

## SELBSTBESTIMMT WOHNEN IM ALTER – ABER WIE?

CURAVIVA PUBLIC TALK / 2. DEZEMBER 2018 /  
MESSE ZUKUNFT ALTER, LUZERN



Bildlegende (v.l.n.r.):  
Dr. Markus Leser, Roger Wicki,  
Kurt Aeschbacher (Moderation),  
Dr. Andrea Grünenfelder und  
Felix Bohn.

## Die Bedürfnisse sind so vielfältig wie die Möglichkeiten

**Individuelle Bedürfnisse, rechtzeitige Vorsorge, bauliche Anpassungen und eine offene Heimkultur: Auf die Frage, wie man im Alter auch beim Wohnen möglichst selbstbestimmt bleibt, gibt es viele Antworten. Zu hören waren sie am CURAVIVA Public Talk, der im Rahmen der Messe Zukunft Alter in Luzern stattfand.**

Die dreitägige Messe Zukunft Alter in Luzern ist ein Publikumsanlass, an dem man sich in Altersfragen beraten lassen und austauschen kann. Neben einer Ausstellung fanden vom 30. November bis 2. Dezember in der Messe Luzern verschiedene Podiumsdiskussionen statt, darunter ein CURAVIVA Public Talk. Die Veranstaltung, die rund 200 Messebesucherinnen und -besucher anlockte, widmete sich aus unterschiedlichen Perspektiven von Expertinnen und Experten dem selbstbestimmten Wohnen im Alter. Das Thema passte bestens zum Motto der Messe, in deren Prospekt stand: «Im Mittelpunkt steht nicht das defizit-orientierte Alter, sondern das selbstbestimmte, aktive lange Leben.»

Moderator Kurt Aeschbacher machte das Publikum eingangs darauf aufmerksam, dass es noch keiner vorherigen Generation so lang so gut gegangen sei. Und auch wenn in diesen «geschenkten Jahren» unweigerlich die ersten Gebrechen kämen, bedeute dies noch lange nicht, die Entscheidung über die passende Wohnform aus der Hand zu geben. Für die Pflegeinstitutionen ist das eine besondere Herausforderung.

Dr. Markus Leser leitet den Fachbereich Menschen im Alter von CURAVIVA Schweiz. «Wenn ich dereinst in eine Institution eintreten sollte, dann müssten dort mindestens Uriah Heep und Status Quo laufen», sagte der 59-jährige Gerontologe. Seine Generation, die zwischen 1945 und 1965 geborenen Babyboomer, zeichnen sich durch eine hohe Individualität aus, die es bei der Planung von Wohnformen für das Alter zu berücksichtigen gelte. Was Selbstbestimmung heisse, müsse jede und jeder für sich herausfinden. Sie könne im Heimumfeld etwas Kleinem wie der Wahl des Desserts oder etwas Grundlegenderem wie dem gewünschten Sterbeort gelten, wobei solche Bedürfnisse mehr und mehr berücksichtigt würden.

Was das Wohnen betreffe, seien die Möglichkeiten vielfältig, so Leser. Im eigenen Zuhause zu bleiben, sei vielmehr eine Frage des Könnens als des Wollens und hänge neben baulichen Gegebenheiten vom persönlichen Beziehungsnetz ab. Beim betreuten Wohnen gelte es, den Umfang und die Qualität der versprochenen Services abzuklären, damit daraus kein «bereutes» Wohnen werde. Ein zeitgemässes Pflegeheim schliesslich müsse eine Kultur des Umsorgens leben. «Früher wurde man ähnlich wie in einem Spital versorgt, noch früher fast wie in einem Gefängnis verwahrt», erinnerte Leser an Zeiten, die zum Glück vergangen seien.

Mit den baulichen Gegebenheiten kennt sich Architekt Felix Bohn aus. Einerseits könne eine Wohnung mit wenigen Handgriffen gewissen Bedürfnissen des Alters angepasst werden. Zum Beispiel habe er im Baumarkt für ein paar Franken Stützen erworben, um das Bett seiner Mutter zu erhöhen, damit sie nach einem Sturz wieder selbständig ein- und aussteigen konnte. Andererseits bemängelt der Fachberater die Art, wie heute gebaut wird: «Oft ist nicht der Bewohner, sondern die Wohnung behindert.» Ein Beispiel seien die trendigen Kücheninseln. Wenn man den heissen Spaghettitopf vom Herd zum Spülbecken hinüberhieven müsse, sei dies bereits mit einer verstauchten Hand ein Problem. Dabei seien doch auch junge Leute froh um einen Handlauf bei der Treppe oder Türen ohne Schwellen, um mit dem Kinderwagen durchzukommen, gab Bohn zu bedenken. Kurz: Praktische, hindernisfreie Wohnungen seien eigentlich gar keine Frage des Alters der Bewohnerinnen und Bewohner. Doch leider seien die geltenden Baugesetze diesbezüglich viel zu lasch.

Auch Dr. Andrea Grünenfelder ist in Sachen Wohnen im Alter beratend tätig. Sie ist Fachverantwortliche beim Institut Neumünster und entwickelt für Pflegeinstitutionen, Planer und Gemeinden innovative Konzepte. Innovativ sei, die Leute zu fragen, was sie wollten, beantwortete Grünenfelder eine Frage von Kurt Aeschbacher, «die eigentlichen Experten sind die Bewohnenden». Und von diesen nehme sie vermehrt wahr, dass sie im Zentrum wohnen möchten, in der Nähe von Familien und Kindern. Für alleinstehende Seniorinnen und Senioren brauche es zudem eine quartiernahe Versorgung, eine Anlaufstelle für Alltagsfragen. Die ambulante Pflege zu Hause als Form der Selbstbestimmung schliesslich dürfe keine Kostenfrage sein, so Grünenfelder. Sprich: Stationäre Pflege dürfe, nur weil sie billiger sei, niemandem aufgezwungen werden.

Die Psychologin hat in Workshops festgestellt, dass wohl aufgrund des in der Schweiz spät eingeführten Frauenstimmrechts Seniorinnen zum Teil Mühe hätten zu artikulieren, was sie für sich selbst möchten. Männer hätten dafür nach der Pensionierung eher ein Problem damit, ihr soziales Umfeld aufrecht zu erhalten, sagte Roger Wicki, Präsident von CURAVIVA Luzern und Co-Geschäftsleiter des Seeblicks Sursee. Das Beziehungsnetz sei eminent wichtig, wenn es darum gehe, das Heim wieder in Richtung Zuhause zu verlassen, was im Seeblick wegen seiner Spezialisierung auf Rekonvaleszenz relativ oft vorkomme. «Einige möchten sogar bei uns bleiben, und wir müssen fast etwas Druck machen», berichtete Wicki. Trotzdem tut die Institution alles Mögliche, um die Bewohnerinnen und Bewohner zufriedenzustellen. Weder müsse man sein Zimmer fürs Frühstück verlassen, noch gemeinsam Ländlermusik hören, und mit einem Badge können Bewohnende und Angehörige im Seeblick rund um die Uhr ein- und ausgehen. «Die Kundenbedürfnisse sind in den vergangenen Jahren viel wichtiger geworden», so Wicki.

Markus Leser sieht die Heimlandschaft in 20 Jahren als Feld spezialisierter Pflegeangebote, beispielsweise für Demenzpatienten, Suchtkranke, Palliative Care, Menschen mit Migrationshintergrund. Für seine eigene Wohnsituation im Alter hat Leser, typisch Babyboomer, einen ganz persönlichen Traum: eine Hausgemeinschaft mit separater Wohnung und gemeinsam genutzter Infrastruktur wie Fitnessraum und Bibliothek.

---

Eine Aufzeichnung des CURAVIVA Public Talks an der Messe Zukunft Alter ist auf der [Facebook-Seite von CURAVIVA Schweiz](#) zu sehen. Video-Ausschnitte mit den Talk-Gästen gibt es auf dem [Youtube-Kanal von CURAVIVA Schweiz](#).

Mehr Informationen zu den CURAVIVA Public Talks:

Eva Strebel, Leiterin Geschäftsbereich Kommunikation von CURAVIVA Schweiz  
[e.strebel@curaviva.ch](mailto:e.strebel@curaviva.ch) / 031 385 33 32