

Abstrakt

Zum Protokoll der Frühlingstagung 2016 GrossmütterRevolution

14./15. April 2016

Bildungszentrum Matt, Schwarzenberg LU

Die siebte Frühlingstagung der GrossmütterRevolution fand wiederum im Bildungszentrum Matt auf dem Schwarzenberg LU statt. Die Tagung stand unter dem Motto „Autonomie im Alter - Abhängige Unabhängigkeit“. Die rund 50 Teilnehmerinnen haben während den zwei Tagen bestehende Projekte weiterentwickelt und neue Ideen konkretisiert. Erstmals wurde das neu verfasste Manifest zu Lebensqualität und Langzeitpflege der Manifestgruppe vorgestellt. In einem Impulsreferat beleuchtet die Philosophin und Psychotherapeutin Dr. Lisa Schmuckli die vielfältigen Facetten des Tagungsthemas aus philosophischer, wissenschaftlicher Sicht.

Die GrossmütterRevolution ist ein Engagement des Migros-Kulturprozents, welches durch Jessica Schnelle, Projektleiterin Bereich Generationen an der Veranstaltung vertreten war. Geplant wurde die Tagung durch die Projektleiterin Anette Stade zusammen mit dem Matronat und Vertreterinnen aus den Arbeitsgruppen „Leben und Care im Alter“ und „Freie Frauen im Alter“. Die Musikerin und Singanimatorin Ariane Rufino dos Santos begleitete die Tagung musikalisch mit ihrem Akkordeon und animierte die Teilnehmerinnen zum Singen und Tanzen.

Manifest zur Langzeitpflege und Lebensqualität: Die Manifestgruppe hat sich intensiv mit den Themen Lebensqualität und Langzeitpflege im hohen Alter befasst und haben zum Thema ein Manifest verfasst. Das *Manifest zu Lebensqualität und Langzeitpflege* wird an der Tagung erstmals und druckfrisch vorgestellt. Es enthält verschiedene Forderungen, wie unter anderem die Untrennbarkeit von Betreuung und Pflege, kein Abbau der Ergänzungsleistungen oder Ausbau der öffentlichen Spitex. Für die konkrete Umsetzung und Verbreitung wurde eine Arbeitsgruppe gebildet.

AutonomieJahr: Neben der Manifest-Gruppe setzen sich auch die Arbeitsgruppen „Leben und Care im Alter“ und „Freie Frauen im Alter“ mit dem Thema der Autonomie und Selbstbestimmung im hohen Alter auseinander. Die Tagung wurde auf deren Initiative hin und gemeinsam mit ihnen konzipiert. Heute ist sozusagen der offizielle Einstieg in das Jahr der Autonomie.

Programm: Am ersten Tagungstag ging es um das persönliche Autonomieverständnis und Autonomie-Erfahrungen in der dritten Lebensphase. Am zweiten Tag beschäftigten sich die Teilnehmerinnen anhand von Interviews mit Frauen, deren Autonomie beeinträchtigt ist, mit dem möglichen Autonomieverlust oder

Autonomieveränderung in der Hochaltrigkeit, der Einschränkung der Selbstbestimmung und den damit verbundenen Ängsten, Vorkehrungen und Themen.

Vorstellungsrunde: Die Teilnehmerinnen lernten sich kennen über die Fragestellung, in welcher Situation sie Autonomie eindrücklich in ihrem Leben erlebt haben und was davon heute noch präsent ist. Auffiel, dass Autonomie als sehr vielfältig wahrgenommen wird: Durch das Loslassen von Mustern, Lebensplänen und Konzepten. Freiwillig oder auf äusseren Druck hin, bereits sehr früh im Leben oder erst nach der Pensionierung. Immer aber verbunden mit viel Mut, Kraft und starkem Willen.

Impulsreferat: Im Anschluss referierte Dr. Lisa Schmuckli, Philosophin und Psychotherapeutin zum Tagungsthema „Autonomie im Alter - Abhängige Unabhängigkeit“ und öffnete damit den Rahmen für eine intensive und angeregte Diskussion im Plenum. Beschäftigt haben Fragen wie: Wie erlebte ich den Weg von der Selbstlosigkeit zur Selbstbestimmung? Wo fühle ich mich integer? Wie können Vertrauensverhältnisse gestaltet werden? Sowie das Verständnis der Begrifflichkeiten Integrität und Würde.

Workshops: Kernstück der Tagung waren die Workshops. Einige Themen ergaben sich aus den Interviews mit Autonomie beeinträchtigten Frauen, andere wurden von Teilnehmerinnen eingebracht. Zudem gab es verschiedene offene Workshops in Deutscher und Italienischer Sprache. Zustande kamen insgesamt 11 Workshops, in welchen die Teilnehmerinnen in zwei Durchgängen arbeiten konnten. Workshop-Themen:

- Angst vor Autonomieverlust hat viele Gesichter und der Umgang damit
- Autonomieverlust durch Demenz
- Meine Autonomie und die Autonomie meiner Familie
- Was ich heute kann besorgen...Kann/will ich meine Autonomie planen?
- Offener Workshop: Integrità (auf Italienisch)
- Offene Workshops: Integrität !? (auf Deutsch)
- Wie kann ich trotz Beeinträchtigungen autonom bleiben? Diskussion und konkrete Beispiele
- Würde – was bedeutet das für mich im Zusammenhang mit Autonomie und Abhängigkeit?
- Autonomie & Geld – (k)ein Thema?!
- Offene Workshops (auf Italienisch und Deutsch)

Aus den Workshops heraus haben sich konkrete Projektgruppen ergeben: Die Umsetzung und Verbreitung des neuen Manifests zu Lebensqualität und Langzeitpflege "Das hohe Alter ist uns teuer" sowie "Integrität im Alter" und "Wohnen im Alter". Weiterhin wurde eine Fülle von Ideen und Vorgehensmöglichkeiten gesammelt, welche in das individuelle Engagement der Teilnehmerinnen in deren Projekte, Gemeinden und Familien einfließen können oder welche weiter konkretisiert werden.

Die nächste Veranstaltung der GrossmütterRevolution ist das GrossmütterForum, das am 4. November 2016 im M-Hochhaus in Zürich stattfindet. Thema ist die eigene Autonomie und die Autonomie der jüngeren Generation. Erstmals wird ein erweiterter Teilnehmerkreis angesprochen mit Frauen und Männern der Töchter- und Söhne-Generation. Details werden im Frühsommer über den Newsletter und die Webseite der GrossmütterRevolution bekannt gegeben.

Für das Protokoll
Maria Clotilde Henzen, 15. Mai 2016