Zeitschrift: Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich
Herausgeber: Pro Senectute Kanton Zürich
Band: - (2010)
Heft: 4

Artikel: Wohnung als Lebensraum - im höheren Alter zentral
Autor: Höpflinger, François
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-818722

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 08.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Wohnung als Lebensraum – im höheren Alter zentral

Eine optimale Wohnform bietet nicht nur Schutz und Geborgenheit, sondern auch Raum für selbstbestimmtes Handeln.

Im höheren Lebensalter erhalten Wohnung und Wohnumgebung für viele Menschen eine zunehmende Bedeutung. So verbringen Menschen nach der Pensionierung mehr von ihrer Lebenszeit in den eigenen vier Wänden. Die Zeit am Arbeitsplatz, aber auch der berufliche Pendelverkehr entfallen. Die Wohnung wird auch für früher beruflich stark engagierte Männer und Frauen zum Lebensmittelpunkt. Die nachberuflichen Aktivitäten erfolgen häufig von zu Hause aus.

Mehr als zwanzig Stunden zu Hause

Besonders stark zum Lebensmittelpunkt wird die Wohnung im hohen Lebensalter (80+) und bei eingeschränkter Gehmobilität. Je eingeschränkter die körperliche Beweglichkeit, desto mehr beschränken ältere Menschen ihr Leben auf die eigene Wohnung und die unmittelbare Nachbarschaft. Hochaltrige Menschen mit gesundheitlichen Beschwerden verbringen häufig mehr als zwanzig Stunden in ihrer Wohnung. Im Alter können schlechte Quartierverhältnisse (unsichere Strassen, fehlende Sitzbänke und kaum öffentliche Toiletten) die Flucht in die eigene Wohnung zusätzlich verstärken.

In diesem Lebensalter zeigt sich oft eine enge Verbundenheit mit der «gewohnten Wohnung» und deren Umgebung, da diese mit vielen lebensgeschichtlichen Erinnerungen verknüpft sind. Die Kinder wurden hier «grossgezogen» und man kennt sich seit Jahren. Auch die Wohneinrichtung weckt eine Vielfalt biografischer Erinnerungen. Solche Erinnerungen erleichtern es, Verluste und Einschränkungen positiv zu bewältigen. Je mehr positive Erinnerungen mit der Wohnung verbunden sind, des-

Die meisten Menschen bevorzugen es, in der angestammten Wohnung alt zu werden. Manchmal wird allerdings ein Umzug in die Pflegeabteilung einer stationären Einrichtung notwendig. Auch in einer solchen kann man glücklich sein, wie das Porträt auf Seite 14 zeigt.

to höher ist die Lebenszufriedenheit, aber desto schwerwiegender wird umgekehrt ein Umzug in eine neue Wohnung, und zwar auch dann, wenn diese für das Alter objektiv besser geeignet wäre.

Selbstständigkeit, Schutz und Anregung

Im Weiteren erlaubt eine private Wohnung einen hohen Grad an Gestaltungsfreiheit und viel Selbstständigkeit. Sie lässt sich nach persönlichen Wünschen und Bedürfnissen einrichten (Möbel, Küchengeräte, Wandbilder, Fotos und andere Erinnerungsgegenstände). Wenn ältere Menschen ihr Leben häufiger zu Hause verbringen, widerspiegelt dies nicht immer nur einen Rückzug, sondern auch die Tatsache, dass die eigene Wohnung beziehungsweise der eigene Haushalt weitaus mehr eigene Gestaltungsmöglichkeiten eröffnet, als dies ausserhalb der Wohnung der Fall ist.

Geborgenheit und Verbundenheit sind wichtige Elemente des Wohnens im höheren Lebensalter. Ebenso wichtig sind jedoch auch Autonomie sowie die Einbettung in eine anregende Umwelt. Eine optimale Wohnform bietet nicht nur Schutz und Geborgenheit, sondern auch vielfältige Anregungen sowie Spielräume für selbstbestimmtes Handeln.

Facettenreiches Wohnen im Alter

Die Bedeutung der Wohnung wie auch die Gewichtung der Wohnumgebung variieren auch im höheren Lebensalter. Während die einen die sozialen Kontakte mit einer langjährigen Nachbarschaft betonen, bevorzugen andere einen Neubeginn. Die Pensionierung wird nicht selten mit einem Wohnungswechsel oder sogar einem Wohnortswechsel verbunden. So scheinen sich gerade bei den neuen Rentnergenerationen «die alten Bäume» immer häufiger selbst zu verpflanzen. Auch Altern an mehreren Orten (zum Beispiel Hauptwohnung in der Stadt, Ferienwohnung in den Bergen oder im Süden) ist ein immer häufiger gelebtes Modell. Während eine Gruppe von Personen ihre private Selbstständigkeit betont und dafür in Kauf nimmt, allein zu leben, gewichtet eine andere gemeinschaftliche Wohnformen (etwa im Sinne von Altershausgemeinschaften). Die einen möchten im Alter möglichst ruhig leben, wogegen andere es auch im späteren Leben bevorzugen, mitten in einem bewegten Zentrum zu wohnen. Entsprechend gibt es keine «ideale Wohnform für alle», sondern unterschiedliche Wohnformen erweisen sich für unterschiedliche Gruppen älterer Menschen als wünschenswert und ideal.

FRANÇOIS HÖPFLINGER

François Höpflinger ist Titularprofessor für Soziologie an der Universität Zürich und Autor verschiedener Publikationen zu Alters- und Generationenfragen.

//WOHNBLICKE

LITERATUR

> Einblicke und Ausblicke zum Wohnen im Alter. François Höpflinger. Age Report 2009, Zürich. 2009: Seismo.

> Neues Wohnen in der zweiten Lebenshälfte. Andreas Huber (Hrsg.). Basel 2008: ETH-Wohnforum, Edition Wohnen 2, Birkhäuser.

> Weiterbauen. Wohneigentum im Alter neu nutzen. Age Stiftung (Hrsg.). Mariette Beyeler, 2010. Christoph Merian Verlag.

> Altersgerechte Wohnbauten. Planungsrichtlinien, Zürich: Schweizerische Fachstelle für behindertengerechtes Bauen. Felix Bohn. 2010.

> Leben wie ich will. Autonomes Wohnen im Alter. Stiftung Alterswohnungen der Stadt Zürich. 2010. Text: Isabel Baumberger; Fotos: Dominique Meienberg.

> «Mein Leben ist mit vielen Geschichten verbunden». Philipp Dreyer. Porträts, mit Fotografien von Mara Truog. 2010. Verlag Neue Zürcher Zeitung. nzz-libro. (Wohn- und Lebensform Altersheim)

> Gestaltung von Betreuungseinrichtungen für Menschen mit Demenzerkrankungen: Arbeitsbuch für Trägerschaften, Leitungen von Heimen und Pflegewohngruppen, Behörden, Architekten, Innenarchitekten sowie Bauausführende. Welter, R.; Hürlimann, M.; Hürlimann-Siebke, K. Hittnau 2006: Pagina.

NÜTZLICHES ZU WOHNFRAGEN

> Age-Stiftung: Die Stiftung fördert gutes Wohnen im Alter. Tel. 044 455 70 60, info@age-stiftung.ch, www.age-stiftung.ch.

> ETH-Wohnforum: Das Forum ist eine Forschungsstelle am Departement Architektur der ETH Zürich und beschäftigt sich unter anderem mit neuen Wohnmodellen für die zweite Lebenshälfte. Kontakt: Andreas Huber, Tel. 044 633 31 94, ahuber@arch.ethz.ch, www.wohnforum.arch.ethz.ch.

> Wohnform50plus: Das Internet-Portal «Wohnform50plus» ist eine Dienstleistung von Pro Senectute Schweiz. www.wohnform50plus.ch.

> Wohnen im Alter: Die Fachstelle für altersgerechtes Wohnen und Bauen bietet Beratung zu Architektur, Gerontologie und Ergotherapie. Felix Bohn, Tel. 044 240 20 60, bohn@wohnenimalter.ch, www.wohnenimalter.ch.

> Heinrich & Erna Walder-Stifung: Die HEW will Ideen, Projekte und Investitionen zum Thema Wohnen im Alter initiieren, fördern und unterstützen. Tel. 058 451 50 00, www.walder-stiftung.ch

> ZukunftsWohnen: Die Genossenschaft setzt sich dafür ein, dass Menschen in passenden Wohnformen einander im Alltag als gute Nachbarn unterstützen und sich bei Bedarf mit Dienstleistungen entlasten können. Genossenschaft Zukunftswohnen 2. Lebenshälfte, Tel. 044 88 33 129, zukunftswohnen@zukunftswohnen.ch, www.zukunftswohnen.ch.