

**Zeitschrift:** Alter & Zukunft : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich  
**Band:** 1 (1993)  
**Heft:** 3: Wohnen im Alter

**Artikel:** Interview : "Wir geniessen unsere Freiheit!"  
**Autor:** Stahel, Matthias / Erb, Rosa / Rellstab, Erika  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-818529>

### 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:** 20.01.2026

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

# «Wir geniessen unsere Freiheit!»

*«Alter und Zukunft» befragte vier der sechs Bewohnerinnen der Senioren-WG «Rütihof», Zürich-Höngg, Rosa Erb, Erika Rellstab, Lotte Belz und Emmy Bühler über ihre Erfahrungen des Zusammenlebens innerhalb der alternativen Form der Wohngemeinschaft.*

**Alter und Zukunft:** Sie leben in einer Wohnform, die man eher bei jungen Leuten erwartet, einer Wohngemeinschaft, kurz WG genannt. Warum ziehen Sie diese Art des Wohnens jener einer eigenen Wohnung, dem Platz in einem Altersheim oder einer Alterswohnung vor?

**E. Bühler:** Altersheime sind unerträglich für aktive Leute. Sie bieten keine Anregungen, man erlebt nur tote Zeit und wartet auf das Ableben. Wer in ein Altersheim geht, wird auf einen Schlag um 20 Jahre älter.

**L. Belz:** Ja, den alten Menschen dort werden kleine, sinnvolle Tätigkeiten zugewiesen, weil sie sonst den Sinn des Lebens verlieren. Es besteht ohnehin die Gefahr des «Sich-Zurückziehens» oder der Sturheit.

**E. Rellstab:** Ich könnte mir zwar ein Leben in einer Alterswohnung auch vorstellen. Wir würden aber viel von unserer Freiheit, die wir hier in der Alters-WG geniessen, verlieren.

**R. Erb:** Wir lieben unsere Freiheit. Wir kennen keine Hausordnung, wir bestimmen den Tagesablauf und den Rhythmus. Die Pflichten und die Herausforderungen, die wir noch haben in Haus und Garten, die halten uns jung. Sehen Sie, junge Menschen ziehen in WGs. Es ist meistens für eine gewisse Zeit, z.B. bei Studenten. Sie halten mehr oder weniger Ordnung und ziehen irgendwann wieder aus.

Bei uns ist es anders. Wir können nicht mehr zurück. Wir haben alle Brücken abgebrochen, unsere Wohnungen aufgelöst. Alles ist für uns endgültig. Die Wohnungen in der Stadt sind selten. Daher geben wir uns viel Mühe und halten Ordnung im Haus.

Nun, das Haus ist nicht ganz alltäglich, es ist sehr gross. Wie viele Leute wohnen hier?

**R. Erb:** Wir sind sechs Frauen. Jede hat 1 bis 2 Zimmer mit Balkon oder Terrasse. In jedem Zimmer stehen eine Duschkabine und ein Lavabo zur Verfügung.

**E. Bühler:** Zudem haben wir ein Gästezimmer für unseren Besuch.

**R. Erb:** Eben hatte ich drei Personen aus den USA für ein paar Tage zu Besuch. Zwei wohnten im Gästezimmer, einer Besucherin gab ich mein Zimmer, und ich wohnte im Nebenzimmer, dessen Bewohnerin zur Zeit in den Ferien ist. Wir schätzen diese Abwechslungen. Eine Übernachtung kostet Fr. 8.–, was uns etwas Geld in die Allgemeine-Kasse bringt.

Als das Haus für die WG bereitgestellt worden ist, wollten der Architekt und die Stadt, der das Haus gehört, Altersheim-Zimmer machen. Aber die Lavabos stören heute zum Teil, weil wir sie nicht benötigen oder dort, wo sie sind, nicht haben wollen.

**E. Rellstab:** Jene, die das Bad teilen müssen, haben keine Probleme. Natürlich ist man sich relativ nahe, aber die Intimsphäre kann immer gewahrt werden.

*Die Infrastruktur scheint mir ein zentrales Problem zu sein. Wie sind Sie untergebracht, das heisst, wieviel Freiraum haben Sie? Gemeinschaftsräume, Dusche, WCs? Wie steht es mit dem Beuchsrecht für Freunde und Verwandte?*

**L. Belz:** Das Haus gehört der Stadt Zürich; es war früher einmal ein kleines Kinderheim. Die Platzverhältnisse sind daher ideal. Es hat sehr viele Räume und genügend Platz. Wir geniessen, jede von uns, viel Freiraum.

**R. Erb:** Es gibt eine grosse Küche, einen Aufenthaltsraum mit Cheminée, ein Speiszimmer sowie ein Wohn- und Fernsehzimmer. Daneben natürlich den grossen Garten. Das Haus liegt sehr ruhig und unser Grundstück grenzt an den Wald.

**E. Bühler:** Jede von uns ist Mieterin gegenüber der Stadt. Diese legt auch den Mietz fest, der nach Quadratmetern berechnet wird. Vom Preis profitieren wir, aber auch die Stadt, weil diese Art von Wohnen im Alter die günstigste Alternative ist.

*Bei einem Haus mit Garten braucht es eine Aufgabenteilung. Fremde Hilfe von aussen? Oder selber aufteilen, z.B. Kochen, Putzen, Einkaufen?*

**L. Belz:** Wir haben keinen festen Plan. Jede arbeitet das, was sie am liebsten tut. Die diversen Aufgaben haben sich schnell herauskristallisiert, z.B. Holz hacken, Rasen mähen usw.

**E. Rellstab:** Unsere Zimmer machen wir selber; für die Gemeinschaftsräume haben wir regelmässig eine Putzfrau.

**L. Belz:** Einzig die Abfallsortierung läuft nach Plan. Jede Woche muss eine von uns Abfallsack, Zeitungen, Altglas usw. zur nächsten Deponie tragen.

**E. Bühler:** Ein Teil von uns isst gemeinsam Frühstück. Dann besprechen wir, was es zum «Zmittag» gibt und wer es kocht. Jemand geht dann zum Einkauf. Alles ganz ungezwungen, denn nicht alle wollen gemeinsam kochen und essen. So kann jede tun und lassen, wie sie will. Wir haben eine gemeinsame Kasse für Essen. Da zahlt jede von uns einen Beitrag ein.

*Wie werden, neben der Miete, die Kosten aufgeteilt?*

**R. Erb:** Wir haben die «Staatskasse». Daraus kommen wir für allgemeine Unkosten auf, z.B. Toilettenpapier, Abwaschmittel usw.

*Sie wohnen zum Teil schon länger hier. Wie wurden Sie auf diese Form aufmerksam? Hatten Sie Vorurteile? Konnten oder wollten Sie «Probewohnen»?*

**E. Bühler:** Ich bin schon seit Beginn hier, d.h. über acht Jahre. Das Projekt wurde vom Sozialamt lanciert. Vier Personen waren das Minimum für den Start, und es war gar nicht einfach, diese zu finden. Einige, die sich interessierten, haben dann abgesagt, denn es war ja etwas Neues. Wir

## Sechs Frauen

*wohnen in einer Alters-WG in Zürich-Höngg. Sie sind alle zwischen 68 und 83 Jahre alt. Unabhängig sein, das Leben selber gestalten, so lang wie möglich, das sind ihre gemeinsamen Ziele.*

*Sechs bis acht Personen sind ihrer Meinung nach die richtige Wösse für die WG. Viel mehr solche Wohnmöglichkeiten müssten geschaffen werden. Einseits sind diese Formen weitaus billiger als Altersheime, andererseits unterstützt die WG die psychischen Aspekte des Gebrauchtwerdens oder «Nützlichseins» im Alter sehr stark. Das Leben und der tägliche Ablauf bringen Aufgaben, die zu lösen sind. Die Anreize für die Alltagsbewältigung sind gross.*



Foto: Maya Burkhardt, Zürich

stimmig die neue Person akzeptieren, sonst käme der Einzug nicht in Frage.

*Sie sind sechs Frauen in Ihrer WG. Warum wohnen keine Männer hier?*

**E. Bühler:** Es sind momentan nur Frauen hier. Durchaus sind auch gemischte Alters-WGs möglich. Doch sind Männer aus unserer Generation noch richtige «Papelis», die sich bedienen und verwöhnen lassen möchten. Diese Generation ist noch nicht bereit, in WGs einzusteigen. Wenn einmal die junge

Generation älter wird, sieht es anders aus.

*Was passiert, wenn jemand nicht ins Gefüge passt? Wie geht man mit den «Mödeli» der einzelnen um?*

*Wie werden Konflikte ausgetragen?*

**R. Erb:** Wenn jemand trotz Probewohnen nicht in unsere Gruppe passen sollte – das haben wir bereits zweimal erlebt – müssen wir uns wieder von dieser Person trennen. Beide Frauen hatten dies selber bemerkt und sind freiwillig wieder gegangen.

**E. Bühler:** «Mödeli» treiben wir uns gegenseitig aus. Natürlich bleibt immer noch ein grosser Spielraum persönlicher Freiheiten bestehen. Doch wenn etwas allen Mitbewohnerinnen «auf den Wecker» geht, dann müssen wir über das Problem reden. Spontan sitzen wir dann zusammen und tragen den Konflikt aus. Sich von einem Problem durch Aussprache befreien, tut gut.

**L. Belz:** Wir merken schnell, ob jemand zu uns passt. Ob die «Chemie» stimmt oder nicht. Wir stellen ja auch gewisse Anforderungen wie Anpassungsfähigkeit, Selbständigkeit, Grosszügigkeit, Selbstsicherheit und sich in die Gruppe einbringen können.

*Welches ist das ideale Eintrittsalter und was sind die Bedingungen, die an neue Partnerinnen gestellt werden?*

**E. Bühler:** Das ideale Alter für den Einstieg ist nach der Pensionierung. Zuerst geniesst man die Freiheit, aber das geht vorbei. Viele Menschen können das Alleinsein nicht ertragen. Dann braucht es eine Veränderung und warum nicht eine WG? So ab 67 ist ein gutes Alter. Wir dürfen auch keine zu grossen Überalter haben, das heisst, wenn alle erst mit über 80 eintreten, werden schon Hilfen untereinander, z.B. bei Krankheiten, problematisch.

*Nun sind Sie alle noch gut «beieinander». Wie sieht es bei Krankheiten aus? Wie wird auf einen Pflegefall reagiert?*

**R. Erb:** Unser Heim hat keinen Lift, Treppen sind immer Hindernisse. Das bringt schon Grenzen. Bei einfachen, vorübergehenden Krankheiten, auch bei Unfällen, helfen wir uns gegenseitig. Was zu Hause gepflegt werden kann, können wir hier auch, wenn nicht noch besser.

Eigentliche Probleme, z.B. chronische Invalidität, hatten wir bis anhin noch nicht. Schwere Pflegefälle müssten wir natürlich auch in Pflegeheime geben. Auch bei geistiger Invalidität ist es fraglich, ob das gehen würde.

Wir nehmen – Gott sei Dank, wir sind alle noch gesund – alles wie es kommt. Unser Glück ist die homogene Gruppe in unserer WG.

Interview: Matthias Stabel  
Pro Senectute Kanton Zürich

## NOVA-Rollator

Die Gehhilfe für den täglichen Gebrauch



**Vorteile:** Pannensichere Räder, in der Höhe verstellbare Handgriffe für angenehmste Körperhaltung, bequeme Fahrbremse und Feststellbremse. Platzsparend zusammenlegbar. Individuelle Zubehör.

Bestellung:  Unterlagen  Nova  
Absender: \_\_\_\_\_

Generalvertretung: H. Fröhlich AG,  
Abt. Medizin, Zürcherstrasse 148,  
8700 Küsnacht, Tel. 01/910 16 22