

Digitale Helfershelfer erleben



Andreas Dreier zeigt den Bettsensor, der – wie viele Technologien in der digitalen Alterswohnung – auf den ersten Blick nicht sichtbar ist. Bild: Kathrin Morf

Die Stiftung Alterswohnungen der Stadt Zürich hat eine Wohnung zum «Beschnuppern» von Technologien für mehr Sicherheit und Selbstständigkeit im Alter eingerichtet.

KATHRIN MORF. «Im Alter kann schnell einmal etwas Dummes passieren», erklärt Elsbeth Schmid, wenn Besuchende die «digitale Alterswohnung» der Stiftung Alterswohnungen Zürich (SAW) betreten. «Elsbeth Schmid» ist zwar bloss eine fiktive Figur, welche von Schauspielerinnen Bella Neri in einem Video dargestellt wird. Die 80-Jährige hat aber eine wichtige Botschaft: Seniorinnen und Senioren können sich moderne Technologien zunutze machen, um ihre Sicherheit und Selbstständigkeit in den eigenen vier Wänden zu erhöhen. Beispielsweise könne die Technik verhindern, dass man nach einem Sturz viele Stunden lang hilflos am Boden liegt.

«Leider kommen solche Technologien bei den älteren Menschen aber oft nicht an», sagt Andreas Dreier, SAW-Bereichsleiter Spitex und Sozialdienst SAW. «Denn viele Menschen haben hier Berührungängste.» Um diese abzubauen, spannte die SAW mit der Stadt Zürich zusammen, welche im Rahmen ihrer Altersstrategie 2035 den Einsatz digitaler Hilfsmittel für Sicherheit und Autonomie im Alter fördert. Das Projektteam liess die di-

gitale Alterswohnung Realität werden. «Hier werden Technologien erlebbar», erklärt Andreas Dreier. «Sie können in Ruhe angeschaut, angefasst und ausprobiert werden – ohne dass man dabei von einem Verkäufer beeinflusst wird.»

Für das Projekt wurde eine 2-Zimmer-Wohnung in einem Altbau wohnlich eingerichtet und mit zahlreichen digitalen Helfershelfern ausgerüstet, die auf Sturzprävention fokussieren. Seit Sommer 2022 haben 336 Personen die Wohnung besichtigt [Stand: 04.02.2023], sogar aus Hamburg reisten Interessierte an. «Willkommen sind Seniorinnen und Senioren, aber auch Fachpersonen oder Angehörige», sagt Andreas Dreier. Zu Beginn führten SAW-Lernende durch die Räume, nun tun dies Seniorinnen und Senioren. Am Ende des Pilotprojekts wird ausgewertet, welche Gastgeberinnen auf mehr Zuspruch stossen. «Viele Besuchende zeigen sich überrascht, wie wenig die Technologien in der Wohnung sichtbar und spürbar sind», berichtet Andreas Dreier. Beispielsweise verschwindet der Bettsensor gänzlich unter der Matratze von «Elsbeth Schmid».

«Die Technologien können in Ruhe angeschaut, angefasst und ausprobiert werden.»

ANDREAS DREIER
Bereichsleiter Spitex und Sozialdienst SAW

Die präsentierten Technologien

Bei der Auswahl der Technologien achtete man darauf, ein möglichst breites Spektrum an Angeboten zu berücksichtigen, die in jeder Wohnung installiert werden können und vorzugsweise aus der Schweiz stammen. «Alle Systeme können zudem höchst individuell kombiniert und programmiert werden», sagt Andreas Dreier. «Die Selbstbestimmung und Datenhoheit der Bewohnenden sind dabei zentral, und der Grad der Überwachung ist immer ihre freie Entscheidung.» Folgende Systeme können «beschnuppert» werden:

- **Sedimentum** (www.sedimentum.com) ist ein Zuger Unternehmen, dessen Notrufmelder in der Wohnung installiert werden, um Mikro- und Makrobewegungen zu registrieren. «Sie erkennen Stürze und weitere potenzielle Notfälle – zum Beispiel, wenn jemand das Schlafzimmer lange nicht verlässt. Und sie können dann automatisch einen Notfall aussenden», erklärt Andreas Dreier.
- **Philips Hue** (www.philips-hue.com) aus den Niederlanden produziert «smarte Lichtsysteme»: In der SAW-Wohnung führt zum Beispiel eine durch einen Bewegungssensor aktivierte Lichtleiste vom Schlafzimmer zur Toilette. Denn durch verbesserte Beleuchtung können Stürze vermieden werden.
- **Alexa** ist die Sprachassistentin des US-Unternehmens Amazon (www.amazon.de). Sie kann zum Beispiel einfach zum Radiohören genutzt werden – oder dafür, nach einem Sturz per Sprachbefehl eine Unterstützungsperson anzurufen.
- **CARU** (www.caru-care.com) ist ein Zürcher Notrufsystem mit einer Basisstation, die auf Knopfdruck und Sprache reagiert. Ein zugehöriger Handsender erkennt in Reichweite der Station zum Beispiel auch, wenn die Trägerin oder der Träger stürzt.
- **Siima Solution** (www.siima.ch) aus Barmen BE nutzt die Daten der Stromzähler, um im Falle eines ungewöhnlichen Stromverbrauchs einen Notruf auszusenden. «Zum Beispiel werden Angehörige infor-

- miert, wenn eine Person nicht wie üblich bis 10 Uhr ihre Nachttischlampe anstellt», sagt Andreas Dreier.
- **DomoHealth** aus Lausanne bietet ein umfassendes System an (<https://domo.health>; vgl. auch Spitex Magazin 6/2022). In der SAW-Wohnung sind die Basisstation sowie Bewegungssensoren, ein Tür- oder auch ein Bettsensor installiert. «Das System erkennt ungewöhnliche Verhaltensweisen und informiert definierte Kontakte», erklärt Andreas Dreier. Eine Smartwatch messe zudem Vitaldaten und könne im Falle eines Sturzes – auch ausserhalb der Wohnung – einen Notruf samt GPS-Daten aussenden.
- **Casenio** bietet ebenfalls vielfältige Technologien an (<https://casenio.eu>). In der SAW-Wohnung werden etwa Sensoren präsentiert, die überlaufendes Wasser, einen lange geöffneten Kühlschrank oder einen zu heissen Herd registrieren. «Und wir zeigen ein altersgerechtes Tablet, das auch für die Videotelefonie und den Austausch von Fotos genutzt werden kann», ergänzt Andreas Dreier. Solche Komfortleistungen seien sinnvoll, um Seniorinnen und Senioren frühzeitig an Technologien heranzuführen.

Ende Mai 2023 wird «Elsbeth Schmid» obdachlos, weil ihr Wohnblock einem Neubau weichen muss. «Stösst die digitale Alterswohnung auf ausreichend Anklang, werden wir einen neuen Ort für dieses Herzensprojekt finden», versichert Andreas Dreier. «Schliesslich sorgen die dadurch erlebten Technologien für viel Sicherheit und Lebensqualität im Alter – und verhindern damit viel Leid.»

Die digitale Alterswohnung der Stiftung Alterswohnungen der Stadt Zürich am Espenhofweg 34 in 8047 Zürich kann mittwochs von 13 bis 16 sowie samstags von 10 bis 13 Uhr besichtigt werden. Um eine Anmeldung wird gebeten: 044 415 73 33, mehr Informationen unter www.wohnenab60.ch/digitale-alterswohnung

Die SAW und ihre Spitex

Die Stiftung Alterswohnungen der Stadt Zürich (SAW) zählt 156 Mitarbeitende, darunter 95 der Spitex Zürich SAW. Diese versorgt die 2301 Mieterinnen und Mieter in 2121 Alterswohnungen bei Bedarf. Der 24/7-Notrufdienst der Spitex kann zum Beispiel im Falle eines Sturzes, der durch eine Person oder eine Technologie gemeldet wird, eine Mitarbeiterin entsenden. Diese eilt der gestürzten Person zu Hilfe, beurteilt deren Gesundheitszustand und ergreift die nötigen Massnahmen. Die Spitex Zürich SAW teilt sich einen Leistungsauftrag mit Spitex Zürich.