

Workshop 1

Helke Bruchhaus Steinert

Sexualität und Partnerschaft im Alter

Die Überzeugung Menschen jenseits der 60 hätten kein Sexleben ist ein Vorurteil - eines das sich hartnäckig hält! Aber ältere Menschen sind mehrheitlich sexuell aktiv solange sie in einer Partnerschaft leben. Immer häufiger werden im Alter auch Ehen geschieden und neue Beziehungen eingegangen. Menschen, die im Alter neue Beziehungen eingehen, sind sogar oft sexuell aktiver als jüngere Menschen in einer langjährigen Partnerschaft.

Für die Gesundheit und das subjektive Wohlbefinden im Alter sind eine aktive Sexualität und das Vorhandensein einer Partnerschaft bestimmend. Immer noch scheuen sich Ärzte und Therapeuten aktiv nach der Sexualität zu fragen. Untersuchungen zeigen, dass ältere Menschen es dankbar aufnehmen, wenn sie auf ihre Sexualität angesprochen werden.

Für ein erfülltes Sexualeben ist nicht allein die sexuelle Funktionsfähigkeit entscheidend, d.h. die Frage nach der Erektion oder der Lubrikation. Für eine erfüllte sexuelle Begegnung sind die Qualität der Intimität und der Begegnung wichtig. - Auf welche gemeinsame Geschichte kann in der Partnerschaft zurückgeschaut werden? Welche individuellen Erfahrungen sind für die Individuen von Bedeutung? Wie stellen sich kreativ Partner den alters- oder krankheitsbedingten Veränderungen?

Workshop 3

Monique Arts

Die Zürcher Gesellschaft und Menschen mit Demenz; Ein Widerspruch oder eine Selbstverständlichkeit?

Aufgrund der demografischen Entwicklung wird die Anzahl Menschen mit Demenz in der Zürcher Gesellschaft weiterwachsen. Laut Zahlen der Alzheimervereinigung Schweiz lebten 2017 fast 25'000 Menschen mit Demenz im Kanton Zürich. Bis 2040 wird sich die Zahl der Betroffenen voraussichtlich auf knapp 50'000 Personen verdoppeln. Pro betroffene Person sind durchschnittlich drei Angehörige direkt mitbetroffen, da sie in die Betreuung einbezogen sind. Hochgerechnet heisst das, dass Demenz heute bei insgesamt 100'000 Zürcherinnen und Zürchern den Alltag mitbestimmt. Rund 40% der von Demenz betroffenen Menschen werden im Kanton Zürich institutionell in Alters- und Pflegeheimen, Pflegeheimen oder Pflegewohnungen betreut. Das heisst im Umkehrschluss, dass rund 60% in ihrer angestammten Umgebung leben. Demenz ist ein gesellschaftliches Thema. Aber ist die Zürcher Gesellschaft vorbereitet auf das Zusammenleben mit Menschen mit Demenz und deren Angehörigen? Was braucht es – auch ausserhalb des Gesundheitswesens – das Inklusion nicht nur ein Schlagwort bleibt?

Der Kanton Zürich setzt sich zusammen mit Privaten und der Wirtschaft für gute Lösungen ein. Er hat dazu das Projekt «Mäander» gestartet. Gerne erarbeiten und diskutieren wir im Workshop-Format die Erfolgskriterien für das Projekt «Mäander».

Workshop 4

Robert Koch

Internationale Trends im Umgang mit und in der Therapie von Demenzerkrankungen

Angesichts der demographischen Entwicklung (höhere Lebenserwartung, Baby-Boomer im Rentenalter) und der daher zunehmenden Häufung altersassoziierter Erkrankungen, wie der Demenz, werden zukünftig neue Behandlungswege dieser Erkrankungen bedeutsamer. Nicht zuletzt aufgrund der absehbar leider weiter begrenzten medikamentösen Behandlungsmöglichkeiten von dementiellen Erkrankungen rücken andere Behandlungs- resp. Umgangsmöglichkeiten in den Fokus.

Dieser Work-Shop soll dazu dienen, neuere internationale und vielfach technische Ansätze kennenzulernen und deren Einsatz und Nutzen, aber ggf. auch Risiken und Nebenwirkungen, gemeinsam kritisch unter therapeutischen als auch ethischen Gesichtspunkten zu erörtern.

Workshop 5 – Workshop findet nicht statt !
Christina Affentranger Weber

**Fragmentierung und Zugänglichkeit der Unterstützungsangebote in der Schweiz
– die Stimme der Angehörigen**

Punkt 10 des Grundlagenpapiers aus New South Wales fordert die Reduktion der Fragmentierung der Hilfs- und Dienstleistungsangebote und die Erleichterung der Zugänge zu diesen durch Optimierung der Steuerung, der Versorgungswege und durch Entwicklung von Modellen auf allen Versorgungsebenen.

Wie sieht hierzu die Situation in der Schweiz aus? Was beschäftigt die Angehörigen? was würden sie sich wünschen und was wird in den Helfersystemen dazu angeboten?

Wie passen die Vorstellungen zusammen?

Wo liegen unsere Optimierungsmöglichkeiten?

Diesen Fragen möchte ich gerne mit Ihnen zusammen nachgehen und Ihnen dazu die Ergebnisse meiner Modul- und Masterarbeit zu Verfügung stellen.

Workshop 6
Sandra Studinger

Bewegungsbasierte Alltagsgestaltung – Mehr Lebensqualität im Alter

Das am Institut Alter der Berner Fachhochschule entwickelte Bewegungsmodell Bewegungsbasierte Alltagsgestaltung ist auf Alltagsbefähigung ausgerichtet und für ältere Menschen mit körperlichen- und/oder psychischen Einschränkungen geeignet. Der Fokus liegt nicht auf möglichen Einschränkungen sondern auf den im Alltag zu bewältigenden Aktivitäten. Das bedeutet, dass Einschränkungen nicht als Defizite sondern vielmehr als spezifische Eigenschaften, mit denen ein Mensch sein Leben gestaltet, gesehen werden. Ziel ist es, durch eine umfassende Bewegungsschulung und die Sensibilisierung im Bereich der Körperwahrnehmung die Selbsthilfe-kompetenz zu steigern, nach dem Grundsatz: "Befähigen, statt helfen."