

Alters- und Pflegeheim FRENKENBÜNDTEN – regionaler Leader in der Alterspflege

Das vierte Lebensalter – Altern hat viele Facetten und ist eine sehr individuelle Angelegenheit

Nach Vollendung des 76. Geburtstags beginnt das vierte Lebensalter. Im Lauf unseres Lebens nimmt die biologische Plastizität zunehmend ab, damit ist die Fertigkeit des Körpers gemeint, Verluste zu regulieren. Mehr und mehr ist man auf kulturelle Unterstützung angewiesen, doch spätestens nach einem längeren Krankenhausaufenthalt wegen einem «berühmt-berüchtigten» Oberschenkelhalsbruch stellt sich die Frage: Wie soll es jetzt weitergehen?

Eines vorweg: Es gibt viele Ältere Menschen, die ihr Alter in relativer Gesundheit geniessen können. Zu Beginn des vierten Lebensalters aber benötigen etwa ein Sechstel der Frauen und ein Zehntel der Männer Unterstützung von aussen. Ein der am meisten beklagten Einschränkungen im Alter ist die der Mobilität. Von einem Tag auf den anderen bildet die Treppe ein unüberwindbares Hindernis, der Badewannenrand und die Bettkante erscheint einem wie das Erklimmen des Matterhorns. Auch der wöchentliche Spitex-Einsatz deckt die persönliche Pflegesituation nicht mehr ab. «Hier kommt Selbstbestimmung ins Spiel, denn im Idealfall wurde frühzeitig Verantwortung übernommen und an die eigene Alterszukunft gedacht. Eine Veränderung der Wohnsituation sollte lange im Voraus geplant werden, denn vieles ist nicht von heute auf morgen umsetzbar», erzählt Bernhard Fringeli, Heimleiter des Alters- und Pflegeheims FRENKENBÜNDTEN in Liestal.



Aufenthaltsbereich Wohngruppe

Wohnformen im Alter

Wer im Alter noch weitestgehend fit und gesund ist, kann ohne Bedenken im eigenen Zuhause wohnen. Bei leichten Einschränkungen ist ein Umzug noch nicht zwingend notwendig. «Damit ein altersgerechtes Wohnen möglich ist, müssen oftmals einige Umbauten, besonders in der Küche und im Badezimmer, vorgenommen werden. Hierbei stehen Sicherheit und Barrierefreiheit für die Senioren im Vordergrund. Ein Treppenlift kann eine Option sein und die Installation eines Hausnotruf-Systems ist zu empfehlen», rät Bernhard Fringeli.

Bei geringer Pflegebedürftigkeit ist ein Leben zu Hause noch möglich, denn oft übernehmen Familienmitglieder die Pflege und Betreuung des Angehörigen. Bei Bedarf kann zusätzlich ein Pflegedienst beauftragt werden. «Im FRENKENBÜNDTEN bieten wir alternativ Übergangspflege und Entlassungsangebote an, mit dem Ziel einer möglichen Rückkehr nach Hause», berichtet der Heimleiter.

Die Senioren-WG zählt zu den modernen Wohnformen im Alter und hat sich vor allem in den letzten Jahren stark verbreitet. Hier hat jeder sein eigenes Zimmer, die Gemeinschaftsräume werden zusammen genutzt. So wird der Vereinsamung im Alter vorgebeugt, man kann sich gegenseitig im Alltag unterstützen und gemeinsame Aktivitäten unternehmen.

Wenn der Zeitpunkt für stationäre Pflege gekommen ist

Auch im stationären Bereich gibt es eine Vielzahl verschiedener Wohnformen. «In allen Wohngruppen können wir Einzel- und Doppelzimmer an-



Gemeinsam Spielen und Beschäftigen

bieten. Zur weiteren Erholung nach einem Spitalaufenthalt oder im Falle einer betreuenden Notlage stehen an der Gitterlistrasse 10 in Liestal und in unserer Aussenwohngruppe ‚Im Park‘ zusätzliche möblierte Zimmer zur Verfügung», erklärt der Heimleiter und fügt an: «Ein Umzug aus den eigenen vier Wänden fällt vielen Seniorinnen und Senioren zu Beginn schwer, doch auf lange Sicht können sie von den Vorzügen der neuen Wohnform stark profitieren!» Das FRENKENBÜNDTEN begleitet und betreut die BewohnerInnen so, dass Selbständigkeit, Würde und Lebensqualität so weit wie möglich gewahrt werden. Ebenfalls werden ihnen in jeder Phase ihres Lebens Schutz und Geborgenheit geboten. Ihre Rechte und persönliche Autonomie werden geachtet, nach Möglichkeit wird auf Bedürfnisse eingegangen und dazu beigetragen, ihr Leben im Heim angenehm und behaglich zu gestalten.

Die persönlichen Ressourcen der BewohnerInnen werden erhalten und gefördert. Auch die Teilnahme am sozialen und kulturellen Leben sowie der Kontakt mit Angehörigen wird tatkräftig unterstützt. «Im Heim schaffen wir geeignete Erlebnismöglichkeiten und Gelegenheiten, generationsübergreifende Kontakte und Beziehungen zu pflegen», betont Bernhard Fringeli.

Die Funktionsweise der Warteliste

Auf die aktuelle Warteliste werden nur InteressentInnen aufgenommen, die auf Pflege und Betreuung angewiesen sind, sich ernsthaft mit dem Wechsel in die Institution befassen und innerlich den Schritt, in ein Alters- und Pflegeheim einzutreten, vollzogen haben. Auf diese Weise wird eine lange, wenig aussagekräftige Warteliste vermieden. Davon profitieren alle, die dringend auf einen Platz im FRENKENBÜNDTEN angewiesen sind.

Das heisst, auf dem Anmeldeformular muss festgehalten werden, innert welcher Frist der gewünschte Eintritt stattfinden soll. «Es ist wichtig, dass uns gesundheitliche Veränderungen, Spitaleintritte, Überforderung des Umfeldes etc. gemeldet werden, damit wir wissen, wenn ein Eintritt dringend wird und wir dies auf der Warteliste speziell kennzeichnen können», so Bernhard Fringeli.

Ein erster Einblick kann jederzeit ganz ungezwungen durch den Besuch des, übrigens ganz ausgezeichneten, öffentlichen Restaurants im FRENKENBÜNDTEN gewonnen werden!

LEBEN, WOHNEN UND BETREUUNG IM ALTER
FRENKENBÜNDTEN

Leben, Wohnen und Betreuung im Alter FRENKENBÜNDTEN
Gitterlistrasse 10, 4410 Liestal
Tel. 061 927 17 17 (Zentrale)
info@frenkenbuednten.ch
www.frenkenbuednten.ch