

**Zeitschrift:** Curaviva : Fachzeitschrift  
**Band:** 87 (2016)  
**Heft:** 7-8: Innenleben : was ein gutes Heim ausmacht

**Artikel:** Die Familienheim-Genossenschaft Zürich setzt sich seit Jahren für ihre Senioren ein : eine für alle, alle für eine  
**Autor:** Weiss, Claudia  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-804198>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 16.10.2024

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

## Die Familienheim-Genossenschaft Zürich setzt sich seit Jahren für ihre Senioren ein

# Eine für alle, alle für eine

In der Familienheim-Genossenschaft Zürich dürfen alte Menschen wohnen bleiben, auch wenn sie im Alltag Hilfe benötigen. Das funktioniert, weil die Wohnungen schrittweise barrierefrei umgebaut werden. Weit mehr noch hilft die Altersbetreuung, die bei Bedarf Unterstützung bietet.

Von Claudia Weiss

Manchmal braucht es nicht viel zum Glücklichein. Hedwig Meier, 96 Jahre alt, genügt ihre winzige Einzimmerwohnung mit der Kleinküche. Ist die Zimmertür offen, versperrt sie die Tür ins kleine Badezimmer. Im Wohn-/Schlafzimmer stehen ein Klappbett mit frisch geblümter Bettwäsche, dahinter ein gemütliches Polstersofa, ein paar Sessel und ein kleines Salontischchen. Ihr Reich, in dem die winzige alte Dame mit dem strahlenden Lächeln im Äpfelchengesicht allein waltet. Fast allein. Am Mittwochvormittag bekommt sie jeweils ein bisschen Hilfe, meistens von Apaporn Phongdet, die ihr jede Woche die Einkäufe vorbeibringt. Dabei nimmt sie gleich den bereitgestellten Abfall mit, und alle vier Wochen die grosse Wäsche samt Bettzeug.

Apaporn Phongdet ist eine der fünf Teilzeitarbeitnehmerinnen der Altersbetreuung in der Familienheim-Genossenschaft Zürich (FGZ). Das ist die grösste Siedlungsgenossenschaft der Schweiz: rund 5700 Personen wohnen in den 2234 Wohnungen, mehr als ein Viertel von ihnen ist unter 18 Jahre alt – und jede siebte Person über 65 Jahre. Sie alle wohnen in unterschiedlich alten Wohnungen: Die Wohnbaugenossenschaft wurde im Jahr 1924 gegründet, als Badezimmer mit Badewannen oder Duschen noch als unüblicher Komfort galten

und Lifte kaum je in Privathäuser eingebaut wurden. In 24 Etappen entstand dann über viele Jahre im Quartier Friesenberg (Zürcher Kreis 3) die FGZ als sogenannte Gartenstadt. Seit Ende der 1980er-Jahre werden in Etappen einzelne alte Häuser durch Neubauten ersetzt. Schritt um Schritt weichen so veraltete Bauten modernen und weitgehend hindernisfreien Ersatzneubauten.

### Winzige Wohnung? «Ich habe doch alles!»

Hedwig Meier, die 96-jährige Bewohnerin mit der winzigen Küche, möchte nicht tauschen. «Ich bin völlig zufrieden und habe doch alles, was ich brauche», sagt sie fröhlich. Ihren Rollator bringt sie zwar beim besten Willen nicht in die winzige Wohnung hinein, sondern muss ihn im Treppenhaus parkieren. Dafür genießt sie es, dass sie noch selber haushalten kann – und dass sie in wenigen Schritten im Alterstreff ist, wo sie montags andere alte Leute zum Lottospielen trifft. Bis vor kurzem war sie auch beim gemeinsamen Kochen und Essen an einem Dienstag pro Monat dabei, aber das ist ihr jetzt zu anstrengend geworden. Umso dankbarer ist sie für die Hilfeleistungen, die sie von den Mitarbeiterinnen der Altersbetreuung erhält. Pflegerische Leistungen übernehmen die Mitarbeiterinnen nicht, dafür müssen die Leute die nahe gelegene Spitex beiziehen.

**Montags ist Lottomittwoch. Und mittwochs bringt eine Helferin die Einkäufe vorbei.**

Aber vielen genügen diese Handreichungen bereits, damit sie auch im hohen Alter in ihren Wohnungen bleiben können. Hedwig Meier kommt damit jedenfalls gut zurecht. Ob sie denn zum Duschen allein in die hohe Badewanne steigen kann? Sie schaut verwundert. «Ach, ich bin es doch gewohnt, mich am Bränneli zu waschen, das geht immer noch prima.» Sie begutachtet die Einkäufe, die Apaporn Phongdet aus der Tasche auf den kleinen Küchentisch räumt, holt ihr Portemonnaie hervor,





Hedwig Meier nimmt in der Küche die Einkäufe entgegen, die ihr die Helferin Apaporn Phongdet mittwochs vorbeibringt. Ihre Wohnung ist winzig und nicht hindernisfrei, aber die alte Dame ist glücklich darin.

Fotos: FGZ

bezahlt und zeigt dann auf das stramm geschnürte Zeitungsbündel neben der Tür. Das wird ihre Helferin gleich auf dem Rückweg entsorgen. Hedwig Meier begleitet sie die zwei Schritte zum Ausgang und blickt besorgt in den Regen hinaus. «Heute Nachmittag, wenn ich zum Coiffeur gehe, sollte es besser aufhören», sagt sie. Dann verabschiedet sie sich herzlich von Apaporn Phongdet und fängt an, ihre Einkäufe einzuräumen. Die Helferin schmunzelt. «Ja, ja, Frau Meier weiss genau, was sie will – wahrscheinlich geht es ihr deshalb so gut.»

Ein paar Schritte weiter, im Alterstreff an der Arbenalstrasse 323, findet derweil der wöchentliche Jassmorgen statt. Drei Gruppen sind es heute, und die Stimmung ist angeregt. Gleich neben den Jassstischen steht das grosse Bügelbrett, etwas weiter hinten sind die drei grossen Waschtürme: Die Lingerie der Altersbetreuung, in der zwei der Mitarbeiterinnen jeweils die abgegebene Wäsche waschen.

Meist Bettzeug und andere Grosswäsche, einige geben aber auch ihre ganze Wäsche hier ab, 1800 Maschinen in einem Jahr ist bisher der Rekord. Ursprünglich war in diesem Gebäude das Bade- und Waschzentrum der Genossenschaftssiedlung untergebracht. Vor über 50 Jahren fand dort die Altersbetreuung ihren Anfang: Eine verwitwete Familienfrau namens Ruth Kopp half den betagten Menschen beim Waschen und kümmerte sich zunehmend um sie. Daraus entwickelte sich die Altersbetreu-

ung, die inzwischen auf drei Vollzeitstellen angewachsen ist, verteilt auf fünf Mitarbeiterinnen in Teilzeit.

#### Lücke zwischen Spitex und Angehörigen schliessen

Bernadette Imfeld, seit vier Jahren Leiterin der Altersbetreuung, sagt: «Wäsche waschen, einkaufen, Abfall entsorgen – diese kleinen Alltagshilfen schliessen die Lücke zwischen Spitex und Angehörigen, die zu weit entfernt wohnen.» Wer hier arbeiten wolle, müsse vor allem flexibel sein. «Wir schauen auch einmal, ob ein alter Bewohner sein Hörgerät eingesetzt hat, ersetzen die Batterien oder gehen mit ihm zum Arzt, wenn seine Tochter in den Ferien ist.»

Schon in den 1960er-Jahren begann sich die FGZ Gedanken zu machen über Wohnungen für ältere Genossenschafterinnen und Genossenschafter. In den damals erstellten Mehrfamilienhäusern wurden deshalb vermehrt

Kleinwohnungen gebaut, teilweise auch mit Lift, ausserdem entstanden auch Häuser mit eigentlichen Alterswohnungen. Heute werden die Altbauten wo möglich saniert und Hindernisse beseitigt, und seit Ende der 1980er-Jahre werden in allen Neubauten hindernisfreie Wohnungen gebaut. In Ausnahmefällen wird bei Bedarf auch einmal eine alte Wohnung angepasst, beispielsweise mit Badewannentüren, die ein ungefährliches Einsteigen in die Wanne erlauben. Ausserdem entsteht

>>

---

**Alte Häuser weichen hindernisfreien Bauten, und beim Stadtplatz soll die Spitex einziehen.**

---





Mittwochs ist Jassmorgen: Alice Steinauer, Rolf Sieber und Ruth Bürgi (von links) schätzen es sehr, dass in der Genossenschaft alle füreinander da sind.



Sommerfest im Alterstreff der Familienheim-Genossenschaft Zürich: Schon seit Jahren unterstützen die Mitarbeiterinnen alte Personen, damit sie möglichst lange zuhause wohnen können.

zurzeit mitten im Genossenschaftsgelände ein neues Quartierzentrum. Im Spätherbst 2017 wird der erste Teil eröffnet, mit einem neuen Stadtplatz, dem Friesenbergplatz, mit einem Restaurant, einem Coop, kleinen Läden, einer ärztlichen Gruppenpraxis und Wohnungen. Bis 2019 wird dann auch der zweite Teil gebaut sein, mit der neuen FGZ-Geschäftsstelle und vor allem mit dem Rest der über 100 neuen Wohnungen.

«Auch Pflegewohngruppen werden dort voraussichtlich einzeln, und ziemlich sicher wird die Spitex einen Standort einrichten», sagt Bernadette Imfeld. Das sei hilfreich und nötig: «Inzwischen hat sich schrittweise ein Generationenwechsel vollzogen, und bereits sind etliche hier über 90 Jahre alt.» Sie sind besonders froh um Hilfe von der Altersbetreuung. «Diese funktioniert allerdings nur dank dem Engagement der grossen Genossenschaft», erklärt Imfeld: Finanziell wird die Altersbetreuung von der FGZ getragen – als Dienstleistung und Angebot im Sinn von «mehr als Wohnen». «Eine kleine Genossenschaft könnte sich das allerdings kaum leisten.» Und auch die Altersbetreuung würde es nicht schaffen ohne die Hilfe der rund 20 Freiwilligen, die überall einspringen. Wie jener ehemalige Theologe, inzwischen selber weit über 70 Jahre alt, der gern zur Stelle ist und hier mit einer Frau mit Demenz spazieren geht oder dort einen Mann besucht, der einsam und depressiv ist. Solche Einsätze sind

enorm hilfreich, denn das erklärte Ziel der betagten Bewohnerinnen und Bewohner lautet: Bis am Schluss daheim wohnen. «Und das schaffen erstaunlich viele», freut sich Imfeld. «Irgendwie wursteln sie sich durch.» Sie lassen sich weder von kleinen Wohnungen noch von fehlenden Liften vertreiben.

**Hoher Wannrand, kein Lift? «Das ist für mich Training, ich mache einfach alles sehr sorgfältig.»**

«Das kann ich mit links» So wie Margrit Peyer. Die 87-jährige Frau wohnt seit 63 Jahren in der Wohngenossenschaft, zuerst in einem Reihenhäuschen mit grossem Garten und vielen Beerensträuchern. Als das letzte ihrer drei Kinder vor 39 Jahren auszog, wechselten sie und ihr Mann in eine helle Dreizimmerwohnung im Rosswiedli. Er ist inzwischen gestorben. «Hier kann ich hoffentlich bis zu meinem Tod bleiben», sagt die energische Frau. Hoher Badewannenrand? Fehlender Lift? Das ist für sie kein Problem: «Die Treppe ist für mich Therapie, und ich gehe einfach schön langsam hinauf und hinunter.» Und beim Duschen liess sie sich genau zwei Monate lang von der Spitex helfen, als sie das Handgelenk gebrochen hatte. Danach beschloss sie, wieder alles selber zu erledigen. Sie steigt stets sorgfältig in die Wanne, sagt sie, und inzwischen fuhrwerk sie auch wieder selber mit dem Staubsauger durch die Wohnung. «Was die von der Spitex können, kann ich mit links», sie nickt entschieden. «Ich war mein Leben lang selbstständig.»

Die einzige Hilfe, die sie im Moment beansprucht, ist der Vorhangservice der Altersbetreuung. Der lohnt sich für sie längstens: Abholen und Bringen der Vorhänge kostet vier Franken, einmal waschen und tumblern inklusive Waschpulver gibt es für sechs Franken, und Vorhänge demontieren und am Ende wieder aufhängen kostet sechs Franken pro Vorhang – ein günstiger Preis, wenn man sich damit Stürze und Verletzungen erspart.

Die beiden Mitarbeiterinnen der Altersbetreuung, die heute bei ihr vorbeigekommen sind, haben inzwischen alle gewaschenen Vorhänge wieder aufgehängt. «Schön hell sind sie geworden», freut sich Margrit Peyer. Dann zeigt sie stolz auf die Geranien auf ihrem hübschen Balkon. «Die pflanze ich immer selber ein», sagt sie. Die beiden Frauen nicken freundlich. «Ja, Sie sind noch schön fit für Ihr Alter», lobt die eine. Später werden sie sagen, dass auch Frau Peyer ganz genau wisse, wie sie ihre Sachen erledigt haben möchte. «Vielleicht hilft das – diese Frauen haben gelernt zu kämpfen und lassen sich einfach nicht unterkriegen.»

**Der rüstige Rentner hilft den Hilfsbedürftigen** Im Alterstreff sind die Mitarbeiterinnen der Lingerie noch eifrig am Waschen, Bügeln und Zusammenfalten. Der Jassmorgen an den Tischen im vorderen Teil jedoch ist bereits vorbei. Draussen

**An den diversen Anlässen sollen die Leute ins Reden kommen: Das ist Gemeinschaft.**

**Kontakte knüpfen bei Anlässen** Um ihre geistige und soziale Fitness jedenfalls müssen sie sich nicht sorgen, denn dafür sind die diversen Angebote der Altersbetreuung da: Ostereierfärben, Sommerfest oder Weihnachtsessen sind beliebte Anlässe, und eben erst reisten fast 50 Personen per Car an den Zürichsee, wo sie eine Schiffsrundfahrt machten. Die Teilnehmenden waren begeistert und freuten sich über das Wetterglück. Wer nicht mehr ausfliegen mag, kann an Film- oder Spielmittagen teilnehmen, sich in der Computervorkurs auf den neuesten Stand bringen lassen, das Gedächtnis trainieren oder am monatlichen gemeinsamen Essen teilnehmen. «Ich versuche bewusst, an diesen Anlässen die Leute aufeinander zugehen zu lassen», sagt Leiterin Bernadette Imfeld. Beim gemeinsamen Essen beispielsweise lässt sie den Salat nicht portionenweise verteilen, sondern stellt absichtlich Schüsseln auf den Tisch. «So kommen die Leute miteinander ins Reden und können Kontakte knüpfen.»

Denn das ist das grosse Plus der Familienheim-Genossenschaft Zürich. Sie bietet vielleicht nicht durchwegs die modernsten Wohnungen ohne jedes Hindernis, aber dafür viel Lebensqualität, ein anregendes Angebot und ein funktionierendes Miteinander. ●