



# Sorgekulturen in Gemeinschaften: betreuende Angehörige im Fokus

# Sorgekulturen in Gemeinschaften: betreuende Angehörige im Fokus

**Privatwirtschaftliche, gemeinnützige und öffentliche Institutionen sowie Personen aus dem familiären Umfeld gehören zum Unterstützungssystem, wenn Menschen infolge Krankheit oder Alter auf Hilfe angewiesen sind. Das Porträt zeigt auf, wie aus diesen Elementen eine sozialräumlich orientierte Sorgekultur entstehen kann.**

Die Gemeinde Bassersdorf hat eine neue Altersstrategie erarbeitet, in der betreuende Angehörige besonders im Fokus stehen. Mit einer Bevölkerungsumfrage wurde ermittelt, wie betreuende Angehörige in ihrem Engagement entlastet werden können. Das Projektteam BasiviA (Bassersdorf vernetzt im Alter) hat aus den Ergebnissen diverse Massnahmen abgeleitet. Im Frühjahr 2017 entschied der Gemeinderat, welche dieser Massnahmen umgesetzt werden sollen. Mittlerweile besteht ein Netz an Unterstützungsangeboten: der Kurs «Impulse für den Betreuungsalltag», ein jährliches Treffen am Tag der betreuenden und pflegenden Angehörigen (30. Oktober) und eine regelmässige Gesprächsgruppe zum Austausch mit Gleichbetroffenen. In Planung ist zudem ein Besuchsdienst durch Freiwillige, der betreuende Angehörige stundenweise entlastet.

## Eine Vielfalt an Begriffen und Konzepten

In Bassersdorf entsteht eine neue Sorgekultur. Eine allgemein gültige Definition für dieses Konzept gibt es nicht – weder in der Wissenschaft noch in der Praxis. Auch keinen einheitlich genutzten Begriff. Caring Community, sorgende Gemeinschaft, bedürfnisorientiertes Unterstützungssystem – welcher Name wird dem komplexen sozialen «Sorge-Geäst» gerecht?

Barbara Steffen leitet das Wissenszentrum, das Teil des Zentrums Schönberg ist und für den Kanton Bern innovative Praxisentwicklungs- und Forschungsprojekte im Bereich Demenz und Palliative Care betreut. Im Auftrag der Gesundheits- und Fürsorgedirektion Bern hat sie sich intensiv mit Sorgekulturen befasst und das umfassende Konzept «Doing Caring Communities – auf dem Weg zu sorgenden Gemeinschaften» erstellt. Sie ist hin- und hergerissen, welcher Begriff das Konzept besser trifft: «Wir sprechen von sorgenden Gemeinschaften. Aber wir merken, dass der deutsche Begriff missverständlich sein kann. Er gibt immer wieder Anlass zu Diskussionen.» Denn der Begriff der Sorge ist nicht nur positiv konnotiert.

Seit fast zwanzig Jahren beschäftigt sich Christoph Steinebach, Professor für Angewandte Entwicklungspsychologie an der ZHAW, mit dem Thema. «Sorge im Sinne der Fürsorge hat etwas Hierarchisches: Ich bin stark und gut und Sorge mich um dich. Und du bist schwach.» Auch er verbindet mit dem deutschen Begriff deshalb gewisse Schwierigkeiten und bevorzugt die englische Alternative. Diese wird zudem in allen Sprachregionen verstanden.

Im Folgenden wird der eingedeutschte Begriff Sorgekulturen in Gemeinschaften verwendet (Zitate ausgenommen).

Die Beratungsfirma socialdesign ag begleitet diverse Projekte im Bereich Sorgeskulturen und hat aufgrund von Gesprächen mit Fachpersonen und Laien folgende Arbeitsdefinition formuliert:

*«Eine Caring Community ist eine Gemeinschaft in einem Quartier, einer Gemeinde oder einem Dorf, in der Menschen füreinander sorgen und sich gegenseitig unterstützen. Jeder nimmt und gibt etwas, gemeinsam übernimmt man Verantwortung für soziale Aufgaben.»*

Das Porträt greift diese Definition auf. Sie ist klar genug, um sich etwas darunter vorstellen zu können, lässt aber dennoch Raum für verschiedene Varianten. Letzteres ist gemäss Christoph Steinebach besonders wichtig, weil die Bandbreite an Sorgeskulturen in Gemeinschaften gross ist. Die Idee von Sorgeskulturen in Gemeinschaften basiert auf verschiedenen sozialen Bewegungen, wie beispielsweise der Hospiz-Bewegung. Deshalb ist eine grosse Vielfalt an Modellen und Varianten entstanden.

Konzeptuell lassen sich Sorgeskulturen unter anderem durch folgende Aspekte unterscheiden:

**Lebensbereich:** In der Schweizer Politik waren sie bisher vor allem im Bereich Alter ein Thema. Aktuell wird das Konzept weiterentwickelt, da es sich auch auf andere Bereiche übertragen lässt und sich der Bedarf an Hilfe nicht nur auf das hohe Alter beschränkt.

**Initiierung:** Weiter wird zwischen Initiativen, die von einer offiziellen Trägerschaft gesteuert werden (Top-down-Ansatz, z.B. durch ein politisches Gremium) und Initiativen, die aus dem Alltag heraus entstanden sind (Bottom-up-Ansatz, z.B. durch Privatpersonen) unterschieden. Bei Ersteren ist es besonders wichtig, mittels Partizipation und Aushandlungsprozessen einen gemeinsamen Weg zu erarbeiten. Das eingangs beschriebene Projekt BasiviA der Gemeinde Bassersdorf ist ein Beispiel einer Top-down-Initiative.

**Grösse:** Wie gross kann eine Gemeinschaft sein, damit sie funktioniert? Die Frage lässt sich nicht mit einer Zahl beantworten. Auf der organisatorischen Ebene – wenn es also darum geht, ein Netzwerk mit Gebenden und Nehmenden zu koordinieren – ist ein Raum mit bis zu 40000 Personen denkbar. Auf der Ebene von tragfähigen Beziehungen – wenn es also um den sozialen Kitt geht – bewegen sich die Zahlen im zwei- bis dreistelligen Bereich. Grundsätzlich kann man sagen: In ländlichen Strukturen ist die Gemeinde eine gute Grösse, in einer Stadt sind es eher Quartiere. Es gilt auszuprobieren, was funktioniert.

## Von Chancen und Grenzen

Für Manuela Spiess, Projektleiterin und Beraterin bei socialdesign, sind Sorgeskulturen in Gemeinschaften mit sehr vielen Chancen verbunden: «Sie ergänzen institutionelle Angebote und fördern die Vernetzung professioneller und nicht professioneller Akteure. Das Engagement in Caring Communities ist sinn- und orientierungsstiftend. Beteiligt man sich aktiv in der Gemeinschaft, fördert das auch die Gesundheit. Das Konzept lässt viele Freiheiten zu, bietet Platz für unterschiedliche Settings – und damit Raum für Kreativität. Schliesslich wirken Caring Communities integrativ, sie sind grundsätzlich offen für alle Bevölkerungsschichten.» Aber auch für eine Sorgeskultur ist es herausfordernd, alle zu erreichen. Sei es, weil gewisse Personengruppen über die gängigen Kommunikationskanäle nicht zu

erreichen sind oder, weil beispielsweise besser situierte Bevölkerungsgruppen direkt auf professionelle Anbieter zurückgreifen.

«Durch Caring Communities kann im Gemeinwesen eine Kultur der gegenseitigen Unterstützung entstehen. Bürgerschaftliches Engagement, Empowerment, gegenseitige Sorge, Verantwortung füreinander übernehmen, sich kümmern – zentrale Werte, die in unserer Gesellschaft immer wieder zu kurz kommen. Caring Communities leisten etwas sehr Wertvolles, das es zu fördern gilt», ergänzt Christoph Steinebach von der ZHAW. Und sie haben eine Vierfach-Wirkung: Diejenigen, die sich selbstbestimmt engagieren, sind gleichzeitig Teil einer Gruppe und erleben sich als wirksam. Bei den Unterstützten steigt das Wohlbefinden. Und all das hat wiederum eine Wirkung auf die Gemeinde. Ein gutes Mittel gegen Einsamkeit, Gleichgültigkeit und Ausgrenzung.

Robert Sempach vom Migros-Kulturprozent gibt zu bedenken, dass das Konzept jedoch nicht idealisiert werden darf. «Caring Communities sind keine heilen Welten mit perfekten Gemeinschaften. Wo Menschen zusammenkommen, entstehen Reibungen und Interessenskonflikte.» Zudem bestehe das Risiko, dass Gemeinschaften zu einengend werden. «Oder zu wenig flexibel», so Christoph Steinebach von der ZHAW. «Eine Gruppe sollte offen bleiben für neue Mitglieder, mit Fluktuationen umgehen können. Und sich nicht zu hohe Ziele stecken – etwa «die Welt zu retten». Der Fokus sollte auf den Problemen des Alltags liegen. Sonst wird es schnell zu einem Fass ohne Boden.»



**«Caring Communities sind keine heilen Welten mit perfekten Gemeinschaften. Wo Menschen zusammenkommen, entstehen Reibungen und Interessenskonflikte.»** Robert Sempach

Auch die Politik muss miteinbezogen werden. «Sorgende Gemeinschaften sind nicht einfach eine Möglichkeit, Kosten einzusparen, die Versorgung zu verbilligen und Aufgaben zu delegieren», gibt Barbara Steffen vom Wissenszentrum zu bedenken. Vielmehr braucht es ein Miteinander von allen. Sorgeskulturen unterstützen dieses Miteinander, was Steffen als sehr erstrebenswert erachtet. «Kooperation statt Konkurrenz ist ein grosses Potenzial von sorgenden Gemeinschaften.»



**«Kooperation statt Konkurrenz ist ein grosses Potenzial von sorgenden Gemeinschaften.»** Barbara Steffen



## Konkrete Initiativen in der Schweiz

Soweit die Theorie – zurück zur Praxis. Vier Beispiele veranschaulichen, wie Sorgeskulturen in der Schweiz konkret gelebt werden.

### Praxisbeispiel 1

#### **Entwicklung von sorgenden Gemeinschaften in drei Pilotregionen des Kantons Bern**

<https://www.zentrumschoenberg.ch/wissenszentrum>

Im Auftrag der Gesundheits- und Fürsorgedirektion Bern (GEF) hat das Wissenszentrum des Zentrums Schönberg ein Konzept zu sorgenden Gemeinschaften erarbeitet. Auf dieser Basis begleitet es den Aufbau sorgender Gemeinschaften in drei Pilotregionen des Kantons Bern (Oberaargau Ost, Langnau im Emmental, Jegensdorf). Ziel aller drei Pilotprojekte ist es, Bestehendes zu vertiefen sowie Beteiligungen und Sorgekreise zu erweitern. Die Projekte bauen auf vielen bereits bestehenden Initiativen auf, die durch den Fokus «sorgende Gemeinschaft» eine neue Ausrichtung und Entwicklungsrichtung erhalten. Aus den Erfahrungen in den drei Pilotregionen werden Best Practices abgeleitet, die Interessierten in verschiedenen Formen zugänglich gemacht werden.

#### **Zur Entlastung betreuender Angehöriger**

Die Gemeinde Langnau im Emmental feierte am 30. Oktober 2018 den Tag pflegender und betreuender Angehöriger: An einem Anlass erhielten betreuende Angehörige Wertschätzung für ihr Engagement, Impulse für den Alltag und eine Austauschmöglichkeit mit Gleichbetroffenen. Die 15 Teilnehmenden diskutierten rege: Was gibt mir Kraft für die Betreuungs-/Pflegearbeit? Was würde mich in meinen Alltag zusätzlich unterstützen? Der Anlass und der offene Dialog wurden sehr geschätzt. Zwei wichtige Anliegen werden konkret umgesetzt:

- Auf Wunsch der betreuenden Angehörigen wird ein regelmässiges Austauschangebot angestrebt. Das Organisationskomitee setzt sich – ganz im Sinne einer sorgenden Gemeinschaft – aus vielen verschiedenen Akteuren zusammen. Dem OK ist es besonders wichtig, dass auch betreuende Angehörige dabei mitwirken.
- Am Anlass wurde das Bedürfnis nach leicht zugänglichen Informationen zu Hilfsangeboten geäussert. Eine andere Projektgruppe der Pilotregion hat sich dem bereits angenommen: Es wird eine Informationsplattform (Print und Online) zu allen Angeboten und Aktivitäten in der Region entwickelt. In Planung ist zudem eine Kontaktstelle, an die sich betreuende Angehörige bei Fragen telefonisch wenden können.

## Praxisbeispiel 2

### «Socius – Wenn Älterwerden Hilfe braucht»

<https://www.programmsocius.ch>

Die Age Stiftung lancierte 2014 unter der Leitung von Christiana Brenk das Programm «Socius – Wenn Älterwerden Hilfe braucht». Das auf fünf Jahre angelegte Programm unterstützt zehn Projekte, die bedürfnisorientierte Unterstützungssysteme für ältere Menschen organisieren. Die heutigen Unterstützungsangebote sind häufig fragmentiert, wenig aufeinander abgestimmt und koordiniert. Gerade für ältere Leute wird der Zugang dadurch erschwert. Alle Projekte wollen bestehende Angebote besser zugänglich machen, die Akteure vernetzen und die Zivilgesellschaft einbinden.

### Zur Entlastung betreuender Angehöriger

Das eingangs beschriebene Projekt BasiviA der Gemeinde Bassersdorf ist eines dieser zehn Projekte des Programms. Wie andere Projekte konkret zur Entlastung betreuender Angehörigen beitragen, wird im nächsten Abschnitt erläutert.

## Praxisbeispiel 3

### Pilotprojekt «Soziale Abwartin» in der Gemeinde Cadenazzo

<http://www.cadenazzo.ch>

<http://www.abad.ch>

In Bellinzona gibt es neue Wohnangebote für betagte Menschen: Alterswohnungen mit integrierter Betreuung durch eine Fachfrau Betreuung. Die Gemeinde Cadenazzo hatte Ähnliches vor. Ein schönes Haus mit Gemeinschaftsraum und Garten – grundsätzlich eine gute Idee. Doch wie können ältere Menschen motiviert werden, in eine Alterswohnung zu ziehen? Die meisten Betagten möchten so lange wie möglich zu Hause leben.

Roberto Mora, Direktor des ambulanten Pflege- und Betreuungsdienstes ABAD aus Bellinzona, stellte das Konzept auf den Kopf. Und so läuft seit Oktober 2017 in der Gemeinde Cadenazzo das Pilotprojekt «Soziale Abwartin» (custode sociale). Die Pflegeassistentin Marta Marchese bringt in einem 80-Prozent-Pensum vieles unter einen Hut:

- Am Vormittag leistet sie klassische Spitex-Dienstleistungen (ohne medizinische Interventionen) bei denjenigen Personen, die bereits vor Projektbeginn durch ABAD unterstützt wurden.
- Gemeinsam mit einer Praktikantin ist sie tagsüber stets erreichbar – gerade auch bei kleineren, nicht medizinischen Notfällen.
- An zwei Nachmittagen in der Woche organisiert sie diverse gesellige Aktivitäten, an denen durchschnittlich 16 Personen teilnehmen. Zweimal im Monat lädt sie zu einem gemeinsamen Mittagessen.
- In enger Zusammenarbeit mit Silvia Pestoni, Sozialarbeiterin der Gemeinde, informiert und berät sie Betagte und deren Angehörige zu Fragen im Sozial- und Gesundheitsbereich.

Seit Oktober 2018 ergänzt eine Haushaltshilfe (collaboratrice familiare) das Projekt. Sie übernimmt einen Teil der Betreuungsaufgaben und entlastet so die Angehörigen. In Planung ist zudem ein Projekt mit der Schule. In einem ungezwungenen Rahmen sollen sich verschiedene Generationen treffen, um in Kontakt zu kommen und voneinander zu lernen – beispielsweise beim Backen.

Durch den regelmässigen, nahen Kontakt entsteht eine vertrauensvolle Beziehung zwischen der sozialen Abwartin und ihrer Kundschaft – eine wichtige Basis für die Förderung der Gemeinschaft. Durch die Nähe, den Austausch sowie die enge Zusammenarbeit mit Fachleuten, Freiwilligen und der Gemeinde (Nataschia Caccia, Gesundheit und Soziales) unterstützt die soziale Abwartin nicht nur die älteren Bewohnerinnen und Bewohner von Cadenazzo, sondern ihr gesamtes Netzwerk. Die Pilotphase ist seit Herbst 2018 abgeschlossen – eine sorgfältige Evaluation folgt. Doch die Rückmeldungen sind bereits eindeutig: Das Angebot wird von allen Seiten sehr geschätzt.

## Praxisbeispiel 4

### «quartiers & villages solidaires» im Kanton Waadt

<https://www.quartiers-solidaires.ch>

Seit fünfzehn Jahren werden im Kanton Waadt mit der Methode «quartiers & villages solidaires» soziale Netzwerke im Sinne von Sorgeskulturen gebaut. Bei den Gemeinschaftsprojekten geht es darum, soziale Bindungen zu schaffen, zu erneuern und zu stärken. Die Integration der Seniorinnen und Senioren in ihr Wohnumfeld und damit die Vorbeugung sozialer Isolation ist ein Hauptanliegen der solidarischen Quartiere.

Die Methodik ist sehr basisorientiert: aus dem Interesse der Zielgruppe entstehen konkrete Angebote, wobei die Bevölkerung eine tragende Rolle in den einzelnen Projekten einnimmt. Ein Projekt gliedert sich jeweils in sechs Phasen, die je nach Grösse des Quartiers oder des Dorfes insgesamt zwischen dreieinhalb und fünf Jahre Zeit in Anspruch nehmen. Der Prozess beginnt damit, dass eine Gemeinde ein solidarisches Quartier oder Dorf entwickeln möchte. Pro Senectute Waadt analysiert die Möglichkeiten, anschliessend wird die Bevölkerung involviert. Am Ende des Entwicklungsprozesses muss das Projekt vollständig von der Bevölkerung getragen werden. Bisher sind in diesem Rahmen 250 Projekte entstanden, an denen 7'000 Personen teilnehmen.

#### Zur Entlastung betreuender Angehöriger

Betreuende Angehörige profitieren von den sozialen Netzwerken grösstenteils indirekt. Über diese Netzwerke sollen zudem Gesundheits- und Sozialthemen miteinander verknüpft und die Akteure aus beiden Bereichen zusammengebracht werden. In der Region Grandson – Montagny-près-Yverdon – Onnens wurde das soziale Netzwerk beispielsweise dazu genutzt, ein Angebot ausserhalb des Projekts «quartier & villages solidaires» bekanntzumachen: regelmässig stattfindende Gesprächsrunden, in denen sich betreuenden Angehörige untereinander austauschen können.

## Wie Sorgeskulturen in Gemeinschaften betreuende Angehörige entlasten

Betreuende Angehörige sind stark darin, für ihr Gegenüber da zu sein. Häufig führt ihr Engagement jedoch dazu, dass sie nur noch wenig Zeit für sich selbst haben und ihnen die Kraft ausgeht. Christoph Steinebach von der ZHAW betont, wie wichtig es ist, denen Sorge zu tragen, die sich um andere kümmern. Und bietet eine Alternative: «In Caring Communities werden drei wichtige Grundbedürfnisse befriedigt: Zugehörigkeit, Autonomie und Kompetenzerleben. Also alles andere als Selbstaufgabe.» Sorgeskulturen bieten damit einen Rahmen, in dem die Betreuung von Angehörigen mit Rücksicht auf die eigenen Ressourcen möglich ist. Betreuende Angehörige erhalten einerseits Rückhalt und Unterstützung und können andererseits auch anderen in der Gruppe zur Seite stehen.



«In Caring Communities werden drei wichtige Grundbedürfnisse befriedigt: Zugehörigkeit, Autonomie und Kompetenzerleben. Also alles andere als Selbstaufgabe.» Christoph Steinebach

Für Barbara Steffen vom Wissenszentrum braucht es jedoch zuerst einen Schritt zurück. Denn vielen betreuenden Angehörigen fällt es schwer, Unterstützung anzunehmen. Sie nennt ein Beispiel: «Betreuende Angehörige von Demenzkranken verstehen es häufig als Versagen, wenn sie nicht alles selbst abdecken können. Deshalb braucht es zuerst ein Umdenken hin zu einer Hilfskultur, in der das Geben und Nehmen von Hilfe normal ist. Denn die gesellschaftlichen Trends von Individualismus, Autonomie und Selbstständigkeit sind Trugschlüsse. Man hat viele Abhängigkeiten im Leben, ist aufeinander angewiesen.» Sorgeskulturen fördern dieses Umdenken.

Wie Sorgeskulturen in Gemeinschaften konkret und auf vielfältige Arten wichtige Beiträge zur Entlastung von betreuenden Angehörigen leisten, erklärt Christiana Brenk, Leiterin Programm Socius der Age-Stiftung: «Einzelne Projekte des Programms Socius haben spezifisch betreuende Angehörige im Fokus (Bassersdorf). Entlastung bieten aber auch weniger spezifische Massnahmen: besser zugängliche Angebote (Anlaufstelle in Bettlach), eine aktive Zivilgesellschaft (Nachbarschaftshilfe in Bern) oder eine angepasste Umgebung (Quartiersspaziergänge in Schaffhausen). «Wenn durch bedürfnisorientierte Unterstützungssysteme die Zusammenarbeit mit professionellen Akteuren niederschwelliger funktioniert, dient dies betreuenden Angehörigen ebenfalls.»



**«Wenn durch bedürfnisorientierte Unterstützungssysteme die Zusammenarbeit mit professionellen Akteuren niederschwelliger funktioniert, dient dies betreuenden Angehörigen ebenfalls.»** Christiana Brenk

Sorgeskulturen können auch in Form von informellen Austauschgruppen bestehen. Damit betreuende Angehörige optimal davon profitieren können, sollte sich die Gemeinschaft gemäss Steinebach nicht exklusiv auf diese beschränken. Besteht eine Gruppe ausschliesslich aus einer Zielgruppe, drehen sich die Gespräche vielfach um die gleichen Themen. Durch offene, gemischte Gruppen kann der Blick geweitet werden.

Immer häufiger gibt es auch ältere Menschen ohne Angehörige, ohne familiäres Netzwerk, auf das im Bedarfsfall zurückgegriffen werden kann. Gerade für diese Zielgruppe sind Sorgeskulturen in Gemeinschaften eine grosse Chance, Teil eines sozialen und solidarischen Netzwerks zu sein.



## Aus der Sicht von Christa Schönenberger – betreuende Angehörige

«Den Fragebogen zum Thema «betreuende Angehörige» vom Bundesamt für Gesundheit habe ich aus Interesse gelesen – und mich bald dabei ertappt, wie ich ihn ausfülle. Als ich fast am Ende des Fragebogens angelangt bin, wurde mir langsam bewusst: Hier geht es ja um mich – ich bin eine betreuende Angehörige! Das war ein regelrechtes Aha-Erlebnis. Als soziokulturelle Animatorin betreue ich 27 Projekte im Kanton Bern, darunter auch die Pilotprojekte im Oberaargau Ost und in Langnau im Emmental. Die Themenfelder sorgende Gemeinschaften sowie betreuende Angehörige sind mir aus meinem beruflichen Alltag vertraut. Trotzdem habe ich mich bisher nicht persönlich angesprochen gefühlt. Vielleicht liegt es auch am Begriff. Ich sehe meine Rolle mehr als begleitend denn als betreuend.

Ich bin sicher nicht die Einzige, der es so geht. Solange man sich nicht zur Gruppe der betreuenden Angehörigen zählt, sieht man gar nicht, welchen Unterstützungsbedarf man eigentlich hätte. Die grössten Herausforderungen für mich als begleitende Angehörige meiner geistig behinderten Tochter? Die vielen Klinken zu putzen, um an die Informationen zu kommen, die ich benötige. Und die sich ständig wandelnden Anforderungen an meine Begleitaufgaben – mal braucht es mehr, mal weniger. Es ist eine Gratwanderung zwischen Schutzbedürfnis und Förderung der Autonomie.

Die aktuellen Initiativen sind sehr angebots- und lösungsorientiert. Aus meiner Sicht braucht es aber vor allem Begegnungsorte, an denen sich Gleichbetroffene austauschen und voneinander lernen können. Man erhält so informell und indirekt Hilfe, ohne sich zwangsläufig als hilfeschend oder hilfsbedürftig zu erleben.»

### Bausteine einer funktionierenden Sorgeskultur

Damit eine Sorgeskultur in einer Gemeinschaft funktioniert, braucht es vieles, das gut zusammenspielt. Abhängig davon, wie ein Projekt angelegt und wie gross oder klein das angestrebte Wirkungsfeld ist, sind unterschiedliche Aspekte wichtig. Ein Auszug, illustriert am Beispiel des Pilotprojekts im Kanton Bern (Praxisbeispiel 1):

**Raum:** Unabhängig davon, ob und welche Konzepte bestehen, ist es ganz entscheidend, lokal zu denken und sich auf einen überblickbaren Raum zu beschränken, damit die gegenseitige Verantwortung nicht unbegrenzt scheint. Quartiere eignen sich gut, da der Aktionsradius überschaubar ist und man dort auf Beziehungen bauen kann. Im Praxisbeispiel 1 handelt es sich um Regionen im Kanton Bern. Die Region Oberaargau Ost besteht aus mehreren Gemeinden, verbindendes Glied ist das gemeinsame Altersleitbild. Die Region Langnau im Emmental besteht hingegen nur aus einer Gemeinde – da stellt sich schneller ein Zusammengehörigkeitsgefühl ein.

**Politik:** Will eine Gemeinde eine Sorgeskultur entwickeln, muss die lokale Politik hinter diesem Projekt stehen. Im Praxisbeispiel 1 wurde das Projekt ganz konkret auf die politische Agenda gesetzt, indem es zum Legislaturziel deklariert wurde.

**Bedarfsklärung:** Vor allem bei Top-down-Initiativen müssen vorgängig ganz grundsätzliche Fragen geklärt werden. Was brauchen wir? Was wird gewünscht? Was fehlt? Dabei gilt es, auf Bestehendem aufzubauen. Im Praxisbeispiel 1 wurden Netzwerktreffen einberufen, um genau diese Fragen zu klären. Eingeladen wurden sowohl Akteure, die schon länger zur Versorgung in den Gemeinden beigetragen haben wie auch Freiwillige.

**Koordination:** Je nach Initiative fällt die Projektorganisation grösser oder kleiner aus. Im Praxisbeispiel 1 formierte sich aus oben beschriebenen Netzwerktreffen eine Koordinationsgruppe, die die verschiedenen Initiativen in den Gemeinden aufeinander abstimmt und die Fäden zusammenhält.

**Engagement:** Das Herz einer Sorgeskultur in einer Gemeinschaft sind Menschen, die andere mit ihrer Begeisterung mitreissen können. Aber schlussendlich braucht es das Engagement aller: von Freiwilligen, gemeinnützigen Organisationen, privatwirtschaftlichen Institutionen und der öffentlichen Hand. Es ist zentral, alle Akteure vor Ort miteinzubeziehen und ins Boot zu holen. Im Praxisbeispiel 1 leisten alle Freiwilligenarbeit – auch die involvierten Institutionen, die dem Projekt einen Teil ihrer Arbeitszeit schenken. «Allein das ist ein grosser Projekterfolg», schildert Barbara Steffen.

**Kosten:** Nebst dem freiwilligen Engagement von vielen Seiten braucht es finanzielle Mittel. Im Praxisbeispiel 1 hat jede Gemeinde einen symbolischen Franken pro Einwohner/-in an das Gesamtprojekt gestiftet. Die Projektunterstützung durch das Wissenszentrum und die Public Health Services im Wert von zirka 10'000 Franken pro Monat wird vom Zentrum Schönberg finanziert. Zusätzlich wird Fundraising betrieben.

**Zeit:** Entscheidend ist auch das Zeitbudget. Am Anfang geht es um ein neues Verständnis von Sorge. Es braucht eine neue Denkweise – und zwar hauptsächlich betreffend den informellen Sektor. Im kleinen Kreis der Familie und der nahen Nachbarschaft ist es nicht neu, füreinander Sorge zu tragen. Bei Sorgeskulturen in Gemeinschaften geht es aber um ein grösseres, grundsätzlicheres Verständnis der geteilten Verantwortung. «Vielerorts herrscht eine klassische Sorgementalität: Was braucht es? Aha, dafür ist die Spitex zuständig», erklärt Barbara Steffen. «Für die meisten ist die Idee hinter dem Konzept zwar plausibel. Erst wenn es um die konkrete Umsetzung geht, wird es herausfordernd. Diese Prozesse haben ein Eigentempo, das man nicht beschleunigen kann.»

**Dialog:** Es braucht Offenheit, Gestaltungsraum und einen vertrauensvollen Austausch mit allen Akteuren. Und immer wieder ein Innehalten. Das Projekt soll regelmässig evaluiert, diskutiert und hinterfragt werden: Sind wir auf dem richtigen Weg? Läuft etwas in eine falsche Richtung? Die gemachten Erfahrungen gilt es sorgfältig auszuwerten.

## Förderung von Sorgeskulturen in der Schweiz

Was braucht es, damit noch mehr solcher Projekte entstehen können? Wichtig sind gute Rahmenbedingungen. Ob der öffentlichen Hand eine aktive oder passive Rolle zukommt, ist umstritten. Einig ist man sich darin, dass die Politik Sorgeskulturen in Gemeinschaften ermöglichen, fördern und unterstützen soll, indem sie solchen Initiativen offen und wertschätzend begegnet. Das beginnt im Kleinen: Räume zur Verfügung stellen, auf erschwerende Regelungen verzichten. «Und es braucht Werbung und Öffentlichkeitsarbeit, um das Konzept bekanntzumachen und um mehr Menschen zu erreichen», so Manuela Spiess von socialdesign.

Das bereits vorgestellte Programm Socius der Age-Stiftung fördert die Entwicklung solcher Projekte ganz konkret. Die zehn am Programm teilnehmenden Projekte profitieren einerseits von der finanziellen Unterstützung der Stiftung (140 000 Franken pro Projekt). Andererseits können sie durch die Teilnahme am Programm ihre Reputation stärken und vom Erfahrungsaustausch untereinander profitieren. Die Erkenntnisse aus dem Programm sollen möglichst vielen zugutekommen. Beispielsweise stellen die Themenblätter und Checklisten auch für ähnliche Vorhaben ausserhalb des Programms eine wertvolle, praxisorientierte Informationsquelle dar. Das Programm endete 2018. Am 20. Juni 2019 werden an einer Tagung wichtige Themen des Programms vorgestellt und diskutiert. Anfang 2019 wird für Socius 2 ausgeschrieben. In der zweiten Runde sollen Gemeinden oder Regionen unterstützt werden, die ihre Angebote im Rahmen eines Gesamtkonzepts nachhaltig miteinander verbinden und für ältere Menschen leichter zugänglich machen wollen.

Auch Migros-Kulturprozent engagiert sich mit verschiedenen Massnahmen für die Entwicklung von Sorgeskulturen in der Schweiz. Denn diese leisten das, was die Abteilung Soziales vom Migros-Kulturprozent anstrebt: sie fördern den gesellschaftlichen Zusammenhalt. Robert Sempach, Projektleiter Gesundheit beim Migros-Kulturprozent, sagt: «Wir unterstützen diverse Projekte. So bieten beispielsweise die Klubschulen in Zusammenarbeit mit Careum Weiterbildung einen Grundkurs für pflegende Angehörige in der Schweiz an.» Er arbeitet zurzeit an der Entwicklung eines Förderprogramms. Dieses setzt jedoch präzise Förderkriterien voraus – bei einem offenen Konzept eine besondere Herausforderung. «Welche Projekte sind am meisten auf eine Anschubfinanzierung angewiesen? Welche Kriterien müssen sie erfüllen? Diese Fragen gilt es sorgfältig zu klären, bevor ein Förderprogramm gestartet werden kann», so Sempach.

Einige Schritte weiter ist Sempach in punkto Multiplikation und Vernetzung. So lancierte er eine nationale Arbeitstagung Caring Communities («Teilete»), die im Juni 2018 stattfand. Vertretungen aus Wissenschaft und Praxis kamen zusammen, um sich auszutauschen und das Konzept weiterzuentwickeln. Die Resonanz war enorm: 70 Personen wurden eingeladen, 150 haben teilgenommen. Manuela Spiess von socialdesign unterstützte bei der Vorbereitung und Ergebnissicherung und begleitete die Tagung. «Das Interesse der Teilnehmenden, die aus den unterschiedlichsten Sparten kamen, war schlicht grandios.» Die Nachbefragung zeigte, dass sich die meisten ein nationales Netzwerk wünschen. Eine Art Dach für ihre Sorgkultur-Projekte.

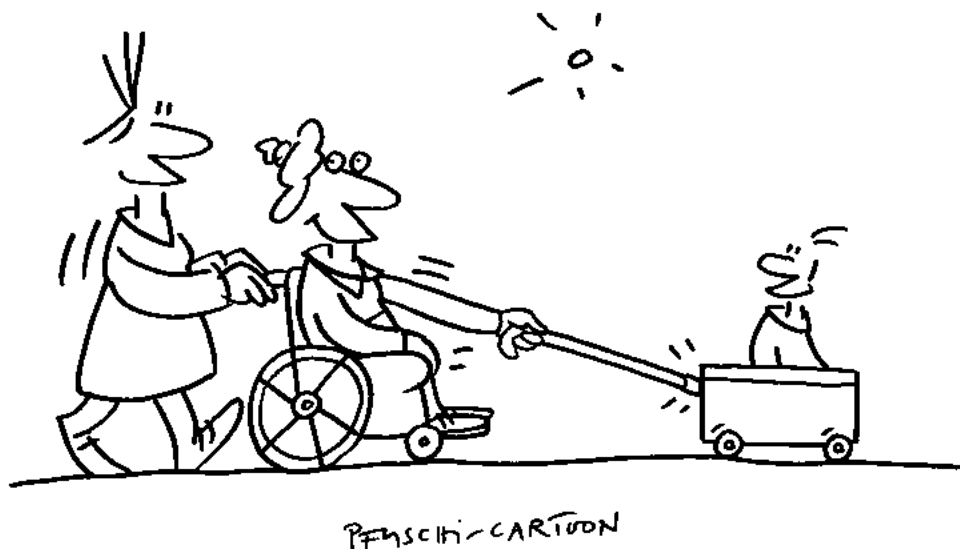


«Das Interesse der Teilnehmenden, die aus den unterschiedlichsten Sparten kamen, war schlicht grandios.» Manuela Spiess

Die Ergebnisse der Tagung wurden auf der Homepage «teilete.net» publiziert, die in Kürze zu einer nationalen Plattform Caring Community «umgebaut» wird. Zusätzlich ist eine Schriftenreihe geplant.

Nächstes Jahr findet eine weitere nationale Tagung statt, an der es hauptsächlich darum gehen wird, wie ein nationales Netzwerk organisiert sein könnte. Um die Bildung eines solchen Netzwerkes und das Lernen voneinander zu unterstützen, veranstalten Migros-Kulturprozent und das Wissenszentrum (Zentrum Schönberg) regelmässig Praxis-Treffen.

Migros-Kulturprozent verfolgt das Thema längerfristig. Der Austausch hat erst begonnen. Robert Sempach freut sich auf den weiteren Diskurs. Im Vordergrund steht für ihn vor allem die Beziehungsfrage. «Caring Communities brauchen stabile Beziehungen. Wie können wir solche aufbauen und fördern? Wo liegt der goldene Mittelweg zwischen Nähe und Freiheit? Wie können Geben und Nehmen im Ausgleich sein?» Fragen, die betreuende Angehörige ganz besonders betreffen.



Diese Publikation ist in folgenden Sprachen erhältlich:

**Deutsch**

Französisch

Italienisch

Sie kann auch als Datei im PDF-Format heruntergeladen werden unter

[www.bag.admin.ch/betreuende-angehoerige](http://www.bag.admin.ch/betreuende-angehoerige) > **Programmteil 2: Modelle guter Praxis**

Januar 2019

**Autoren**

Caroline Kaplan, Interface Luzern

Facia Marta Gamez und Regula Rička, Bundesamt für Gesundheit



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI  
**Bundesamt für Gesundheit BAG**

**Kontakt**

Bundesamt für Gesundheit BAG  
Abteilung Gesundheitsstrategien  
3003 Bern  
proches.aidants@bag.admin.ch

**Förderprogramm Entlastungsangebote  
für betreuende Angehörige**