

Gedanken zum Leben im Alter

(2015 – 1. Artikel aus dem Haus Tabea für die Zimmerberg-Post der EMK)

Was geschieht mit uns, wenn wir einmal alt sind? Was tun wir, wenn wir aus dem Arbeitsprozess ausgeschieden sind. Wohin kommen wir, wenn wir dereinst nicht mehr alleine leben können? Wohin gehen wir, wenn Kräfte und Finanzen es uns nicht mehr erlauben, das traute Heim zu unterhalten? Wer bestimmt über uns, wenn wir nicht mehr der jugendlichen Norm entsprechen?

Will ich einmal ins Haus Tabea?

Während wir hier im Alterszentrum arbeiten, gehen uns viele solche Gedanken durch den Kopf. Umso mehr, als wir sehen, wie die Sozialkassen immer trockener werden, die Arbeitslosenzahlen zunehmen, die Aussicht, dass wir älter und gesünder alt werden, steigt. Die Chance, dass sich ein Grossteil von uns ein finanziell selbstbestimmtes Alter leisten können hingegen sinkt. Wollen wir dann in einem Alterszentrum leben, das so funktioniert wie das Haus Tabea?

Die Überlegungen prägen unser Handeln am Arbeitsplatz: Wie gestalten wir das Leben im Haus Tabea, damit sich unsere Bewohnenden möglichst zu Hause fühlen? Wie erreichen wir ein Klima des Vertrauens? Wie schaffen wir genügend Freiraum und Individualität? Der Gedanke, was wir einmal möchten, wenn wir Bewohnende im Haus Tabea wären, lässt uns immer wieder neue Ideen und Szenarien ausdenken. Wir wissen aber, dass wir nicht jedermann gerecht werden können. Viele Leute haben unterschiedliche Bedürfnisse. Wir müssen uns darauf besinnen, dass jugendlicher Sturm und Drang einem gesetzteren Leben weicht und im Alter bereits ein Ausflug von der Schärbächlistrasse in den Coop und zurück als Tagesaktivität ausreichen kann.

Die einen suchen Ruhe, die anderen Abwechslung. Einige haben viel Besuch, andere fühlen sich einsam. Da hilft nur Freiwilligkeit. Im Haus Tabea gibt es kaum ein Muss. Aber es gibt eine breite Palette an Angeboten, Aktivitäten und Möglichkeiten. Oft sind wir auch dankbar, wenn wir jemanden finden, der hilft eine Idee umzusetzen. Persönliche Gespräche sind zudem immer eine willkommene Abwechslung. Wir erfahren dabei von gemeinsamen Gedanken mancher Bewohnenden und sind immer wieder erstaunt darüber, wie schwierig doch ein Zugehen auf andere für viele ist. Etliche haben ähnliche Schicksale, über die sie sich gemeinsam austauschen könnten. Man kennt sich und ist sich doch so fern. Wir bemerken, wie beobachtet und kritisiert wird und wie oft sich Menschen durch Vorurteile selber isolieren. Wir sehen, wie sich Leute zurückziehen, sich bloss an den Hauptmahlzeiten orientieren. Dabei träumen viele von Austausch, Verständnis, Aktivität und Akzeptanz. Da können wir Hand bieten: Sobald etwas organisiert wird, sind viele Bewohnende gerne dabei. Das sind schöne Momente. Besonders freut uns, wenn wir dann sehen, wie sich einige Bewohnende an einem Tisch treffen und nach dem Nachtessen nicht einfach direkt in die Zimmer zurückgehen, sondern noch einen Moment zusammen bleiben und sich unterhalten.

Wie verhalte ich mich später?

In diesen Augenblicken schleicht sich der Gedanke ein, ob wir uns später wohl einmal die Freiheit nehmen, eine Flasche Wein zu bestellen, uns in die Cafeteria zu setzen und beginnen, uns mit einigen Bewohnenden über die kommenden Wahlen oder Abstimmungen auszutauschen. Ob wir dann den Mut haben, andere Leute anzusprechen, um ein Spiel zu spielen, oder ob wir wohl einmal in der Woche aus dem Haus gehen, um uns eine Pizza in einem der Restaurants in Horgen zu gönnen. Werden wir diejenigen, die nicht mehr so gut zuwege sind, besuchen und ihnen ein bisschen Alltag ins Zimmer bringen? Werden wir besucht werden, wenn wir an einen Rollstuhl gefesselt nach dem Essen ins Zimmer gebracht werden? Werden wir tolerant sein, mit dem Proleten, der uns manchmal auf die Nerven geht, der aber doch etwas Leben ins Haus bringt? Werden wir selbst kleine Proleten sein? Werden wir geduldig sein und uns an dem freuen, was wir erhalten, oder werden wir mit unseren Forderungen an die Mitarbeitenden des Hauses Tabea herantreten?

Vision oder Realität

Natürlich wäre es schön, normalerweise in den Speisesaal zu gehen, sich aber auch kurzfristig dazu entschliessen zu können, alleine oder gemeinsam im Zimmer zu essen. Genial wäre es, seinen eigenen Tisch zu haben oder sich die Tischnachbarn aussuchen zu dürfen. Wir würden es lieben, im Sommer einfach an einen Tisch auf der Terrasse sitzen und uns draussen bedienen zu lassen. Wie schön wäre es, wir müssten uns nicht auf eine Zeit einstellen, sondern würden auch eine halbe Stunde später genau so freundlich und umfassend bedient. Vielleicht möchten wir unser Zimmer so lange es geht selber sauber halten oder die Wäsche selbst waschen. Vielleicht würden uns solche Verpflichtungen und Möglichkeiten gesünder und aktiver erhalten. Eventuell möchten wir mitbestimmen, beim Essen, bei den täglichen Verrichtungen oder bei der Alltagsgestaltung.

Bei diesen Gedanken merken wir, dass unsere Bewohnenden heute ganz ähnlich denken, dieselben Wünsche hegen, aber auch begreifen, dass in einer Gemeinschaft nicht alles so einfach möglich ist, wie es zu Hause war. Man ist voneinander abhängig, muss aufeinander Rücksicht nehmen. Sie wissen, dass man sich früher in der Familie auch einordnen musste; es gab vorgegebene Abläufe und Regeln: Als Kind wurde gegessen, was auf den Tisch kam, in der eigenen Gemeinschaft gab es nicht nur Extrawürste, weil man sonst nirgends hingekommen wäre. In dieser Erkenntnis haben die jetzigen Bewohnenden einen Vorsprung auf uns. Entsprechend viel Verständnis und Unterstützung treffen wir an.

Unser Motto: mitenand & fürenand

So ist es stets eine Freude zu sehen, wie Anlässe organisiert, vorbereitet und durchgeführt werden und wie viele Bewohnende mitmachen. Denken wir auch an die schönen und praktischen Serviettentaschen, die alle selber genäht wurden, oder an die tollen Osterhasenköpfe und Pfötchen, die gebastelt wurden. Erinnern wir uns an die wunderbaren Christbaumkugeln, die zu Kunstwerken verziert den Weihnachtsbaum schmückten. Viele wissen gar nicht, dass auch die Servietten, die täglich benutzt werden, zum Teil von Mitbewohnenden geflickt werden, wenn die Ränder ausgefranst sind. Am ersten August haben wir Hilfe beim Aufbau der Marktstände erhalten und als die Beete neu angesät waren, halfen uns Bewohnende beim Jäten. Unsere Hühner und Vögel werden pflichtbewusst von einem Bewohner versorgt. Selbst die alten Zeitungen werden von Bewohnenden akkurat gebündelt – und das sind viele! Dieses selbstverständliche miteinander und füreinander Arbeiten prägt den guten Geist im Haus Tabea, der es zu einem besonderen Zuhause macht.

Wenn wir so nachdenken, geht es uns doch eigentlich ganz gut im Haus Tabea. Natürlich gibt es hier und da Wermutstropfen und selbstverständlich passt nicht allen alles. Klar gibt es immer wieder etwas auszusetzen – von Mitarbeitenden wie Bewohnenden – und logisch könnte man vieles anders machen. Aber war es nicht immer so? Wird es nicht immer so sein?

Wir auf jeden Fall arbeiten auch im neuen Jahr mit viel Herzblut und bleiben dem Tabea-Credo treu: Erwarten Sie mehr! An Ideen mangelt es nicht. Viele werden schon umgesetzt, andere vielleicht später, wenn wir, die heutigen Mitarbeitenden Bewohnende des Hauses Tabea sein werden...

Auf die Zukunft! – Daniel Schmid, Leiter Hotellerie im Alterszentrum Haus Tabea

Januar 2015