

## Jahresbericht 2018

### Anlauf- und Beratungsstelle Alter und Gesundheit Bubikon / Wolfhausen

#### Inhaltsverzeichnis

1.	Vorwort .....	2
2.	Beratungs- und Informationsgespräche .....	2
3.	Öffentlichkeitsarbeit .....	3
4.	Freiwilligenarbeit.....	6
5.	Vernetzung .....	6
6.	Koordinationsaufgaben / Projekte .....	6
7.	Kosteneinsparungen.....	7
8.	Dank .....	8

## 1. Vorwort

Bereits befindet sich die Beratungsstelle in seinem sechsten Betriebsjahr. Es ist Zeit für einen kurzen Rückblick:

Als ich vor sechs Jahren die Stelle antrat, gab es an meinem Arbeitsplatz einen blanken Tisch, einen Computer, ein Telefon und ein praktisch leerer Schrank mit ein paar ebenso leeren Ordnern. Der Email Eingang war verwaist, das Telefon still!

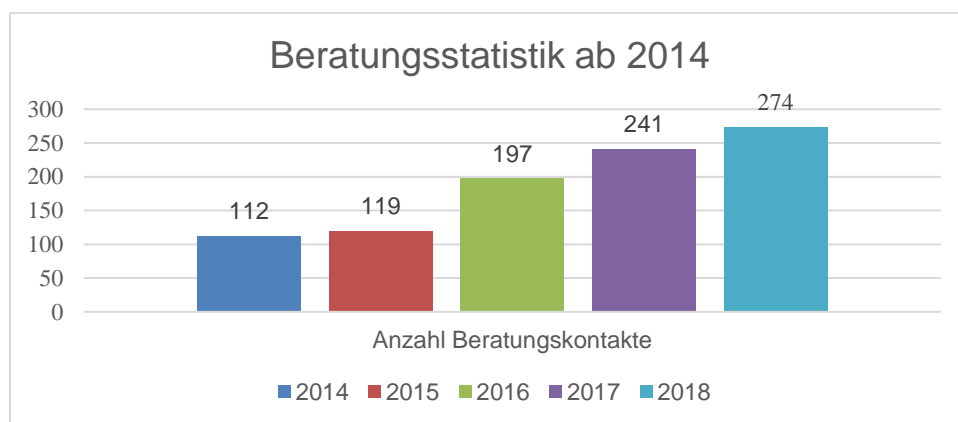
Meine erste Tätigkeit war, einen Flyer zu kreieren, mit dem ich mich dann in allen Institutionen im Dorf vorstellen ging. Als nächstes habe ich einen Öffentlichkeitsanlass auf die Beine gestellt, einen Artikel im Züri Oberländer veröffentlicht und einen ersten Artikel in der Gemeindezeitung verfasst. Langsam und durch stetes Bemühen gelang es, die Stelle im Dorf besser bekannt zu machen. Heute ist mein Schrank überfüllt, die Ordner prall, das Telefon läutet, die Emails purzeln täglich herein und Beratungsgespräche finden regelmässig statt.

Aufgrund der Rückmeldungen gehe ich davon aus, dass nun viele ältere Menschen in unserem Dorf von der Beratungsstelle erfahren haben. Dies zeigt auch die Statistik auf Seite 4. Seit Gründung der Stelle haben sich die Kontakte innerhalb weniger Jahre mehr als verdoppelt.

Im Jahr 2018 stand neben den Beratungs- und Informationsgesprächen die Weiterentwicklung der Freiwilligenarbeit im Fokus. Es ist nicht von der Hand zu weisen, dass die Freiwilligenarbeit ein immer wichtigeres Standbein in der Betreuung und der Erfüllung einer guten Lebensqualität im Alter darstellt. Mit der Bedeutung der Freiwilligenarbeit im Fokus, hat die Leitung der Stelle eine Arbeitsgruppe regionale Freiwilligenarbeit entwickelt, welche unter anderem das Projekt KISS verfolgt. Als Resultat daraus, wird im März 2019 ein öffentlicher Anlass in drei regionalen Gemeinden veranstaltet. Lesen Sie weiter im vierten Kapitel über die Freiwilligenarbeit... und weitere spannende Projekte sind im Gang!

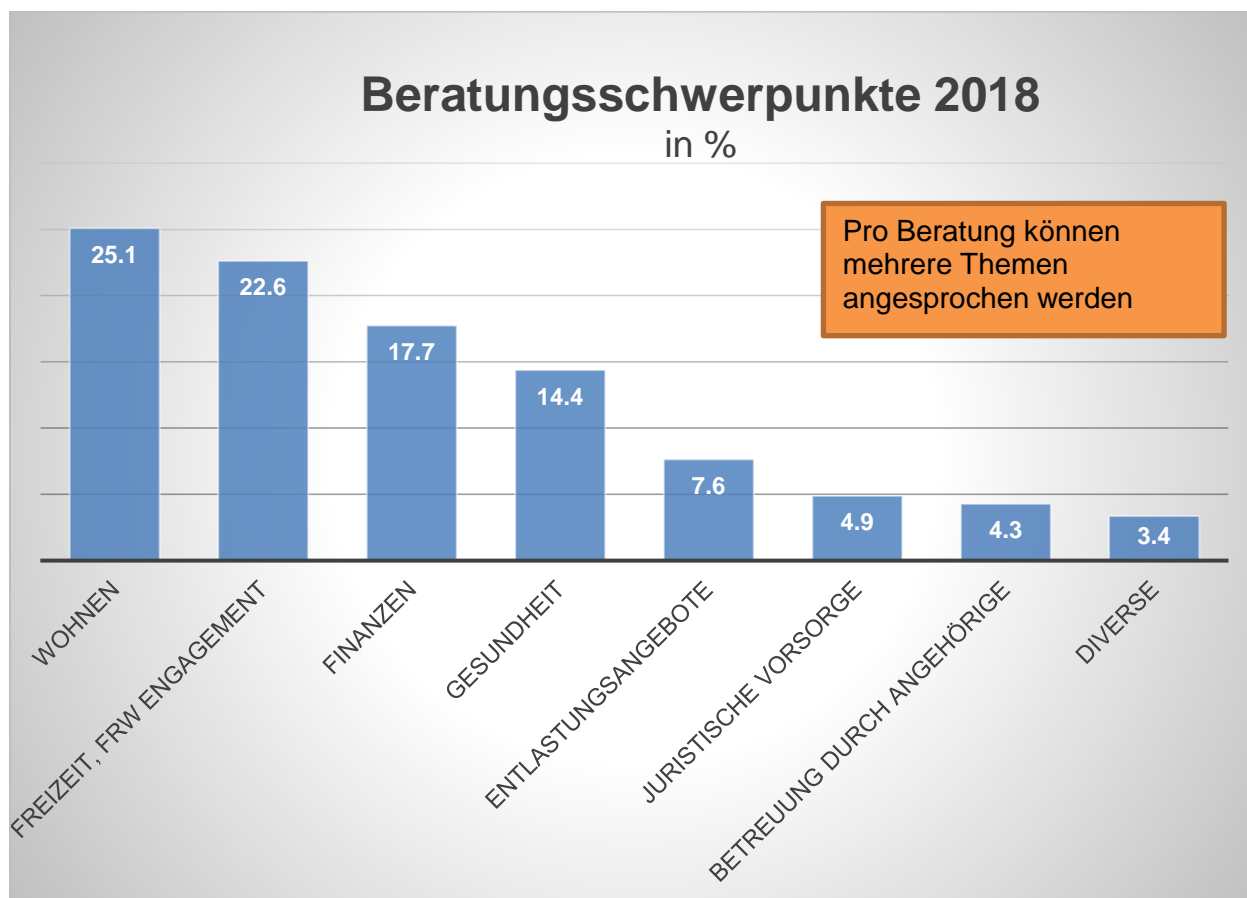
## 2. Beratungs- und Informationsgespräche

In der folgenden Grafik sehen wir die Entwicklung der Anzahl Beratungskontakte seit Gründung der Stelle. Im ersten vollen Betriebsjahr 2014 gab es rund 112 Beratungskontakte. Im Vergleich dazu schloss nun das letzte Jahr mit 274 Kontakten ab. Diese Entwicklung zeigt, dass das Angebot einer Nachfrage in unserem Dorf entspricht. Erfreulicherweise wurden dieses Jahr einige Anfragen durch die Weitergabe meiner Koordinaten durch den Hausarzt im Dorf initiiert.



Die meisten Beratungen finden für direkt betroffene Senioren statt. Angehörige der Senioren sind die zweitgrösste Zielgruppe. Häufig suchen aber auch Angehörige zusammen mit ihren betagten Eltern die Beratungsstelle auf.

Im Berichtsjahr fanden etwa gleich viele telefonische wie persönliche Beratungen statt. In nicht wenigen Fällen finden nach der ersten persönlichen Beratung weitere Kontakte statt, die dann öfters auch telefonisch weiterlaufen können. Die Themen sind vielfältig, wie aus der folgenden Grafik zu entnehmen ist:



An einem Beratungsgespräch können selbstverständlich mehrere Themen besprochen werden. Unter „Diverse“ ist Verschiedenes zu verstehen, wie z.B. Integrationsthemen, soziale Fragen bezüglich Familie und Partnerschaft oder Triagen an weitere Fachstellen.

Kurzberatungen, welche in weniger als 15 Minuten abgewickelt werden konnten, sind in den Statistiken separat berücksichtigt und werden zur Zeit nicht in diesem Jahresbericht aufgezeigt.

Auch in diesem Jahr ergaben sich viele Gespräche im Zusammenhang mit Demenzerkrankungen, sei es mit Angehörigen, Betroffenen oder Fachpersonen. Der 24-stündige Druck für die Betreuung und die stete Sorge ist für die Angehörigen sehr belastend. Die Gesprächsgruppe für Angehörige von Demenzbetroffenen bietet hier eine gewisse Entlastung und Hilfe, aus ihrer Isolation herauszukommen.

### 3. Öffentlichkeitsarbeit

Die Öffentlichkeitsarbeit ist auch in diesem Jahr nicht zu kurz gekommen. Die Beratungsstelle ist bestrebt, Möglichkeit zur Informationsnutzung- und/oder -Beratung anzubieten! So werden die öffentlichen Veranstaltungen von den Senioren recht gerne besucht, um sich zu informieren, sich zu treffen und auch um sich über bestimmte Themen auszutauschen.

Im nächsten Absatz folgt ein Rückblick über vergangene Veranstaltungen im letzten Jahr.

### **3.1. Veranstaltungen**

**Januar** – öffentliche Veranstaltung mit der reformierten Kirche Bubikon

Der traditionelle Vortragsabend fand zum vierten Mal statt, welcher zusammen mit der reformierten Kirche organisiert wird. Es ging diesmal um die sinnvolle Gestaltung der Übergangszeit in die Pensionierung.

**März – Netzwerk Alter im Zentrum Sunnegarte**

Das zweite Treffen aller im Dorf aktiven Akteure resp. Vereine und Organisationen fand letztes Jahr im März statt. Eine erfreuliche Anzahl von 12 Akteuren fanden sich zu einem gegenseitigen Austausch über aktuelle Projekte und Ideen im Sunnegarte ein. Ziel ist die Synergiennutzung, Kennenlernen der Angebote und den Vernetzungsgedanken zu fördern. Ebenso wurde auch der Sensibilisierung für die Freiwilligenarbeit ein konkreter Grundstein für die weiteren Treffen gesetzt.

**März – Jubilarenkaffee**

Von den knapp 40 Jubilaren haben sich etwas über  $\frac{1}{4}$  angemeldet. Wir werden den Anlass im 2019 erneut durchführen und dann entscheiden, ob wir ihn nochmals durchführen, sollte die Teilnehmerzahl weiterhin zurückgehen.

**März – Wie wirken Medikamente im Alter?**

Das öffentliche Referat der eingeladenen Hausärztin aus Zürich stiess auf ein breites Interesse. Es wurden angeregt Fragen platziert und Antworten gesucht.

**April – Mein Vorsorgeauftrag und die KESB**

Zusammen mit der Präsidentin der KESB Rüti sowie der Leitung Pro Senectute Wetzikon wurde das brisante Thema anschaulich dargestellt. Die vielen anschliessenden, zum Teil auch kritischen Fragen zeigten, dass das Thema nach wie vor aktuell ist.

**April und Oktober** : Treffen in Rüti mit der Arbeitsgruppe regionale Freiwilligenarbeit (Bubikon / Rüti / Dürnten, resp. Wald) und den zuständigen Gemeinderäten. Im März 2019 wird ein Öffentlichkeitsanlass zum Thema KISS in den Gemeinden Bubikon, Rüti und Wald statt finden.

**Mai - Fachtreff für die Freiwilligen (Besuchsdienst)** vom Sunnegarte. Es fand ein Austausch und eine Diskussion statt, wie sich die Freiwilligenarbeit in Zukunft weiterentwickeln könnte. Ziel ist, den Freiwilligen mehr individuellen Gestaltungsspielraum für ihre Einsätze zu gewähren, ihre Wünsche besser abzuholen und dadurch auch weitere Freiwillige zu gewinnen. Es wurden ein paar wertvolle Inputs gesammelt und gleich im Betrieb integriert.

**Juni - Schulungsbeitrag am Careum Aarau**

Auf Einladung stellte ich an einer Weiterbildung über Case Management die Anlauf- und Beratungsstelle Alter und Gesundheit vor. Nach der angeregten, anschliessenden Fragerunde stiess das Modell, wie wir es im Zentrum Sunnegarte umsetzen auf reges Interesse.

**Juni - Grillplausch für alle Freiwilligen Mitarbeitenden**

An dem zur Tradition gewordenen Anlass haben sich knapp 40 freiwillige Mitarbeitende angemeldet. Bei feinem Speis und Trank aus der Sunnegarte Küche liess man sich verwöhnen. Die Möglichkeit zur kurzen Ausfahrt mit dem Oldtimer wurde trotz ein paar Regentropfen gerne genutzt und sehr genossen. Beim Verabschieden wurden die Anwesenden dann erneut für ihre Einsätze verdankt und mit einem kleinen Präsent überrascht.

**Angehörigen Gesprächsgruppe von Demenz Betroffenen**

Die Gruppe findet regelmässig einmal pro Monat an einem Dienstagmorgen im Sunnegarte statt. Der Austausch untereinander ist sehr wertschätzend und fördert den konstruktiven Umgang mit dem betroffenen Angehörigen. Ein Dauerthema ist die notwendige Selbstsorge und Selbstschutz vor Überforderung in der 24 Std. Betreuung! Es nehmen jeweils fünf bis sieben Personen aus der näheren Umgebung teil. Zwei Teilnehmerinnen sind im Juli neu hinzugestossen.

### **Oktober - Sehbeeinträchtigungen im Pensionsalter**

Im Oktober fand der öffentliche Informationsanlass über Sehbeeinträchtigungen in Zusammenarbeit mit der Zürcher Sehhilfe statt. Mit rund 40 Teilnehmenden hat sich der Anlass als Erfolg entpuppt, es wurden viele Fragen gestellt und die mitgebrachten Hilfsmittel haben grossen Anklang gefunden.

### **Senioren Mittagstisch**

Vereinzelnd nimmt die Leitung der Beratungsstelle an den monatlichen Mittagstischen, welche von der Ortsvertretung der Pro Senectute organisiert werden, teil. Diese Treffen tragen zur weiteren Bekanntmachung der Stelle bei und es ergeben sich einfache Möglichkeiten für die Kontaktaufnahme. Unter anderem nutzt die Beratungsstelle diese Treffen auch, um die Anwesenden auf bevorstehende Anlässe hinzuweisen.

Die Beratungsstelle hat an der Sunnegarte internen Retraite und an der ersten Sitzung der OE Spitex teilgenommen. Ziel der Zusammenarbeit ist eine noch optimalere Koordination und Synergienutzung für unsere Zielgruppe.

Ferienabwesenheiten der Beratungsstelle im August und Oktober haben sich direkt auf die Beratungsaktivitäten niedergeschlagen.

## **3.2. Medien**

Die Beratungsstelle möchte möglichst breite Medienkanäle nutzen. So ist sie einerseits auf Internetseiten verlinkt, andererseits auch in den gängigen Printmedien vertreten.

### **Internet**

Im Herbst konnte der lang erwartete neue Webauftritt in Zusammenarbeit mit dem Sunnegarte gestartet werden. Die Beratungsstelle ist nun prominent sichtbar und wird mit aktuellen Informationen (Angebotsübersicht, Gesprächsgruppe für Angehörige, Anlässe etc.) ausgestattet. Es gibt neu auch ein Kontaktformular mit der Möglichkeit, sich zum Beispiel für den Newsletter für die Freiwilligenarbeit anzumelden. Die Seiten der Beratung sind nun direkt aufrufbar unter: [www.zentrum-sunnegarte.ch/beratung](http://www.zentrum-sunnegarte.ch/beratung). Die Beratungsstelle ist auch via direktem Link aus [www.bubikon.ch](http://www.bubikon.ch) auffindbar.

Geplante öffentliche Anlässe sind sowohl auf [www.bubikon.ch](http://www.bubikon.ch) unter Anlässen publiziert als auch auf der Website der Zentrum Sunnegarte AG. Die Seite über die Freiwilligenarbeit ([www.bubikon.ch/Freizeit/Kultur](http://www.bubikon.ch/Freizeit/Kultur)), wurde mit aktuellen Möglichkeiten für Freiwilligeneinsätze ausgestattet.

Das Angebot der Gesprächsgruppe für Angehörige von Demenzbetroffenen ist auch auf der Alzheimer-Website Kanton Zürich, [www.alz-zuerich.ch](http://www.alz-zuerich.ch) verlinkt.

### **Gemeindezeitung**

In der viermal jährlich erscheinenden Gemeindezeitung gestaltet die Beratungsstelle nach wie vor regelmässige Berichte über aktuelle Themen und/oder Informationen über bevorstehende Anlässe. So wurden dieses Jahr folgende Themen abgedeckt:

- Ankündigungen der diversen Anlässe „Der Darm fühlt mit“, „KESB in Bubikon“, „Zürcher Sehhilfe“....
- Freiwilligenarbeit Vorstellung und Ideen der Mitmacher Gruppe
- Suche... Biete Liste auf Sunnegarte und Bubiker Website
- Öffentliches Treffen der Mitmacher Gruppe im Café Stellwerk
- Informationen bezüglich Aktivitäten zum Projekt KISS

## Angebotsübersicht Bubikon/Wolfhausen

Die detaillierte Angebotsübersicht aus Bubikon und Umgebung wird jährlich überarbeitet und auf der Website aufgeschaltet. Bei Anlässen und sonstigem Bedarf wird diese Liste aufgelegt oder abgegeben.

## 4. Freiwilligenarbeit

Seit anfangs 2018 ist die Beratungsstelle auch Anlaufstelle für die Freiwilligenarbeit in der Gemeinde. Um die lokale Freiwilligenarbeit zu aktivieren, hat sie eine Gruppe aus jüngeren Senioren mobilisiert, die sich Gedanken dazu macht, wie sie sinnvoll in der Gemeinde aktiv sein können. Gleichzeitig hat die Beratungsstelle den Kontakt zur regionalen Zusammenarbeit angekurbelt, um das Freiwilligenprojekt KISS gemeindeübergreifend zu entwickeln. Immer mehr gilt die Devise, dass regionale Zusammenschlüsse wichtiger werden. Mit dem Modell KISS könnte eine grössere Anzahl an Möglichkeiten für Freiwilligeneinsätze, wie auch für den Bezug von Freiwilligenleistungen geboten werden. Wir werden sehen, ob die Bevölkerung aus unserer Gemeinde für ein konkreteres Engagement bereit ist.

An diversen Anlässen vom Sunnegarte werden je länger je mehr Freiwillige miteinbezogen, um den Bewohnern und den Freiwilligen mehr Kontaktmöglichkeiten anzubieten.

## 5. Vernetzung

Eine lokale und regionale fachliche Vernetzung der Beratungsstelle ist eine wichtige Voraussetzung für die Vermittlung von regionalen Dienstleistungen. So findet in regelmässigen Abständen ein Erfahrungsaustausch mit regionalen Fachstellen 'Alter' als auch ein kantonales Treffen statt. Ebenso nimmt die Leitung jährlich am stadtzürcherischen Gerontotreff teil, an dem Fachleute von verschiedenen gerontologischen Dienstleistungsanbietern aus der Stadt Zürich dabei sind. Ausserdem konnten ein paar hilfreiche Kontakte an Tagungen der **Alzheimer Vereinigung** sowie am **Fachkongress Montreux** hergestellt werden, den die Leitung zusammen mit Teilnehmenden vom Zentrum Sunnegarte besuchte.

Mit den Ansprechpersonen der Verwaltung Bubikon werden punktuelle Austauschsitzenungen angestrebt sowie auch mit entsprechenden Dienstleistungsanbietern aus der Gemeinde.

## 6. Koordinationsaufgaben / Projekte

Zu den Aufgaben der Beratungsstelle gehören gemäss Aufgabenbeschrieb auch Koordinationsaufgaben und Projekte.

### Kontakt- und Koordinationsstelle Freiwilligenarbeit

Die Koordination der Freiwilligenarbeit im Zentrum Sunnegarte (Besuchsgruppe und Begleitung Schwerkranker) hat sich bei der Beratungsstelle Alter etabliert. Synergien konnten genutzt werden zum Beispiel bei der Organisation der Einsätze für den Bewohnerausflug oder bei der Organisation der zweimal jährlich stattfindenden Fachtreffs. Weiteres ist im Kapitel 3.1. *Veranstaltungen* nachzulesen. Ebenso konnte die administrative Abwicklung der Kommunikation mit den Freiwilligen vereinfacht werden.

**Koordination zwischen Sunnegarte und externen Dienstleistungserbringern**

Die Beratungsstelle koordinierte einige Helfersitzungen in Absprache und/oder Anwesenheit von weiteren Dienstleistungserbringern (stationäre Dienste, Ärzte, Spitex, private Anbieter, Angehörige). Regionale Möglichkeiten von Pflegeaufenthalten zur Entlastung, wie auch weitere Unterstützungsleistungen aus der Region wurden eingeleitet und koordiniert. Unterstützung bei der Schnittstelle zur Kinder- und Erwachsenenschutzbehörde ergaben sich fallweise. Bei Austritten von Bewohnerinnen und Bewohnern aus dem Sunnegarte wird die Beratungsstelle, wenn möglich, hinzugezogen.

**Gesprächsgruppe für Angehörige**

Die Gesprächsgruppe für Angehörige von Demenzbetroffenen läuft gut weiter. Die Gruppe scheint sich bei rund sechs regelmässigen Teilnehmenden einzupendeln. Die Angehörigengruppe ist der Alzheimervereinigung angeschlossen und basiert auf deren Konzept geführt. Dies gewährleistet einen Qualitätsausweis und den Anschluss an den Fachaustausch mit den anderen, von der Alzheimervereinigung anerkannten Gesprächsgruppenleiterinnen. Zusätzlich nimmt die Leiterin der Gesprächsgruppe an einem jährlichen Weiterbildungstag der Alzheimer- Vereinigung teil.

**7. Kosteneinsparungen**

Im folgenden Abschnitt wird eine Einschätzung bezüglich des Wirkungserfolgs der Anlauf- und Beratungsstelle und der von ihr koordinierten Freiwilligenarbeit aufgestellt.

**7.1. Kostenersparnis durch Beratung, Information, Prävention**

Durch die rechtzeitige Vermittlung und Informationen von entsprechenden Hilfs- und Betreuungsdienstleistungen, wie auch durch den Einsatz von Freiwilligen kann ein Heimeintritt unter Umständen hinausgezögert werden. Da in diesen Fällen ein entsprechendes Auffangnetz bereits aufgebaut ist, können Notfalleintritte verhindert werden. Das Vermitteln von frühzeitigen Hilfen kann eine Berufsbeistandschaft herauszögern. Dies gelang in einem Fall. In Absprache mit der KESB wurde über einen begrenzten Zeitraum administrative Unterstützung mit regelmässigen Beratungsgesprächen angeboten.

Leistungshäufigkeit	Anz Dossiers
1	15
2-3	13
4-5	8
6-10	3
11-19	3
> 20	3

Im Jahr 2018 fanden rund 270 Kontakte mit der Beratungsstelle statt. Davon suchten acht Personen vier- bis fünfmal den Kontakt mit der Beratungsstelle, je drei Personen sechs- bis über elfmal und wurden so über eine längere Zeit beraten und fallweise auch begleitet.

Es ist davon auszugehen, dass die niederschwellige Kontaktmöglichkeit vor allem auch alleinstehenden Senioren und Seniorinnen Sicherheit vermittelt.

Einigen Personen konnte der Zugang zu finanziellen Unterstützungsmöglichkeiten ermöglicht werden, was zu einer Entschärfung ihrer persönlichen Notsituation führte.

Durch die punktuelle persönliche und telefonische Unterstützung konnte bei einigen Person ein Heimeintritt etwas hinausgezögert werden. Geht man von durchschnittlichen monatlichen Kosten von Fr. 6000 aus, können einige Monate Verzögerung zu einer erwähnenswerten Einsparung führen.

So ist es interessant, dass durch die Vermittlung von Dienstleistungen und Entlastungsangeboten zum Teil erhebliche Kosteneinsparungen erzielt werden konnten. Es ist aber ebenso wichtig, dass unsere Angebote der sozialen Isolation von älteren Menschen vorbeugen. Die Möglichkeit zur niederschweligen Kontaktaufnahme hilft den Senioren, Einsamkeit und Isolation im Alter vorzubeugen, welche ein hohes psychisches Risiko ist.

Das Angebot der Gesprächsgruppe für Angehörige von Demenzbetroffenen wie auch die Vermittlung von freiwillig Mitarbeitenden, welche Senioren besuchen und betreuen greifen im Sinne einer tiefgreifenden Gesundheitsprävention, welche durch die Beratungsstelle angeboten werden.

### **7.2. Einsatz von freiwilligen Mitarbeitenden**

Die Beratungsstelle Alter und Gesundheit vermittelt und koordiniert die Einsätze der Freiwilligen, welche ältere Personen im Heim und Zuhause besuchen. Solche Einsätze helfen, der sozialen Vereinsamung einer betagten Person entgegenzuwirken und sind durchaus geeignet, einen früheren Heimeintritt hinauszuzögern. Haben Freiwillige oder Besuchte ein Anliegen oder besteht ein Handlungsbedarf, steht die Koordinationsstelle beratend zur Seite.

## **8. Dank**

Mein Dank geht erneut an die Gemeinde Bubikon, welche durch die Beratungsstelle die älteren Menschen in unserer Gemeinde unterstützt und für deren Anliegen einsteht. Ebenso bedanke ich mich bei den ambulanten und stationären Diensten, der Geschäftsleitung des Zentrum Sunnegarte, dem Vorsitzenden und dem Verwaltungsrat. Nicht vergessen möchte ich zudem ein Dankeschön an die weiteren Institutionen und Fachkräften in und zum Teil auch ausserhalb unserer Gemeinde für die Zusammenarbeit und den gemeinsamen konstruktiven Einsatz für unsere Senioren. Es freut mich immer sehr zu erfahren, wie viel auf niederschwelligem Niveau möglich ist, wenn verschiedene Akteure miteinander zusammenarbeiten.

Ein spezieller Dank gebührt aber auch den zahlreichen Frauen und Männern aus unserer Gemeinde, die ihre Freizeit betagten Menschen zur Verfügung stellen. Es ist von unschätzbarem Wert, wieviel Menschen mit ihrem freiwilligen Engagement zur Lebensqualität unserer älteren Bevölkerung beitragen!

Für weitere Fragen und Auskünfte stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung.

Katharina Büchi, März 2019

Beratungsstelle Alter und Gesundheit  
Zentrum Sunnegarte AG  
Bürgstrasse 5  
8608 Bubikon  
055 253 01 00