

Zeitschrift: Curaviva : Fachzeitschrift
Band: 88 (2017)
Heft: 9: Abschied vom Altersheim : die Wohnformen im Alter werden vielfältiger

Artikel: Architekten und Städteplaner sollten das Alter immer mit einplanen : "Selbstbestimmung ist ein wichtiges Gut - gerade auch beim Wohnen"
Autor: Tremp, Urs / Bohn, Felix
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-834285>

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: 06.10.2024

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

Architekten und Städteplaner sollten das Alter immer mit einplanen

«Selbstbestimmung ist ein wichtiges Gut – gerade auch beim Wohnen»

Damit Menschen so lange wie möglich selbstständig leben können, muss es genügend altersgerechte Wohnungen geben. Doch dies allein genüge nicht. Es brauche ebenso altersfreundliche Städte – sagt der Fachmann für altersgerechtes Bauen und Wohnen im Alter, Felix Bohn*.

Interview: Urs Tremp

Herr Bohn, was heisst das eigentlich: Wohnen? Wann kann der Mensch sagen: Ich wohne?

Felix Bohn: Eine wirklich interessante Frage (*überlegt länger*). Ich gebe zwei Antworten. Zuerst ganz einfach: Dazu gehören die eigenen vier Wände. Andererseits – und das ist die zweite Antwort: Weil es niemanden gibt, der nicht wohnt, ist Wohnen auch einfach der Ort, an den man abends zurückkehrt. Anders gesagt: Dort, wo man sein Nest hat, also wo man schläft.

Das heisst: Auch der Stadtstreicher wohnt, selbst wenn er unter der Brücke lebt?



* **Felix Bohn**, 57, ist dipl. Arch. ETH, dipl. Ergotherapeut HF und Berater für alters- und demenzgerechtes Bauen und Wohnen. Er ist u.a. Verfasser der «Planungsrichtlinien für altersgerechte Wohnbauten» der Schweizer Fachstelle Hindernisfreie Architektur. Er ist Gründer und Leiter des Netzwerks Gerontologische Architektur. Mehr Infos: www.wohnenimalter.ch

Ja. Es muss nicht unter der Brücke sein, man kann sein Nest in einem verlassenem Haus einrichten oder in einem Schuppen – wo auch immer. Selbst an diesen Orten sieht man, dass die Menschen wohnen: Sie richten sich ein, schützen sich gegen Nässe und Kälte, gestalten den Ort – auch mit Gegenständen, die ihnen wichtig sind. Sie schaffen sich also etwas Eigenes, ein Daheim. Da ist man bei sich, hat die Kontrolle über die nächste Umgebung. Hier darf nicht jeder unangemeldet eintreten.

Ist dieses Nestbauen ein urmenschliches Bedürfnis?

Ja. Das beginnt mit dem ersten Tag. Babys bekommen mit dem Schlafkörnchen ihre zuerst noch ganz kleine eigene Welt. Schon diese wird mit Spielzeug so ausgestattet, dass sie ein unverwechselbares Daheim ist.

Dieses Daheim gestalten allerdings nicht die Kleinkinder selbst. Entwickeln sich – vielleicht aus den frühkindlichen Erfahrungen heraus – die Wünsche ans Wohnen später bei allen Menschen gleich?

Das Wohnen, wenn man es selbst bestimmen und gestalten kann, hat zwar eine ganz starke individuelle Komponente. Aber es gibt Ansprüche ans Wohnen, die bei vielen Menschen in bestimmten Lebensabschnitten dieselben sind. Wer jung ist, möchte einfach einmal weg von Zuhause. Der junge Erwachsene ist neugierig, wie und wo er auch leben könnte. Er probiert verschiedene Wohnformen aus und erfährt dabei, was ihm am besten entspricht. Dann kommt bei den meisten Menschen eine Phase, in der sie vermehrt zuhause sind. Oft ist das der Fall, wenn jemand eine Familie gründet. Im Alter schliesslich sind wir noch öfter zuhause. Wer aus dem Erwerbsleben austritt, geht nicht mehr regelmässig aus dem Haus an einen Arbeitsplatz mit Arbeitskollegen. Im hohen Alter wird es beschwerlicher, unterwegs zu sein, die sozialen Kontakte werden weniger. Entsprechend wird die nahe Wohnumgebung wichtiger.



Neuer Aussenlift in einer älteren städtischen Siedlung:
«Die Umgebung den Lebensumständen anpassen».

Welchen Anspruch ans Wohnen hat man, wenn man älter wird und alt ist?

Zuerst einmal: Die meisten Menschen wollen dort wohnen bleiben, wo sie es sich gewohnt sind. Die vertraute Umgebung – nicht nur die Wohnung selbst, sondern auch die Nachbarschaft, das Quartier, das Dorf oder die Stadt – wird ganz wichtig.

Gilt das für alle älteren und alten Menschen?

Es gibt Menschen, die auch im höheren Alter Lust auf Veränderungen und neue Erfahrungen haben. Das ist aber eine Minderheit. Denn dazu brauchen sie eine gute Gesundheit und die Offenheit für Neues und Unbekanntes. Im hohen Alter müssen viele ältere Menschen mit körperlichen und sinnlichen Einschränkungen leben. Es wird anstrengender, sich auf die Welt einzulassen. Die Welt wird kleiner. Und oft ist die Wohnung noch der einzige Ort, an dem man sich frei und ohne Hilfsmittel bewegen kann.

Wie soll und kann Architektur diese kleine Welt gestalten, damit es den Menschen auch wirklich wohl ist?

Ideal ist, wenn diese Menschen nicht nur eine Wohnung, sondern auch eine Umgebung haben, die ihren Lebensumständen entspricht.

Das heisst?

Lassen Sie es mich am Beispiel eines Heims erklären: Dieses sollte wie eine kleine Stadt angelegt sein – mit verschiedenen breiten Korridoren, mit unterschiedlich hohen Räumen, mit Plätzen, mit Aussichtspunkten und so weiter. Wer jung ist, kann ausgehen, wenn er Lust hat auf Vergnügen. Auch «junge Alte» können in die Berge fahren, wenn sie Erholung suchen. Im hohen Alter geht dies oft nicht mehr – oder sicherlich nicht mehr so einfach. Darum sollte die Architektur, so weit das möglich ist, Abwechslung, die man sich früher draussen holte, in die Häuser bringen.

«Architektur sollte die Abwechslung, die man früher draussen holte, in die Häuser bringen.»

Viele alte Menschen wohnen heute freilich nicht in einem Heim. Sie wünschen sich aber altersgerechte Wohnungen in einer altersgerechten Umgebung, um möglichst lange selbstständig zu sein.

Da gilt dasselbe, was ich eben gesagt habe. Die Umgebung muss so gestaltet sein, dass die Menschen am täglichen Leben teilnehmen können, ohne dass sie weit gehen müssen.

Und wie gestaltet man dies?

Indem zum Beispiel Häuser mit Laubengängen um einen zentralen Platz gebaut werden, sodass Begegnungen gefördert werden. Es ist beruhigend zu wissen, dass es die Nachbarn registrieren, wenn sie einen lange nicht mehr gesehen haben. Viele sind zwar im Alter auch gerne allein oder zu zweit mit dem Ehepartner. Auch ältere Menschen wollen ihre Privatsphäre, aber trotzdem nicht anonym und isoliert wohnen. Darum muss Architektur für alte Menschen vor allem soziale Teilhabe er-

>>

Effiziente Wundversorgung mit innovativen Silikon-Schaumverbänden Bis zu zwei Verbandwechsel pro Woche sparen

Wunden belasten die Betroffenen, fordern die Pflegefachpersonen und verursachen hohe Kosten. Der moderne Silikon-Schaumverband ALLEVYN LIFE mit Superabsorber-Kern und einzigartigem Wechselindikator perfektioniert die Wundversorgung, entlastet dank bis zu 50 % weniger Verbandwechseln die Pflegefachkräfte und überzeugt auch die Patienten¹⁻³.

Laut aktuellen Erhebungen verschlingt die mit häufigen Verbandwechseln verbundene Wundversorgung bis zu 66 Prozent der wertvollen Pflegezeit. Zudem leiden Wundpatienten häufig unter Schmerzen – insbesondere beim Verbandwechsel.

Mit ALLEVYN LIFE von Smith & Nephew steht nun ein innovativer Silikon-Schaumverband zur Verfügung, der bezüglich Qualität der Wundversorgung und Wohlbefinden der Patienten wegweisend ist. Der zusammen mit Patienten, Pflegefachkräften und Ärzten entwickelte Verband ermöglicht ein effizientes Exsudat-Management zugunsten schneller Wundheilung, bietet hohen Tragekomfort und entlastet auch die Pflegenden. Denn mit ALLEVYN LIFE sinkt die Zahl der Verbandwechsel um bis zu 50 %. Das spart Zeit und Kosten¹⁻³.

Fünf Schichten, Superabsorber-Kern und einzigartiger Wechselindikator

Dank modernster Materialien und einem innovativen fünfschichtigen Aufbau bietet ALLEVYN LIFE klare Vorteile gegenüber konventionellen Schaumverbänden.

Auf der Wunde liegt eine sanft haftende, perforierte Wundkontaktschicht aus Silikon-Gel. Diese minimiert das Risiko von Hautirritationen, steigert den Tragekomfort und ermöglicht einen schmerzarmen, atraumatischen Verbandwechsel. Darüber liegen, zur Erzeugung des für eine schnelle Wundheilung nötigen ideal-feuchten Wundmilieus, ein hydrozellulärer Schaum und ein Superabsorber-Verschlusskern, welcher aus der Wunde austretendes Exsudat aufnimmt und selbst unter Druckeinwirkung sicher einschliesst. Damit sinkt das Risiko signifikant, dass der Verband undicht wird und vorzeitig gewechselt werden muss. Zudem wird einer Geruchbildung wirkungsvoll vorgebeugt.

Zwischen dem Verschlusskern und der hoch atmungsaktiven, wasser- und bakteriendichten Aussenfolie liegt eine innovative Maskierungsschicht. Diese minimiert die Sichtbarkeit von Exsudat nach aussen – zugunsten eines sauberen Gefühls der Patienten auch nach mehreren Tagen.

Abgerundet wird der Aufbau von ALLEVYN LIFE durch den einzigartigen

Wechselindikator. Dieser zeigt an, wenn 75 % des Verbands mit Exsudat gefüllt sind und ein Verbandwechsel nötig wird.

Anatomische Form für viel Komfort – auch beim Duschen

Ebenso innovativ sind die ausgeklügelte Kleeblattform und der breite Haftrand von ALLEVYN LIFE. Der in vier Standard-, einer Fersen- und zwei Sakrum-Varianten erhältliche Verband lässt sich hervorragend an alle Körperkonturen anpassen, verrutscht deutlich seltener und haftet derart sicher, dass die Patienten damit duschen können. Nicht zuletzt mildert der mehrschichtige Aufbau Druck- und Stosseinwirkungen von aussen. So fühlen sich die Patienten jederzeit gut geborgen und sind vorbeugend vor Druckgeschwüren geschützt. Laut einer US-amerikanischen Studie reduzierte sich die Zahl der Druckgeschwüre nach Einführung eines Präventionsprotokolls mit ALLEVYN LIFE um 69 %⁴.

Bis zu 50% weniger Verbandwechsel, überzeugte Patienten, entlastete Pflegefachkräfte

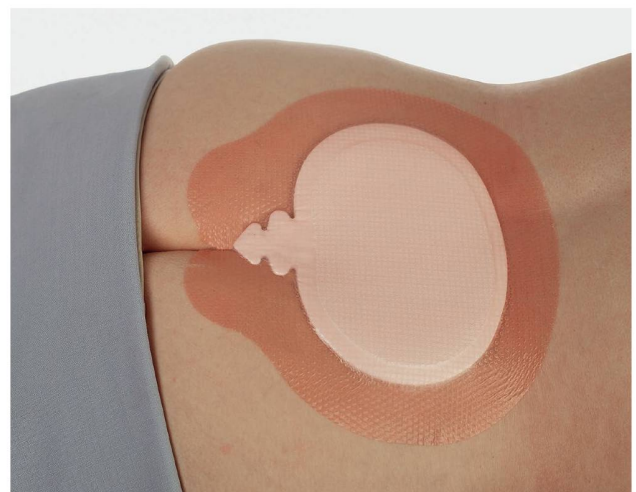
Weitere klinische Erhebungen belegen: Die durchschnittliche Verbandliegezeit von ALLEVYN LIFE liegt mit 5,2 Tagen rund 50 % höher als bei konventionellen Schaumverbänden (3,4 Tage). Somit können Pflegefachkräfte pro Patient bis zu zwei Verbandwechsel wöchentlich einsparen 1-3. Zugleich profitieren die Patienten von einem gesteigerten Wohlbefinden und mehr Lebensqualität. Laut Erhebungen bewerten bis zu 84% ALLEVYN LIFE bezüglich Geruchsbildung, Haftvermögen, Schutz gegen Flüssigkeitsaustritt und Durchnässung sowie im Hinblick auf Tragekomfort und Schmerzfreiheit beim Verbandwechsel positiv⁵.

Literatur

1. Stephen-Haynes J et al. The clinical performance of a Silicone Foam in an NHS Community Trust, *Journal of Community Nursing*, 2013;27(5).
2. Simon D and Bielby A. A structured collaborative approach to appraise the clinical performance of a new product. *Wounds UK* 2014;10(3):80–87
3. Joy H et al. A collaborative project to enhance efficiency through dressing change practice. *Journal of Wound Care* 2015;24(7):312,314–7
4. Swafford K et al. Use of a Comprehensive Program to Reduce the Incidence of Hospital-Acquired Pressure Ulcers in an Intensive Care Unit. *American Journal of Critical care* 2016;25(2):152-155
5. Rossington A et al. Clinical performance and positive impact on patient wellbeing of ALLEVYN LIFE. *Wounds UK* 2013;9(4):91–95.



ALLEVYN LIFE



möglichen und fördern. Das beginnt beim Balkon, der für alte Leute viel wichtiger ist als für junge. Von ihrem Balkon aus können mobilitätsbehinderte ältere Menschen das Leben beobachten und am Alltag teilnehmen. Ideal ist eine Wohnsituation, die ebenso nach dem belebten aussen – einer Strasse zum Beispiel – als auch nach dem ruhigen innen – einem Hof etwa – ausgerichtet ist.

Allein mit einer altersgerechten Inneneinrichtung ist es also nicht getan?

Nein. Der öffentliche Raum muss auch für alte Menschen zugänglich sein, also auch der Raum ausserhalb der Wohnsiedlung. Wenn sie keine öffentlichen Verkehrsmittel zur Verfügung haben, die altersgerecht funktionieren, oder keinen Einkaufsladen in erreichbarer Nähe, dann nützt ihnen die schönste altersgerechte Wohnung nichts. Es braucht also auch die altersgerechte Stadt.

Man stellt allerdings fest, dass alte Leute Angebote wie Plätze zum Verweilen oder Orte der Begegnung oft nicht nutzen.

Man darf und kann die Leute nicht zu Begegnung und Austausch zwingen. Ich stelle fest, dass Planungen von altersgerechten Wohnungen, Häusern oder Siedlungen oft von einer Sozialromantik ausgehen, die mit der Wirklichkeit wenig zu tun hat.

Was meinen Sie damit?

Man stellt sich vor, dass sich auf einem Platz, der eingeplant wurde, die alten Leute treffen, miteinander schwatzen, quasi zu besten Freunden werden. Das altersgerechte Haus oder die altersgerechte Siedlung als Ort des blühenden sozialen Lebens, des permanenten Austausches und der gegenseitigen Sorge. Aber es gibt wie bei jungen Menschen auch alte Menschen, die gerne allein sind, die sich nicht dauernd mit anderen Leuten treffen und mit ihnen essen wollen. Und es gibt auch ältere Menschen, die spielende Kinder als störend empfinden und vor allem ihre Ruhe wollen.

Dann ist das sogenannte altersdurchmischte Wohnen, das Generationenwohnen, auch nicht in jedem Fall das Wohnideal für alte Menschen?

Nein. Es gibt überhaupt keine allgemeingültige Form des Wohnens im Alter, die für alle gut ist. Das ist in jüngeren Jahren so – und auch im Alter. Es gibt Menschen, die haben auch im Alter gerne Betrieb, andere stören sich daran. Es gibt Menschen, die brauchen viel Platz. Andere kommen mit wenig Platz besser zurecht. Da sind die Bedürfnisse ganz verschieden. Ist bei der Planung altersgerechter Wohnungen, Häuser oder Siedlungen der Ansatz allzu sozialromantisch, endet es oft in einer Enttäuschung. Sie können nicht einfach einen Gemeinschaftsraum planen und diesen dann sich selbst überlassen. Da geht kaum jemand hin. Das ist bei jungen Menschen genau gleich. Man trifft sich dort, wo es einem wohl ist, und nicht dort, wo andere es für einen vorgesehen haben.

Wie soll denn eine Alterssiedlung, ein Altersheim heute und in Zukunft geplant werden?

Zuerst und ganz wichtig: Es sollten als Standard möglichst flächendeckend altersgerechte Wohnungen gebaut werden.

Das heisst?

Dass man Wohnungen baut, welche die Menschen, die darin leben, nicht durch bauliche Schranken behindern. Die meisten Menschen müssen im Alter mit gewissen körperlichen Einschränkungen leben. Kraft, Gehör und Sehkraft lassen nach. Der Bewegungsapparat ist nicht mehr so beweglich, die Reflexe verlangsamen sich. Das ist ganz natürlich. Meist sind das ja gar nicht derart dramatische Dinge. Es ist doch ein – auch volkswirtschaftlicher – Unsinn, diese Leute in einem Pflegeheim unterzubringen, nur weil sie zum Beispiel nicht mehr in eine Badewanne steigen und alleine duschen können. Es gibt zwei Hauptkriterien, die alte Menschen zwingen, aus ihren angestammten Wohnungen auszuziehen zu müssen: Die Erreichbarkeit der Wohnung – in der Regel sind Treppen das Hindernis – und der Sanitärraum. Wenn man genügend Wohnungen hätte, bei denen Zugänglichkeit und sanitäre Einrichtungen altersgerecht gebaut und eingerichtet sind, dann könnten viel mehr Menschen länger zuhause wohnen bleiben. Es gibt zwar solche Wohnungen, aber nur punktuell und viel zu wenige. Menschen ziehen im Alter nicht gerne in eine Gegend, die ihnen nicht vertraut ist. Zudem sind altersgerechte Wohnungen in der Regel neu und darum teurer als eine Wohnung, in die man vor dreissig, vierzig Jahren eingezogen ist.

«Man kann und darf die Menschen nicht zu Begegnung und Austausch zwingen.»

Das heisst: Man muss dringend günstige altersgerechte Wohnungen bauen?

Alter ist keine Krankheit, sondern ein normaler Lebensabschnitt. Es sollten generell nur noch Wohnungen gebaut werden, die das sichere und selbstbestimmte Älterwerden zulassen. Viele, auch neu gebaute Wohnungen, sind voller Hindernisse. Junge Menschen können solche Planungsfehler wie Stufen in einer Wohnung oder einen Sicherungskasten auf zwei Meter Höhe kompensieren. Das gilt übrigens nicht nur für den Wohnungsbau, sondern auch für den öffentlichen Raum und Verkehr. Zudem wird eine hindernisfreie und nach ergonomischen Prinzipien gebaute Wohnung auch von jungen Familien mit Kleinkindern geschätzt, wenn sie mit dem Kinderwagen bis in die Wohnung fahren können. Das Gleiche gilt für Busse mit tiefem Einstieg und für ebenerdige Geschäfte.

Was muss getan werden?

Es muss selbstverständlich werden, so zu bauen, dass man auch mit Einschränkungen selbstständig wohnen kann. Das ist bei vielen Menschen nicht bis ganz am Ende des Lebens möglich. Aber wirklich rund um die Uhr pflegebedürftig sind die Menschen zumeist nur ein paar wenige Monate vor dem Sterben. Die Aufenthaltsdauer in den Pflegeheimen wird ja tatsächlich immer kürzer. Aber es werden noch immer zu viele Menschen zu Pflegefällen, nur weil sie in ihrer angestammten Wohnung baulich behindert werden. Oft bräuchte es nur einen Lift, eine flache Dusche, einen Boden, der nicht spiegelt, eine gute Beleuchtung oder einen Kochherd mit grossen Drehschaltern statt mit Touchscreen-Tasten. Solche Anpassungen wür-

>>

den nicht nur einen späteren Heimeintritt ermöglichen. Auch für die Spitex würde der Aufwand geringer. Darum müssen die Bauordnungen der Gemeinden unbedingt so angepasst werden, dass neue Wohnungen altersfreundlich gebaut werden, dass aber auch der öffentliche Raum und öffentliche Gebäude für alte Menschen zugänglicher sind.

Zeigen denn nicht gerade die immer kürzeren Aufenthaltszeiten in den Pflegeheimen, dass die Entwicklung längst in diese Richtung läuft?

Die Losung «ambulant vor stationär», die heute auch politisch kaum mehr bestritten ist, fördert diese Entwicklung, ja. Und man sieht auch, dass sich ein riesiger Markt entwickelt, der genau diese Dienstleistungen anbietet, die «ambulant vor stationär» praktisch möglich machen: nicht nur Spitex-Unternehmungen, auch Reinigungsunternehmen, Mahlzeitendienste und so weiter. Wenn mir das Essen des einen Mahlzeitendienstes nicht zusagt, kann ich zu einem anderen wechseln. Dieser Entwicklung hinkt die Architektur aber noch weit hinterher.

Das Heim – das Altersheim – wird es also im Idealfall nicht mehr brauchen?

Das allerdings glaube ich nicht. Es wird immer Menschen geben, die aus gesundheitlichen oder sozialen Gründen in ein Heim eintreten. Aber das klassische Altersheim hat ausgedient. Die Entwicklung geht in Richtung Pflegezentren mit familiären Pflegewohngruppen, betreutes oder begleitetes Wohnen. Die Generation, die in zwanzig Jahren alt ist, wird viel mehr auf Selbstbestimmung pochen als frühere Generationen. Man möchte die Dienstleistung eines Heims beanspruchen können, aber autonom entscheiden, ob man allein oder in Gesellschaft essen will. Das gilt es künftig stärker zu berücksichtigen.

Wie sieht die Lösung aus?

Heute werden in unmittelbarer Nähe zu einem Pflegeheim oft altersgerechte Wohnungen gebaut. Die Bewohnerinnen und Bewohner dieser Wohnungen können von der Infrastruktur des

Pflegeheims profitieren. Da haben sie quasi den Fünfer und das Weggli. Sie leben selbstständig, haben – das ist wichtig – auch eine eigene Postadresse, können aber den zusätzlichen Altersheimservice in Anspruch nehmen. Das meine ich mit begleitetem Wohnen: dass jemand da ist, der zum Beispiel kleinere Reparaturen ausführen kann oder auch einmal vorbeischaut und fragt, was man noch brauchen könne. Das geht für mich in Richtung «Hauswart plus». Eine eher lockere Verbindung und nicht jemand, der am Morgen kommt und fragt, wie man geschlafen habe. Attraktiv ist dieses Modell übrigens auch für Paare, bei denen der eine Partner im Pflegeheim lebt. Man lebt so nahe genug, dass ein gemeinsames Leben möglich bleibt.

Und doch kann sich der gesunde Partner auch einmal zurückziehen und für sich schauen.

Könnte dieses «Hauswart plus»-Modell nicht auch in der herkömmlichen Umgebung und mit Freiwilligenarbeit funktionieren?

Das glaube ich nicht. Irgendwie muss es institutionalisiert, zumindest organisiert sein.

«Es wird immer Menschen geben, die aus sozialen Gründen in ein Heim eintreten möchten.»

Warum?

Die Erfahrung zeigt, dass Freiwilligkeit zwar eine bestimmte Zeit lang und in bestimmten Konstellationen funktionieren kann. Als Langzeitmodell aber ist es zu störungsanfällig. Ich habe vorhin von Sozialromantik gesprochen. Auch viele Freiwilligenprojekte beginnen fast euphorisch, oft angestossen von Leuten, die viel Energie und eine hohe Sozialkompetenz haben. Aber nicht selten enden diese Projekte in Frustration, weil Anerkennung fehlt, weil die Arbeit immer an denselben Leuten hängen bleibt, weil das soziale Klima im Quartier trotzdem nicht anders wird als anderswo. Gegenseitige Hilfe muss wirklich gegenseitig sein, sonst funktioniert sie nicht. Da ist Professionalität mit klar zugewiesenen Aufgaben und entsprechender Entlohnung ehrlicher und tragfähiger.

Ist es sinnvoll, dass alte Menschen nur unter sich leben?

Solche Modelle mit Alterswohnungen, kombiniert mit einem Pflegeheim, fördern doch auch die Ghettobildung. Man will aber erreichen, dass die alten Menschen am Alltag teilhaben.

>>



Wie wollen Sie im Alter wohnen?

Joseph Gorgoni alias Marie-Thérèse Porchet, 51 Jahre, Schauspieler und Tänzer, Genf

«Wie die meisten Menschen würde auch ich meinen Lebensabend gern bei mir zuhause verbringen und lebendig sterben! Ich möchte nicht leiden und auch denen, die ich liebe, kein Leid bereiten. Ich hoffe, niemals abhängig von der Hilfe anderer zu sein. Sollte es doch so

weit kommen, wünsche ich mir, dass ich mir dessen bewusst und in der Lage bin, mich darauf einzulassen. Der Ort ist mir eigentlich egal, solange ich nicht von der Welt abgeschnitten bin. Ich bin ein Städter, ich liebe das Leben, den Lärm der Stadt und die vielen

Menschen um mich herum. Per se finde ich es nicht schlimm, zu altern, auch wenn das Alter natürlich Entsaugungen mit sich bringt. Wenn ich ein Dach über dem Kopf, Musik und die Leute um mich habe, die ich liebe, reicht mir das! Meine Mutter wohnt in einem Alters- und Pflegeheim. Ich finde, dass dieses Heim ein lebendiger Ort ist, auch wenn seine Bewohner nicht mehr wirklich im Leben stehen. Es ist schwierig, zuzusehen, wie die Menschen immer schwächer werden. Mein Beruf verschafft mir Distanz und gestattet mir, die amüsante Seite der Dinge zu sehen. Die Leichtigkeit ist meine Zuflucht, und ich hoffe, mir mein Lachen noch lange zu bewahren.»



Barrierefreies Badezimmer mit Flachdusche und Haltegriffen am richtigen Ort: «Wer beim Bauen nicht an ältere Menschen denkt, schliesst diese aus der Gesellschaft aus, gefährdet und behindert sie.»

Das ist tatsächlich eine Grundsatzfrage. Da sind die Wünsche ganz unterschiedlich. Wenn Menschen mit ähnlichen Erinnerungen und Lebenserfahrungen an einen Ort ziehen, kann das für einige sehr schön sein. Andere werden das Zusammenleben mit jungen Menschen vorziehen. Die freie Wahl ist entscheidend. Deshalb ist es nicht damit getan, wenn eine Gemeinde eine Alterssiedlung baut und im übrigen Wohnungsbau und im öffentlichen Raum die Bedürfnisse der Älteren vernachlässigt.

Wann ist es an der Zeit, sich zu überlegen, ob man in eine altersgerechte Wohnung zieht?

Die Frage heisst eigentlich: Wann beginnt das Alter? Wann soll ich spätestens in eine Wohnung ziehen, in der ich auch alt werden kann? Aber auch: Was kann ich vorkehren, damit ich in meiner Wohnung bleiben kann? Ich bin als Berater für Wohnungsanpassungen immer wieder damit konfrontiert, dass es plötzlich ganz schnell gehen muss. Man soll also früh vorsorgen. Das ist gebaute Altersvorsorge. Fragen Sie sich: Kann ich in meiner Wohnung auch leben, wenn ich an Stöcken gehe oder wenn ich nicht mehr als fünf Treppenstufen schaffe? Zudem: Um den Komfort einer flachen Dusche zu schätzen – dies nur als Beispiel –, brauche ich nicht körperlich eingeschränkt zu sein. Das kann durchaus mit fünfzig schon sinnvoll und angenehm sein. Was ich sagen will: Wenn ich merke, dass meine Wohnung nicht alterstauglich ist, sollte ich entweder in Betracht ziehen, die Wohnung baulich anzupassen oder mir eine Wohnung zu suchen, die besser geeignet ist. Mit 80, 85 noch umzuziehen, kann sehr schwierig werden. Dann bietet sich als Lösung oft nur das Pflegeheim an, auch wenn der Unterstützungsbedarf nicht sehr hoch ist. Mit den entsprechenden finanziellen Folgen.

«Schon aus volkswirtschaftlichen Gründen müssen wir umfassend altersgerecht bauen.»

Noch einmal ganz konkret: Wann soll man sich das genau überlegen?

Das kann ich nicht sagen. Man sollte noch fit genug sein, um etwas Neues zu suchen und sich am neuen Ort einzuleben. Oft sind es Ereignisse von aussen wie der Auszug der Kinder, der Tod des Partners oder eine Wohnungskündigung, welche die Frage nach dem «Wie weiter» auslösen. Wer in seinem Haus das Bad umbaut, tut gut daran, schon mit 40 fürs Alter zu planen. Wer mit 50 eine Eigentumswohnung kauft, sollte auf eine umfassende Hindernisfreiheit achten. Nur schon wegen der

eigenen Eltern, die zu Besuch kommen wollen. Selbstbestimmung ist nicht erst im Alter ein hohes Gut. Der Grad der Selbstbestimmung und Autonomie im Alter hat auch eine oft unterschätzte architektonische Komponenten. Die Höhe des WCs und das Vorhandensein eines Haltegriffs am richtigen Ort können darüber entscheiden, ob jemand noch selbstständig und sicher das WC benutzen kann. Ein

Kochherd mit Drehschaltern ermöglicht einer sehbehinderten Person noch das selbständige Kochen, das ihr bei einem Kochfeld mit Touchschaltern nicht mehr möglich wäre. Das hat alles starken Einfluss auf das Selbstbild und Fremdbild von alten Menschen. Wer beim Bauen nicht an ältere Menschen denkt, schliesst diese aus der Gesellschaft aus, gefährdet und behindert sie. Unfälle mit gravierenden Folgen sind wahrscheinlicher, die Dienste einer Spitex werden früher und intensiver benötigt. Der Eintritt in ein Pflegeheim wird wahrscheinlicher. Eine nicht altersgerechte Architektur und Planung des öffentlichen Raums behindert nicht nur die älteren Menschen unnötig. Sie löst direkt höhere Gesundheitskosten aus. Wir können es uns sowohl aus gesellschaftspolitischen wie aus volkswirtschaftlichen Gründen gar nicht mehr leisten, nicht umfassend altersgerecht zu bauen. ●