungskapital. Sie möchten weiterhin einer sinnvollen Beschäftigung/Aktivität nachgehen, die finanzielle Entschädigung dafür ist nebensächlich. Die Tätigkeit sollte eine Tagesstruktur bieten und das Gefühl weiterhin «gebraucht» zu werden, vermitteln. Eine aktive Lebensweise trägt dazu bei, länger geistig und körperlich fit zu bleiben. Zu akzeptieren ist aber auch, dass es Menschen gibt, die solche Strukturen nicht mehr möchten.

5.1.1 Bestehendes

In der Gemeinde Erlen organisiert die Senioren-Vereinigung Kochkurse mit anschliessendem Essen und bietet Seniorenturnen an. Viele rüstige Pensionierte sind in Vereinen oder Organisationen tätig oder leisten Freiwilligenarbeit in der Familie, bei Freunden oder Nachbarn. Eine Koordination der verschiedenen Möglichkeiten für Anbieter und Bezüger besteht jedoch nicht.

Senioren-Kochkurs



5.1.2 Fazit

Koordinierte Informationen über bestehende Angebote für Freiwilligenarbeit, Hilfestellungen sind nicht vorhanden und müssen auf Eigeninitiative gefunden werden.

Erfahrungen zeigen, dass Menschen, die regelmässig mit anderen in Kontakt stehen, länger aktiv bleiben. Soziale Netze in der Gemeinde sind daher zu unterstützen.

5.1.3 Ziele

Eine nach Themen strukturierte Aufstellung von

- Angeboten für Hilfesuchende
 - Anlaufstelle für Bietende
- in Papierform und elektronisch

5.1.4 Ideen

- Freiwilligenarbeit fördern, stärken
- Nachbarschaftshilfe
- Coaching durch Senioren
- Seniorinnen-, Senioren-Mittagstisch
- Mittagstisch im Restaurant, privat oder Lokalität

5.1.5 Der Weg

Die Gemeinde

- bietet eine Plattform für eine Koordination der Angebote
- bietet Räumlichkeiten an
- wertschätzt die Freiwilligenarbeit und Nachbarschaftshilfe

5.2 Wohnformen im Alter

Bei der älteren Bevölkerung steht an erster Stelle der Wunsch, möglichst lange in der eigenen Wohnung oder dem eigenen Haus zu bleiben. Einschränkungen des selbständigen Wohnens im Alter haben ihre Ursache aber oft in den baulichen Situationen im Haus oder der Wohnung. Treppen, Schwellen und schmale Türen stellen für körperlich beeinträchtigte Personen nicht überwindbare Hindernisse dar. Eine Wohnsituation, welche auf die persönlichen Bedürfnisse und die Lebenssituation ausgerichtet ist, beeinflusst aber entscheidend die Selbständigkeit der älteren Menschen. Die Möglichkeit, in vertrauter Umgebung altersgerechte, bezahlbare Wohnungen beziehen zu können, wird gefordert. Die Möglichkeit, zusätzlich Betreuungsangebote zu beziehen, ist ebenfalls gewünscht.

5.2.1 Bestehendes

In Erlen besteht kein Angebot an Seniorenwohnungen mit Anbindung an einen Betreuungsdienst (Alterszentrum). Die neu erstellten, barrierefreien Mehrfamilienhäuser befinden sich mehrheitlich dezentral.

In den meist älteren Liegenschaften beeinflussen bauliche Aspekte wie Treppen, Schwellen, fehlende Lifte die Wohnsituation negativ. Bauberatungen durch Pro Senectute und Pro Cap-Fachberatungsstellen sind noch zu wenig bekannt.

Um möglichst lange in der eigenen Wohnung oder im eigenen Haus zu bleiben, wird bei Bedarf die Unterstützung in Form von Haushalthilfen, Mahlzeitendiensten, Pflege etc. notwendig. Diese Angebote sind in Erlen abrufbar, aber nicht für jeden finanzierbar.

5.2.2 Fazit

Damit die ältere Bevölkerung möglichst lange in der gewohnten Umgebung bleiben könnte, wäre das Vorhandensein von zentralen Seniorenwohnungen mit Anbindung an ein Seniorenheim nötig. Da das Erlener APH aber im Schloss Eppishausen stationiert ist, lässt sich dies nicht realisieren.

Anzustreben ist die Sicherstellung der Bezugsmöglichkeit von Unterstützungen. Diese werden in Erlen von der Spitex, dem Mahlzeiten- und Rotkreuzfahrdienst, der Haushalthilfe der Landfrauen etc. angeboten.

5.2.3 Ziele

Initiative Projekte für altersgerechten, bezahlbaren Wohnraum im Zentrum werden willkommen geheißen.

Die Sicherstellung von Unterstützungsangeboten wie Spitex, Mahlzeiten- und Rotkreuzfahrdienste etc.

Die Förderung der Nachbarschaftshilfe.

5.2.4 Ideen

- Altersgerechte Wohnungen, barrierefrei, bezahlbar, zentral, betreut

5.2.5 Der Weg

Da z.Zt. keine Anbindung an ein Alterszentrum möglich ist, ist eine Realisation der gewünschten Wohnform nicht möglich.

Die Gemeinde

- sichert das Spitex-Angebot
- weist bei baulichen Massnahmen auf die Bauberatungen der Fachstellen hin
- wertschätzt die Freiwilligenarbeit

5.3 Verkehr, Mobilität, Infrastruktur



Mobilität ist eine wichtige Grundlage, um am gesellschaftlichen Leben teilhaben zu können. Mit zunehmenden körperlichen Einschränkungen verändern sich auch die Fähigkeiten und Möglichkeiten der Mobilität. Wer Auto oder Velo nicht mehr nutzen kann, ist auf Hilfestellungen angewiesen oder muss den öffentlichen Verkehr nutzen, welcher dann eine besondere Bedeutung erhält. Personen, die auf den Rollator oder auf Gehilfen angewiesen sind, bemerken schnell, dass auch hier Hürden zu überwinden sind. Solche Hindernisse sind auch im öffentlichen Raum zu finden und werden mit grösser werdenden körperlichen Beschwerden für die Betroffenen zu Problemen. Für Personen mit eingeschränkter Mobilität ist es daher zentral, dass sie wichtige Zielorte wie Läden, Restaurants, Bahnhof etc. möglichst hindernisfrei erreichen können. Auch Spazierwege sollten Rollator tauglich sein und Ruhemöglichkeiten (Bänkli) bieten.

5.3.1 Bestehendes

Die Anbindung an den öffentlichen Verkehr ist für noch mobile Seniorinnen und Senioren gut. Der Halbstundentakt bietet gute Verbindungen in alle Richtungen.

In Buchackern besteht die Möglichkeit, die zentralen Bahnhöfe Sulgen, Bischofszell und Amriswil mit einem subventionierten Taxidienst zu erreichen.

Personen, die nicht mehr mobil sind, können für medizinisch-therapeutische Fahrten oder Fahrten sozialer Art (Einkaufen, Behördengang etc.) auf den Rotkreuzfahrdienst zurückgreifen.

In Erlen (Zentrum) ist die Versorgung mit Lebensmitteln des Alltagsbedarfs gewährleistet. Ebenfalls sind eine Postagentur, zwei Banken und Coiffeure zu finden. Personen mit eingeschränkter Mobilität, welche in Riedt, Ennetaach, Buchackern, Kümmertshausen oder Engishofen wohnen, sind auf Hilfestellungen von Nachbarn etc. angewiesen, da keine interne ÖV-Verbindung nach Erlen besteht.

Das Gemeindehaus ist intern nicht behindertengerecht erschlossen. Die in der Mobilität eingeschränkten Besucher werden vom Verwaltungspersonal im EG aufgesucht.

Im öffentlichen Strassenraum wird bei Sanierungen auf ein behindertengerechtes Bauen geachtet.

Die Politische Gemeinde Erlen ist eine ländliche Gemeinde, es bestehen in allen Gebieten viele Spazierwege. Eine Vernetzung fehlt teilweise, ebenfalls findet man nur sporadisch ein Bänkli und die Befahrbarkeit mit Rollator und Rollstuhl ist nicht immer gegeben.

5.3.2 Fazit

Die Situation der Mobilität und Versorgung ist für Erlen grundsätzlich gut. Die innere Erschliessung mit dem ÖV ist nicht gegeben. Gemäss Bevölkerungsbefragung 2022 wird dies von der Bevölkerung gewünscht.

Dienstleistungen der Gemeinde sind auch für Personen mit körperlicher Einschränkung problemlos erhältlich.

Rollstuhl und Rollator gängige Spazierwege sind vorhanden, das Angebot an Ruhemöglichkeiten ist noch spärlich.

5.3.3 Ziele

Prüfen eines subventionierten Taxiangebotes.

Umsetzung des geplanten Rundweges, rollstuhl- und rollatorgängig, mit genügend Bänkli.

Einhaltung des behindertengerechten Bauens im öffentlichen Raum.

5.3.4 Ideen

- ÖV intern erschlossen
- Vernetzte Spazierwege mit Sitzgelegenheiten (Bänkli)
- Barrierefreiheit generell
- Installation einer öffentlichen Toilettenanlage (z.B. beim Spielplatz)

5.3.5 Der Weg

Die Gemeinde

- zeigt sich offen für eine interne Erschliessung mittels Taxibetrieb, sofern finanzierbar
- geht die Realisierung des Rundweges aktiv an und achtet auf eine Befahrbarkeit mit Rollstuhl und Rollator
- setzt sich weiterhin für den Erhalt der Einkaufsmöglichkeiten für den Alltag ein
- wertschätzt den Rotkreuzfahrdienst

5.4 Versorgung Lebensmittel und Dienstleistungen



Das Vorhandensein von Verkaufsorganisationen für den täglichen Lebensmittelbedarf in der Wohnge-
meinde wird mit nachlassender Mobilität immer wichtiger. Kann die Beschaffung nicht mehr selbstän-
dig erfolgen, erhalten Mahlzeitendienste und Lieferdienste grössere Bedeutung. Besteht ein Mittags-
tisch für Senioren, ist dies eine weitere Möglichkeit für eine regelmässige Verpflegung. Dienstlei-
stungsbetriebe wie Banken und Post sollten in einer altersgerechten Form erhalten bleiben. Die ärztli-
che Versorgung vor Ort kann heute nicht mehr gewährleistet werden, umso wichtiger sind die Rot-
kreuzfahrtdienste. Eine grosse Palette an Dienstleistungen werden von Pro Senectute angeboten, je-
doch sind diese nicht für alle finanzierbar. Daher nimmt auch hier die Freiwilligenarbeit ihren Platz
ein, so sollen Jungsenioren ihre Erfahrung aus der vergangenen Arbeitszeit einsetzen (PC-Kurse, ad-
ministrative Unterstützung etc.).

5.4.1 Bestehendes

In der Gemeinde bestehen im Zentrum gute Angebote für den täglichen Lebensmittelbedarf sowie
teils Post- und Bankdienstleistungen. Ein erweitertes Einkaufsangebot fehlt. Weiter darf die Gemeinde
auf einen gut organisierten Rotkreuzfahr- und Mahlzeitendienst zählen. Die Angebote der Pro Senec-
tute sind bekannt, z.Zt. besteht jedoch bei der Ortsvertretung eine Vakanz. Weniger präsent sind die
Angebote des Thurgauer Landfrauenverbandes. Beinahe unbekannt ist die Jobbörse der OJA, bei wel-
cher Jugendliche gegen eine geringe Entschädigung ihre Hilfe anbieten.

In unserem Dorf sind aber auch brachliegende Ressourcen zu finden, rüstige Seniorinnen und Senio-
ren würden gerne ihr Wissen oder Können weitergeben, dafür aber kein Geld, sondern eine Gegen-
leistung beziehen.

Vermittlung Haushalthilfe durch Thurgauer Landfrauenverband

Kurse allgemein und PC

Jobbörse (OJA)

Einkaufshilfe

Rotkreuzfahrtdienst

Mahlzeitendienst

RS-Integration (Hilfsangebote für finanziell schwächere Einwohnerinnen/Einwohner)

5.4.2 Fazit

Ein Grundangebot für die tägliche Versorgung besteht für mobile Seniorinnen und Senioren. Weitere
Dienstleistungen können über Organisationen, gegen Bezahlung, bezogen werden. Aber auch hier
fehlt eine Orientierungshilfe. Die Ärzteversorgung ist z.Zt. noch gewährleistet.

5.4.3 Ziele

Die bestehenden Verkaufsstellen des täglichen Grundbedarfes sollen erhalten bleiben.

Die Senioren und Seniorinnen sind über bestehende und neue Angebote im Dienstleistungsbereich in-
formiert und können ihren Erfahrungsschatz/ihr Wissen, wenn erwünscht, einbringen.

5.4.4 Ideen

- Starthilfe für neue Angebote
- Räumlichkeiten zur Verfügung stellen
- Aufsuchende Seniorenarbeit
- Administrative Unterstützung (Budget, Formulare, Steuern)
- Rent a Rentner

5.4.5 Der Weg

Die Gemeinde

- bemüht sich um den Erhalt der bestehenden Angebote des täglichen Grundbedarfs
- unterstützt und wertschätzt den Rotkreuz- und Mahlzeitenfahrdienst
- schafft eine Koordinations-/Anlaufstelle für das Alter (Fachstelle 65+)
- informiert über wenig bekannte oder neue Angebote periodisch (Webseite, Anzeiger, Flyer etc.)

5.5 Sicherheit im Alter

Der Einstieg ins Leben als Pensionär, Pensionärin bedeutet für viele eine grosse Zäsur und nicht alle Jungsenioren und Jungseniorinnen sind gleich gut vorbereitet auf diese 3. und 4. Lebensphase. Informationen über finanzielle Veränderungen, wie auch das Wissen betreffend Vollmachten und Verfügungen, sollten sie idealerweise bereits vor dem Rentenantritt erhalten und mögliche Anpassungen müssen geplant werden. Zunehmende Altersbeschwerden wie vermindertes Hörvermögen, abnehmende Sehtüchtigkeit, eingeschränkte Beweglichkeit, langsamere Wahrnehmung und Informationsaufnahme fördern die Unsicherheit im häuslichen Wohnraum und schränken auch die Mobilität im Dorf ein. Einsamkeit und die Angst vor Kriminalität sind auch Faktoren, welche das Sicherheitsempfinden mindern.

5.5.1 Bestehendes

- Seniorenturnen (Sturzprophylaxe)
- Pro Senectute Angebote
- Freiwillige Sozialberatung

5.5.2 Fazit

Es bestehen bereits einige Angebote, diese sollten idealerweise noch durch zusätzliche, periodisch stattfindende Anlässe/Kurse erweitert werden. Für viele Menschen ist der Gang zu einer sozialen Beratungsstelle oftmals mit Scham verbunden. Darum ist es wichtig, Beratungsangebote niederschwellig und durch Vertrauenspersonen anzubieten.

5.5.3 Ziele

Neuseniorinnen und Neuseniorinnen starten gut informiert in ihren 3. Lebensabschnitt. Beratungsangebote sollen niederschwellig zur Verfügung stehen und themenspezifische Anlässe werden periodisch organisiert. Die freiwillige Sozialberatung durch die Sozialen Dienste ist bekannt und wird vermehrt genutzt.

5.5.4 Ideen

- Periodische Veranstaltungen über Sicherheit vor Einbruch, Trickbetrügern etc. durch die Polizei
- Periodische Anlässe zu finanziellen (AHV, IV, EL) und Krankenkassen Themen
- Kurse zur Verhinderung von Stürzen im häuslichen Umfeld
- Unterstützung von nachbarschaftlicher «Sicherheitshilfe» (per Telefon oder visuell)

5.5.5 Der Weg

Die Gemeinde

- führt analog den Jungbürger und Neuzuzüger Anlässen ein Jungsenioren-Anlass ein
- unterstützt Angebote/Anlässe zum Thema Sicherheit (Polizei/Pro Senectute)
- ist besorgt um gut beleuchtete öffentliche Strassen und Wege
- unterstützt und stärkt die Senioren-Vereinigung

5.6 Wissen, Information und Koordination

Bei der Erarbeitung dieses Alterskonzeptes hat sich gezeigt, dass Erlen viele Angebote und Dienstleistungen für die ältere Bevölkerung zu bieten hat. Die Koordination der Angebote und das Wissen darüber fehlen jedoch. Informationen über bestehende Angebote sind oft nicht bekannt oder schwer bzw. nur einem eingeschränkten Personenkreis zugänglich. Ansprechpersonen und Zuständigkeiten sind nicht immer klar geregelt.

Das Vorhandensein einer niederschweligen Anlaufstelle für Altersfragen würde dazu beitragen, dass die ältere Bevölkerungsgruppe unkompliziert an benötigte Informationen gelangen kann und die Möglichkeit hat, allfällige Bedürfnisse zu deponieren.

5.6.1 Bestehendes

Der Vorstand der Senioren-Vereinigung hat ein grosses Wissen über bestehende Angebote und Dienstleistungen. Auskünfte müssen aber eingeholt werden. Trotz Einladung aller Neupensionäre ist die Organisation nicht allen präsent.

Dienste und Angebote des Roten Kreuzes und Pro Senectute sind bekannt.

Im «Finder» der Gemeinde sind die vielseitigen Angebote aus den Bereichen Soziales und Gesundheit aufgeführt.

5.6.2 Fazit

Eine Anlaufstelle kann das Wissen über die bestehenden Angebote sammeln, die Bevölkerung informieren und Bedürfnisse der Bevölkerung aufnehmen und weiterleiten. Der Aufbau einer solchen niederschweligen Anlaufstelle ist anzugehen.

5.6.3 Ziele

Die Anlaufstelle «Fachstelle 65+» der Gemeinde publiziert eine periodisch aktualisierte Broschüre, welche alle altersspezifischen Angebote in der Gemeinde, die Kontaktpersonen und Angaben zur Kontaktaufnahme enthält. Die Inhalte der Broschüre können auch über das Internet abgerufen werden. Ebenfalls ist sie Anlaufstelle für allgemeine Auskünfte rund um das Alter und nimmt sich Anliegen aus dieser Bevölkerungsgruppe an.

5.6.4 Ideen

- Plattform Angebote/Agenda/Jahresprogramm
- Koordinationsstelle (Ombudsstelle als Beispiel)
- Koordination Trägerschaften

5.6.5 Der Weg

Die Gemeinde bildet eine Alterskommission und schafft eine Teilzeitstelle «Fachstelle 65+» und besetzt diese mit einer geeigneten Person.

5.7 Geselligkeit, Gesundheit und Freizeit



Die Pensionierung bedeutet für die meisten Menschen den Beginn eines neuen Lebensabschnittes, der viele Veränderungen mit sich bringt. Durch den Wegfall der Berufstätigkeit wird eine Neugestaltung des Lebens notwendig. Einteilung des Tagesablaufs, Engagement und Beschäftigung und Neugestaltung des Familienlebens begleiten diesen Umbruch. Was für die Einen völlig unproblematisch verläuft, ist für Andere mit grossen Hürden besetzt. Eine grosse Bedeutung haben in dieser Lebensphase körperliche und geistige Aktivitäten. Sie haben präventiven Charakter und fördern den sozialen Austausch. Im Verlauf des Alterns beeinflusst das Nachlassen der körperlichen und geistigen Kräfte den Alltag. Dies kann bedeuten, den Alltag weniger mit körperlichen Aktivitäten und dafür mit mehr Geselligkeit zu gestalten.

5.7.1 Bestehendes

Dank einer aktiven Senioren-Vereinigung bestehen bereits gute Grundangebote für Senioren. Diese Angebote berücksichtigen jeweils auch Seniorinnen und Senioren, die dem fragilen Alter entgegen gehen.

- Seniorennachmittag
- Frühlings- und Sommerausfahrt
- Sportangebote
- Unterhaltung, Spiele, Jassen etc.

5.7.2 Fazit

Die vorhandenen Aktivitäten werden von der Senioren-Vereinigung koordiniert und organisiert. Die Angebote könnten weiter ausgebaut werden, dafür benötigt die Senioren-Vereinigung aber Unterstützung. Neue Aktivitäten sollten differenziert auf die körperlichen/geistigen Möglichkeiten der Seniorinnen und Senioren ausgerichtet sein. Bei den bestehenden Angeboten fehlt der Austausch zwischen Jung und Alt.

5.7.3 Ziele

Ausbau der bestehenden Angebote, abgestimmt auf die verschiedenen gesundheitlichen Stufen. Generationenübergreifende Aktivitäten und Integrationsbestrebungen sind anzugehen.

5.7.4 Ideen

- Jungseniorenanlass
- Wandergruppe / Spaziergruppen
- Generationenmittagstisch
- Kulturenmittagstisch

5.7.5 Der Weg

Die Gemeinde unterstützt die Tätigkeiten

- durch Administrations-/ Koordinationshilfe
- Bekanntmachung der Anlässe
- finanzielle Anstosshilfe
- stellt Räumlichkeiten zur Verfügung

5.8 Ambulante Pflege

Mit zunehmendem Alter und nachlassenden Kräften erhalten ambulante Angebote eine immer grössere Bedeutung für die Bevölkerung. Insbesondere Personen im pflegebedürftigen Alter nutzen vermehrt das umfassende Angebot von Beratung, Unterstützung, Betreuung und Pflege zu Hause. Bei der Entlastung von pflegenden Angehörigen kommt diesen Angeboten eine besondere Bedeutung zu. Eine aufwendige Pflege/Betreuung kann dauerhaft nur mit Unterstützung ambulanter Angebote geleistet werden. Mit der fachlichen Unterstützung kann auch ein Heimeintritt verzögert werden. Neben den ambulanten Betreuungs-Angeboten für die meist ältere Generation ist das Vorhandensein einer ärztlichen Grundversorgung in der Wohngemeinde von der ganzen Bevölkerung gewünscht. Dies in Zukunft sicherzustellen, ist eine Herausforderung für alle Gemeinden. Etliche Allgemeinmediziner stehen kurz vor dem Pensionsalter und eine Nachfolge ist nicht in Sicht.

5.8.1 Bestehendes

Die Gemeinde Erlen ist der Spitex Mittelthurgau, Weinfelden, angeschlossen. Diese Organisation bietet ein umfangreiches Dienstleistungsangebot an 365 Tagen pro Jahr an (Pflegerische, hauswirtschaftliche und sozialbetreuerische Leistungen sowie eine Betreuung plus).

Private Spitex-Dienste ergänzen das Angebot der Spitex Mittelthurgau.

In Erlen ist eine Hausarztpraxis mit einem Arzt angesiedelt, dieser hat das Pensionsalter bereits überschritten. Eine Nachfolgelösung fehlt.

Das Rote Kreuz, wie auch die Pro Senectute bieten Entlastungsdienste für betreuende Angehörige an.

Es bestehen Tagesstätten für Menschen mit Demenz zur Entlastung der Angehörigen (Oase Amriswil und Romanshorn sowie Tageszentrum Seraphin, Sulgen)

5.8.2 Fazit

Die Hilfe zu Hause ist gewährleistet wie auch eine minimale Ärzteversorgung. Es ist aber wichtig, dass die Gemeinde das Projekt Ärztezentrum prioritär angeht.

5.8.3 Ziele

Entsprechend dem Wunsch der meist älteren Menschen, auch bei Hilfs- und Pflegebedürftigkeit zu Hause unterstützt zu werden, soll die Gemeinde weiterhin die regionale Spitex-Organisation finanziell unterstützen und damit ein leistungsfähiges Angebot an ambulanten Hilfen sicherstellen.

5.8.4 Ideen

- Ärzteversorgung
- Tagesplätze zur Entlastung betreuender Angehöriger in Erlen

5.8.5 Der Weg

Die Gemeinde

- verfolgt das Projekt Ärztezentrum weiter
- unterstützt die Spitex Mittelthurgau weiterhin finanziell
- steht neuen Modellen der ambulanten Betreuung und Pflege positiv entgegen
- Möglichkeiten prüfen, im APH Schloss Eppishausen Tagesplätze zur Entlastung von Angehörigen anzubieten

5.9 Stationäre Pflege



Die stationäre Pflege im Kanton Thurgau ist gesichert und es besteht ein dichtes Angebot an Langzeit-Pflegebetten. In den letzten Jahren zeichnet sich aber immer mehr ab, dass der Eintritt in ein APH so lange wie möglich herausgezögert wird und dadurch die Verweildauer bis zum Tod tendenziell immer kürzer, der Bedarf an Pflege und Betreuung dafür umso intensiver ausfällt. Zudem sind die Ansprüche an ein APH gestiegen. Idealerweise liegen Alterswohnungen, betreutes Wohnen und ein APH räumlich nahe beieinander und in Zentrumsnähe.

5.9.1 Bestehendes

In Erlen selber werden 43 Pflegeplätze im APH Schloss Eppishausen angeboten. Davon sind rund 8 Betten in einer geschützten Wohngruppe für Menschen mit Demenz Erkrankung. Das Schloss Eppishausen gehört einer Stiftung und das APH wird durch die Trägerschaft der «Familie Mariens» nach christlichen Grundsätzen und mit gemeinnützigem Zweck betrieben. Das APH Eppishausen liegt etwas ausserhalb, auf einem Hügel in schöner und ruhiger Umgebung. Es ist zu Fuss durch einen Spaziergang von 20 Minuten oder mit dem Auto erreichbar.

5.9.2 Fazit

Erlen hat genügend vorhandene Pflegebetten, ungünstigerweise sind diese durch die dezentrale Lage schlecht im Dorfleben integriert und die Erreichbarkeit ist nicht für alle Besuchergruppen ideal. Heute ist der Wunsch nach modernen, gut erreichbaren und im Dorf- oder Quartierleben integrierte Pflegeheime gross und oftmals werden angrenzend Alterswohnungen oder Alters-Wohngruppen mit Betreuung nach Wunsch angeboten.

5.9.3 Ziele

Wir erhalten in Erlen weiterhin genügend bewilligte und attraktive Pflegeplätze für unsere Einwohner.

5.9.4 Ideen

- Eine Pflegewohngruppe zentral in Erlen
- Angrenzend Wohnen im Alter mit der Möglichkeit, Betreuung durch das APH Schloss Eppishausen zu beziehen

5.9.5 Der Weg

Wir suchen gemeinsam mit der Stiftung des APH Eppishausen eine Lösung, das APH besser im Dorf zu integrieren und tauschen uns über Möglichkeiten aus, eine Pflegeeinheit zentral zu betreiben und Betreuungsangebote für Wohnen im Alter anzubieten.

5.10 Spiritualität, Sterben und Tod



Die Auseinandersetzung mit dem Thema «der Sinn des Lebens» begleitet uns von Jung bis Alt. In der 3. und 4. Lebensphase nehmen diese Fragen wahrscheinlich immer mehr Platz ein. Krankheit, Schmerzen, den Verlust von geliebten Menschen, das Wissen über die eigene Endlichkeit können Ängste, Trauer aber auch den Wunsch nach spiritueller Unterstützung und Begleitung wecken oder verstärken.

Die Landeskirchen bieten ein vielfältiges Angebot an seelsorgerischer Begleitung. Zudem finden Menschen auch Unterstützung in Freikirchen oder ausserhalb kirchlicher Strukturen. Auch gehört ein Teil der Bevölkerung einer anderen Glaubensgemeinschaft an.

5.10.1 Bestehendes

- Evangelische Kirchgemeinde Erlen/Amriswil
- Katholische Kirchgemeinde Sulgen/Amriswil
- Diverse Freikirchen

5.10.2 Fazit

Für Menschen, welche seelsorgerische Begleitung und Unterstützung suchen steht ein breites Angebot zur Verfügung. Die Kirchen organisieren Seniorennachmittage, Ausflüge, Ferien, Besuchsdienste, gemeinsame Mittagessen und spezielle Anlässe.

5.10.3 Ziele

Religiosität, Spiritualität und Fragen nach dem Lebenssinn sind private Angelegenheiten.

Die PG Erlen pflegt den Austausch mit den kirchlichen Körperschaften und hilft auf Wunsch den Kontakt zu Seelsorgender herzustellen.

Ältere Menschen finden bei uns die gewünschte Unterstützung und Begleitung.

5.10.4 Ideen

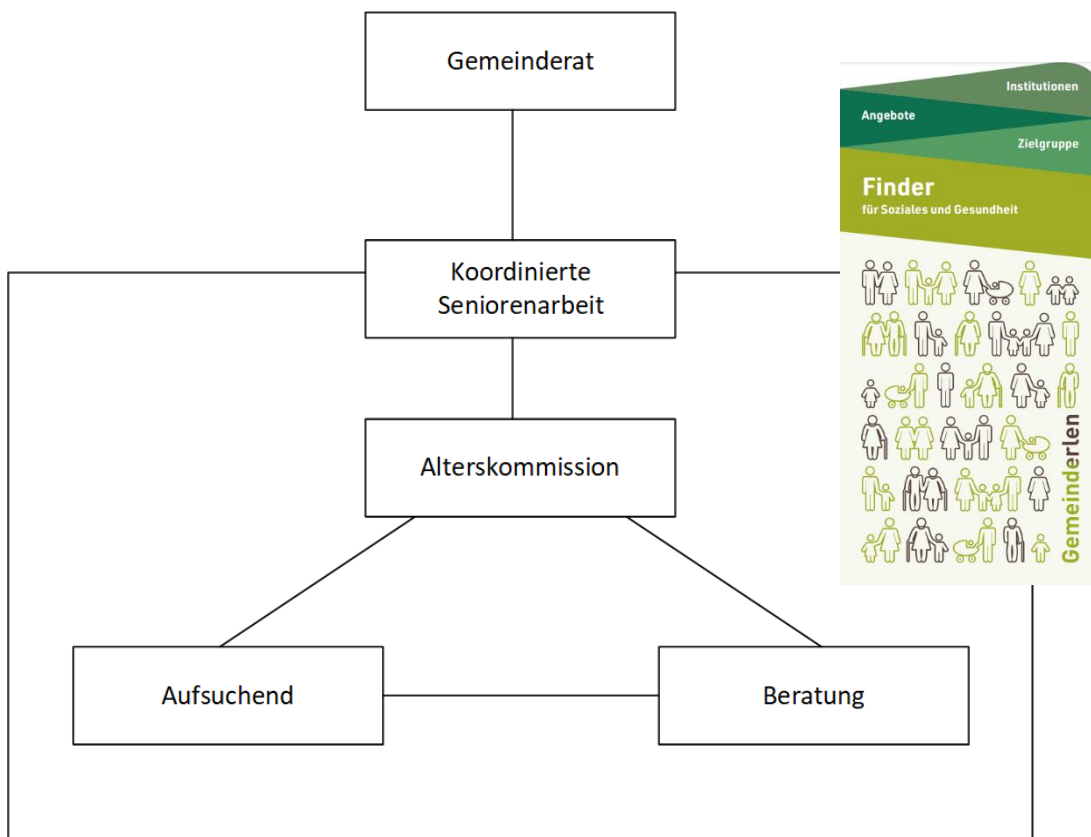
- Periodischer Austausch zu aktuellen Themen rund ums Alter mit den kirchlichen Körperschaften

5.10.5 Der Weg

Regelmässige Koordination zwischen Alterskommission und Vertretung der Kirchen.



6 Netzwerk



Version 1.0 – 24. November 2022

Mitglieder der Projektgruppe Konzept 65+ :

- Nicole Fischer, Gemeinderätin, Vorsitz
- Thomas Bosshard, Gemeindepräsident
- Ursula Weibel, Gemeindeschreiberin
- Erika Kaufmann, Leiterin Soziale Dienste
- Elsi Steiner, Senioren-Vereinigung
- Franz Tschopp, Senioren-Vereinigung
- Beat Wild, Senioren-Vereinigung
- Ivana Miladinovic, Pro Senectute