



*SENIORENBEIRAT
DER STADT LEIPZIG*

BILD DES ÄLTEREN MENSCHEN



Ansätze und Überlegungen
für eine öffentliche Diskussion

***Das Alter ehr ich, denn es hat
für mich gelebt.
Die Jugend schätz ich,
die für mich nun leben soll.***

J. W. v. Goethe

Inhaltsverzeichnis:

Aufruf zum Dialog mit allen Generationen	3
Weder einsam noch allein –	
Verantwortungsvoll in der dritten Lebensphase	
1. Altern, nur Last für Einzelne und Gesellschaft?	6
2. Wir, die ältere Generation	9
3. Alter und soziales Engagement	12
4. Alter und Öffentlichkeit	15
5. Alt und Jung in Grenzerfahrungen	16
6. Alter und Krankheit	17
7. Alter und Pflegebedürftigkeit	18
8. Alter und Tod	19
Ausblick	20
Leben gestalten –	
Zum Bild des älteren Menschen	22
1. Was Senioren in unserer Stadt leisten	23
2. Wie Senioren ihr eigenes Leben gestalten	28
3. Was Senioren von der Öffentlichkeit und der Kommunalpolitik erwarten	33
4. Was Senioren selber tun sollten	36
Maßnahmen und Ansätze für eine öffentliche Diskussion	38
Ein Beitrag zum aktiven Umgang mit dem demografischen Wandel	

Aufruf

zum Dialog mit allen Generationen

- Lasst uns die dritte Lebensphase selbstbewusst und aktiv gestalten!

- Lasst uns die Chancen eines aktiven Ruhestandes vor alle Handicaps und Beschwerden des Alters stellen!

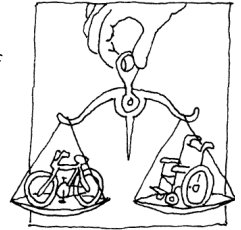


- Lasst uns nicht erst im Ruhestand beginnen, uns auf das Wesentliche im Leben zu besinnen!

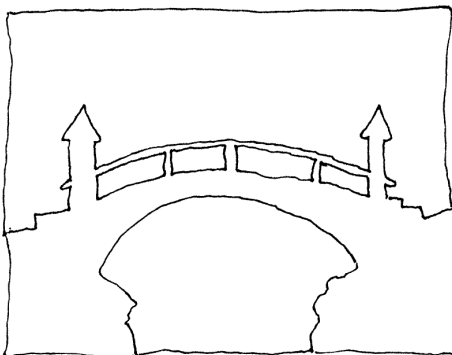


- Lasst das Alter in der Öffentlichkeit nicht nur als Defizit erscheinen – darunter leidet die Zukunft aller!

- Lasst uns Politik verfolgen, die mit Senioren auf zwei Seiten kämpft: Fürsorge den Benachteiligten und Entfaltungsmöglichkeiten den Schöpferischen!



- Lasst nicht zu, dass wirkungsvolle Hilfen für Senioren vorrangig als finanzielle Belastung betrachtet werden!



GRUNDLAGE FÜR DIE DISKUSSION ist ein differenziertes, spezifisches Bild vom Menschen im Alter von 60 bis 80 + x Jahren, das von folgenden wissenschaftlichen Ergebnissen ausgeht:

- „Den Stärken und Potenzialen älterer Menschen werde im Vergleich zu Schwächen und Risiken des Alters gegenwärtig zu wenig Aufmerksamkeit eingeräumt.“ (Alterspsychologie, Prof. Dr. Ursula Lehr, 1991)
- „... die Vielfalt des Alterns zwischen Gruppen, Personen und zwischen Altersverläufen ist zu unterstreichen Auch im hohen Alter gibt es viele Gesichter des Alters und damit das menschliche und politische Gebot, alte Menschen in ihrer jeweiligen Besonderheit und Individualität anzunehmen.“ (Berliner Altersstudie, Hrsg. Karl Ulrich Meyer und Paul B. Baltes, 1999)
- „Die Regierungen sollten ... versuchen, den Dialog zwischen den Generationen zu erleichtern und ein besseres gegenseitiges Verständnis herzustellen ... alle Sozialpartner müssen erkennen, dass die Senioren eine heterogene Gruppe sind, deren Mitglieder unabhängig von ihrer unterschiedlichen gesellschaftlichen Herkunft, wirtschaftlichen Tätigkeit oder Pflege- und Hilfebedürftigkeit als beachtliches Potenzial anzusehen sind.“ (Weltaltenplan, Vereinte Nationen, 2002)
- „Der demografische Wandel und die enorme Verlängerung der durchschnittlichen Lebenszeit dürfen nicht primär als Problem, sondern müssen als Gewinn angesehen werden.“ (Enquete-Kommission, Demografischer Wandel, Deutscher Bundestag 2002)

Der Seniorenbeirat der Stadt Leipzig arbeitet seit dem September 2002 am Bild des älteren Menschen. Alle Arbeitskreise haben dazu ihre Ideen durch Vorlage entsprechender Materialien eingebracht.

Der Seniorenbeirat hat sich dafür entschieden, zwei Skizzen zum Bild des älteren Menschen – im Sinne von Impulsbeiträgen – vorzulegen, die in ihrer inhaltlichen Aussage übereinstimmen, aber jeweils einen anderen Aspekt in den Vordergrund rücken.

Das Bild des älteren Menschen aus der Feder von Herrn Dr. Clemens Nartschik betont die sich aus einer solchen Sicht auf die dritte Lebensphase ergebenden Ansprüche an die Senioren und ermutigt sie zu einer selbstbewussten, aktiven Lebensgestaltung.

Die andere Darstellung zum Bild des älteren Menschen von Frau Dr. Fridel Latschev stellt logisch zwingend die Argumente zusammen, die eine neue Sicht auf die dritte Lebensphase in der gesamten Gesellschaft nahe legen.

DR. CLEMENS NARTSCHIK (82 Jahre)

Mitglied des Arbeitskreises Altenhilfe

WEDER EINSAM NOCH ALLEIN – VERANTWORTUNGSVOLL IN DER DRITTEN LEBENSPHASE

Zum Geleit:

Heute gibt es viele Verpflichtungen, das Altern in allen Bereichen des öffentlichen Lebens besser einzubringen. Diese Zeilen sind ein Versuch, das Altersdasein realistisch darzustellen. Die positiven Aspekte sollten wahrgenommen und verwirklicht werden. Das sind echte Chancen. Die älteren Menschen werden ermutigt, es selbst zu tun. Der Öffentlichkeit sollte bewusst sein und sie sollte sich bemühen, dass wir eine Gesellschaft für alle Lebensalter brauchen und schaffen müssen. Das Altern als lebenswert und sinnerfüllt ansehen und den Weg dazu finden, ist unsere Hoffnung.

1. Altern, nur Last für Einzelne und Gesellschaft?

Viele Menschen erreichen heute ein hohes Alter. Sie spielen in der heutigen Gesellschaft eine immer größere Rolle.

Alt werden ist normal, gehört zum Leben, ist zu bejahen und ist eine schöne Aufgabe. Alle Menschen gehen von Geburt an darauf zu. Eine ewig währende Jugend gibt es nicht. Jeder kennt die agilen Seniorinnen und Senioren, die vital und aktiv sind. Sie alle, auch die weniger Beweglichen, die auf persönliche Hilfe und Unterstützung angewiesen sind, sie alle haben Anspruch und das Recht auf ein geachtetes Leben. Dazu können auch behinderte Senioren gehören, die mit ihrer lebensbejahenden Ausstrahlung beispielgebend sind. Die einen wachsen wie selbstverständlich darauf zu, die anderen bereiten sich intensiv vor.

Es geht nicht um einen Rückblick auf das, was Ältere geleistet, geschaffen und aufgebaut haben. Dankbarkeit einfordern ist nicht oder kaum gefragt.

Die jüngere Generation schaut zuerst auf das Jetzt und lernt erst später, dass Technik und Perspektiven Grenzen haben können.

In den letzten Jahrzehnten ist eine immer raschere Veränderung in den gesellschaftlichen, wirtschaftlichen und technischen Verhältnissen eingetreten. Der demografische Wandel durch geringe Geburtenzahlen und immer längere Lebenszeit ist am deutlichsten. Dazu kommen die neuen Strukturen, Kleinfamilie, Partnerschaft auf Zeit, Zunahme des Singledaseins, die Urbanisierung mit ihrer Anonymität sowie neue Arbeitsbedingungen und Wohnverhältnisse. Die Gefahr des Alleinseins und der Vereinsamung im Alter ist gewachsen.

Die technischen Fortentwicklungen führen zu Veränderungen des Erlebens und Verhaltens der Menschen in einem kaum gekannten Ausmaß. Die Nachrichten- und Kommunikationsmöglichkeiten sind größer geworden, aber die persönlichen Begegnungen und der persönliche Austausch ist gesunken. Schlagwortartig sind das weltweite Fernsehen, die elektronische Datenverarbeitung, die Automatisierung, die Globalisierung und auch die Biotechnik aufzuzählen. Das alles bedingt Umdenken und neue Wertvorstellungen. Kann die ältere Generation noch bestehen?

Ein neues Bewusstsein ist angesagt. Der Ältere hat für sich selbst zu wählen und zu gestalten. Er muss sich nur selbst umsehen. Ebenso sicher braucht der Mensch und unsere Gesellschaft Gemeinsamkeiten, das Miteinander der Generationen. Keiner kann ohne den anderen bestehen.

Aufgaben lassen sich gemeinsam besser und einfacher lösen.

Alter ist nicht einfach als ein Gegenstand der Betreuung oder der gesellschaftlichen Last anzusehen. Das zu glauben wäre falsch.

Das alleinige Aufzählen von Schlagworten wie Überalterung, erdrückende Alterspyramide oder auch „Pflegenotstand“ sind wenig hilfreich. Sie blockieren nur eine Auseinandersetzung mit den Problemen.

Die neuen kulturellen und sozialen Werte sind zu entdecken und bieten Chancen. Die Kultur ist in ihrer Vielfalt ohne ältere Menschen nicht denkbar. Kulturelles Handeln und kulturelle Beziehungen sind von daher bestimmt. Ländliches Brauchtum oder moderne städti-

sche Kultur sind vom Alter wesentlich getragen. Lebenserfahrung ist ein Wert an sich. Die gegenwärtige und zukünftige Gesellschaft muss lernen, mit den Veränderungen der Zeit Schritt zu halten. Das verdient Beachtung und Resonanz für den Einzelnen und in der Öffentlichkeit.

2. WIR, DIE ÄLTERE GENERATION:

Was wir wollen – was wir sollen – was wir erwarten

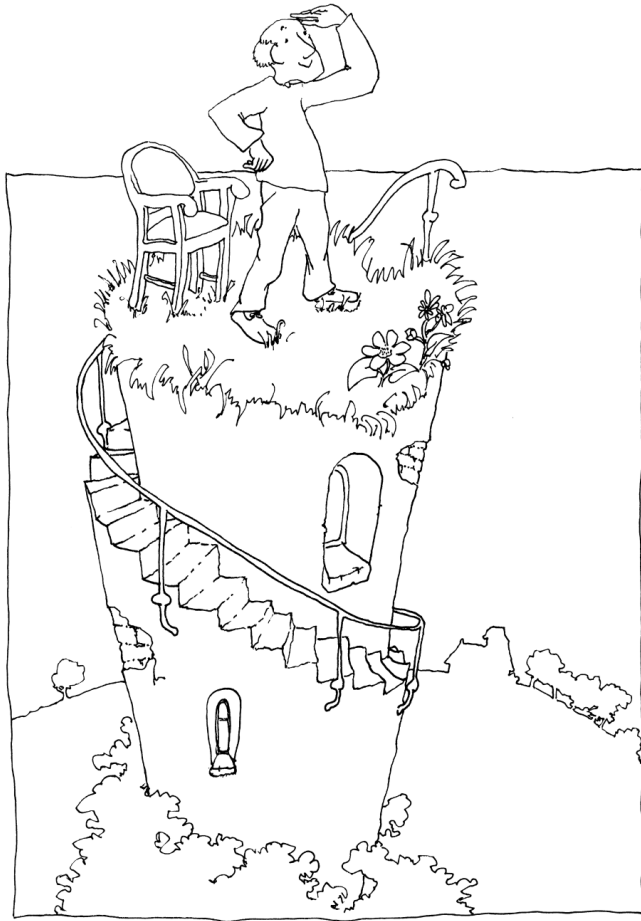
Im Durchschnitt hat die ältere Generation eine Lebenszeit von gut 20 Jahren vor sich. Ein Zeitraum, der fast länger ist als Kindheit und Jugend zusammen.

Die allgemeine Arbeitswelt mit mancherlei Verpflichtungen und Belastungen liegt hinter uns. Leistungs-sorgen, Konkurrenzkampf und Karrieredenken haben wir abgestreift.

Die Arbeit hat uns oft erfüllt und war unser Lebenselixier.

Jetzt sollte aber unser Lebensgefühl nicht durch Passivität oder Gleichgültigkeit geschmälert werden. Das würde nur zu Depressionen beitragen und unsere Lebenserwartung herabsetzen.

Die Zustimmung zum Leben, der Erhalt der Lebensenergie und Lebensfreude ist unsere ureigenste Aufgabe. Dazu wollen wir motivieren. Wir müssen unseren individuellen Lebensstil finden.



Wir wünschen uns ein langes Leben in Würde, Unabhängigkeit und Freiheit. Hohe Lebensqualität wird erstrebt. Das ist das Schlagwort.

Das Rentensystem soll uns von materiellen Sorgen frei halten. Eine Armutsgrenze sollte es nicht geben. Die äußeren Bedingungen als wichtige Voraussetzungen sollten stimmen.

FIT BLEIBEN IST DIE DEVISE.

Wir sind bestrebt, etwas für unsere Gesundheit und Leistungsbreite für Körper und Geist zu tun. Dazu gibt es viele gute Orientierungshilfen. Sie werden in allen Variationen angeboten. Sie können individuell mit oder ohne Anleitung genutzt werden. Dabei geht es uns primär nicht um hohe Leistungen. Bewegung – auch in Gemeinschaft – gibt Sicherheit und Selbstvertrauen. Das geistige Training gehört ebenso dazu. Gesunder Körper und Geist gehören zusammen.

FREIZEITANGEBOTE

Kultur- und Bildungsprogramme in Stadt und Land sind überall zu finden und sie geben Anregung und Lebensfreude. Freizeitangebote in Nähe und Ferne sind nahezu unerschöpflich. Reisen in alle Welt ist möglich. Das gehört zum großen Reichtum der älteren Menschen. Sie lassen oft eine Welt des Erinnerns zurück, die dauerhaft bleibt. Wir wollen uns aber nicht von einem Überangebot an Reklame und Nachrichten im Non-Stop-Angebot überfahren lassen. Das Anspruchsdenken sollte nicht unnötig hochgeschraubt werden. Wir sollten eine vernünftige Auswahl treffen.

Maß halten, ohne den moralischen Zeigefinger erheben zu wollen, ist die rechte Kunst. Den Unterschied zwischen „reiner Spaßgesellschaft“ und Erlebniswelt wissen wir als ältere Menschen zu wahren und abzuwägen.

3. ALTER UND SOZIALES ENGAGEMENT

Wir sind wesentlicher Teil unserer Gesellschaft und stehen nicht außerhalb. Wir tragen Mitverantwortung und haben Bürgersinn. Wir sind offen und solidarisch. Für uns gehören Selbstverwirklichung und Gemeinwohl zusammen. Wir haben Achtung und Respekt vor den Anderen, unseren Mitmenschen und handeln verantwortungsvoll.



Wir selbst entscheiden, wo unsere Aktivitäten und Einsatzmöglichkeiten für das Allgemeinwohl liegen. Diese sind vielfältig und weit zu fassen. Sie können im sozialen, kulturellen, sportlichen, wirtschaftlichen und Umweltbereich oder im kirchlichen Raum liegen. Unsere Kompetenz und unsere Erfahrungen im fachlichen und gerade auch im menschlichen Bereich sind gefragt.

Grundsätzlich ist es als bedauerlich zu bezeichnen, wenn das große menschliche Potenzial der wachsenden dritten Lebensphase nicht genügend beachtet, genutzt und eingesetzt wird.

EHRENAMT: Erfreulicherweise wird schon heute durch freiwilliges Engagement von vielen ein hohes Niveau von Mitmenschlichkeit getragen und erhalten. In kurzer Zeit könnte das ohne den Einsatz der älteren Generation verloren gehen. Unser ehrenamtlicher Einsatz bleibt aber offen, frei und unabhängig. Wir wünschen uns mehr gesellschaftliche und staatliche Anerkennung, Unterstützung und Förderung, denn wir sind nicht Ersatzkräfte oder Lückenbüßer und schon gar keine Jobkiller. Würdigung von außen ist eine wichtige Triebfeder. Wir bleiben bereit, das, was der heutigen Gesellschaft dienlich ist, mit zu verwirklichen.

Jeder kann nach seinen Möglichkeiten, Wünschen, Neigungen und Fähigkeiten seinen Einsatz und seine Mitarbeit wählen. Das können erstaunlicherweise auch ganz neue Aufgabengebiete sein, die außerhalb des bisherigen Berufsgebietes liegen. Auch die Zeitdauer ist frei wählbar.

Beide Seiten, Helfer und Hilfsbedürftige, werden neue und positive Erfahrungen sammeln und austauschen können. Freude und Gewinn sind dabei erfahrbar, ein gutes Gefühl.

Alter ist viel öfter und länger gebend als nehmend. Das, was ältere Menschen als soziale Hilfen und Arbeit leisten, kann nicht von der öffentlichen Hand erbracht oder bezahlt werden. Der Staat wäre atmosphärisch ärmer und kälter.

Der soziale Einsatz ist im Einzelnen oft statistisch nicht erfassbar. Denken wir nur an die spontanen Nachbarschaftshilfen, ebenso an die allgemeine Kontaktpflege im öffentlichen Umgang.



FAMILIE: Ein eigenes Kapitel ist der Umgang der Älteren mit der eigenen Familie. Die Großeltern sind für Kinder und Enkelkinder oft gefragt und manchmal ersehnter Ruhepol. Sie entlasten und beraten. Sie helfen mit großer Selbstverständlichkeit. So kann Leben für beide Seiten besser gestaltet und Lebensfreude erhalten bleiben. Das ist häufiger Regel, als Ausnahme. Das Positive ist kaum abschätzbar.

Leichter überschaubar ist die Mitarbeit in Vereinen und Verbänden oder bei festen Besuchsgruppen in Heimen oder Krankenhäusern.

Auch hier zeichnet sich ein neuer Trend ab. Beliebter als die Mitgliedschaft in fest organisierten Vereinen ist heute das Engagement in Projekten und bei Hilfsaktionen. Denken wir nur an die Flutkatastrophen.

4. ALTER UND ÖFFENTLICHKEIT

Beim Umgang miteinander ist die Lebenserfahrung von unschätzbarem Wert, ein wahres Humankapital.

Die **ältere Generation** unterstützt den demokratischen Rechtsstaat.

- sie weiß sich den allgemeinen Menschenrechten, der Würde und dem Wert der menschlichen Person verpflichtet
- sie tritt für Fairness und gegenseitige Toleranz ein
- sie ist gegen jegliche Gewalt; Straftaten müssen geahndet werden
- sie zeigt auch im Alltagsleben, wenn notwendig, Zivilcourage
- sie fördert in Stadt und Land die Prinzipien der Ordnung und Sauberkeit
- sie prägt durch ihr Engagement für Humanität und Freundlichkeit die Atmosphäre und das Profil in Gemeinde und Stadt
- sie steht für Lebenswürde, die nicht in Leistung aufgeht.

ALTER UND WIRTSCHAFT: Die Bedeutung der älteren Generation für die Wirtschaft, „Handel und Wandel“ und für den ganzen Dienstleistungssektor ist ein Faktor, der nicht übersehen werden kann. Ältere Menschen sind wichtige wirtschaftliche Konsumenten für Eigenbedarf, Kinder, Enkelkinder und für den ganzen Dienstleistungssektor.

5. ALT UND JUNG IN GRENZERFAHRUNGEN

Jeder Mensch stößt an Grenzen und muss sich dessen bewusst sein. Das gilt für alle Generationen und ist unabhängig vom Alter. Kindheit, Jugendzeit, Familien- und Berufsleben lassen das spüren. Gerade im modernen Lebensstil mit seinen hohen Leistungsforderungen und mit der starken Urbanisierung sind Menschen voneinander abhängig und aufeinander angewiesen. Der Alltag wäre allein nicht zu bewältigen.

Im Alter freuen wir uns darüber, selbstständig und fit zu sein, und versuchen, das zu erhalten. Auch Jüngere sollten stets aktiv sein. Wir wissen aber auch: Es gibt auch eine andere Seite, die unerwartet und oft überraschend wahrgenommen werden muss. Nur wenn das von Jung und Alt rechtzeitig erkannt wird, ist eine positive Lebenshaltung zu erwarten. Nur wer die Nähe seiner Grenzen annimmt, kann ungezwungen handeln und kreativ sein. Das Verständnis füreinander und das Miteinander sind dann leicht und besser begreifbar. Solidarität wird dann nicht zum Fremdwort.

6. ALTER UND KRANKHEIT

Der Wunsch nach Ruhe, Entspannung ist durchaus verständlich und legitim. Er wird nicht ausgeklammert. Wir wissen, die Belastbarkeit wird mit den Jahren geringer.

Die Phasen der Reduktion, wenn körperliche und geistige Kräfte nachlassen, sind aber nicht primär bemitleidenswert. In Nüchternheit kennen wir mit steigendem Alter menschliche Begrenzungen. Keiner sollte frühzeitig resignieren. Jeder muss sich seinen Weg suchen und finden. Notwendige Hilfen und Hilfsmittel nehmen wir an, ohne an Würde zu verlieren.

Dank einer gesunden Lebensweise unter Beachtung hygienischer Kriterien und einer hoch entwickelten Medizin leben wir immer länger. Im Alter treten aber Krankheiten, Verschleißerscheinungen und Gebrechen häufiger auf. Wir benötigen einen guten Pakt mit einem Arzt.

Das Arzt-Patienten-Verhältnis muss vertrauensvoll sein, zu oft leben wir an einer Grenze oder kommen der Lebensgrenze nahe. Gezielte Behandlung und eine verlässliche Mitarbeit kann über lange Zeit ein gutes Lebensgefühl bewahren.

Krankheit bedeutet meist und zuerst Leid, Sorge und Not. Der unmittelbare Einbruch in persönliche Belange, die Betroffenheit der Familie und der Umgebung können schwerwiegend sein – und sollen nicht überspielt werden. Aber nicht immer ist Krankheit nur negativ zu sehen. Für jung und alt kann es besonders in der Überwindungs- und Genesungsphase auch Zeit der

Besinnung und Chance für einen Neuanfang sein. Dann kann neue Zuversicht und Einsicht für ein sinnvolles Leben wachsen.

7. ALTER UND PFLEGEBEDÜRFTIGKEIT

Der Umgang mit Pflegebedürftigen, ob in häuslicher Pflege oder in Heimen ist eine Herausforderung und stete Aufgabe. Ihnen gehört unsere ständige Aufmerksamkeit. Das erfordert vollen Einsatz aller administrativen Mittel und unserer ganzen zivilen Gesellschaft. Gesetze, Verordnungen und Bestimmungen sind vielfältig, erlassen und veröffentlicht. Sie müssen immer wieder überprüft und neu gestaltet werden.

Unsere persönliche Hilfsbereitschaft als noch mobile Senioren ist von besonderer Bedeutung. Sie ist ein hohes Gut und sollte nicht ermüden. Zuwendungen und Zuspruch können viel erreichen.

Wie Pflegebedürftige behandelt werden sollen und welche Hilfen pflegenden Angehörigen gewährt werden sollen, ist in vielen Broschüren nachzulesen.

Das Ziel, eine stets verständnisvolle und aktivierende Pflege zu erreichen, ist und bleibt eine Aufgabe, die viel Zeit und Kraft erfordert.

Eine hohe Anerkennung verdienen die Angehörigen, die die volle Betreuung und Versorgung durchführen, das geschieht zu über 80 % im häuslichen Milieu.

Informationsmaterial für angemessene Lebens- und Wohnbedingungen im Alter und bei Behinderungen liegt ebenfalls vielfältig vor und muss immer wieder erörtert und im Einzelfall muss mit ihrer Hilfe verständnisvolle Beratung erfolgen.

ALTER UND DER GEISTIG VERWIRRTE MENSCH

Der geistig verwirrte Mensch ist sicher der Schwächste unter den hilfsbedürftigen Personen.

Trotzdem muss er in seiner eigenen Prägung verstanden werden. Er darf nicht einfach abgeschrieben und abgeschoben werden. Wer kann seine innere Welt durchschauen?

Trotz aller Defizite, er bleibt ein achtens- und liebenswerter Mensch.

Die Würde des Menschen ist unantastbar.

Das ist in unserem Grundgesetz schon im Artikel 1 verankert und garantiert. Sie gilt auch dann, wenn das dem Einzelnen nicht mehr bewusst ist oder bewusst sein kann. Das sollte der jüngeren und älteren Generation im Gedächtnis bleiben.

8. ALTER UND TOD

Die meisten älteren Menschen sind schon einmal in ihrer nächsten Umgebung mit Leid, Sterben und Tod konfrontiert worden. Der Umgang mit den letzten Dingen darf keineswegs ein Tabuthema sein. Früher war das im Rahmen einer Großfamilie oder dörflichen Gemeinschaft erleb- und verkräftbar. In der heutigen oft so

anonymen Gesellschaft sind Ängste und Hemmungen durchaus verständlich, sollten aber überwindbar sein.

Die Hospizbewegung, die sich auch in Deutschland rasch ausgebreitet hat, ist dabei hilfreich.

In ihrem ehrenamtlichen humanen Engagement verbreitet sie durch ihr „Sorgen und Fürsorgen“ in persönlichen Begegnungen zwischen Helfer und dem Sterbenden Zuversicht. Angehörige und Freunde erhalten ebenfalls Zuwendung. Trauernde können Begleitung erfahren.

Im bewussten Hineinnehmen des Sterbens – in das Leben bis zuletzt – können Ängste, stufen- und schrittweise abbaubar und überwindbar sein. Der für alle Menschen unabdingbare Tod bleibt als ein friedvolles Geschehen offen und akzeptierbar, ein freiwilliges vertrauensvolles Überlassen.

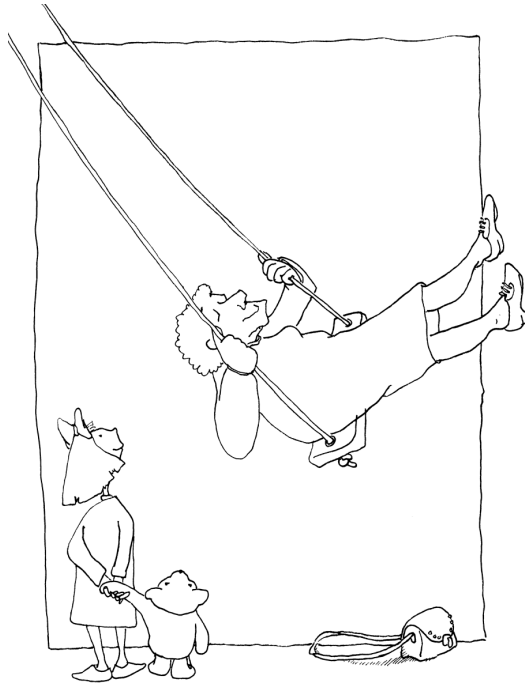
AUSBLICK:

In einer sich wandelnden, schnelllebigen Welt kann der ältere Mensch seinen eigenen Rhythmus finden.

Er steht verantwortungsvoll in der heutigen Gesellschaft. Er weiß um seine Möglichkeiten und kennt seine Grenzen.

Kontakte zu seinem Umfeld und zu allen Generationen weiß er zu pflegen und ist weder einsam noch verloren. Begegnung und Nähe zu anderen prägen das Leben und sind Gewinn.

Auf Grund seiner Lebenserfahrung beachtet der ältere Mensch in seiner Haltung und in seinem Umgang Regeln und Werte. Die Spiritualität, das heißt die Auseinandersetzung und der Umgang mit ethischen Leitlinien geben Sicherheit und Selbstbewusstsein. Das Handeln danach wird respektiert und schafft Anerkennung und Autorität. Hoffnung und Zuversicht für den weiteren Lebensweg bleiben bis zuletzt als Lebenselixier erhalten.



Die Leipziger Broschüre „Guter Rat für Ältere“ erleichtert das rasche Auffinden von Auskunft- und Beratungsdiensten. Das ist auch in anderen Städten eine begrüßenswerte Hilfe, die immer wieder zu aktualisieren ist.

DR. FRIDEL LATSCHEV (73 Jahre)

in Zusammenarbeit

mit dem Arbeitskreis Wohnen/Soziales

LEBEN GESTALTEN – ZUM BILD DES ÄLTEREN MENSCHEN

Wir Senioren haben Anlass, darauf aufmerksam zu machen, dass wir in der Öffentlichkeit und von manchen Politikern nur aus einem sehr begrenzten Blickwinkel wahrgenommen werden.

In der Öffentlichkeit gelten wir als diejenigen, die die Sozialsysteme in hohem Maße belasten.

Kommunalpolitiker richten ihren Blick meist nur auf die Daseinsfürsorge für alte Menschen, die sich in besonders schwierigen Lebenslagen befinden. Die Mehrheit der Senioren gerät dann leicht aus dem Blick. In den Massenmedien kommen Senioren als leicht vertrottelte Alte in Fernsehspielen, als Opfer unsachgemäßer Pflege in Altenpflegeheimen, als Adressaten der Werbung für Medikamente oder für die Tourismusbranche vor.

Wir wollen mit dem **Bild des älteren Menschen** einen Beitrag dazu leisten, dass die Senioren als gesellschaftliche Gruppe in allen ihren Qualitätsmerkmalen und Beziehungen wahrgenommen werden.



1. WAS SENIOREN IN UNSERER STADT LEISTEN

Teilnahme am politischen Leben

Auch die Menschen der älteren Generation haben ihre politischen Erfahrungen und bilden sich auf der Grundlage vielfältiger Informationen ihren Standpunkt.

- Die Senioren nehmen (wie andere Bürger) ihr Wahlrecht wahr, wobei der Anteil der Nichtwähler bei älteren Menschen nicht höher ist als in anderen Bevölkerungsgruppen.

- In den im Stadtrat vertretenen Parteien gibt es einen hohen Mitgliederanteil im Seniorenalter. Durch ihre Mitgliedschaft in demokratischen Parteien stützen diese Senioren unser demokratisches Staatswesen.
- Bei den Bürgerumfragen des Amtes für Statistik und Wahlen ist der Rücklauf der Fragebogen bei den 65–75jährigen überdurchschnittlich, bei den 75–85jährigen etwa genau so groß wie bei jüngeren Bevölkerungsgruppen.
- An politischen Demonstrationen in Leipzig (z. B. gegen Aufmärsche der Rechtsradikalen oder bei den Friedensdemonstrationen) nehmen auch Senioren aktiv teil.



- Senioren arbeiten in demokratischen Gremien wie Stadtbezirksbeiräte, Seniorenbeirat, Behindertenbeirat, Schöffen beim Gericht u. a. mit.
- Senioren gestalten in Vereinen und Verbänden mit jüngeren Menschen gemeinsam das öffentliche Leben in unserer Stadt.
- Senioren tragen als Zeitzeugen der Geschichte dazu bei, jungen Menschen historische Erfahrungen zu vermitteln.

Allerdings gibt es auch bei den Senioren Politikverdrossenheit, Resignation und Rückzug ins Private.

Senioren als Wirtschaftsfaktor

Senioren haben ein gesichertes monatliches Einkommen, mindestens auf dem Niveau der Sozialhilfe, das sie für die Befriedigung ihrer Grundbedürfnisse einsetzen.

Bei einem Teil der Senioren übersteigt das Einkommen die Höhe, die für die Befriedigung der Grundbedürfnisse nötig ist.

Senioren müssen nicht Rücklagen für die finanzielle Sicherung der künftigen Jahre bilden.

- Sie verwenden die finanziellen Mittel (über den Grundbedarf hinaus) für zusätzlichen Eigenbedarf an Waren und Dienstleistungen (das schafft zusätzliche Nachfrage in der Wirtschaft).
- Sie setzen einen Teil ihres Einkommens für Sach- oder Geldgeschenke für die Kinder und Enkel ein (das schafft ebenfalls zusätzliche Nachfrage in der Wirtschaft).

- Mit einem Teil ihres Einkommens bilden sie Rücklagen, die später den Erben zugute kommen (das ist ein Beitrag zur finanziellen Sicherung der nächsten Generation und außerdem stehen diese Mittel gegenwärtig über die Banken und Sparkassen der Kreditwirtschaft zur Verfügung).
- Durch ehrenamtliche Arbeit leisten Senioren viel für das Gemeinwohl. Damit werden Leistungen erbracht, die dazu führen, dass der kommunale Haushalt weniger belastet wird.

Bei den Senioren, die jetzt und in den nächsten Jahren in das Rentenalter eintreten, nimmt die Zahl derjenigen zu, die mit ihrem Einkommen nur die Grundbedürfnisse sichern können.

Senioren in der ehrenamtlichen Arbeit

Viele Menschen leisten in unserer Stadt ehrenamtliche Arbeit für das Gemeinwohl.

Die Senioren haben mehr Zeit als die jüngere Generation und sind deshalb im Bereich ehrenamtlicher Arbeit stark vertreten.

- Ehrenamtliche Arbeit ist interessengeleitet, bringt dem ehrenamtlich Tätigen das Gefühl, gebraucht zu werden und etwas Sinnvolles zu leisten. Das ist nur erlebbar, wenn in der ehrenamtlichen Tätigkeit Kontakt mit anderen Menschen gepflegt und für andere Menschen, für das Gemeinwohl eine Leistung erbracht wird.

- Ehrenamtliche Arbeit von Senioren wird geleistet
in politischen Gremien
(Parteien, Beiräte, als sachkundige Bürger)
in Vereinen und Verbänden
in Kirchgemeinden
in Projekten
in individuellen Begegnungen (Besuchsdienst,
Nachbarschaftshilfe u. a.)
- Ehrenamtliche Tätigkeit von Senioren hat nicht nur freiwillige Leistungen im Seniorenbereich zum Ergebnis. Senioren sind auch in anderen Bereichen ehrenamtlich tätig, z.B. in der Jugendpflege als Bewährungshelfer, im Sport als Übungsleiter von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen, als Leiter von Kulturgruppen, bei der Kinderbetreuung usw.
- Ehrenamtliche Arbeit ist in unserer Stadt unverzichtbar und unbezahlbar. Mit ihr werden Leistungen erbracht, in denen Senioren die ganze Fülle ihrer Erfahrungen und Fähigkeiten einbringen.
- Manches wird mit hoher Professionalität geleistet. Ehrenamtliche Arbeit kann und soll die Daseinsfürsorge der Stadt für ihre Bürger nicht ersetzen. Sie ist ein zusätzliches Potenzial, um das Leben in unserer Stadt menschlicher zu gestalten.

Beschränkungen für den ehrenamtlichen Einsatz gibt es, wo die Senioren, die ihre Kraft und Zeit einsetzen, nicht bereit sind, auch noch den finanziellen Aufwand selbst zu tragen und Aufwandsentschädigungen nicht geleistet werden.

2. WIE SENIOREN IHR EIGENES LEBEN GESTALTEN

Möglichkeit der Anwendung der Fähigkeiten

Mit dem Eintritt in das Rentenalter und dem damit verbundenen Ende der Erwerbstätigkeit werden spezielle berufliche Fähigkeiten nur noch im Ausnahmefall genutzt.

- Viele freiberuflich Tätige (Handwerksmeister, Ärzte, Künstler, Politiker, Wissenschaftler) üben ihren Beruf auch noch aus, wenn sie die Altergrenze (65 Jahre) überschritten haben.
- In bestimmten Berufen werden erworbene Fähigkeiten nach Erreichen des Rentenalters z. B. in Beratertätigkeiten genutzt.
- Allgemeine Fähigkeiten, die in der beruflichen Tätigkeit erworben wurden (z. B. im Umgang mit Menschen, der mündlichen und/oder schriftlichen Kommunikation) können in anderen Tätigkeitsfeldern – meist ehrenamtlich – eingesetzt werden.
- Fähigkeiten zum Kunstgenuss und zum künstlerischen Gestalten bleiben im Alter erhalten und können weiterentwickelt werden.
- Die Fähigkeit, Freude an der Natur zu empfinden, ist im Alter stark ausgeprägt.
- Erhalten bleiben die Fähigkeiten zur Bewältigung des Alltagslebens, solange Senioren ihr persönliches Leben selbstständig meistern.

Es gibt auch den Verlust von Fähigkeiten im Alter bis hin zur Einschränkung der Alltagskompetenz oder gar dem Verlust der Alltagskompetenz bei einem kleinen Anteil von Senioren.

Möglichkeit des lebenslangen Lernens

- Mit der Zuwendung zur ehrenamtlichen Tätigkeit und deren Ausübung werden neue Fähigkeiten erworben und Kompetenzen für andere Tätigkeitsfelder aufgebaut.
- Viele Senioren wenden sich mit dem Erreichen des Ruhestandes Tätigkeiten zu, für die sie während ihres Berufslebens keine oder zu wenig Zeit hatten. Bei der Pflege eines Hobbys werden vorhandene Fähigkeiten weiterentwickelt oder neue erworben.



- Senioren reisen gern und lernen andere Länder und Kulturen kennen. Sie erweitern ihr Weltbild.
- Viele Senioren finden im Alter noch einmal Freude am Lernen. Das Seniorenstudium oder das Seniorenkolleg, Volkshochschulkurse, Pflege der früher gelernten Fremdsprache, Computerkurse und andere Aktivitäten sind dafür Belege.
- Gesellschaftliche Prozesse (z. B. Veränderungen im gesellschaftlichen Rechtssystem oder die Einführung neuer technischer Geräte und Automaten) erfordern, dass Senioren sich damit vertraut machen, um ihr Alltagsleben zu meistern.
- Schließlich macht auch der ältere Mensch immer wieder neue Erfahrungen mit anderen Menschen oder in für ihn neuen Situationen, die einen bestimmten „Lerneffekt“ haben.

Das systematische Lernen in Kursen wird nur von besonders interessierten Senioren betrieben, dem alltäglichen unwillkürlichen Lernen kann sich auch der Mensch im hohen Lebensalter nicht entziehen.

Pflege sozialer Beziehungen

Senioren leben in der Regel im Einpersonenhaushalt oder mit ihrem Partner gemeinsam. Der Kontakt mit anderen Menschen ist für die Qualität ihrer Lebensführung ganz entscheidend.

Der ältere Mensch ist Anlaufpunkt und Ruhepol innerhalb der Familienbeziehungen. Er weiß nicht alles besser, kann aber seine Sicht bei der Erörterung von Fragen und Problemen einbringen. Das Wohl der Enkelkinder (oder auch Urenkel) liegt ihm am Herzen, er trägt zu ihrer Erziehung bei.

Andererseits kann er von den jüngeren Familienmitgliedern Hilfe in schwierigen Lebenslagen erwarten.

- Senioren pflegen persönliche Bekanntschaften und Freundschaften. Dadurch vermeiden sie Vereinsamung im Alter. Das schließt ein, dass gegenseitige Hilfe praktiziert wird.
- Senioren pflegen gute Nachbarschaft, weil ein freundliches Wort, eine kleine Hilfe beim Einkauf oder bei Problemen im Haushalt das Leben wesentlich erleichtern können.
- Senioren entwickeln soziale Kontakte in den unterschiedlichen Tätigkeiten (in politischen Gremien, in Vereinen und Verbänden, bei der Pflege ihres Hobbys, in der Sportgruppe). Je vielfältiger die Tätigkeiten sind, um so verzweigter sind die sozialen Verbindungen.
- Senioren pflegen Kontakte mit Menschen in unterschiedlichem Lebensalter, sie lassen sich von jüngeren Menschen anregen und können andererseits aus ihrem Leben erzählen und dadurch Denkanstöße vermitteln.

Durch den Tod des Partners, durch Sterbefälle im Bekanntenkreis besteht die Gefahr, dass Senioren zeitweilig oder auf Dauer in die Isolation geraten. Auch Veränderung des Wohnumfeldes (Umzug) kann in hohem Alter zur Vereinsamung führen, weil kaum neue soziale Kontakte geknüpft werden können.

In Leipzig leben 134 000 Bürgerinnen und Bürger, die älter sind als 60 Jahre. Ca. 6 % von ihnen leben in Pflegeheimen oder bedürfen der häuslichen Pflege. Ihre Möglichkeiten zur Gestaltung des eigenen Lebens sind eingeschränkt. Sie bedürfen der Hilfe.

Selbst wenn man annimmt, dass weitere 6 % der Senioren in Leipzig aus gesundheitlichen Gründen Einschränkungen in ihren Aktivitäten hinnehmen müssen, ist doch zu konstatieren:

Die große Mehrheit der Seniorinnen und Senioren kann ihr Leben aktiv gestalten und ihre Fähigkeiten zur Wahrnehmung ihrer eigenen Interessen und für das Gemeinwohl einsetzen. Dabei unterscheiden sie sich im Spektrum ihrer Tätigkeiten und Fähigkeiten nicht von anderen Bevölkerungsgruppen.

3. WAS SENIOREN VON DER ÖFFENTLICHKEIT UND DER KOMMUNALPOLITIK ERWARTEN

Was alle Senioren erwarten

- Senioren wünschen sich die Wertschätzung ihrer Lebensleistung, die in freundlichem Umgang miteinander und in der Rücksichtnahme aufeinander zum Ausdruck kommt. Das Altern bringt manches Handicap mit sich. Die Bewegungen werden langsamer und beschwerlicher und die Funktion mancher Sinnesorgane lässt nach. Das schränkt die Leistungsfähigkeit nicht grundsätzlich ein, erfordert aber mehr Zeit für manche Handlungen. Können wir dafür Verständnis von jüngeren Menschen erwarten?
- Erhaltung der Mobilität im Alter ist eine Voraussetzung für ein abwechslungsreiches selbstbestimmtes Leben.
- Senioren brauchen Begegnungsstätten und den Zugang zu allen kulturellen Angeboten und den Medien. Das bedeutet nicht nur Barrierefreiheit, Bezahlbarkeit und Erreichbarkeit, sondern auch Themen, in denen sich ältere Menschen wiederfinden bzw. die den Interessen älterer Menschen entsprechen.
- Senioren sind auch für die Überwindung kürzerer Entfernungen auf die öffentlichen Verkehrsmittel angewiesen (manche verzichten aus Altersgründen auf das Fahren mit dem eigenen Auto), denn lange Strecken zu Fuß zurück zu legen, ist nicht möglich.
- Der Öffentliche Personen-Nahverkehr sollte leicht zugänglich sein und für alle bezahlbar bleiben.
- Senioren brauchen eine barrierefreie, pflegeleichte Wohnung.
- Senioren erwarten (wie andere Bürger auch) die Gewährleistung der Sicherheit. Sie wollen in ihren

Wohnungen in Geborgenheit leben und sich in unserer Stadt ohne Angst frei bewegen können.

- Mit dem Alter stellen sich auch Krankheiten ein. Senioren erwarten eine angemessene, altersspezifische gesundheitliche Versorgung. So wie es seit Jahrzehnten die Kinderheilkunde (Pädiatrie) gibt, wünschen wir uns als Senioren eine Altenheilkunde, die Geriatrie, als medizinische Fachdisziplin, die die Besonderheiten der Behandlung von Krankheiten im Alter berücksichtigt.
- Die leichte Erreichbarkeit von Arztpraxen und anderen medizinischen Einrichtungen, die Bezahlbarkeit der Leistungen des Gesundheitswesens, die Durchschaubarkeit der gesetzlichen Regelungen auf diesem Gebiet sind im Interesse der Senioren wichtig.
- Senioren erwarten die Wertschätzung ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit. Sie erwarten auch, dass der finanzielle Aufwand, den sie dabei einsetzen müssen, erstattet wird. Es ist richtig, dass es manchen Senioren nicht schwer fallen würde, neben der Kraft und Zeit, die sie für die ehrenamtliche Tätigkeit aufwenden, auch finanzielle Mittel dafür einzusetzen. Wenn die Gemeinschaft sich aber grundsätzlich darauf verlässt und Aufwand für ehrenamtliche Tätigkeit nicht ersetzt, hat das negative Folgen. Diejenigen unter uns, deren Einkommen gering ist, wären dann von der ehrenamtlichen Arbeit ausgeschlossen, weil sie es sich nicht leisten können, Geld dafür aufzuwenden. Die Zahlung von Aufwandsentschädigungen für ehrenamtliche Arbeit vom Einkommen der betreffenden Personen abhängig zu machen, ist deshalb nicht richtig.
- Senioren erwarten eine ausgewogene, realistische

Darstellung des Lebens im Alter in den Massenmedien.

Was für besonders benachteiligte Senioren getan werden muss

- Senioren mit geringem Einkommen bedürfen einer finanziellen Grundsicherung.
Dafür gibt es gesetzliche Grundlagen. Den Senioren ist zu helfen, ihre Rechte wahrzunehmen.
- Für die Senioren mit geringem Einkommen ist der Leipzig-Pass unverzichtbar, damit sie ihre Mobilität erhalten und am gesellschaftlichen Leben teilnehmen können.
- Weitere finanzielle Entlastungen für Senioren mit niedrigem Einkommen sollten angestrebt werden.
- Senioren ohne Familienangehörige und hochbetagte Senioren, deren Freunde und Bekannte bereits verstorben sind, befinden sich in der Gefahr der Vereinsamung.
Auf dieses Problem sollte die Aufmerksamkeit aller Bürger Leipzigs gerichtet werden. Nachbarschaftshilfe kann da viel bewirken. Nur wenn bekannt ist, wo vereinsamte Menschen leben, kann in solchen Fällen geholfen werden.
- Unter uns leben viele Menschen in sehr hohem Lebensalter, Senioren, die pflegebedürftig sind, Menschen mit Behinderungen und chronisch Kranke. Sie alle wollen ein selbstbestimmtes Leben führen und bedürfen dazu der professionellen Unterstützung durch Mediziner und medizinisch gebildete Helfer.
- Alle Senioren wollen selbstbestimmt leben und viele von ihnen treffen vorsorgliche Entscheidungen für ihre letzte Lebensphase (Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht).

- Senioren brauchen aber auch die Zuwendung der Menschen, denen sie im Alltagsleben begegnen. Wir alle sollten uns bemühen, ihr Leben reicher zu machen.
- Unter uns leben auch viele Senioren, die aus anderen Ländern zu uns gekommen sind. Manchen fällt es schwer, sich zu integrieren. Wir sollten ihnen mit Verständnis begegnen und ihnen erleichtern, hier ihr Leben zu gestalten.

4. WAS SENIOREN SELBST TUN SOLLTEN

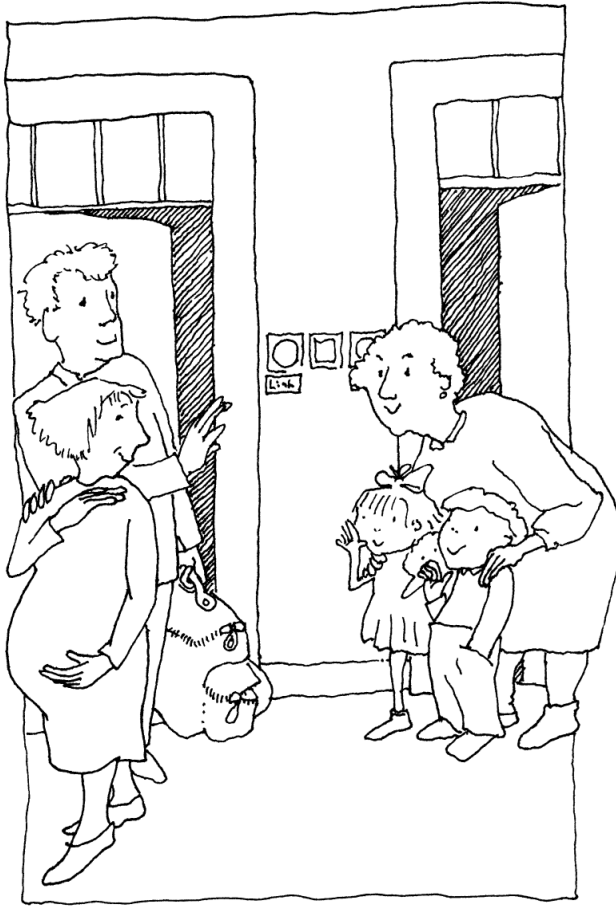
Senioren sollten ihren Alltag strukturieren.

Strukturieren des Tages

Da die Erwerbstätigkeit keine Rolle spielt, können sich Senioren ihren Tag individuell einteilen. Das betrifft den Wach-Schlaf-Rhythmus, die Verteilung der Mahlzeiten auf den Tag, die Zeit für die Körperpflege und die verschiedenen Tätigkeiten zur Haushaltsführung. Neben diesen notwendigen Handlungen bleibt noch viel Zeit für andere Beschäftigungen. Unterschiedliche Tätigkeiten sind für das **Strukturieren der Woche bzw. des Monats** geeignet.

Jeder Mensch braucht Aufgaben, die seine Fähigkeiten herausfordern und ihm das Gefühl geben, dass er gebraucht wird, ein sinnvolles Leben führt.

Senioren sollten sich verschiedene Tätigkeitsfelder wählen, wo sie eine oder mehrere solcher Aufgaben finden. Jeden Tag, außer den notwendigen Verrichtungen, freiwillig etwas Sinnvolles getan zu haben, verschafft Befriedigung.



Senioren sollten den Kontakt zu anderen Generationen halten, auch wenn Lebensstile der jungen Generation nicht immer ihren eigenen entsprechen – auch in ihrer Jugend seufzten die Alten über „die heutige Jugend“. Senioren sollten Hilfs- und Unterstützungsangebote sowie Gesundheitsvorsorge in Anspruch nehmen, es ist ihr gutes Recht und kann Überlastungssituationen oder gesundheitlichen Schäden vorbeugen.

Ein menschenwürdiges Leben bis ins hohe Alter, ist ein lohnendes Ziel für die gesamte Gesellschaft und jeden einzelnen Bürger.

MAßNAHMEN UND ANSÄTZE FÜR EINE ÖFFENTLICHE DISKUSSION

Wir führten bereits durch:

- eine Bürgersprechstunde des Oberbürgermeisters der Stadt Leipzig zum Thema „Bild des älteren Menschen“ im Stadtbüro
- ein Seniorenstadtgespräch zum Thema „Was wird aus unseren Enkeln?“, das die Verantwortung der älteren Bürger für die Erziehung der Jugendlichen deutlich macht

Wir suchen den Dialog und schlagen vor:

- eine Stadtwerkstatt zum Thema „Demografischer Wandel und Bild des älteren Menschen“ im ersten Halbjahr 2004

Wir fragen Leipziger Vereine und Verbände, welche Erfahrungen sie mit der Darstellung des Alters in ihrem Wirkungsbereich haben und bitten sie, uns ihre Meinung zum „Bild des älteren Menschen“ mitzuteilen.

Wir suchen Verbündete und regen an, dass Institutionen wie

- die Volkshochschule
- die Landeszentrale für politische Bildung
- die Deutsche Gesellschaft, Bildungswerk Sachsen
- Parteien
- Stiftungen
- die Leipziger Agenda 21

in ihren Veranstaltungsplänen Tagungen, Foren oder Workshops zum Thema „Das Bild des älteren Menschen“ ausweisen und in eigener Regie durchführen.

Wir wenden uns an den MDR und die Presseorgane in unserer Region mit der Bitte, mit ihren Mitteln eine öffentliche Diskussion über das „Bild des älteren Menschen“ zu unterstützen.

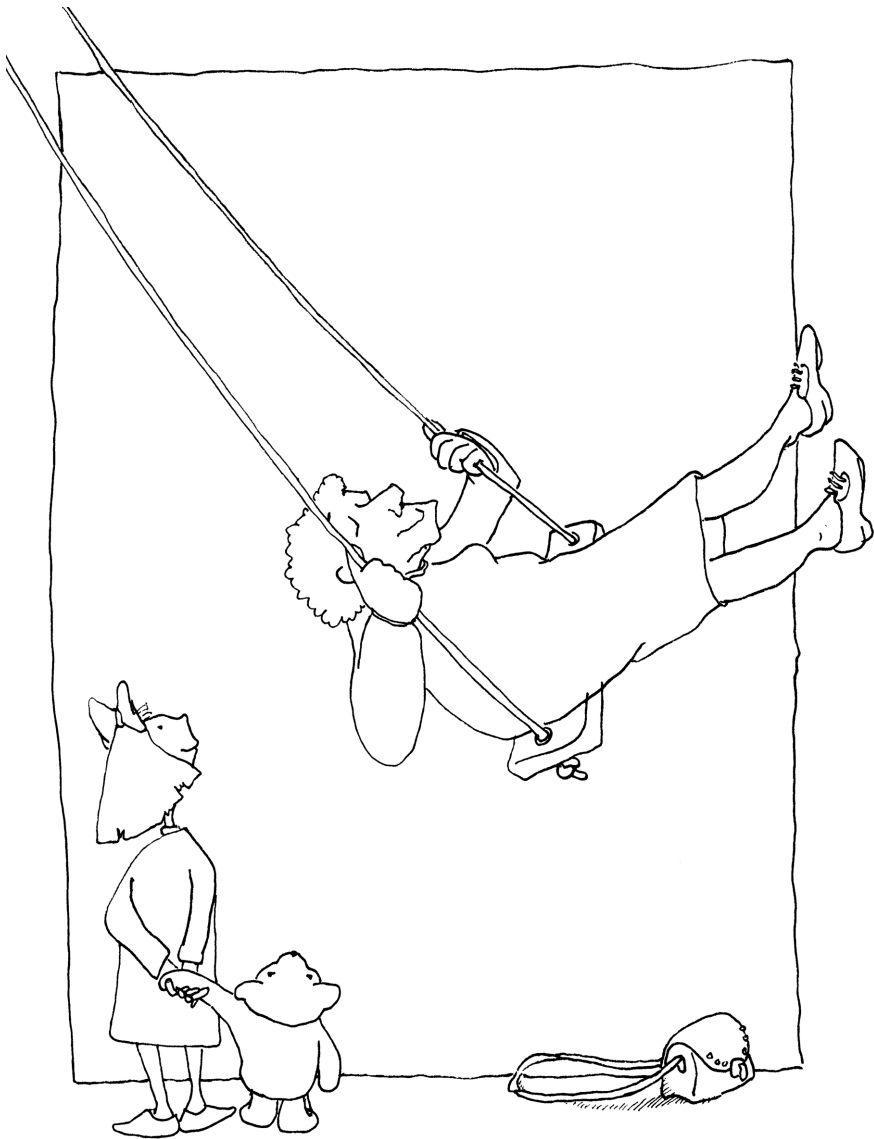
Wir werden andere Seniorenbeiräte und Seniorenvertretungen auf allen Ebenen darum bitten, uns ihre Erfahrungen und Standpunkte zum „Bild des älteren Menschen“ mitzuteilen, um zu versuchen, unseren eigenen Standpunkt weiter auszuprägen und fortzuentwickeln.

Wir werden das Sozialministerium der Sächsischen Staatsregierung in Dresden und das Bundesministerium für Frauen, Jugend und Senioren in Berlin über unseren Standpunkt zum „Bild des älteren Menschen“ informieren und eine Stellungnahme dazu erbitten.

Wir wünschen uns ein breites Echo aus allen Schichten der Bevölkerung und von Menschen unterschiedlichen Lebensalters.

WIR ERWARTEN PRÄZISIERENDE ERGÄNZUNGEN, GRUNDSÄTZLICHE ODER PARTIELLE KRITIK UND WÜRDEN UNS AUCH ÜBER ZUSTIMMUNG FREUEN.

Seniorenbeirat der Stadt Leipzig
Friedrich-Ebert-Straße 19 a, 04109 Leipzig
Telefon: 0341-123 6729
Telefax: 0341-123 6725
e-mail: senioren@leipzig.de
Internet: seniorenbeirat.leipzig.de



Impressum

Herausgeber: Seniorenbeirat der Stadt Leipzig
Friedrich-Ebert-Straße 19a
Redaktion: Dr. Fridel Latschev, Prof. Dr. Gothild Lieber,
Dr. Clemens Nartschik, Kerstin Motzer
Illustrationen: Matthias Birkner
Satz & Layout: Pauselius Medienproduktion
Druck: Stadt Leipzig, Zentrale Vervielfältigungen
Auflage: 200, 5. Auflage, Januar 2004
Nachdruck nur mit Genehmigung des Herausgebers