

## Selbständiges Wohnen als Basis für ein glückliches Alter

Neben der Gesundheit gehört das Wohnumfeld zu den Kernthemen bei älteren Menschen. Die Wohnung stellt für sie den räumlichen Lebensmittelpunkt dar und vermittelt Schutz und Geborgenheit, weil sie im vertrauten Umfeld und in ihrem gewohnten Lebensrhythmus weiterleben können. Dazu kommt, dass das Wohnen in den eigenen vier Wänden auch deutlich kostengünstiger ist als in einem Alters oder Pflegezentrum.

Wohnungsgrösse ist ein wichtiger Aspekt

Die Erfahrungen zeigen, dass die optimale Grösse der Wohnungen bei 2,5 bis 3,5 Zimmern liegt. Grössere Wohngemeinschaften werden von älteren Menschen weniger geschätzt. Zudem müssen die angebotenen Dienstleistungen finanziell tragbar sein. Wer sich mit dem Wohnen im Alter beschäftigt, muss folgende Tatsachen und Erfahrungen aus der Praxis berücksichtigen:

- Die Zahl der Einpersonenhaushalte (vor allem Frauen) nimmt zu, weshalb auch kleinere und finanziell tragbare Wohnungen vorhanden sein müssen.
- Ältere Menschen wohnen immer seltener bei ihren Kindern beziehungsweise in einem Mehrgenerationenhaushalt.
- Viele ältere Menschen bezeichnen ihre „zu grosse Wohnung“ als problematisch und nicht die „zu enge Wohnverhältnisse“.
- Die Mehrheit der über 65-Jährigen kann sich einen Umzug in eine kleinere Wohnung oder in eine Alterswohnung vorstellen. Dagegen ist ein Heimeintritt nur ein Thema, „wenn es sein muss“.



Die Grundpfeiler für selbständiges Wohnen

Untersuchungen zeigen, dass über 80 Prozent der über 80-jährigen Menschen weiterhin in ihren eigenen vier Wänden leben können, wenn ihnen bei Bedarf gewisse Hilfestellungen zur Verfügung stehen. Glückliches Wohnen im Alter ist abhängig von diesen übergeordneten Faktoren:

- Objekt / Wohnung, u.a. hindernisfreie Bauweise
- Standort / Lage

- Hilfeleistungen, bspw. Bereitstellung der Sicherheit (24h-Notfallservice)
- Soziale Integration
- Musse / Ruhe
- Selbstständigkeit
- Wohnsicherheit
- Wohnkosten



Herzliche Grüsse  
Charles Hirschi

Textquelle: Wohnen Schweiz