Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 91 (2013)
Heft: 4

Artikel: Pro Senectute : Ideal für beide Generationen
Autor: Honegger, Annegret
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-723997

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

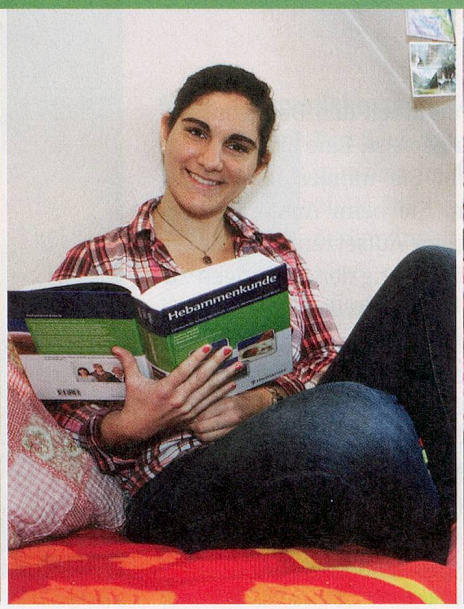
Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans 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

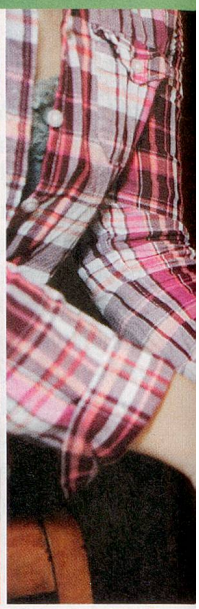
Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on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

Download PDF: 13.12.2025

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

Die fast achtzigjährige Margrit Grob und die zwanzigjährige Lilian Wijchman leben eine gute Interessengemeinschaft.





Ideal für beide Generationen

Warum nicht Wohnraum gegen Unterstützung tauschen, wenn im Alter der Alltag zu anstrengend und Haus oder Wohnung etwas zu gross werden? Das Projekt «Wohnen für Hilfe» von Pro Senectute Kanton Zürich bringt Studierende und Senioren zusammen – und hilft damit beiden.

Grossmutter und Enkelin könnten die beiden Frauen sein, die gemütlich zusammensitzen, Kaffee trinken und plaudern. Doch Margrit Grob, gegen achtzig, und Lilian Wijchman, letztes Jahr zwanzig geworden, kennen sich erst seit anderthalb Jahren – und wohnen zusammen. Seit Herbst 2011 bewohnt die Studentin aus München, die sich an der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften in Winterthur zur Hebamme ausbildet, ein Zimmer im Dachstock von Margrit Grobs Haus. Gefunden haben sich die beiden im Rahmen des Projektes «Wohnen für Hilfe» von Pro Senectute Kanton Zürich, wo generationenübergreifende Wohnpartnerschaften vermittelt werden. «Mir gefiel die Idee, nicht allein und erst noch günstig zu wohnen», sagt Lilian Wijchman. Ausser Nebenkosten zahlt die junge Frau keine Miete, sondern geht Margrit Grob in Haus und Garten zur Hand – 10,5 Stunden pro Monat für ihr 10,5 Quadratmeter grosses Zimmer.

Für Margrit Grob ein Glücksfall: «Als mein Mann starb, war es hart, plötzlich allein im Haus zu sein. Zu wissen, dass jemand da ist, ist schön und beruhigend.» Die junge Münchnerin war ihr gleich sympathisch, und auch dieser gefiel das heimelige Zimmer mit der schönen Aussicht. In einem Vertrag vereinbarten die Frauen, welche Leistungen beide Seiten zu erbringen haben, was geteilt werden soll und was unerwünscht ist. «Es war wichtig, alles genau aufzuschreiben – angeschaut haben wir das Papier seither nie», sagen sie lachend. «Wenn eine findet, es sei wieder nötig, nehme ich den Staubsauger und putze», erklärt Lilian Wijchman. Im Sommer ist der Rasen zu mähen, im Herbst das Laub zu rechen, im Winter Schnee zu schaufeln, zweimal im Jahr reinigen die beiden alle Fenster. Lilian Wijchman entsorgt Altpapier und Glas und springt wann immer nötig ein, etwa bei Margrit Grobs Handyproblemen.

Beide Seiten schätzen den Kontakt, aber auch ihre Privatsphäre. «Ich mag es, zu erzählen, wie mein Tag war, was mich gefreut oder geärgert hat», erzählt Lilian Wijchman, die sich dank Margrit Grob rasch in Winterthur zurechtfand. Oft tauschen sich die Frauen bei einer spontanen Begegnung im Treppenhaus aus oder bei einem Kaffee in Margrit Grobs Küche. Manchmal essen sie zusammen, oder Lilian Wijchman zaubert etwas aus dem Backofen. Die Küche wird nicht geteilt, und da das Haus über zwei Badezimmer verfügt, kommt man sich kaum in die Quere, auch dank des separaten Zugangs übers Treppenhaus. «Nur unser Fernsehgeschmack ist nicht der gleiche», sagen die beiden schmunzelnd: Rosamunde-Pilcher-Filme mag nur die eine, sodass gemeinsame Abende im gemütlichen Fernsehzimmer mit Kachelofen selten sind.

Sonst aber stimmt die Chemie – und das sei das Wichtigste. Margrit Grob, als ehemalige Handarbeitslehrerin und Mutter dreier Söhne Kontakt mit jungen Leuten gewohnt, betont: «Man muss offen, flexibel und grosszügig sein.» Da Lilian Wijchmans Stundenplan ständig wechsle, müsse sie sich oft auf neue An- und Abwesenheiten einstellen. Und seit die junge Frau einen Freund, einen wachsenden Bekanntenkreis und eine Beschäftigung als Babysitterin habe, sei sie nicht mehr so oft zu Hause wie am Anfang.

Gegenseitiges Lernen ist gefragt. «Früher war ich etwas pingelig – heute kann ich fünf gerade sein lassen, auch bei mir

Bilder: Ursula Müller

selber…», erwähnt Margrit Grob, die ihrer Mitbewohnerin beigebracht hat, wie man einen Zopf bäckt. Zum Glück sei Lilian Wijchman ebenfalls anpassungsfähig und sehr selbstständig: «Mich interessiert, womit sie sich beschäftigt – meine Enkel, die in Deutschland leben, sind im gleichen Alter.» Lilian Wijchman hat dafür realisiert, dass nicht alle älteren Menschen gebrechlich sind, wie sie es aus der Tätigkeit ihrer Mutter in der Nachbarschaftshilfe kennt: «Frau Grob ist wirklich sehr fit, aktiv und interessiert, das finde ich bewundernswert.»

Mit ihren guten Erfahrungen sind die beiden nicht allein. «Wer ‹Wohnen für Hilfe› kennengelernt hat, bleibt der Wohnform meist treu», erklärt Cristina Di Domenico, Projektverantwortliche bei Pro Senectute Kanton Zürich. Das Interesse der Studierenden am Projekt sei gross, weil günstiger Wohnraum in Hochschulnähe knapp ist. Aber erst wenige ältere Leute, die oft allein in lieb, aber zu gross gewordenen Wohnungen und Häusern leben, sähen im Tausch von Wohnraum gegen Unterstützung eine Chance: «Viele mögen sich im Alter nicht auf ein Experiment und auf jemand Neues einlassen.»

Sozialkompetenz, Gemeinsamkeiten und Interesse an anderen Generationen seien Voraussetzung – Bereicherung, Entlastung, Sicherheit und weniger Einsamkeit der Lohn. «Beide Seiten sollen Vorstellungen und Wünsche klar formulieren, damit es später keine Missverständnisse und Enttäuschungen gibt», betont Cristina Di Domenico. Oft sei es nicht einfach, die verschiedenen Lebensrhythmen von Jung und Alt in Einklang zu bringen, oder man merke, dass hinter der Anmeldung der Mutter die besorgte Tochter steht.

Das Freiwilligenteam von Pro Senectute Kanton Zürich begleitet alle Wohnpartnerschaften und bereitet die Teilnehmenden sorgfältig vor: Mit Fragebogen und Gesprächen werden Möglichkeiten und Grenzen abgesteckt. Tagesablauf sowie An- und Abwesenheiten werden ebenso erfasst wie Wohnungseinrichtung und (Mit)Benutzung von Innen- und Aussenräumen, Waschmaschine oder TV-Anschluss. Darf musiziert werden? Wann ist Ruhe gewünscht? Sind Übernachtungen von Gästen erlaubt? Welche Krankheiten oder Einschränkungen bestehen? An Hilfe ist – ausser Pflege – vieles möglich: Handreichungen in Haus und Garten, Einkäufe, Begleitung auf Ämter oder zum Arzt, Computerhilfe, Kochen oder Gesellschaft. Wer viel unterwegs ist, wünscht, dass jemand zu Haus, Garten oder zur Katze schaut. Andere, die mehr daheim sind, schätzen den Austausch und das Wissen, dass Hilfe im Notfall nicht weit wäre.

«Wohnen für Hilfe» schlägt viele Fliegen mit einer Klappe: Selbstbestimmung und Selbstständigkeit der älteren Menschen werden unterstützt, weil sie länger in ihrer eigenen Wohnung leben können. Beide Seiten sparen Geld und profitieren vom Austausch, der die Lebensqualität verbessert und den Zusammenhalt der Generationen stärkt. «So entstehen neue Bilder vom Alter und ein positives Image der Jungen», erklärt Cristina Di Domenico. Menschen am Anfang ihrer Karriere lernen vom Erfahrungsschatz der Älteren, die dafür den aktuellen Wissensstand der Jüngeren schätzen: «Im Idealfall gewinnen beide Seiten: Nicht nur materiell, sondern vor allem auch zwischenmenschlich!»

Annegret Honegger

Pro Senectute Kanton Zürich

«Wohnen für Hilfe» ist eine Dienstleistung von Pro Senectute Kanton Zürich. Sie ermöglicht, dass ältere Menschen Studierenden Wohnraum zur Verfügung stellen und dafür nicht mit Geld, sondern mit Hilfeleistungen entschädigt werden. Als Tauschregel gilt: Eine Stunde Hilfe pro Monat für einen Quadratmeter Wohnraum. Pro Senectute Kanton Zürich ist dabei Vermittlerin und Koordinatorin und begleitet die Wohnpartnerschaft während der gesamten Dauer. Weitere Informationen zum Projekt erteilt Cristina Di Domenico, Koordinatorin Wohnen für Hilfe, Telefon 058 451 50 00, Mail cristina.didomenico@zh.pro-senectute.ch, Internet www.zh.pro-senectute.ch

Die Adresse von Pro Senectute in Ihrer Nähe finden Sie vorne im Heft oder unter www.pro-senectute.ch