

Zeitschrift: Curaviva : Fachzeitschrift
Herausgeber: Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz
Band: 84 (2013)
Heft: 10: Bauen fürs Alter : Architektur für die dritte Lebenshälfte

Artikel: Die Antwort auf die Frage "Wie wohne ich im Alter?" hängt von mehreren Faktoren ab : es braucht mehr als breite Türen und schwellenlose Duschen
Autor: Jann, Antonia
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-804328>

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: 15.01.2026

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

Die Antwort auf die Frage «Wie wohne ich im Alter?» hängt von mehreren Faktoren ab

Es braucht mehr als breite Türen und schwellenlose Duschen

Wer im Alter möglichst lange selbstständig und selbstbestimmt wohnen will, muss dafür sorgen, dass neben einer altersgerechten Wohnung auch das Wohnumfeld stimmt. Daran soll man denken, bevor es zu spät ist.

Von Antonia Jann*

Ich habe Jahrgang 1962. Wenn ich weiterhin gesund lebe, Sport treibe und nicht zu viel Stress habe, ist die Chance gross, dass ich im Jahr 2030 wohlauf meinen 68. Geburtstag feiern werde. Ob und wie lange ich dann schon in Rente sein werde, ist ebenso unklar wie vieles andere auch. Klar ist jedoch, dass es dann deutlich mehr alte Menschen geben wird, aufgrund der Alterung der geburtenstarken Jahrgänge.



***Dr. Antonia Jann** ist Geschäftsführerin der Age Stiftung in Zürich. Die Age Stiftung beschäftigt sich vor allem mit dem Thema Älterwerden und Wohnen. Das Wirkungsbereich der Stiftung ist die deutschsprachige Schweiz. Jährlich investiert die Stiftung rund 3 Millionen Franken in Wohnprojekte, Betreuungs- oder Dienstleistungs-

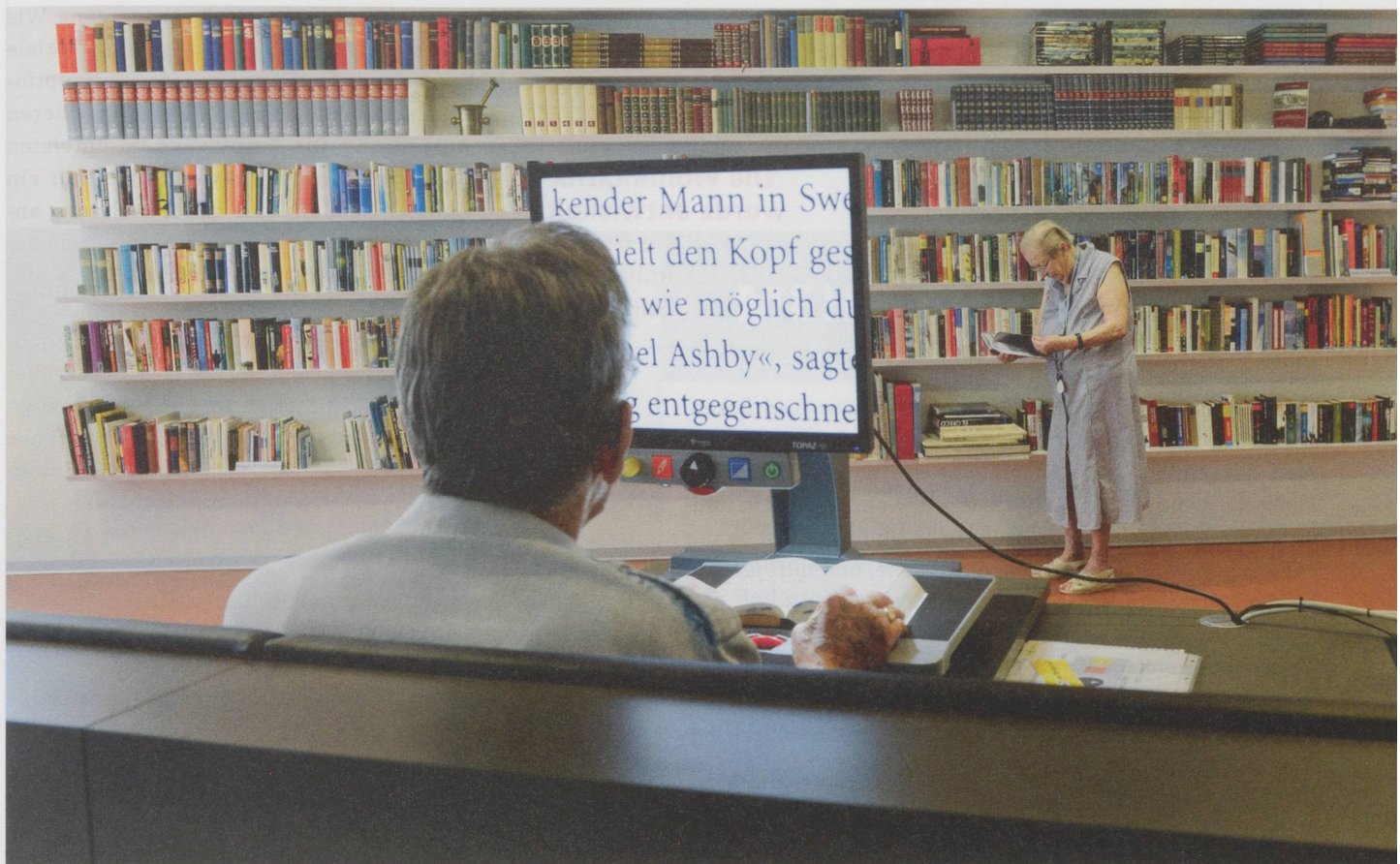
modelle, die neuartige, zukunftsweisende Komponenten aufweisen und beispielhaft wirken können. Zusätzlich zu den Förderaktivitäten vergibt die Age Stiftung bereits zum sechsten Mal einen Age Award (siehe Seite 11).

Mit der grösseren Zahl älterer Menschen steigt auch die Zahl derjenigen, die auf Pflege angewiesen sein werden. Je nach Szenario, das man den Hochrechnungen zugrunde legt, wird die Zahl der Pflegebedürftigen rund 40 bis 80 Prozent höher liegen als heute. Das haben der Zürcher Soziologe François Höpflinger und Lucy Bayer-Oglesby von der Hochschule für soziale Arbeit in Olten 2011 im Auftrag von Obsan, der Schweizerischen Gesundheitsobservation, berechnet. Bleibt man bei den statistischen Annahmen, dürfte es in Zukunft nicht nur mehr pflegebedürftige Menschen geben – mehrheitlich Frauen –, diese pflegebedürftigen Menschen werden in vielen Fällen auch älter sein, was das Risiko von Multimorbidität und demenziellen Erkrankungen erhöht. Gleichzeitig steht der grösseren Anzahl alter und hochaltriger Menschen eine kleinere Anzahl von Personen im Erwerbsleben gegenüber. Das wird voraussichtlich zu vielfältigen Herausforderungen in der Pflege führen.

Wie gehen die Menschen mit ihrem Pflegebedarf um?

Der Pflegebedarf kann also, wenn auch nicht klar, so doch in seiner Tendenz, abgeschätzt werden. Nicht abgeschätzt werden kann jedoch, wie die Menschen mit diesem Pflegebedarf umgehen werden. Nehmen wir an, diese Menschen würden möglichst früh in ein Heim einziehen, damit sie sicher sind, dass sie Pflege erhalten, wenn sie diese brauchen, würde der Bedarf an stationären Plätzen stark ansteigen.

2009 hatte ein Viertel der Bewohner in Alters- und Pflegeheimen nur einen leichten oder gar keinen Pflegebedarf. Entscheiden sich viele Menschen, frühzeitig ins Heim umzusiedeln, um für den Pflegefall vorzusorgen, wird der Bedarf an Heimplätzen überproportional ansteigen. Nehmen wir dagegen an, dass der Eintritt in eine stationäre Einrichtung später erfolgt, dass die Menschen also länger zu Hause leben, braucht es entsprechende Massnahmen, die das Wohnen zu Hause ermöglichen und unterstützen können.



Bibliothek im Alterszentrum Lanzeln in Stäfa, das in diesem Jahr mit dem Age Award ausgezeichnet wird: Je besser das Umfeld auf die nachlassenden Kräfte reagieren kann, umso länger kann jemand die eigenen Ressourcen nutzen. Foto: Age Stiftung

Schon heute (Zahlen aus der Gesundheitsbefragung von 2007) haben 75 Prozent der Menschen über 85, die zu Hause leben, einen Bedarf an Hilfe. Sie können die instrumentellen Aktivitäten des täglichen Lebens (Einkaufen, Telefonieren, Kochen, Wäsche waschen, leichte oder schwere Haushaltarbeiten, Erledigung der Finanzen oder das Benützen öffentlicher Verkehrsmittel) nur noch mit Mühe oder gar nicht mehr selbstständig ausführen.

Sozial Schwächere sind häufiger auf Hilfe angewiesen

Interessanterweise hängt das Ausmass der Hilfsbedürftigkeit mit dem Bildungshintergrund zusammen. Mit einer besseren Ausbildung sind häufig bessere Einkommen und ein besserer Gesundheitszustand verbunden. Das bedeutet, dass sozial schwächer gestellte Menschen häufiger auf Hilfe angewiesen sind. Das ist fatal, denn gerade sie können sich die Angebote, die zunehmend auf den Markt gelangen, oftmals gar nicht leisten. Und nicht selten sind es auch die sozial Schwächeren, die in Wohnungen leben, die Treppen und andere Hindernisse aufweisen, die schlecht erreichbar sind und die weder Arzt noch Lebensmittelladen in der Nähe haben. So bleibt denn, wenn es nicht mehr anders geht, vielen gar keine andere Wahl als der Umzug in eine stationäre Einrichtung, auch wenn er aus medizinischen Gründen (noch) nicht angezeigt wäre. Der Übergang von Hilfebedarf zu Pflegebedarf ist häufig fließend. Das Älterwerden ist ein Prozess. Fast unbemerkt wird

Das Ausmass der Hilfsbedürftigkeit hängt auch mit dem Bildungshintergrund zusammen.

man von der unternehmungslustigen Rentnerin zur langsameren älteren Dame, die mit zunehmenden Schwierigkeiten zu kämpfen hat.

Hier setzt die Bedeutung der Wohnung und des Wohnumfeldes ein. Den meisten Menschen, die in der nachberuflichen Phase stehen, bedeutet das Wohnen viel. Die Wohnung und das Wohnumfeld sind Ort und Ausgangspunkt für alltägliche Aktivitäten und für soziale Begegnungen. Die Wohnung ist aber auch ein Ort für Rückzug und Verarbeitung von schwierigen Lebensereignissen. Es braucht Kraft, als alter Mensch autonom

zu leben; und die Gesellschaft tut gut daran, Wohnumfelder und Rahmenbedingungen zu schaffen, die die älter werdenden Menschen dabei unterstützen.

Wie lange jemand zu Hause bleiben kann, ist also nicht alleine von gesundheitlichen Faktoren abhängig, sondern hängt sehr stark damit zusammen, in welcher Wohnung, in welchem Wohnumfeld und in welchem

sozialen und familiären Rahmen jemand lebt. Je besser das Umfeld auf die nachlassenden Kräfte reagieren kann, umso länger kann jemand seine eigenen Ressourcen nutzen.

Die Wohnmatrix zeigt das ganze Spektrum auf

Die Wohnmatrix, welche die Age Stiftung konzipierte (siehe Grafik Seite 22), soll veranschaulichen, dass Wohnen und Älterwerden ein breites Feld sind. Auf der Ebene des

>>

Wohntypus (X-Achse) gibt es einerseits den privaten Wohnungsmarkt, in dem sich die grosse Mehrheit der älteren Menschen bewegt. Daneben gibt es das organisierte Wohnen speziell für ältere Menschen. Dazu gehören verschiedene Wohnmodelle, die häufig unpräzise definiert sind wie Alterswohnungen, Hausgemeinschaften oder betreutes Wohnen. Der letzte Typus beschreibt das institutionelle Wohnen im Heim, bei dem die Bewohner keinen Miet- sondern einen Heim- oder Beherbergungsvertrag abschliessen. Die Y-Achse der Wohnmatrix folgt den Elementen, die Sicherheit und Aufgehobensein ausdrücken: Redet man von einer barrierefreien Wohnung? Oder versucht man mit einem Wohnmodell eine systematische soziale Einbindung zu erreichen? Sind in einem Wohnangebot Betreuungs- oder Hilfeleistungen erhältlich? Und wie sieht es mit der Pflege aus? Ist eine Spitex in der Nähe, und hilft jemand bei der Organisation und Koordination?

Matrix als Grundlage für ein Gespräch

Wir haben die Wohnmatrix entwickelt, weil sie den Blick schärft für das Ganze. Sie lässt keine präzisen Analysen von Wohnangeboten zu, sondern versucht eine Grundlage zu liefern für ein gemeinsames Gespräch zu Fragen, bei denen oft mit gleichen Begriffen von unterschiedlichen Dingen gesprochen wird. Wohnprojekte können verschiedene Aspekte (in der Matrix: Felder) mehr oder weniger stark ansprechen.

Ich möchte die Anwendung mit dem Beispiel der Sonnweid in Wetzikon erläutern:

- Die Sonnweid in Wetzikon hat sich auf die Betreuung demenzkranker Personen spezialisiert. Sie bietet ein stationäres Angebot und eine flexible Tag/Nacht-Station für die temporäre Aufnahme von Demenzkranken, die zu Hause betreut werden. In der Wohnmatrix stellen im institutionellen Typus die Betreuung und Pflege

Die Wohnmatrix wurde entwickelt, weil sie den Blick schärft fürs Ganze.

die Hauptfelder dar, sie haben eine starke Ausprägung. Wie in jedem Heim sind auch die Felder Wohnung und soziale Einbindung abgedeckt, jedoch nicht mit einem Hauptfokus, sondern nur mit einer schwächeren Ausprägung. Die Ausprägung im untersten Feld wäre dann stark, wenn nicht nur ein Zimmer, sondern eine ganze Wohnung angeboten würde. Die Ausprägung im Feld der sozialen Einbindung ist dann stark, wenn eine Institution Wahlfreiheit sowie Gestaltungs- und Partizipationsmöglichkeiten im Konzept verankert hat. Darüber

hinaus weist die Tag/Nacht-Station auch eine starke Ausprägung im Bereich Betreuung und Pflege im Wohntypus des privaten Wohnens auf. Mit diesem Angebot wird deutlich, dass Menschen, die zu Hause leben, angesprochen sind, beziehungsweise dass die pflegenden Angehörigen entlastet werden.

Sämtliche Projekte, die von der Age Stiftung gefördert wurden, sind mit dem System der Wohnmatrix illustriert. So kann mit der interaktiven Suche im Internet gezielt nach Projekten gesucht werden, die in einem bestimmten Feld eine starke Ausprägung aufweisen.

Die Wohnmatrix hat verschiedene Anwendungsmöglichkeiten. Denkbar ist es, das Angebot einer Gemeinde mit einer gewissen Systematik zu überprüfen und blinde Flecken zu lokalisieren. Im Hinblick auf die zukünftigen demografischen Herausforderungen

wird es wichtig sein, die externe Unterstützung so zu gestalten, dass sie die persönlichen Ressourcen nicht ersetzt, sondern ergänzt.

Ziel muss sein, die Ressourcen so lange wie möglich für autonomes Wohnen einsetzen zu können.

Strukturen schaffen, die Inklusion fördern

Es muss – auch aus Kostengründen – ein Ziel sein, dass älter werdende Menschen ihre Ressourcen so lange wie möglich für ihr autonomes Wohnen einsetzen können. Dazu

gehört ein Wohnumfeld, das auf die nachlassenden Kräfte möglichst gut reagieren kann, indem es hindernisfrei ist, Begegnungen zwischen Nachbarn im Quartier fördert und Infrastruktur in Fussgängerdistanz vorhält. Denn wenn wir von älteren Menschen und ihren Angehörigen erwarten, dass sie so lange wie möglich mit eigenen Ressourcen über die Runden kommen, dann müssen wir auch garantieren können, dass zuverlässige Hilfe vorhanden ist, wenn diese gebraucht wird. Betrachtet man die Entwicklung in den Nachbarländern, dann stellen wir fest, dass es unumgänglich sein wird, dass professionelle Angebote mit Beiträgen von Laien und Freiwilligen unterstützt werden. Auch für diese Aktivitäten müssen Infrastrukturen vorgesehen werden.

So gehe ich davon aus, dass ich mich im Jahr 2030, wenn ich 68 bin, als Freiwillige einen Nachmittag pro Woche in einem öffentlichen Raum in meiner Nachbarschaft engagieren werde, um anderen Menschen bei der Bewältigung des Alltags zu helfen und um mein eigenes Dasein mit einer sinnvollen Aufgabe zu ergänzen und nicht zuletzt, um mich in meinem Wohnumfeld so zu vernetzen, dass ich darauf vertrauen kann, dass auch für mich jemand da ist und sein wird, wenn ich Unterstützung brauche. ●

Age-Wohnmatrix

Versorgung (Sicherheit)	Pflege			
	Betreuung			
	Soziale Einbindung			
	Nur Wohnung			
		Privat	Organisiert	Institutionell
		Wohntypus (Autonomie)		

starke Ausprägung
 weniger starke Ausprägung

Wohnprojekte haben verschieden stark ausgeprägte Aspekte respektive Felder (geförderte Projekte und ihre Ausprägungen: www.age-stiftung.ch > Wir fördern > Matrix Suche

Illustration: Jann/Age Stiftung