

# Wohlfühlen beim Wohnen

Autor(en): **Schmid, Erica**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung**

Band (Jahr): **80 (2002)**

Heft 10

PDF erstellt am: **07.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-725852>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

# Wohlfühlen beim Wohnen

*So lange wie möglich zu Hause wohnen oder lieber ins Altersheim ziehen? Neue Wohnformen sind im Kommen und sorgen heute für Lebensqualität, selbst wenn intensive Betreuung und Pflege nötig werden.*

PHOTODISC



**Die eigenen vier Wände** wie auch die äussere Umgebung prägen das Wohngefühl.

VON ERICA SCHMID

**F**est steht: Neue Wohnkonzepte für Seniorinnen und Senioren sind gefragt – und sie sind im Kommen. Die Angebote auf öffentlicher oder privater Basis reichen von den betreuten Alterswohnungen über die Wohngemeinschaft bis hin zu familiären Pflegewohngruppen oder spezialisierten Tagesheimen. Die Wende zum neuen Wohnen ist auch in den Altersheimen vollzogen, die längst keine «Bevormundungsanstalten» mehr sind, sondern ihre Bewohner als Kundinnen und Kunden mit individuellen Bedürfnissen betrachten und ihre Angebote entsprechend attraktiv gestalten.

Wohnen ist ein Grundbedürfnis, bedeutet, sein eigenes Reich, sein Nest, seine Oase der Geborgenheit zu haben. Viele Seniorinnen und Senioren sind bis ins hohe Alter rüstig, unternehmungslustig und mobil und wünschen sich, bis ans Lebensende ihre trauten vier Wände nicht aufgeben zu müssen. Der weitaus grösste Teil oder rund 80 Prozent der über 80-Jährigen in der Schweiz leben denn auch in einem privaten Haushalt.

## Gemeinsam statt einsam

Der Trend zu immer mehr Einpersonenhaushalten ist nicht bloss ein modernes Phänomen der jüngeren Single-Generation, sondern betrifft auch ältere Menschen. Und vorwiegend sind es Frauen, die durch höhere Lebenserwartung, Verwitwung oder Scheidung in der zweiten Lebenshälfte irgendwann wieder allein leben. Nun zeichnet sich – bei Alleinstehenden und Paaren – vermehrt der Wunsch nach neuen gemeinschaftlichen Wohnformen fürs Alter ab.

Ein Wohnmodell, das bei heutigen so genannten Jungsenioren zunehmend auf Interesse stösst, sind Hausgemeinschaft-

ten. In Bern etwa, im Kanton Zürich oder Baselland gibt es sie bereits. Da und dort schliessen sich neue Gruppen Gleichgesinnter zusammen, um als Genossenschaft, Stockwerkeigentümer oder AG ihr Traumhaus zu verwirklichen. Der «verein wohnen im alter-nativ» wurde 1998 in Meilen gegründet als «Gemeinschaft von IndividualistInnen» mit dem Ziel, in naher Zukunft an diversen Standorten mehrere Wohnprojekte für Einzelpersonen und Paare zu realisieren.

«Wir sind nicht unter Druck, nehmen uns Zeit, um ein geeignetes Objekt und weitere, eventuell auch jüngere Interessierte zu finden», sagt Architekt Rudolf Welter von der Projektgruppe «Stadt Zürich 05». Der Gruppe schwebt ein Umbau eines Mehrfamilienhauses oder alten Fabrikgebäudes an zentraler Stadtlage mit Wohneinheiten für 15 bis 20 Leute vor. Natürlich sollen die Gemeinschaftsküche, der Aufenthaltsraum, eine Werkstatt oder eine Gästewohnung mit kombiniertem Krankenzimmer im Haus nicht fehlen.

Autonomie, Aktivität und Eigenverantwortlichkeit werden beim Wohnen «im alter-nativ» gross geschrieben. Zur Grundidee gehören denn gute Nachbarn, die sich umeinander kümmern, die auch bereit sind, gewisse Gemeinschaftsaufgaben in Hausdienst, Hausverwaltung oder beim Organisieren von Anlässen zu übernehmen. Bei Bedarf sollen Spitex und externe Pflegepersonen beigezogen werden.

### Sich früh Gedanken machen

Solche klaren Zukunftsvorstellungen kann Katrin Hiebert als Leiterin der Zürcher Beratungsstelle Wohnen im Alter nur begrüssen. «Wichtig ist es, sich mit der eigenen Wohn- und Lebenssituation auseinander zu setzen, bevor Handlungsbedarf besteht, bevor es daheim nicht mehr geht», lautet ihre klare Botschaft. Da Wohnen etwas sehr Individuelles ist und «alle ihre Vorlieben, Ressourcen und Grenzen haben», gibt es in ihren Augen aber nicht die eine optimale Wohnform, die sich für alle eignet. Jede Veränderung der Wohnsituation sei ohnehin immer ein Riesenschritt.

«Zu-Hause-Bleiben» ist fraglos die Nummer eins auf der Wunschliste der möglichen Lebensformen im Alter. Das bestätigt auch eine aktuelle Seniorenumfrage in elf Aargauer Gemeinden. 1136 Frauen und Männer zwischen 65 und

74 Jahren haben die Fragebogen über Wohnformen, Dienstleistungen und Hilfen beim Wohnen beantwortet. Das Ergebnis? Gut 91 Prozent möchten – wenn immer möglich – auch im hohen Alter in ihren vertrauten Räumlichkeiten bleiben. Bei Bedarf mit Unterstützung. Die rollstuhlgängige Alterswohnung mit Lift und Notrufsystem sähen knapp 55 Prozent als Alternative. Einen allfälligen Umzug in ein Altersheim zieht ein Drittel der Befragten in Betracht. Bei knapp 19 Prozent findet eine spätere Wohnmöglichkeit bei Kindern oder Verwandten Anklang.

### Beliebte Alterswohnungen

Zu den tatsächlich beliebten Wohnformen gehören Alterswohnungen. Die 50 Wohnungen in der neuen Siedlung Soodmatte in Adliswil zum Beispiel waren von Anfang an belegt. 70 Frauen und Männer im Alter von 60 bis 89 Jahren leben hier. Das Durchschnittsalter liegt bei 73 Jahren. In der gemischten Siedlung stehen eine Reihe Familienwohnungen in direkter Nachbarschaft zu den Alterswohnungen, die spielenden Kinder sind also nicht fern.

Die der Siedlung angegliederten Infrastrukturen und Dienstleistungen sind vielfältig: Ein öffentliches Restaurant, eine Arzt- und Akupunkturpraxis, Spitex, die Seniorenkontaktstelle und Pro-Senectute-Beratungsstelle, ein Coiffeuresgeschäft findet man hier. Nicht zu vergessen das vielfältige Veranstaltungsprogramm und die in die Siedlung integrierte Pflegewohngruppe. «Das Vernetzungskonzept der Soodmatte ist ein neues Modell, etwas, was Zukunft hat», sagt Curt Lützen von der Seniorenkontaktstelle. Die grosse Beliebtheit von Alterswohnungen bestätigt auch Katrin Hiebert von der Zürcher Beratungsstelle Wohnen im Alter. Allein in der Stadt Zürich mit ihren 362'000 Einwohnern gibt es 4000 Alterswohnungen für Frauen und Männer ab 60. Die Nachfrage ist wesentlich höher.

Altersheime sind die häufigste Wohnform für Menschen, die im Alter nicht in einem privaten Haushalt leben. Das durchschnittliche Eintrittsalter in Zürich liegt zurzeit bei 85 Jahren. «Der Umzug in ein Altersheim ist keine Frage des Alters, vielmehr des Befindens», sagt Katrin Hiebert. Das moderne «Hotel Altersheim» mit all seinen Dienstleistungen und vielfältigen Aktivitäten empfiehlt sich bei-

spielsweise für Leute, die noch rüstig sind, denen zu Hause mitunter aber die Decke auf den Kopf fällt, weil sie zu viel allein sind. Nicht selten werden so Jahre verpasst, in denen man es schöner und bequemer haben könnte. Immer wieder zeigt sich laut Expertin Hiebert, dass Leute, die nur zum Schnuppern oder ferienhalber kommen, dann gerne auf der Stelle gleich dabliesen.

Eine besondere Kategorie unter den Angeboten sind Altersresidenzen. Diese sind eine Art Hotel mit Pflegepersonal, eine Kombination von Alterswohnung, Hotel und Pflegeabteilung. Residenzen etwa, wie sie die Tertianum-Gruppe als Hauptanbieterin in der Schweiz führt, sind vorwiegend etwas für Leute mit gehobenen Ansprüchen und entsprechenden finanziellen Möglichkeiten.

### Alternative zum Pflegeheim

Wenn es denn ohne intensive tägliche Pflege nicht mehr geht, bieten Pflegewohngruppen älteren Menschen ein neues Zuhause. Diese machen als Alternative zum Pflege- oder Krankenhaus in den letzten Jahren Schule und sind bei den Bewohnerinnen und Bewohnern laut Katrin Hiebert «Trumpf» – und auch beim Personal geschätzt, da sie familiärer und «nicht so spitölig» sind. Ziel dieser kleinen Wohngemeinschaften ist es, Eigeninitiative und Selbstständigkeit pflegebedürftiger Menschen möglichst zu fördern und zu erhalten. «Die in der Alterssiedlung Soodmatte integrierte Wohngruppe ist bei den Pensionären und beim Personal überaus geschätzt, betriebswirtschaftlich aber mit sieben Plätzen an der unteren Grenze», sagt Claude Chatelain, Abteilungsleiter für Altersfragen in Adliswil, «mit Blick auf die Personalkosten wären neun Plätze sicherlich besser.»

Und was bringt die Zukunft? Ein Modell der Zukunft könnte vielleicht eine Generationen-Siedlung aus mehreren Gebäuden mit vielen kleinen und grossen Wohneinheiten sein. Wo die Kinderkrippe genauso dazugehört wie die Pflegewohngruppe, wo Kinder ihre Wahlgrossmutter im Haus finden, der geschiedene Vater im Nachbarhaus wohnt, wo Alleinerziehende und Verwitwete, Teenager und Senioren sich in der Gemeinschaftsküche zum Nachtessen treffen. ■

Die Umfrage zum Thema finden Sie zusammen mit weiteren Informationen auf Seite 12.



Rosa Steinemann (86) lebt seit gut einem Jahr in der Pflegewohngruppe Soodmatte in Adliswil ZH.

### DIE PFLEGEWOHNGRUPPE – EIN MODELL MIT ZUKUNFT

■ «Wir sind fünf Frauen und zwei Männer im Alter von 71 bis 96 Jahren hier, alle mit eigenem Zimmer. Man ist daheim hier, ich fühle mich so gut aufgehoben, alle im Personal sind wirklich nett. Wenn einem etwas fehlt, merken sie's sofort.

Zuvor habe ich lange Zeit mit meinem Lebenspartner gleich um die Ecke gelebt. Dann bin ich immer wieder hingefallen, habe mir dreimal etwas gebrochen und war im Spital, sodass mein Freund sich zunehmend Sorgen um mich machte. Er kommt oft, und wir gehen dann miteinander spazieren. So höre ich immer etwas von draussen. Auch durch die häufigen Kontakte mit meinen vier Söhnen und Töchtern, die ich als geschiedene, berufstätige Mutter im Wesentlichen allein grossgezogen habe. Der Umzug war schon eine Umstellung. Man

muss sich anpassen. Doch ich kann die Leute gut nehmen, wie sie sind. Eine Frau leidet an Alzheimer, sie ist in unserer Wohnung und auf der grossen Terrasse ständig unterwegs. Manchmal kommt sie zu mir ins Zimmer und streichelt mich. Abgesehen vom Bett habe ich alle Möbel mitgebracht. Das Bild dort hat meine Enkelin gemalt. Hier können wir stark nach dem eigenen Rhythmus leben, ich bin die Frühaufsteherin.

Weil ich an Krücken gehe und Mühe habe, mich zu bücken, helfen mir die Pflegerinnen beim Anziehen der Strümpfe und Schuhe oder beim Duschen. Auch das Essen ist wirklich fein und abwechslungsreich. Dann versammeln wir uns alle am grossen Tisch im Wohnzimmer. Ich kann nur rühmen, eine bessere Lösung kann man nicht haben.» *ecs*



Heidi (75) und Raymond (80) Spengler wohnen mit der Familie ihrer Tochter und den drei Enkelkindern in einem Zweifamilienhaus in Wallisellen ZH.

### DREI GENERATIONEN UNTER EINEM DACH

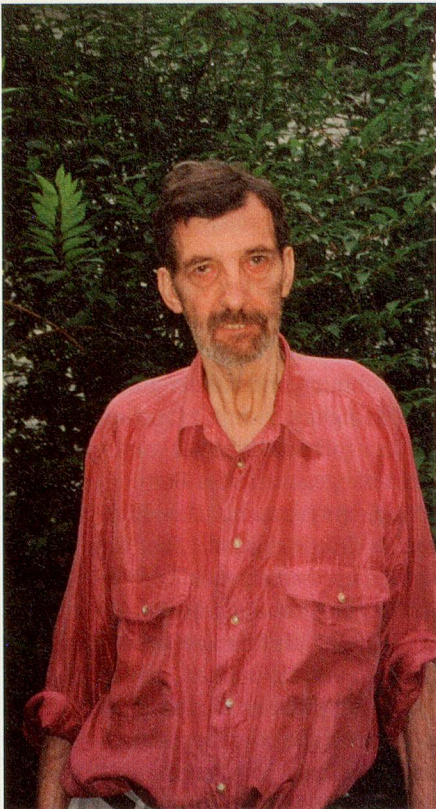
■ «Ein Haus, zwei Wohnungen, drei Generationen – das sind die idealsten Voraussetzungen für eine erspriessliche Wohngemeinschaft. Unsere Jungen mit drei Kindern leben in der Gartenwohnung, wir im «Stöckli» oben. Als meine

Eltern noch lebten, waren wir mit vier Kindern unten und sie oben. Nach deren Tod zügelten wir hinauf und die Familie unserer Tochter unten ein. Wir leben zusammen wie gute Freunde. Es ist ein gegenseitiges Geben und Nehmen, das nie-

mand ausnutzt und Vorteile für alle hat. Die Kinder sind in beiden Wohnungen gleich zu Hause. Schon seit zwölf Jahren fahren wir jedes Jahr mit ihnen in die Ferien in die Berge. Probleme gibt es eigentlich nicht. Aber man muss schon etwas tolerant sein und grosszügig. Kinder machen halt manchmal Lärm oder eine Unordnung im Treppenhaus. Da darf man nicht meckern.

Den Haushalt machen beide Parteien selber. Wir teilen die Waschküche und den Garten und wechseln uns mit dem Treppenhausputz ab. Den Einkauf erledigt jedes selber, aber man fragt sich rasch gegenseitig, ob das andere gerade etwas braucht. Oftmals essen wir alle gemeinsam, aber das kommt eher spontan zustande. Unser Zusammenleben ist nicht etwas Stures, Programmirtes. Schliesslich haben wir auch unsere eigenen Aktivitäten. Der Schlüssel zum gegenseitigen Verstehen und Lieben liegt in der richtigen Mischung von Nähe und Distanz.» *agh*

AGH



Rolf Turconi (72) lebt seit 30 Jahren in einer Mietwohnung in Zürich-Witikon und wird von der Spitex unterstützt.

74-Jähriger haben die Fragebogen über Wohnformen, Dienstleistungen und Hilfen beim Wohnen beantwortet. Das Ergebnis? Gut! Procenti rechnen immer richtig – auch im hohen Alter.

### WOHNEN – VON DER SPITEX UNTERSTÜTZT

■ «Hier ausziehen stand für mich nie zur Diskussion. Die 3-Zimmer-Wohnung liegt so schön, und ich fühle mich wohl hier. Seit ich vor sieben Jahren an Parkinson erkrankt bin, hat das Spital für mich die Spitex organisiert. Wegen des Schwindels kann ich nicht mehr alleine duschen. Zweimal pro Woche kommt dafür eine Spitex-Frau und zweimal jemand für den «Kehr», fürs Putzen und Bügeln. Die Wäsche erledige ich selber. Die Stadtküche bringt mir die Mahlzeiten zweimal wöchentlich frisch ins Haus. Diese Arbeitsteilung finde ich gut. Was ich brauche, wird gemeinsam bestimmt.

Die Spitex-Frauen sind wirklich so liebe Frauen. Am Anfang hatte ich Mühe, ihre Hilfe anzunehmen. Aber heute stelle ich mich darauf ein. Früher spendete

ich der Spitex immer Geld, weil ich das eine verrückt gute Sache fand. Ich hätte aber nie gedacht, dass ich das selber einmal brauchen würde.

Am Morgen gehe ich hinaus und lese in einem Café um die Ecke die Zeitung. Manchmal treffe ich Freunde oder Arbeitskollegen. Als ehemaliger Filmer sehe ich mir ab und zu einen Schweizer Film an, da habe ich früher dazugehört. Am meisten weh tut mir, dass ich wegen der Krankheit mein Hobby, das Fischen, aufgeben musste. Doch manchmal nimmt mich ein Kollege mit dem Boot mit. Früher ist bei mir immer etwas gelaufen. Ich war jahrelang fast nie zu Hause. Jetzt geniesse ich den Garten und das Daheimsein umso mehr.» *agh*

AGH



Hermine Bühler (92) lebt seit dreieinhalb Jahren im Alterswohnheim «Am Wildbach» in Wetzikon ZH.

... und Dienstleistungen...  
... und auch dem...

### DAHEIM IM ALTERSWOHNHEIM

■ «Mit meinem hellen Zimmer oben im sechsten Stock habe ich grosses Glück gehabt. Die Atmosphäre hier im Heim ist sehr wohltuend. Ich fühlte mich von Anfang an hundertprozentig zu Hause. Eine langweilige Minute gab es jedenfalls noch nie.

Nach dem Zmorge gehe ich eine Dreiviertelstunde spazieren, bei jedem Wetter. Dann lese ich den Tages-Anzeiger, um mich über das Weltgeschehen zu informieren. Um Viertel vor zwölf gibt es Zmittag. Als Diabetikerin erhalte ich Diät. Das Essen ist mehr als gut, und zum Glück vertrage ich alles. Am Nachmittag mache ich manchmal einen Mittagschlaf. Oder ich gehe an einen der beiden Computer in der Eingangshalle. Technik

interessiert mich einfach, und ich probiere etwas aus, surfe im Internet, klicke und klicke. Oft sitze ich auch in der Cafeteria und plaudere, lerne gerne neue Leute kennen. Nach dem Znacht sehe ich die Nachrichten und danach noch etwas fern. Dok-Sendungen und Rosamunde-Pilcher-Filme verpasse ich nie.

Das Personal ist sehr zuvorkommend. Noch nie habe ich ein unzufriedenes Gesicht gesehen. Mein Bett mache ich selber, aber sonst wird alles für mich erledigt. Ich finde, das habe ich auch verdient. Das Bad auf dem Gang teile ich mit fünf anderen Bewohnern. Ich habe mir gemerkt, wann sie duschen gehen, und so klappt das gut. Hier kann ich wirklich leben, wie es mir behagt.» *agh*



Ingeborg (75) und Felix (77) Rügger leben seit fünf Jahren in der Tertianum-Residenz Zollikerberg bei Zürich.

## LEBEN IN DER RESIDENZ

■ «Seit ich hier bin, geht es mir viel besser», sagt Ingeborg Rügger in ihrer 3½-Zimmer-Wohnung in der Tertianum-Residenz Zollikerberg. «Ich leide seit 14 Jahren an Parkinson und könnte keinen Haushalt mehr führen. Von meinem Mann werde ich liebevoll gepflegt, und ich weiss, auf Knopfdruck käme auch die Spitexpflege des Hauses in unsere Wohnung. Das gibt Sicherheit.» Ihr Mann stimmt ihr zu: «Wir schätzen es sehr, dass für uns gesorgt ist. Das Personal ist sehr nett, wir brauchen nicht zu kochen, werden verwöhnt. Auch unter den Bewohnern schauen wir zueinander, wir helfen einander und laden uns gegenseitig ab und zu auf einen Drink ein.»

Dass ihr Mann dem «interessanten und lehrreichen Veranstaltungspro-

gramm» der Residenz auch gerne selber einmal eine besondere Note beifügt, freut Ingeborg Rügger: «Am Freitag ist Grillabend, da wird er die Gäste mit einer Alphorn-Einlage überraschen. Auch Vorträge hat er schon gehalten – über Libellen etwa oder zum Thema «Von der Bibel inspirierte Künstler.» Meist verbringen Rüggers die Wochenenden in ihrem Ferienhaus in Sternenbergr im Zürcher Oberland. «Dort ist unser Treffpunkt der Familie – ein Sohn, zwei Töchter, deren Partner, sieben Enkel –, sind alle da, macht das 15 Leute. Wir schätzen diesen Tapetenwechsel. Da wir Anteil nehmen am Schicksal der anderen Mitbewohner, kann einen das manchmal seelisch belasten», sagt Felix Rügger. ecs



Hermine Spielmann (60) lebt seit sieben Jahren in einer Frauen-WG in einem 9-Zimmer-Haus in Zürich.

## IN WOHNGEMEINSCHAFT MIT FRAUEN

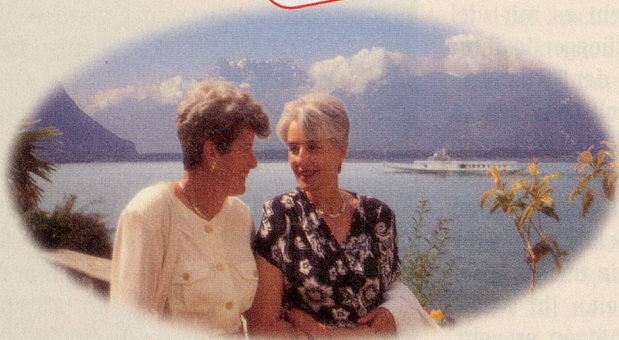
■ «Wir waren ein Grüppchen von Frauen, die nach neuen Wohnformen (in der zweiten Lebenshälfte) suchten. Zu viert – alle waren geschieden – zogen wir dann hier ein. Wir kannten uns kaum. Jede brachte ihre Möbel und Bilder mit, und es ist lustig, wie alles ein so schönes Ganzes ergab. Sicher, diese Wohnform ist nichts für Leute, die denken, das Leben ist so und nicht anders; die schnell das Gefühl haben, sie kämen zu kurz, oder solche, die sich schwer tun mit Rücksicht nehmen. Für mich aber hat es eine besondere Qualität. Ich glaube, man bleibt etwas lebendiger dabei. Eine solche Wohnform sollte man aber nicht erst in sehr alten Tagen wählen, damit es noch ein Zurück gibt, wenn es nicht klappt.

Das Gute daran ist: Ich lebe hier mit Leuten, die alle ihre Ideen haben, wir sind uns wohlgesinnt, man trägt miteinander, ergänzt sich, muss nicht alles allein machen. Und es ist wunderschön, manchmal abends heimzukommen, jemand ist da, hat gekocht, man plaudert, und jede geht dann wieder ihren Weg. Gemeinsam ein so grosses Haus mit Garten in Schwung zu halten, muss organisiert sein. Fürs Putzen haben wir eine klare Arbeitsteilung, die Einkäufe werden Ende Monat abgerechnet. Ein weiterer Grund, warum ich diese Lebensform gewählt habe: Ich wohne gerne grosszügig, die Alternative für dasselbe Geld wäre in Zürich wohl eine 2-Zimmer-Wohnung.» ecs



**NOVA VITA**  
SENIORENRESIDENZ  
MONTREUX


**BESUCHEN SIE UNS!**  
TEL. 021 965 90 90



## Ein neues Leben im Herzen von Montreux!

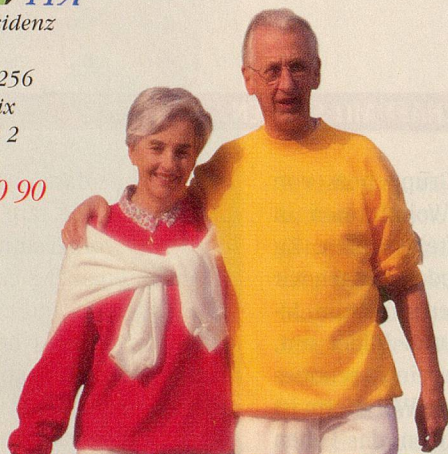
Entdecken Sie NOVA VITA, die erste **zweisprachige** Seniorenresidenz. Wir bieten auch Ferien- und Genesungsaufenthalte!

Sie haben es verdient!



**NOVA VITA**  
Seniorenresidenz  
Montreux  
Case postale 256  
Place de la Paix  
1820 Montreux 2

Tel. 021 965 90 90



### COUPON

Bitte senden Sie mir eine Dokumentation.

Name  Vorname

Adresse

PLZ/Ort  Alter:

Coupon einsenden an:

Nova Vita - Place de la Paix - Case postale 256 - 1820 Montreux 2

### UMFRAGE

Liebe Leserin, lieber Leser

Wie haben Sie einen Wechsel oder Veränderungen in Ihrer Wohnsituation erlebt? Was sind Ihre Erfahrungen, Wünsche, Tipps? Haben Sie Ideen oder Träume, wie Ihr Zukunftsmodell «Wohnen im Alter» aussehen könnte?

**Bitte senden Sie Ihre Zuschrift an: Zeitlupe, Umfrage, Postfach 642, 8027 Zürich. Jede veröffentlichte Antwort wird mit 20 Franken belohnt. Einsendeschluss ist der 10. Oktober 2002.**

### INFORMATIONEN UND KONTAKTE

Bei den Pro-Senectute-Beratungsstellen (Telefonnummern vorne in der Zeitlupe) bekommen Sie Auskünfte aller Art zu Ihren Fragen rund ums Wohnen im Alter: Wie erhalte ich Unterstützung im Alltag daheim (Haushilfen, Mahlzeiten-dienst, Zügel-service, bauliche Anpassungen etc.)? Wie finanziere ich zum Beispiel einen Heimaufenthalt?

Die Adressen der Spitex-Dienste in den Gemeinden finden Sie im Telefonbuch.

### BÜCHER UND BROSCHÜREN

Katrin Stäheli: **«Wohnen im Alter»**. Der 102-seitige Beobachter-Ratgeber bietet praxisnahe Informationen und Ratschläge, die beim Umzug in ein Altersheim oder in eine andere Wohnsituation helfen können (CHF 19.80, im Buchhandel erhältlich).

Auch zwei Broschüren von Pro Senectute beschäftigen sich mit dem Umzug in ein Heim. **«Ich ziehe um ins Altersheim»** ist ein 28-seitiger Leitfaden für Betroffene und ihre Angehörigen. Beschrieben werden eigene Ängste oder die Situation der Angehörigen, aufgezeigt werden Entscheidungsgrundlagen und Finanzierungsmöglichkeiten (CHF 12.30). Als Ergänzung zu diesem Basiswerk versteht sich das 32-seitige Heft **«Ein Heim für Ihre Lieben?»**. Es richtet sich im Besonderen an die Familien und die Bezugspersonen von betagten Menschen, die nicht mehr im vollen Besitz ihrer geistigen Fähigkeiten sind (CHF 12.30).

Bestelltalon für Pro-Senectute-Broschüren siehe Seite 60.

INSERAT

## Der Sämman - Vincent van Gogh

Dienstag bis Samstag 14–17 Uhr  
Sonntag 11–15 Uhr

14. Juni 2002 bis 30. März 2003

Villa Flora Winterthur  
Tösstalstrasse 44, Winterthur  
Telefon 052 212 99 66  
www.villaflora.ch

