



Alterszentren mit spezieller Ausrichtung

**Ein Zuhause für ältere Menschen
mit psychischen oder sozialen
Beeinträchtigungen**

Auch psychosozial beeinträchtigte Menschen werden älter

Psychische Erkrankungen sind in der gesamten Bevölkerung und allen Altersklassen eine Tatsache. So leidet auch ein Anteil älterer Menschen an psychischen Erkrankungen oder befindet sich in schwierigen Lebenssituationen. Die Betreuung und Begleitung dieser Menschen stellen hohe Anforderungen an das Umfeld.

Die beiden städtischen Alterszentren Balderen und Selnau sind auf diese spezialisierte und intensive Begleitung ausgerichtet. Betreut und begleitet von erfahrenen und gut ausgebildeten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, finden hier sozial und psychisch beeinträchtigte Menschen ein Zuhause. Der stabile Lebensrahmen ermöglicht ihnen, ihren Alltag weitgehend selbstständig zu gestalten.

Die Mehrheit der Bewohnerinnen und Bewohner zieht aus der eigenen Wohnung in eines der spezialisierten Alterszentren, manche nach einem vorgängigen Aufenthalt in einem Spital oder einer psychiatrischen Klinik. Einige haben bereits in einer Langzeitinstitution gelebt.

Wie in den städtischen Alterszentren üblich, werden die Bewohnerinnen und Bewohner weiterhin von ihren Hausärztinnen und Hausärzten betreut. Ergänzend besteht eine enge Zusammenarbeit mit spezialisierten Ärztinnen und Ärzten.

Die beiden kleinen und überschaubaren Alterszentren Balderen und Selnau bieten älteren Menschen ein Zuhause, die sich weder in einem regulären Alterszentrum noch in einer psychiatrischen Institution wohlfühlen würden.

Zum Beispiel Herr M.

Seit vielen Jahren leidet Herr M. wiederkehrend an schweren Depressionen. Der sonst lebenslustige und vielseitig interessierte Mann ist dann lethargisch und hilflos, einfachste alltägliche Aufgaben kann er nicht bewältigen. In solchen Momenten braucht es viel Geduld, Zuwendung und Unterstützung des Betreuungsteams, damit er morgens aufsteht, seine Mahlzeiten einnimmt, zwischendurch einen Spaziergang macht oder auch nur ein bisschen Musik hört. Klingt die depressive Phase ab, wird er unternehmungslustig und oft übereifrig, was das Zusammensein mit ihm sehr schwierig macht. Mitbewohnerinnen und -bewohner, Betreuende, aber auch Angehörige sind dadurch stark belastet. Sie alle müssen lernen, wie sie mit Herrn M. in den verschiedenen Phasen umgehen können, damit er weder unnötig eingeschränkt ist noch sich vernachlässigt fühlt.

Erhöhte Verletzlichkeit und Empfindlichkeit

In den spezialisierten Alterszentren treffen sich Menschen mit verschiedensten Hintergründen: Lebenskünstler, die sich Zeit ihres Lebens gegen jegliche gesellschaftliche Normen gesträubt haben. Menschen, die sich am Rande der Gesellschaft aufgehalten haben. Bewohnerinnen und Bewohner, die oft durch einen Schicksalsschlag aus der Bahn geworfen wurden. Menschen, die an einer chronischen psychischen Beeinträchtigung leiden, an einer Depression oder einer paranoiden Problematik. Sie alle haben etwas gemeinsam: Sie sind sehr verletzlich, reagieren sensibel auf Veränderungen und äussere Einflüsse und können schwierige Lebensumstände nur schlecht bewältigen. Deshalb brauchen sie einen Lebensraum, in dem sie sich besonders sicher fühlen.

Die spezialisierten Alterszentren bieten ein Zuhause für Menschen

- mit einem speziellen Lebenslauf
- mit einer psychischen Beeinträchtigung
- mit einer chronischen psychischen Erkrankung
- in einer schwierigen Lebenssituation
- die vereinsamen und ein auffälliges Verhalten entwickeln
- die aufgrund einer Suchtproblematik betreut werden müssen

Das Zusammenleben von Menschen stellt ein paar grundlegende Anforderungen, auch in den spezialisierten Alterszentren. Deshalb sind sie nicht geeignet für Menschen, die

- auf Mitbewohnerinnen und -bewohner keine Rücksicht nehmen können
- keine Unterstützung akzeptieren können
- körperlich nicht mobil sind
- an einer diagnostizierten Demenz erkrankt sind. Sie finden ein Zuhause im Alterszentrum Doldertal (s. separate Broschüre)

Sorgfältige Abklärungen, offene Gespräche und eine individuelle Besichtigung des gewünschten spezialisierten Alterszentrums bzw. der spezialisierten Alterszentren sind die Grundlagen für den Entscheid eines Umzugs.

Zum Beispiel Frau H.

Frau H. ist in Heimen aufgewachsen. Trotz schwieriger Lebensumstände lernte sie Verkäuferin und lebte bis zu ihrer Pensionierung selbstständig in ihrem sozialen Beziehungsnetz. Nach der Aufgabe ihrer Arbeitstätigkeit isolierte sie sich und verwahrloste. Ihre Wohnung wurde gekündigt und geräumt. Mit Unterstützung einer Beiständin kommt sie ins Alterszentrum Selnau, wo sie sich psychisch stabilisiert und nach anfänglicher Skepsis auch einlebt. Frau H. ist gegenüber Neuem oft misstrauisch und abweisend, weshalb neue Mitarbeitende gezielt auf den Umgang mit ihr vorbereitet werden. Hat man einmal den Draht zu ihr gefunden, ist sie eine humorvolle und freundliche Gesprächspartnerin.

Individuelle Begleitung und Betreuung

Die individuelle Betreuung der Bewohnerinnen und Bewohner in den spezialisierten Alterszentren trägt dazu bei, dass sie psychisch möglichst stabil bleiben und ihren Alltag weitgehend selbstständig bewältigen können. Die städtischen Alterszentren haben keinen therapeutischen Auftrag, das Betreuungskonzept berücksichtigt die speziellen Bedürfnisse sowie die individuellen Fähigkeiten und Defizite der Bewohnerinnen und Bewohner. Sie werden in ihren alltäglichen Aufgaben unterstützt. Beschäftigungsangebote und Aktivitäten sind den individuellen Biografien angepasst. Die Bewohnerinnen und Bewohner werden in die Mitgestaltung von Tagesabläufen und Anlässen einbezogen. Alle Aktivitäten sind jedoch freiwillig und der Alltag kann selbstständig gestaltet werden.

Das Pflege- und Betreuungsteam der spezialisierten Alterszentren verfügt über eine hohe psychogeriatrische Fachkompetenz und zeichnet sich aus durch Flexibilität, Kreativität und grosses persönliches Engagement. Sie kennen die Eigenheiten der Bewohnerinnen und Bewohner, deren Verletzlichkeit, Hilfsbedürftigkeit, allfällige Krankheitssymptome und die verschiedenen Behandlungs- und Betreuungsmöglichkeiten. Auch die Mitarbeitenden der Hotellerie werden im Umgang mit den Bewohnerinnen und Bewohnern geschult und unterstützt.

In den spezialisierten Alterszentren wird der Pflege- und Betreuungsaufwand an die Bedürfnisse der Bewohnerinnen und Bewohner angepasst. Dies gilt ganz besonders für die Eingewöhnungszeit, die zu Verunsicherung und damit auch zu vermehrten gesundheitlichen Problemen oder psychischen Krisen führen kann. Wenn notwendig, wird eine externe fachliche Unterstützung zugezogen, meist in Form einer psychiatrischen Begleitung der betroffenen Person. Die Mitarbeitenden unterstützen auch dann, wenn es jemandem schwerfällt, seine persönlichen Bedürfnisse verständlich zu machen, mit anderen in einen konstruktiven Dialog zu treten oder Kontakte selbstständig zu knüpfen und aufrechtzuerhalten. Hier spielt der Kontakt zu externen Bezugspersonen eine grosse Rolle.

Die spezialisierten Alterszentren Balderen und Selnau sind klein und bieten ein Zuhause im familiären Rahmen. Die Bewohnerinnen und Bewohner richten ihre Appartements mit eigenen Möbeln und persönlichen Gegenständen selbst ein. Wie in allen städtischen Alterszentren sind sie unabhängig und gehen ein und aus, wie es ihnen gefällt.

Alterszentrum Balderen

Das Alterszentrum Balderen eignet sich besonders für Menschen, die in ruhiger Lage leben möchten – jedoch ebenso die kurzen Wege nach Zürich schätzen. Es stehen 32 Einzelappartements mit Dusche, WC und Lavabo zur Verfügung, einige haben einen eigenen Balkon. In der gemeinsam nutzbaren Wohnstube, der Cafeteria oder dem Atelier lässt sich die Gemeinschaft genießen. Die grüne Umgebung lädt zudem zum Spazieren ein.

Alterszentrum Selnau

Das Alterszentrum Selnau befindet sich im Stadtzentrum Zürichs, in einem stattlichen Haus aus dem Jahr 1870. Es bietet Platz für 27 Bewohnerinnen und Bewohner in 23 Einzel- und 2 Paarappartements. Die Appartements verfügen über ein Lavabo; für je 8 bis 9 Personen befinden sich auf der Etage drei Toiletten und Duschen. Ein gemütlicher Gemeinschaftsraum lädt zum Plaudern und Spielen ein. Im Sommer bietet ein begrünter Vorplatz Erholung im Freien. Das Alterszentrum Selnau wird von Personen geschätzt, die auch im Alter in der Stadt leben wollen.



Kontakt

Beratung und Anmeldung

Beratungsstelle
Wohnen im Alter
Wipkingerplatz 5
8037 Zürich
T +41 44 412 11 22
wohnenimalter@zuerich.ch
stadt-zuerich.ch/wohnenimalter

Informationen zu den einzelnen Alterszentren und Anmeldung

Alterszentrum Balderen
Anke Just-Kroll
Klebestrasse 2
8041 Zürich
T +41 44 414 00 14
F +41 44 414 00 15
asz-balderen@zuerich.ch

Alterszentrum Selnau
Anke Just-Kroll
Selnaustrasse 18
8001 Zürich
T +41 44 414 18 88
F +41 44 414 18 89
asz-selnau@zuerich.ch

Stadt Zürich
Alterszentren
Eggbühlstrasse 23
Postfach
8050 Zürich
T +41 44 412 47 44
F +41 44 412 47 77
asz@zuerich.ch
stadt-zuerich.ch/alterszentren

Gesundheits- und Umweltdepartement