

Wohnen im Alter

"bleiben wir doch zu Hause"



Barbara Hürlimann, GLB Gesellschaft + Soziales, 16. April 2024

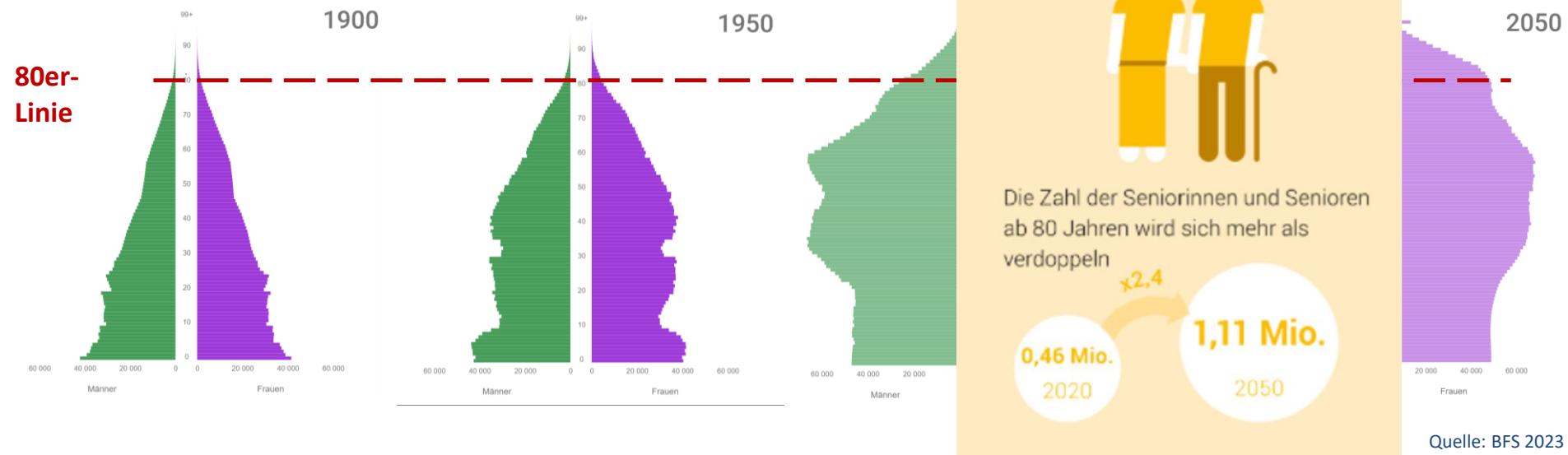
Agenda

- Aktuelle Entwicklungen im Bereich Alter
- Wohnwünsche älterer Menschen
- Wohnformen

Aktuelle Entwicklungen im Bereich Alter



Demografische Entwicklung



Die „neuen“ Alten

Die Menschen in der westlichen Welt leben immer länger, sind dabei immer gesünder und bleiben daher länger aktiv.



Johanna Quaas
(2017) mit 90 Jahren

Wohnwünsche älterer Menschen



Die meisten älteren Menschen wollen möglichst lange...

- selbstbestimmt in ihrem zu Hause bleiben,
- in ihrer gewohnten Umgebung bleiben,
- selbständig leben und
- „jung bleiben“.



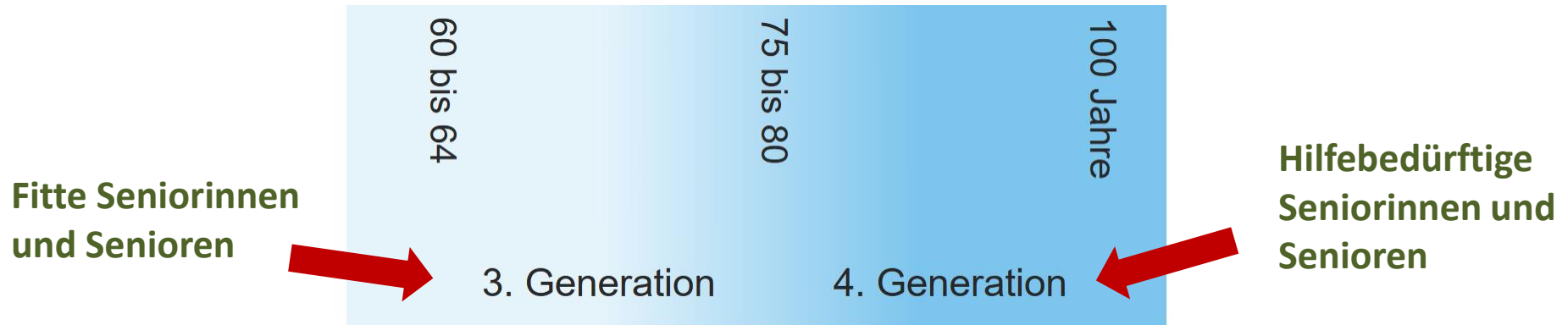
Es gilt Fragen zu beantworten

Es stellen sich Fragen, die sich die Generationen vorher nicht stellen mussten, zum Beispiel:

- „Wie wollen wir die Zeit nach der Pensionierung gestalten?“
- „Welche Lebens- und Wohnform kommt im Alter für uns in Frage?“



Zwei Generationen beschäftigen sich mit dem Alter



- Die eigenen Ressourcen und Möglichkeiten definieren die Wohnentscheidung.
- Die Wohnform der älteren Menschen hängt aber auch wesentlich von den gesundheitlichen Gegebenheiten ab.

Angelika und Peter



Das sind Angelika und Peter. Beide sind seit kurzem pensioniert. In jungen Jahren sind sie in ein etwas abgelegenes mehrstöckiges Haus mit grossem Garten in Wetzikon gezogen. Die Kinder sind unterdessen ausgeflogen. Sie sind beide fit und nehmen aktiv am Gemeindeleben teil.

Angelika findet...



..., wir sollten uns früh Gedanken machen, wie wir im hohen Alter wohnen wollen. Am liebsten jetzt, da wir beide fit und flexibel sind. Wenn wir lange ohne Hilfe zurecht kommen wollen, ist dieses Haus vielleicht nicht geeignet.

Peter meint...



..., aber hier haben wir doch alles, was wir brauchen. Falls wir wirklich später Hilfe benötigen, können wir uns schon mit den Kindern organisieren. Aber es ist viel Arbeit, das Haus zu unterhalten. In einer kleineren Wohnung hätten wir mehr Zeit für Hobbies und die Arbeit im Verein.

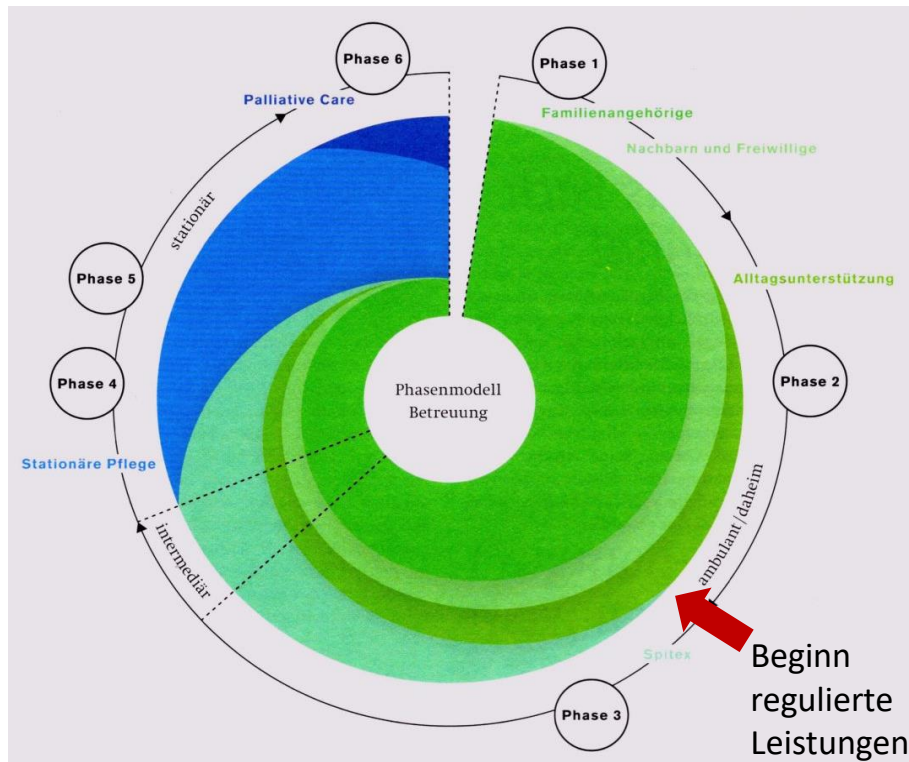
Angelika entgegnet...



..., klar würden uns die Kinder kurzfristig immer unterstützen. Aber wir müssen doch längerfristig planen. Meine Mutter hat diesen Moment verpasst und du weisst, wie schwierig es war, sie in ihrem Haus zu betreuen und pflegen zu lassen.

Phasen der Betreuung und Pflege im Alter

Phasenmodell von Knöpfel, Pardini und Heinzmann



Die Systemrelevanz von Betreuung und Unterstützung sowie Entlastung ist gross.

Die familiäre und informelle Betreuung (Freiwillige / Nachbarn) macht rund 50 % der gesamten ambulanten Leistungen aus.

Rund 80 % der Bevölkerung 65+ bezieht keine formellen Leistungen.

Peter überlegt...



...ja, du hast recht. Wir müssen etwas planen für die Zukunft. Hans ist kürzlich auch in eine kleinere Wohnung gezogen. Er wohnt jetzt im Zentrum, in dieser neuen Überbauung. Da gibt es einen Quartiertreffpunkt, Quartierfeste, Vorträge, sogar gemeinsame Kochevents werden veranstaltet.

Wobei, vielleicht können wir ja auch im Haus bleiben. Unsere Bekannte Ursula ist jetzt schon 91 und wohnt nach dem Tod von ihrem Mann immer noch alleine im eigenen Haus.

Angelika präzisiert...



..., die Kinder von Ursula machen sich allerdings immer grosse Sorgen um ihre 91-jährige gebrechliche Mutter. Das Haus ist aus den 60er Jahren. Bis vor ein paar Jahren hat eine Tochter in einer Einliegerwohnung bei ihr gewohnt. Jetzt ist sie schon lange alleine. Jetzt braucht es zudem eine neue Lösung, damit sie zu Hause bleiben kann, da sie unterstützungs- und pflegebedürftig wird.



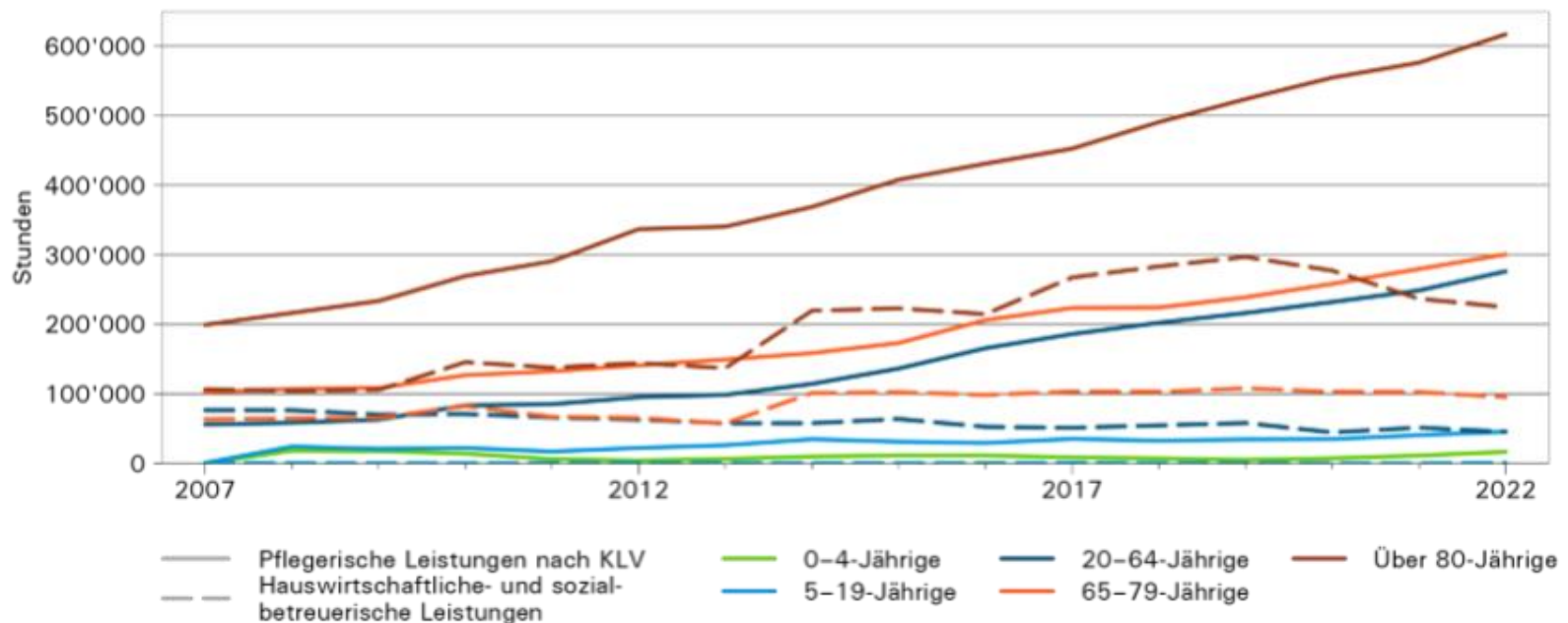
Im Kern geht es um die Frage, mit welchen Angeboten unterstützungsbedürftige Personen so lange wie möglich ausserhalb der stationären Pflege leben können.

Handlungsspielraum der Gemeinden

- Für die Bevölkerung niederschwellig und bedarfsgerecht präsent sein.
- Anlauf- und Beratungsstelle einrichten zur Information über das Angebot der vorhandenen Dienste, zur Beratung und zur Vermittlung der benötigten Dienstleistungen.
- Eigene Angebote der Gemeinde anbieten.
- Bestehende Organisationen und Institutionen einbinden, z.B. Pro Senectute, Spitex, Alzheimervereinigung, Freiwilligenvereine, Pflegeheime, religiöse Gemeinschaften usw.
- Prävention und Gesundheitsförderung hoch halten.
- Potenzial der Freiwilligen- und Angehörigenarbeit nutzen.
- Altersfreundliche Raumentwicklung und Wohnformen fördern.

Bedeutung der Spitex

- Die ambulanten Pflegeleistungen sind das wichtigste Angebot, wenn es um die Verhinderung oder Verzögerung eines stationären Aufenthalts geht.
- Der Bedarf an Spitex-Leistungen wird weiter ansteigen.



Peter sinniert....



[Wir erinnern uns: Die eigenen (finanziellen) Ressourcen und Möglichkeiten sowie der Gesundheitszustand beeinflussen die Wohnentscheidung.]

..., Regina hat mir erzählt, dass sie im eigenen Haus trotz Spitex-Pflege viel weniger bezahlt als im Pflegeheim, das über Fr. 7'000.-/Monat kostet.

Für uns liegt mit der AHV und der Pensionskasse höchstens eine Alterswohnung für Fr. 1'600.-/Monat drin.

Warum gehen Menschen in ein Pflegeheim?

- Gefahr der sozialen Isolation.
- Die Wohnung oder das Haus ist unpraktisch.
- Der Alltag wird zu anstrengend.
- Keine passenden ambulanten Angebote und Dienstleistungen.
- Die ambulante Versorgung und Betreuung reicht nicht mehr oder wird zu teuer.
- Die Wohnungsmiete oder die Wohnkosten sind zu hoch, insbesondere für EL-beziehende Personen.
- Die (gesundheitlichen) Risiken nehmen zu.
- Keine Beratung über alternative Möglichkeiten.

Angelika nickt....



...., eine Alterswohnung wäre doch eine gute Lösung. Gibt es denn keine altersgerechten Wohnungen in der Umgebung? Und wie sieht es mit Dienstleistungen und Angeboten fürs Alter aus?

Peter entgegnet...



..., viele Wohnungen sind hindernisfrei gebaut, aber das heisst nicht unbedingt, dass sie altersgerecht sind. Ob es in Wetzikon altersgerechte Wohnformen gibt, weiss ich nicht....

Komm, wir gehen zur Fachstelle Alter der Stadt Wetzikon. Die können uns sicher eine Übersicht geben oder uns an eine geeignete Stelle verweisen.

Angelika fasst zusammen:

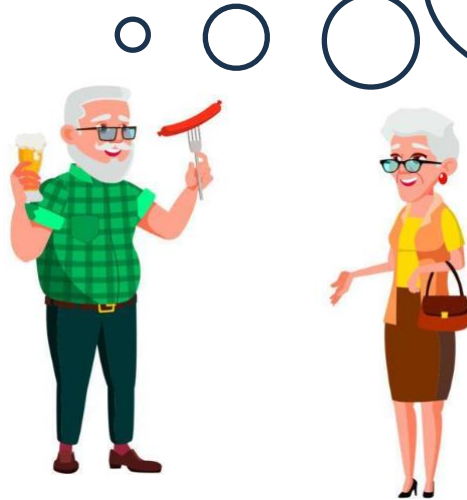


Bei der Fachstelle Alter haben wir erfahren, dass es in Wetzikon eine Alterssiedlung mit bezahlbaren Wohnungen gibt. Hier werden wir in vier bis fünf Jahren hinziehen.

Wir haben auch erfahren, dass es zahlreiche Dienstleistungen und Angebote für ältere Menschen in Wetzikon rund um Beratung, Pflege und Betreuung gibt, so dass ein Wohnen zu Hause kein Problem ist.

wetikon 

Peter jubelt...



..., das wird super. Jetzt noch das Haus und den Garten geniessen

....und dann Läden, Arzt, Bahnhof, Veranstaltungen in wenigen Minuten erreichen und keine Treppen mehr!

wetikon 

Angelika lächelt...

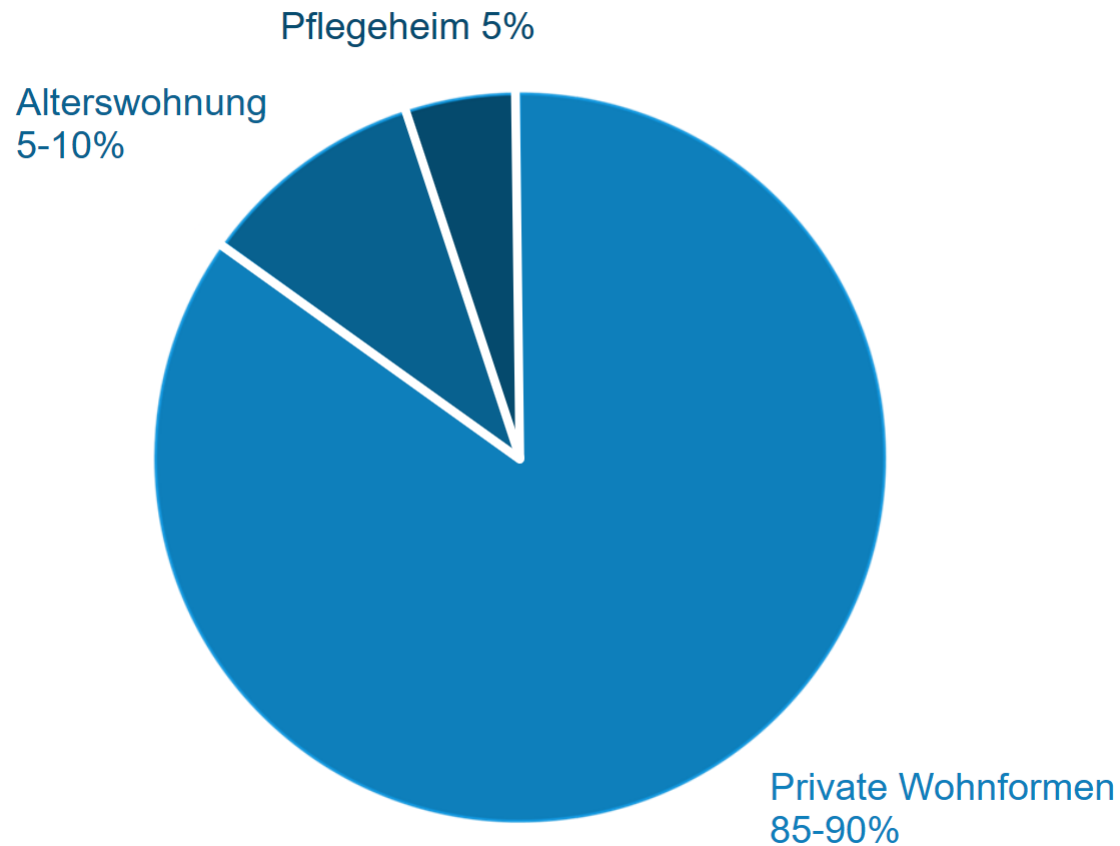


... Peter an und meint, ich freue mich jetzt schon!

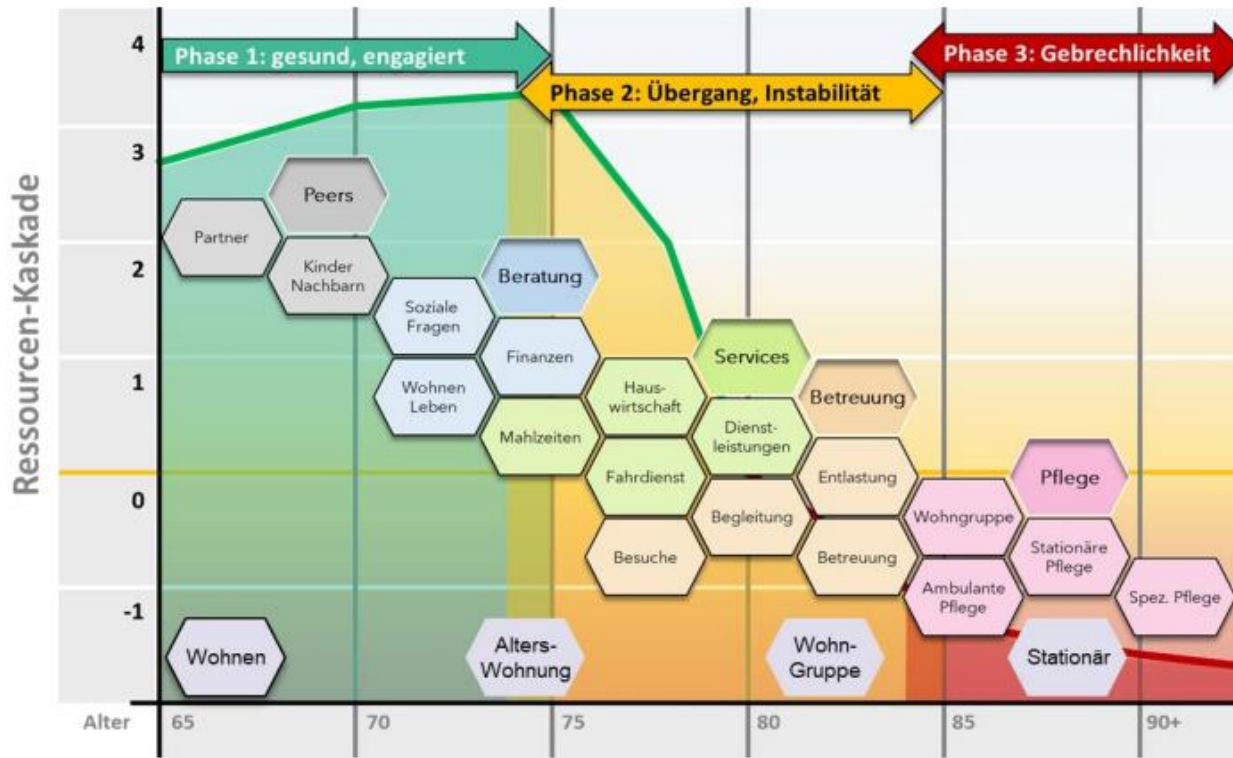
Wohnformen



Wo wohnen ältere Menschen über 65 ?



Drei Phasen des Alterns



Knapp 95 % der Bevölkerung 65+ befindet sich in Phase 1 und 2.

Über 80 % der Bevölkerung mit 80 Jahren leben noch in den eigenen vier Wänden.

Wohnformen im Überblick

Individuelle Wohnformen	Institutionelle Wohnformen	Gemeinschaftliche Wohnformen
«Angestammtes» Wohnen	Betreutes Wohnen	Alterswohngemeinschaft
Alterswohnung / Alterssiedlung	Pflegeheim / Pflegewohngruppe	Mehrgenerationenhaus
Wohnen mit Begleitung		Generationen-Siedlung

Aufzählung nicht abschliessend

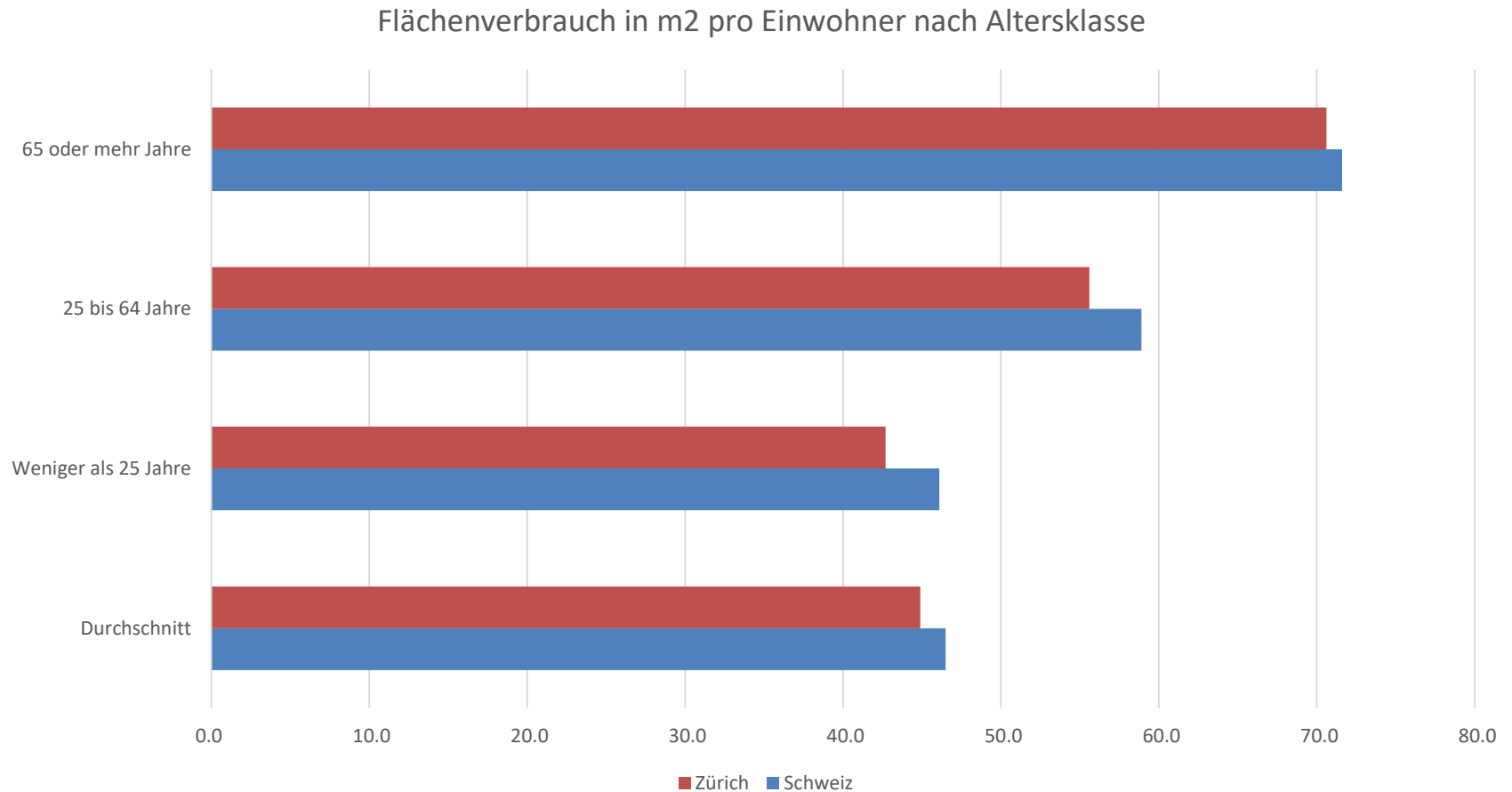
Individuelle Wohnformen

Individuelle Wohnformen	Institutionelle Wohnformen	Gemeinschaftliche Wohnformen
«Angestammtes» Wohnen	Betreutes Wohnen	Alterswohngemeinschaft
Alterswohnung / Alterssiedlung	Pflegeheim / Pflegewohngruppe	Mehrgenerationenhaus
Wohnen mit Begleitung		Generationen-Siedlung

Wohnformstufe – angestammte Wohnung

- Wohnform
 - Angestammte Wohnung.
- Kurzbeschreibung
 - Oft seit vielen Jahren bewohnte eher grosse Familienwohnung.
- Eigenschaften
 - Bausubstanz oft älter und Architektur nicht auf das Älter werden angepasst.
 - Oft eher kostengünstiger Wohnraum (Eigentümer von fast abbezahlten Einfamilienhäusern oder Mietwohnungen, welche seit vielen Jahren bewohnt werden).

Wohnflächenverbrauch, Stand 31.12.2022



Wohnformstufe – angestammte Wohnung

- Für fragilere Zeiten
 - Ein gutes Angebot an Dienstleistungen notwendig: ambulante und stationäre Betreuung und Pflege, Mahlzeitendienst, Hauswirtschaft, Fahrdienst usw. Je nach Leistungsvereinbarungen bestehen unterschiedliche Partnerschaften in den Gemeinden. Notfallknöpfe und Notfalluhr können ebenfalls organisiert werden.
- Wohnende
 - Menschen in allen Alterskategorien und von vollkommen selbständig bis schwer pflegebedürftig (oft mit Unterstützung von Angehörigen).

Wohnformstufe – Alterswohnen

- Wohnform
 - Neubauwohnungen oder umgebaute Wohnungen nach SIA 500. Eignen sich für selbständige und unabhängige Seniorinnen und Senioren.
- Kurzbeschreibung
 - Neuere Wohnungen in Überbauungen werden mehrheitlich Hindernisfrei nach SIA 500 gebaut. Hindernisfreie Architektur legt den Fokus auf Mobilität und bedeutet nicht unbedingt, dass die Wohnung bis zum Lebensende bewohnt werden kann.
- Eigenschaften
 - Neue Bausubstanz, schwellenlose Zugänge, Lift.

Wohnformstufe – Alterswohnen

- Für fragilere Zeiten
 - Ambulante Dienstleistungen müssen, wie in jeder anderen Wohnung, selber organisiert werden. Das Angebot ist von der Gemeinde abhängig. Notfallknopf und Notfalluhr kann überall organisiert werden.
- Wohnende
 - Menschen in allen Alterskategorien, von vollkommen selbständig bis schwer pflegebedürftig (oft mit Unterstützung von Angehörigen).

Wohnformstufe – Wohnform mit Begleitung

- Wohnform
 - Selbstständiges Wohnen mit Begleitung.
- Kurzbeschreibung
 - Projekte mit Wohnassistenz, Pikettdienst für die Nachtstunden oder Begleitung, um die Gemeinschaft und Nachbarschaftshilfe in Überbauungen mit älteren Menschen zu fördern und zu stärken. Ziel ist es, die gegenseitige Unterstützung zu fördern.
- Eigenschaften
 - Bau der Wohnung altersgerecht (erweitert nach Norm SIA 500 oder mithilfe eines Labels zum Beispiel LEA Label).

Wohnformstufe – Wohnform mit Begleitung

- Für fragilere Zeiten
 - Die Gemeinschaft und die Wohnassistenz übernehmen kleinere Handreichungen.
 - Weitere ambulante Dienste können in der Wohnung organisiert werden, wie in jeder Wohnung der Gemeinde. Die Koordination der Angebote wird durch die Wohnassistenz unterstützt.
- Wohnende
 - Menschen in der Nacherwerbsphase 65+, die Ihren Haushalt eigenständig führen können und möglichst lange selbstbestimmt leben wollen. Mit leichtem Pflegebedarf kann weiter in der Wohnung gelebt werden.

Institutionelle Wohnformen

Individuelle Wohnformen	Institutionelle Wohnformen	Gemeinschaftliche Wohnformen
«Angestammtes» Wohnen	Betreutes Wohnen	Alterswohngemeinschaft
Alterswohnung / Alterssiedlung	Pflegeheim / Pflegewohngruppe	Mehrgenerationenhaus
Wohnen mit Service		Generationen-Siedlung

Wohnformstufe – betreutes Wohnen



- Wohnform
 - Wohnen mit Dienstleistungen.
- Kurzbeschreibung
 - Oft in der Nähe eines Pflegeheims, ein Teil an Grundleistungen ist bei diesen Wohnangeboten standardmässig inbegriffen. Zusätzliche Leistungen können dazu gebucht werden.
- Eigenschaften
 - Die Dienstleistungen werden oft durch das nahe gelegene Pflegeheim erbracht (24h Präsenz, Inhouse Spitex, Reinigung, Mahlzeiten, Pflegeheimrestaurant und Aktivierungsangebote).

Wohnformstufe – betreutes Wohnen

- Für fragilere Zeiten
 - Die gemeinsame Organisation mit dem Pflegeheim in der Nähe erlaubt ein Wohnen in der Wohnung auch mit steigendem Pflege- und Betreuungsbedarf. Bei sehr hohem Pflegebedarf ist oft ein Umzug ins Pflegeheim vorgesehen.
- Wohnende
 - Menschen im höheren Alter, die ein gewisses Mass an Dienstleistungen benötigen und einen erhöhten Grad an Sicherheit wünschen.

Wohnformstufe – Pflegeheim bzw. Pflegewohngruppe

- Wohnform
 - Wohnen im Pflegeheim oder in der Pflegewohngruppe.
- Kurzbeschreibung
 - Das Pflegeheim oder die Pflegewohngruppe bietet 24h Service für Menschen mit einem höheren Bedarf an Pflege oder Betreuung.
- Eigenschaften
 - Die Dienstleistungen von Hotellerie, Pflege, Betreuung sowie Aktivierung werden aus einer Hand und rund um die Uhr angeboten.
 - Eine Pflegewohngruppe ist eine alternative Wohnform zum Pflegeheim mit einer familiären Atmosphäre.
 - Für spezifische Diagnosen (z.B. schwere Demenz) oder zur Begleitung von Schwerstkranken gibt es spezialisierte Abteilungen oder Einrichtungen.

Wohnformstufe – Pflegeheim bzw. Pflegewohngruppe

- Für fragilere Zeiten
 - Das Pflegeheim oder die Pflegewohngruppe betreut und pflegt bis zum Lebensende - auch bei starkem Pflegebedarf.
- Wohnende
 - Menschen, mit höherem Pflege- oder Betreuungsbedarf.

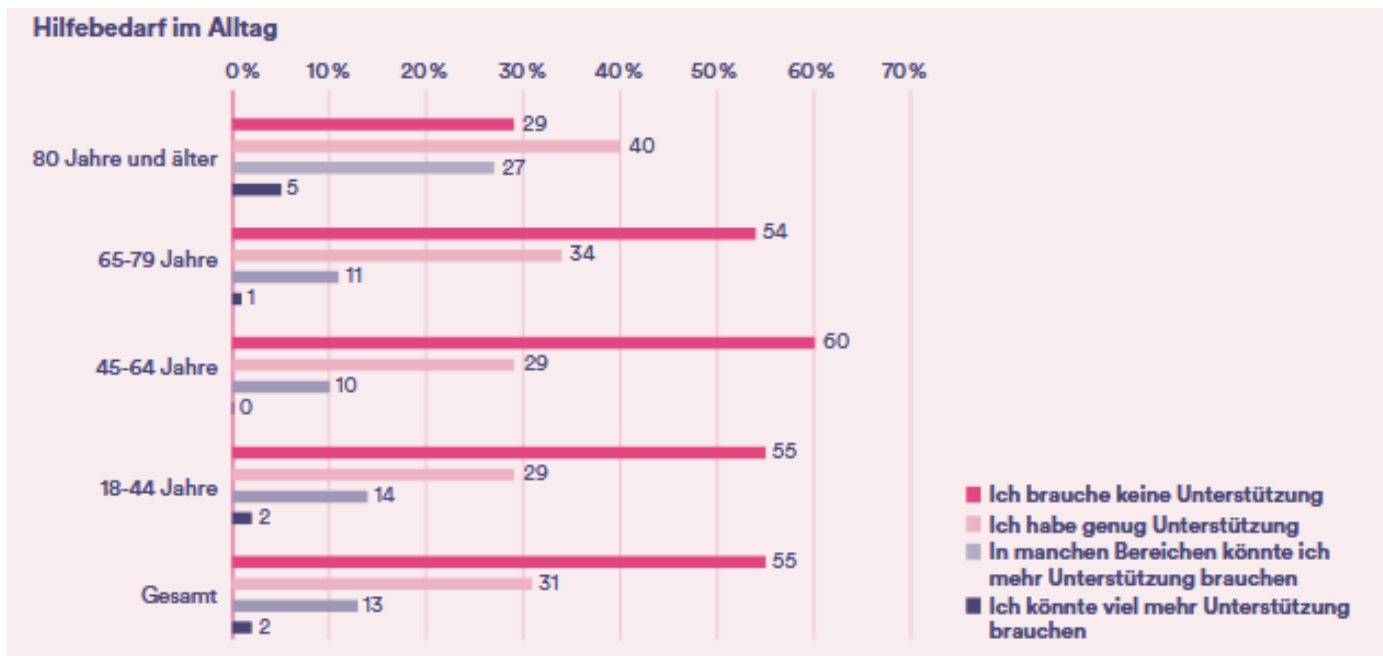


Gemeinschaftliche Wohnformen

Individuelle Wohnformen	Institutionelle Wohnformen	Gemeinschaftliche Wohnformen
«Angestammtes» Wohnen	Betreutes Wohnen	Alterswohngemeinschaft
Alterswohnung / Alterssiedlung	Pflegeheim / Pflegewohngruppe	Mehrgenerationenhaus
Wohnen mit Service		Generationen-Siedlung

Notwendigkeit gemeinschaftlicher Wohnformen

- Alternde Gesellschaft
- Zunahme alleinlebender Menschen
- Weniger helfende Angehörige



Quelle: Fromm & Rosenkranz 2019

Alterswohngemeinschaft (mit oder ohne Begleitung)

- In einer Alterswohngemeinschaft teilen sich ältere, aber unabhängige Personen einen Haushalt.
- Die Mitbewohner unterstützen sich gegenseitig bei Aufgaben, die selbst kaum mehr erledigt werden können, allenfalls mit Begleitung / Services.
- Eine Wohngemeinschaft setzt ein hohes Mass an Flexibilität, Kompromissbereitschaft und Harmonie voraus.



Neueröffnung Viva Robenhausen
(begleitete Alters-WG im Sommer 2024)

Mehrgenerationenhaushalt

- In einem Mehrgenerationenhaushalt wohnen Menschen unterschiedlicher Altersgruppen zusammen. Oft ist es eine Familie – Grosseltern, Eltern und Kinder.
- Die Bewohner haben unterschiedliche Bedürfnisse und Fähigkeiten. Daher steht das gegenseitige Unterstützen im Vordergrund.
- In der Schweiz ist das generationenübergreifende Wohnen eher unüblich.
- Eine offene und konstruktive Kommunikation ist von zentraler Bedeutung und die Wohnstätte sollte genügend Platz für Rückzugsorte und Privatsphäre ermöglichen.

Generationen-Siedlung

- Nebst dem Wohnangebot nimmt in gemeinschaftlich genutzten Räumen und Flächen im Innen- und Aussenraum das genossenschaftliche Zusammenleben statt.
- Die Nachbarschaft wird gelebt und gepflegt.



Generationen Wohnen
Burgerholz, Frauenfeld,
in Entstehung

Weitere Wohnformen

- **Kreuzfahrtschiffe** eignen sich für selbstständige Senioren, die bis zum Lebensende gerne Orte bereisen und das nötige Kleingeld haben.
- **Auswandern** ist für Personen attraktiv, die aus finanziellen Gründen von der Schweiz weg möchten und das Abenteuer suchen.
- **Seniorenresidenzen** (kommerziell geführte komfortable bis luxuriöse Wohneinrichtungen mit dem Fokus auf hotel-ähnliches Wohnen) kommen für ältere Menschen mit grösseren finanziellen Ressourcen in Frage.



Fazit

- Frühzeitige Planung aufgrund Ihrer Ressourcen, der zur Verfügung stehenden Möglichkeiten und Ihres Gesundheitszustands ist der Schlüssel zu einem erfüllten Lebensabend.
- Flexibel und offen gegenüber baulichen Anpassungen Ihres Zuhauses oder anderen Wohnformen bleiben.
- Jede Wohnform kann ein «Zuhause» werden.
- Hilfe und Unterstützung annehmen.
- Gemeinschaft leben.

**„Es kommt nicht darauf an, wie *alt* man wird,
sondern *wie* man alt wird.“**

Werner Mitsch

Herzlichen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!