

Die zunehmende Individualisierung der Gesellschaft führt auch zu einer immer grösseren Vielfalt beim Alterswohnen – sie reicht von der kleinen Alters-WG bis zur generationenübergreifenden Siedlung. **Von Paolo D'Avino**

Hauptsache, nicht allein

Hunziker-Areal: Wo sich die Generationen mischen

«Das Hunziker-Areal in Zürich Nord ermöglicht mit seinen verschiedenen Wohntypologien und Angeboten ein selbstbestimmtes Wohnen bis ins hohe Alter», sagt Roseli Ferreira von der Baugenossenschaft «mehr als wohnen». Die meisten Bewohnerinnen und Bewohner seien in die Siedlung gezogen, weil sie das gemeinschaftliche Konzept angesprochen hätte. Rund 40 der 1300 Bewohnenden sind über 65 Jahre alt.

Partizipation und Mitgestaltung werden grossgeschrieben. Zum Beispiel in der Quartiergruppe «60plusminus», die sich mit der Frage beschäftigte, welche Massnahmen es brauche, um bis ins hohe Alter dort bleiben zu können. Vorgeslagen wurde etwa, bei der Wiedervermietung ältere Personen zu priorisieren und beim Bau eines weiteren Hauses das Angebot einer Pflegewohngruppe zu prüfen. «Ältere Menschen haben Zeit und Erfahrung und bringen sich auch in anderen Quartiergruppen ein», sagt Ferreira.

Die Mitwirkung bietet Gewähr, dass ihre Anliegen wahrgenommen werden. Mit rund 3% ist der Anteil älterer Menschen aber niedriger als erwartet; er soll erhöht werden, denn eine gute Durchmischung ist erklärtes Ziel der Genossenschaft. «Wir wollen Angebote machen, die das Wurzelschlagen auch im Alter unterstützen», sagt Ferreira.

Bodan 44+: Hausgemeinschaft mit Eigentum

In Kreuzlingen am Bodensee hoben 16 Privatpersonen vor zehn Jahren ein kooperatives Wohnprojekt aus der Taufe. Die Hausgemeinschaft Bodan 44+ ist im Stockwerkeigentum organisiert. «Doch mit genossenschaftlichem Gedanken und einem kooperativen Wohnmodell», sagt Martin De Boni. Der heute 67-Jährige gehört zu den Gründungsmitgliedern. «Selbstbestimmt in der zweiten Lebenshälfte wohnen und mit Nachbarn gemeinschaftlich und in einer freundlichen Atmosphäre leben, das war die Absicht», erinnert sich De Boni. Die

Gruppe erwarb die Hälfte eines Jugendstilhauses, renovierte sie und zog dazu auf dem 1800 m² grossen Grundstück einen Neubau hoch. Neun rollstuhlgängige, im Grundriss variable Wohnungen von 78 bis 110 m² stehen zur Verfügung.

Untereinander geregelt ist alles in einem Konsortialvertrag. Private und öffentliche Räume seien ausdifferenziert gestaltet, sagt De Boni. Zum gemeinschaftlichen Teil gehören der parkähnliche Garten, ein Gemeinschaftsraum, ein Gästezimmer sowie eine kleine Werkstatt. Das Zusammenleben habe sich zwar nicht ganz ohne Auseinandersetzungen, aber doch sehr ausgewogen gestaltet. Bisher kam es nur zu einem Wechsel. Konflikte werden an regelmässigen Treffen, etwa an einer «Blauen Stunde», vorbeugend besprochen.

Dies sei «wichtig für den Zusammenhalt und für die Weiterentwicklung der Idee», ist De Boni überzeugt. Die Wohnform müsse sich anpassen. «Basis dafür sind ein Reglement, transparente Finanzen, die Bereitschaft zur Übernahme von Gemeinschaftsarbeiten – und eben der Dialog!»

Stift. Alterswohnungen: Alles, was ältere Menschen brauchen

Was ältere Menschen von ihren Wohnungen verlangen? Einen hindernisfreien Zugang zum Bad zum Beispiel, eine voll ausgestattete Küche und niederschwellige Angebote. Dies bieten die Stiftung Alterswohnungen der Stadt Zürich (SAW) ganz selbstverständlich. «Unsere Wohnungen geben Lebensqualität und Sicherheit im Alter», sagt Nina Scheu von der SAW.

Seit 1950 erstellt die SAW preisgünstige Siedlungen mit sozialen und pflegerischen Dienstleistungen für ältere Menschen. Inzwischen sind es 34 mit rund 2000 Wohnungen, von denen 70% subventioniert sind. «Die restlichen Wohnungen werden nach dem Prinzip der Kostenmiete vergeben, doch auch die nichtsubventionierten sind für Stadtzürcher Verhältnisse sehr günstig», sagt Scheu. Auslöser für die Gründung der

Stiftung war vor 70 Jahren eine Wohnungsnot unter der älteren Bevölkerung. Heute gehe es auch darum, auf die vielfältigen Lebensentwürfe zu reagieren. Derzeit plant die SAW ein Wohnhaus für queere Menschen.

Neben günstigen Mietzinsen bieten die Siedlungen ein vielfältiges Leistungsangebot für Unterstützung und Sicherheit im Alltag – das reicht vom 24-Stunden-Notfalldienst und Spitex über den Wäscheservice bis zum soziokulturellen Angebot. Die SAW organisiert Veranstaltungen oder günstige Kurse zu Themen wie Gedächtnis, Bewegung oder Computer. Das kommt so gut an, dass die Nachfrage das Angebot bei weitem übersteigt.

Alters-WG im Zollhaus: Begehrte Nische

Alterswohngemeinschaften sind kein massentaugliches Konzept – dessen ist sich Nina Schneider bewusst. Sie hat am Konzept für den Wohn- und Gewerbebau Zollhaus im Zürcher Kreis 5 mitgewirkt. «Menschen mit einer bewegten Wohnbiografie und einem ebensolchen Leben fürchten im Alter die Isolation und interessieren sich für gemeinschaftsorientierte Wohnprojekte», sagt sie. Das Zollhaus hat 3 der 50 Wohnungen für Alterswohngemeinschaften reserviert. Die Schlüsselübergabe erfolgt in diesen Tagen. 13 Personen über 60 Jahre ziehen in WGs mit 3 bis 7 Personen.

Das Zollhaus ist das zweite Projekt der Genossenschaft Kalkbreite. «Wir sind bekannt für experimentelle und innovative Wohnformen», so Schneider, «diese wollen wir auch für ältere Generationen öffnen.» Der Prozess, Interessierte zusammenzubringen und zu begleiten, dauerte gut drei Jahre. «In diesem Alter ist es eine Herausforderung, sich materiell zu reduzieren und die richtigen Menschen für eine Lebensgemeinschaft zu finden», sagt sie. «Die Genossenschaft war nur Geburtshelfer, fortan funktionieren die WGs autonom.» Sie stellen ihre eigenen Regeln und Statuten auf. Sollten einzelne dereinst Unterstützung benötigen, müssten sie sich selbst darum kümmern.



In der Hunziker-Siedlung wird eine gute Mischung der Altersgruppen angestrebt.



Füreinander da: Gemeinsame Gartenarbeit in der Siedlung.



Hell und geräumig: Wohneinheit in der Siedlung.

Generationengerechte Architektur

Einfach klug bauen

Normen und Empfehlungen für altersgerechtes Bauen sollten sich eigentlich erübrigen. Idealerweise ist jede Wohnung so konzipiert, dass sie von allen genutzt werden kann.

Von Paolo D'Avino und Marius Leutenegger

Ob Häuschen im Grünen oder Stadtwohnung: Der Schweizer Wohnraum ist generell nicht auf Seniorinnen und Senioren ausgerichtet. «Von den rund 800 000 Bauten mit Mietwohnungen in der Schweiz besitzen nur rund 20% einen Lift», schätzt Joe Manser von der Fachstelle Hindernisfreie Architektur. Ein Aufzug sei natürlich nicht das allein bestimmende Merkmal eines hindernisfreien Gebäudes, doch das Beispiel zeige: «Wir sind weit davon entfernt,

dass unser Gebäudepark im hohen Alter zugänglich ist!» Die Schweizer Fachstelle für Hindernisfreie Architektur ist eine gemeinnützige Stiftung, die von Manser mitgegründet wurde. Sie setzt sich für ein neues Verständnis von gestalteter Umwelt für Menschen mit und ohne Behinderung ein. «Hindernisfreies Bauen ist für alle von Vorteil», sagt der Architekt. Es führt dazu, dass Menschen selbständiger leben können – und weniger auf fremde Hilfe angewiesen sind.

Die Selbständigkeit und die Sicherheit älterer Menschen hängen in zentraler und oft unterschätzter Weise von der gebauten Umwelt ab: Zugänge zu den Gebäuden und Räumen müssen stufenlos, der Bodenbelag im Eingangsbereich muss rutschfest sein, Dusche und Badewanne etwa benötigen Haltegriffe.

Anforderungen an hindernisfreie Wohnungen sind im Behindertengleichstellungsgesetz (BehiG) und in den kantonalen Bauvorschriften festgelegt. Das BehiG fordert für Wohnbauten mit neun oder mehr Einheiten den rollstuhlgerechten Zugang zu den Wohnungen. Einige Kantone kennen weitergehende Vorgaben. Meist gilt die SIA-Norm 500 «Hindernisfreie Bauten» als Planungsgrundlage. Diese schreibt vor, dass eine Wohnung bei Bedarf an die Anforderungen von Personen im hohen Alter anpassbar ist. Die Fachstelle Hindernisfreie Architektur vertritt dieses Konzept des «anpassbaren Wohnungsbaus», damit Wohnungen in jeder Lebensphase nutzbar sind.

An der wichtigen Gruppe der älteren Menschen vorbeizuplanen, sei nicht zukunftsweisend, ist Manser über-

zeugt. «Die Menschen werden älter und wollen so lang wie möglich selbstbestimmt in den eigenen vier Wänden bleiben.» Ein hindernisfreies Wohngebäude mit einer flexiblen, anpassbaren Struktur lohnt sich über die Lebensdauer eines Gebäudes – und anpassbar bedeute in der Praxis nicht, dass alle Einheiten schon von Beginn weg hindernisfrei ausgestattet sein müssen, sagt der Fachstellenleiter. «Wohnungen sollten mit geringem finanziellen Aufwand angepasst werden können.»

Das Qualitätslabel Living Every Age (LEA), das es seit 2013 in der Schweiz gibt, will das Bewusstsein für altersgerechtes Bauen in der öffentlichen Wahrnehmung vorantreiben. Inzwischen sind 366 Wohnungen damit ausgezeichnet worden, weitere 1600 Ein-



Hausgemeinschaft Bodan in Kreuzlingen.



Küchen der Stiftung Alterswohnungen.



Bezugsbereit: Im Zollhaus in Zürich gibt es drei Alters-Wohngemeinschaften.

“

Das Berücksichtigen hindernisfreier und altersgerechter Anforderungen im Wohnungsbau kommt letztlich allen zugute.

heiten warten auf ihre Auszeichnung. «Mit seinen 1000 Anforderungen gehört das LEA-Label zu den strengsten Bau-standards der Welt», sagt der LEA-Geschäftsleiter Andreas Huber. Fast alles lasse sich aber auf wenige Grundprinzipien des hindernisfreien Bauens zurückführen.

Diese sind: stufenloser Zugang zu allen Räumen im Aussenraum, im Gebäude und in den Wohnungen, eine ausreichend grosse Aufzugskabine, mindestens ein Sanitärraum mit einer bodenebenen Dusche, genügend breite Korridore, Durchgänge und Türen, sämtliche Bedienelemente usw. auf einer Höhe von 80 bis 110 cm und eine Nettogröße von mindestens 14 m² im Wohnbereich und in mindestens einem weiteren Zimmer. Dazu kommen ein altersgerechter Licht- und Farbsatz,

rutschhemmende Bodenbeläge und Sicherheit bei Glaselementen.

«Das konsequente Berücksichtigen hindernisfreier und altersgerechter Anforderungen beim Erstellen von Wohnungen kommt letztlich allen Generationen zugute», ist auch Huber überzeugt. Eine solche Bauweise erhöhe den Komfort und dient allen Altersgruppen bei der Unfall- und Sturzprävention. Altersgerechte Wohngebäude, wie sie etwa die Firma Bonacasa anbietet, ermöglichen zudem ein generationendurchmisches Wohnen. «Das schliesst gesunde und jüngere Menschen nicht aus», sagt Huber. «Doch das ist noch längst nicht allen Bauherren und Investoren bewusst.»

Fachstelle: hindernisfreie-architektur.ch
Checklisten: wohnenimalter.ch

Umzug planen

Nicht zu lange warten

In der Regel wollen die Menschen so lang zu Hause wohnen, wie es nur geht. Oft verpassen sie so aber den richtigen Zeitpunkt für den Umzug in eine geeignetere Umgebung.

Von Erik Brühlmann

60 Jahr im Quartier, 40 Jahre in derselben Wohnung, 30 Jahre im gleichen Haus. Doch irgendwann kommt der Punkt, an dem die Stufen hinauf ins Schlafzimmer unüberwindbar scheinen, die Wege zum Supermarkt endlos lang werden. Und wenn man ehrlich ist: Auch das Badezimmer ist unpraktisch.

Trotz dieser absehbaren Entwicklung wollen die meisten älteren Menschen möglichst lang daheim bleiben. Zahlen des Bundesamts für Statistik zeigen, dass das Durchschnittsalter beim Eintritt in ein Pflegeheim 2019 bei hohen 81,8 Jahren lag.

Der Umzug in eine Alterswohnung oder gar in ein Heim ist fraglos mit Nachteilen verbunden: Man verlässt das bekannte Umfeld, muss mit weniger Platz auskommen, und Zügeln ist stressig. Es ist zudem ein Eingeständnis: Jetzt bin ich alt. Kein Wunder, werden viele lieber zu spät als zu früh aktiv.

«Zu Hause leben zu wollen und es tatsächlich auch zu können, sind leider zwei verschiedene Paar Schuhe», sagt Markus Leser, Leiter Fachbereich Menschen im Alter und Mitglied der Geschäftsleitung von Curaviva Schweiz, des Branchenverbands der Institutionen für Menschen mit Unterstützungsbedarf. Wann das Können zum Problem wird, lässt sich jedoch nicht an einer Altersgrenze festmachen: «Manche 80-Jährige sind bereits pflegebedürftig, andere können mit 90 noch Auto fahren», weiss der Gerontologe. Es ist daher auch unmöglich, einen allgemeingültigen idealen Zeitpunkt für den Eintritt in ein Heim zu postulieren.

«Es ist aber schon so, dass viele Menschen den Schritt tendenziell zu spät machen – also erst, wenn es wirklich nicht mehr anders geht.» Je länger man den Schritt hinauszögert, desto grösser wird die Wahrscheinlichkeit, dass man durch eine Krankheit oder einen Unfall dazu gezwungen wird. Im Lauf eines Jahres stürzt statistisch gesehen rund ein Viertel aller über 65-Jährigen mindestens einmal; bei den über 80-Jährigen ist es bereits ein Drittel.

Eine Frage der Lebensqualität

Was also tun, um möglichst zu seinen eigenen Bedingungen in eine seniorengerechte Wohneinrichtung wechseln zu können? «Am wichtigsten ist es, das Thema nicht vor sich herzuschieben, sondern sich damit zu beschäftigen, solange es einem noch gut geht», rät Markus Leser, «auch wenn man über alles, was mit dem Lebensende zu tun hat, nicht gern nachdenkt.» In dieser Hinsicht ist es beim Thema Wohnungswechsel nicht anders als bei Testamen-



Nadine Bischof, Leiterin Fachbereich Sozialberatung bei Pro Senectute, rät, einen ungeplanten Heimeintritt nach Möglichkeit zu vermeiden.



Markus Leser, Leiter Fachbereich Menschen im Alter und Geschäftsleitungsmitglied von Curaviva Schweiz: «Das Thema nicht vor sich herschieben.»

ten, Vorsorgeaufträgen oder Patientenverfügungen. Bei den ersten Überlegungen sollte es ganz einfach darum gehen, wie man sich seine Lebenssituation unter verschiedenen Umständen bis zum Lebensende vorstellt.

«Im Verlauf des Älterwerdens kann man dann diese Vorstellungen anpassen und präzisieren», sagt der Gerontologe. Im Zentrum aller Überlegungen müsse dabei immer stehen, wo man die höchste Lebensqualität habe. «Rund ein Drittel aller Menschen im Heim könnte auch in betreutem Wohnen leben», nennt Markus Leser ein Beispiel. «Manchmal gehen ältere Menschen in ein Heim, weil sie einsam sind und Gesellschaft suchen.» Wichtig sei zudem, die Familie und vielleicht sogar enge Freunde in die Überlegungen mit einzubeziehen. Je breiter die Entscheidung abgestützt ist, desto besser.

Auch für Nadine Bischof, Leiterin Fachbereich Sozialberatung bei Pro Senectute, steht fest: In der Regel beschäftigen sich die Menschen zu spät mit dem Thema Wohnen im Alter. «Es ist ein grosser Schritt, das Gewohnte loszulassen und sich so spät im Leben noch auf etwas Neues, oft Kleineres einzulassen», sagt sie. Aber man muss sich vor Augen halten, dass bei einem ungeplanten Wohnungswechsel die finanzierbaren Auswahlmöglichkeiten begrenzt sein können. Denn die meisten Wohneinrichtungen haben mehr oder weniger lange Wartelisten. Ausserdem ist ein ungewollter Eintritt in ein Heim für die Betroffenen und deren Angehörige eine Stresssituation, auf die alle gern verzichten möchten. Kann man sich denn vorbeugend auf eine solche Warteliste setzen lassen? «Vor allem bei Institutionen mit langen Wartelisten ist das möglich», sagt Bischof. «Eine Garantie für später ist dies jedoch nicht, denn wenn man bei einem freien Platz angefragt wird und diese Anfrage ablehnen muss oder will, kann es passieren, dass man wieder ans Ende der Liste rückt.»

Unterstützung holen

Wartelisten, Geldfragen und eine immense Auswahl: Schnell kann sich ein Gefühl der Überforderung einstellen. Abhilfe kann eine Beratung schaffen, wie sie etwa Pro Senectute anbietet. Oder Hilfen beim Reinigen der alten Wohnung oder wenn es um Formalitäten geht. «Im Heim unterschreibt man beim Einzug einen Vertrag», sagt die Sozialberaterin. Wem es nicht gefällt, kann immer noch in eine andere Einrichtung wechseln, auch wenn das mit zusätzlichem Aufwand verbunden ist. «Dann aber braucht es wieder Zeit, um sich einzugewöhnen.»

Orientierung

Alternativen fürs Alter

Zwischen Zuhause und Pflegeheim gibt es immer mehr Wohnformen: Tagesstätten, Pflegewohngruppen, betreutes Wohnen, Alters- oder Multi-generationen-WG und Wohnen mit Service – die Auswahl ist mittlerweile beachtlich. Verschiedene Online-Plattformen helfen weiter. Auf der Website heiminfo.ch bietet Curaviva eine Übersicht über Heime und Institutionen, pflege-heime.ch bietet einen ähnlichen Service, und pflegeheim-vergleich.ch bietet Bewertungen zu den Institutionen, die jedoch mit Vorsicht zu geniessen sind. Curaviva.ch und prosenectute.ch geben zudem erste Orientierungsmöglichkeiten zum Wohnen im Alter. Erik Brühlmann