

Psinfo



2/2019

Wohnen im Alter
Was altersgerechtes
Wohnen bedeutet

Eigenheim
Möglichkeiten für eine
geregelte Übergabe

Barrierefreiheit
Sicherheit im eigenen
Zuhause gewährleisten



Alain Huber, Mitglied der
Geschäftsleitung, Fachthemen,
Pro Senectute Schweiz

Altersfreundliches Wohnen ermöglichen

Der Wunsch nach Autonomie bleibt auch im hohen Alter bestehen. Praktisch alle Seniorinnen und Senioren möchten möglichst lange zu Hause wohnen. Während die Finanzierung der Wohnkosten in jedem Alter eine zentrale Rolle spielt, stehen mit zunehmenden Jahren Grösse und Innenausstattung der Wohnung im Fokus. Aber auch der Standort des Wohngebäudes nimmt eine wichtigere Rolle ein.

Die Voraussetzungen für altersgerechtes Wohnen sind vielfältig: Ein entscheidender Aspekt ist die hindernisfreie Gestaltung des Wohnraums und des Wohnumfelds. Die gut erschlossene Lage zu Einkaufsmöglichkeiten und Dienstleistungen gewinnen im Alter an Bedeutung, ebenso die Nähe zu öffentlichen Verkehrsmitteln, zur Familie und zu Freunden. Externe Dienstleistungen wie der Mahlzeitendienst oder die Haushaltshilfe von Pro Senectute ermöglichen, noch länger in den eigenen vier Wänden zu leben. Das gleichzeitig wachsende Angebot an unterschiedlichen Wohnformen muss den individuellen Bedürfnissen gerecht werden. Hierzu sind Bund, Kantone und Gemeinden aufgefordert, altersgerechten Wohnraum zu fördern.

«Wohnen im Alter» nimmt in Zukunft eine noch viel wichtigere Stellung in unserer Gesellschaft ein. Wie leben ältere Menschen in der Schweiz? Was zeichnet eine altersfreundliche Wohnung aus? Welche Dienstleistungen müssen der älteren Bevölkerung zur Verfügung stehen? Welche Aspekte müssen beim Wohnraum berücksichtigt werden? Auf den folgenden Seiten erläutern wir diese Fragen. Ganz im Sinne unserer Stiftungsvision aus dem Jahr 1917, die Selbständigkeit und Lebensqualität der älteren Menschen zu stärken.

Altersgerecht und eigenständig wohnen

Mit der Pensionierung gewinnen die Wohnung oder das Haus und die unmittelbare Umgebung an Bedeutung. Die Wohnsituation trägt im Alter noch mehr als in jüngeren Jahren zu Lebensqualität, Wohlergehen und Zufriedenheit bei. Wer sich frühzeitig mit der aktuellen und zukünftigen Wohnsituation auseinandersetzt, blickt gelassener der Zukunft entgegen.

Sonja Kundert Wälchli, Gemeinwesenarbeit & Services, Pro Senectute Schweiz

Rahel Schmid, Fachspezialistin Unternehmenskommunikation, Pro Senectute Schweiz

Der Wunsch, möglichst lange im bisherigen Zuhause zu wohnen, ist bei älteren Menschen weit verbreitet. In der Schweiz leben 95% aller Seniorinnen und Senioren ab 65 Jahren zuhause (BfS, Die Wohnverhältnisse der älteren Menschen in der Schweiz, 2016). Altersgerecht wohnen schliesst viele Faktoren ein: die Grösse und Lage der Wohnung oder des Hauses, keine Hindernisse sowie der Bedarf an externen Dienstleistungen – aber auch die Finanzierung des Wohnraums oder die Nähe zu Familie und Freunden. Die Veränderung der Wohnsituation ist mit Emotionen und die Suche nach einem neuen Zuhause mit Aufwand verbunden.

Grösse und Lage

Mit zunehmendem Alter kann das Einfamilienhaus oder die Familienwohnung zu gross und der Haushalt sowie die Gartenpflege nicht mehr bewältigt werden. Oder die eigene Mobilität nimmt ab und Einkaufsläden, Apotheken, Restaurants und der öffentliche Verkehr sind nur mit Mühe erreichbar. Im Alter ist die Nähe zur Familie, zu Freunden und Bekannten umso wichtiger. Ein gegenseitiger Austausch gibt Sicherheit, schützt vor Einsamkeit und erhöht die Lebensqualität. Sich rechtzeitig Gedanken über die optimale Grösse und Lage zu machen, lohnt sich.

Hindernisfrei wohnen

Die Sicherheit im eigenen Zuhause ist ein wichtiges Kriterium für altersgerechtes Wohnen. Rutschfeste Bodenbeläge, keine Schwellen und Stufen, Treppenlifte und Handläufe, breite Türen und eine optimale Beleuchtung innerhalb und ausserhalb des Wohnraums sind nur einige wenige Beispiele, damit die Voraussetzungen für hindernisfreies Wohnen erfüllt sind. Hindernisfrei wohnen bedeutet auch, Kompromisse einzugehen: So ist es nicht immer einfach, sich von einem Erinnerungsstück wie einem Teppich zu trennen. Doch wäre das Risiko zu gross, darüber zu stolpern. Ob bauliche Massnahmen im eigenen Zuhause oder ein Umzug in Frage kommen, hängt von der individuellen Wohnsituation ab.

Dienstleistungen und Hilfsmittel im Alltag

Externe Dienstleistungen unterstützen einerseits ältere Menschen, andererseits entlasten sie betreuende Angehörige. Sie erleichtern das Leben und bewahren die Unabhängigkeit im eigenen Zuhause. Heutzutage ist das Angebot sehr vielfältig: Ob Mahlzeiten- oder Fahrdienst, Haushaltshilfe oder Unterstützung in der Pflege und Betreuung, Pro Senectute bietet wertvolle Hilfe für den Alltag an.

Technische Hilfsmittel wie Geh-, Anzieh- und Duschhilfen, Komfortsessel und Notrufsysteme leisten im Alltag zusätzliche Unterstützung, insbesondere bei körperlichen Einschränkungen. Sie decken die unterschiedlichen Bedürfnisse ab und gestalten den Alltag sicherer und komfortabler. Wichtig ist, dass die Hilfsmittel individuell nach körperlicher Einschränkung, Krankheit und persönlichen Umständen ausgewählt werden.

Neue Wohnformen

Für Personen, denen der soziale Austausch beim Wohnen wichtig ist, stehen alternative Wohnformen zur Verfügung wie z.B. Alterswohngemeinschaften oder Generationenwohnen. Neue Wohnformen bieten vor allem Bau- und Wohngenossenschaften an. Wenn ein Verbleib in der bisherigen Wohnung aus gesundheitlichen bzw. baulichen Gründen nicht mehr möglich ist, bieten sich Alterssiedlungen ohne Betreuung, betreutes Wohnen oder ein Alters- und Pflegeheim an. Jede Wohnform hat ihre Vor- und Nachteile. Entscheidend ist, dass die Wohnform zu den persönlichen Bedürfnissen passt.

Finanzierung

Die finanzielle Situation ist häufig der limitierende Faktor bei der Wohnungssuche: In der Regel ist der Verbleib in einer älteren, nicht hindernisfreien Wohnung oder im Wohneigentum günstiger als eine bedürfnisgerechte Wohnung. Die Pensionierung bringt in der Regel ein reduziertes Einkommen mit sich und ein Wohnungswechsel ist oft mit einer Mietzinserhöhung verbunden. Wohnbedürfnis und finanzielle Lage müssen aufeinander abgestimmt sein. Eine Budgetplanung hilft, Einnahmen und Ausgaben gegenüber zu stellen. Zusammen mit Fachpersonen können Finanzierungsmöglichkeiten besprochen und die beste Lösung erarbeitet werden.

Beratungsangebote nutzen

Laut einer aktuellen Studie von Joëlle Zimmerli, Raumplanerin und Soziologin, wissen viele ältere Personen kaum, wie sich der moderne Wohnungsmarkt entwickelt hat und heutzutage funktioniert. Gemäss Ergebnissen der Studie sind $\frac{1}{3}$ der über 65-jährigen bei der Wohnungssuche auf Unterstützung angewiesen. Pro Senectute steht Seniorinnen und Senioren mit einem umfassenden Beratungsangebot zur Seite, sei es bei der Entscheidungsfindung nach der passenden Wohnform, der Gestaltung einer hindernisfreien Wohnumgebung, Möglichkeiten finanzieller Unterstützung oder Beratung und Hilfe für einen Umzug. Das Ziel ist, eine optimale Wohn- und Lebenssituation zu schaffen, welche eine hohe Lebensqualität ermöglicht.



Ratgeber Wie möchte ich im Alter wohnen? Ihr Zuhause im Alter

Pro Senectute Schweiz hat in Zusammenarbeit mit der Fachstelle Alter und Familie Kanton Aargau und Raiffeisen Schweiz einen Ratgeber entwickelt. Der Ratgeber dient als Wegweiser, um für sich persönlich die optimale Wohnsituation zu finden. Die Broschüre enthält sowohl vielfältige Informationen zum Thema wie auch Raster und Tabellen, die individuell eine Entscheidungshilfe bieten.

Ein Ratgeber kann nicht alle Fragen beantworten. Die regionalen Beratungsstellen von Pro Senectute beraten und unterstützen rund um das Thema Wohnen.

Ratgeber bestellen:

044 283 89 89

info@prosenectute.ch

www.prosenectute.ch



Nachlassplanung

Jährlich werden in der Schweiz über 60 Milliarden Franken vererbt, vielfach in Form von Immobilien. Bei der Nachlassplanung sind komplexe erb- und güterrechtliche Fragen zu klären, weshalb sich eine professionelle Beratung lohnt. Mit einer sorgfältigen Planung kann das Vermögen nach persönlichen Wünschen weiter gegeben werden.

Die Raiffeisenbanken beraten, begleiten bis zur rechtsgültigen Unterschrift und sorgen dafür, dass der letzte Wille nach dem Ableben auch verwirklicht wird. Hilfreiche Tipps und Informationen zum Vererben von Immobilien sind auf RaiffeisenCasa.ch unter dem Punkt «Rechtsberatung» zu finden.

www.raiffeisen.ch
www.raiffeisencasa.ch

Eigenheim – Vererbung, Schenkung oder Verkauf?

Die meisten Immobilienbesitzer stehen irgendwann vor der schwierigen Entscheidung, ihr Eigenheim in andere Hände geben zu müssen. Die Frage lautet dann: Vererben, verschenken, verkaufen oder vermieten? Ob familieninterne Lösung oder Veräusserung der Liegenschaft – beides erfordert eine sorgfältige Planung.

Raiffeisen Schweiz

Mehr als die Hälfte der über 65-jährigen Schweizer Seniorinnen und Senioren lebt im selbstbewohntem Eigentum. Nur vier Prozent verbringen den Lebensabend in einem Heim oder einer alternativen Wohnform. Und auch mit 85 Jahren lebt noch gut ein Viertel im angestammten Einfamilienhaus oder in einer Eigentumswohnung. Diese Zahlen erstaunen nicht, denn laut einer Umfrage des Meinungsforschungsinstituts GfK wollen über 70 Prozent bis ins hohe Alter in den eigenen vier Wänden leben. Schweizerinnen und Schweizer möchten, nachdem die Kinder aus dem Haus sind, in ihren gewohnten und vertrauten Wohnverhältnissen bleiben – obwohl ihr Zuhause in der Regel zu gross ist für ihre Bedürfnisse und der jüngeren Generation dienlicher wäre.

Zufriedenstellende Übergabe bedingt Vorarbeit

Aber auch diese Eigenheimbesitzer bewohnen ihre Immobilie nicht ewig – freiwillig oder unfreiwillig. Im Alter können diverse Gründe einen Auszug aus der geliebten Immobilie notwendig machen: fehlender Anschluss zum öffentlichen Verkehr, die zu hohe zeitliche und körperliche Belastung wegen des Unterhalts, die Verschiebung des Lebensmittelpunkts, die fehlende Rollstuhltauglichkeit etc. Der Auszug muss dann unter Umständen sehr schnell gehen. Was passiert mit der Liegenschaft: Sind Nachkommen vorhanden? Sind sie erwachsen und können und wollen sie die Liegenschaft übernehmen? Ist eine gemischte oder vollständige Schenkung (Erbvorbezug) angebracht, macht eine Nutznießung oder ein Wohnrecht Sinn? Allenfalls bietet sich als Zwischenlösung eine Vermietung an.

Ob Schenkung, Verkauf oder Vererbung: Eine Standardlösung gibt es bei der Übertragung einer Liegenschaft nicht und niemand kann einem die Entscheidung abnehmen. Jede Variante kann unter bestimmten Umständen emotional, steuerlich wie finanziell die attraktivste, fairste und ausgewogenste sein. Damit ein solches «Geschäft» allerdings zur Zufriedenheit aller Beteiligten über die Bühne gehen kann und steuerlich die beste Lösung angestrebt wird, sollte man sich intensiv und rechtzeitig mit dem Thema auseinandersetzen. Am vorteilhaftesten macht man sich schon lange vor der Pensionierung die ersten Gedanken.

Drei Möglichkeiten für eine geregelte Übergabe

Eine Schenkung bedarf einiges an Vorbereitung. In der Praxis hat man es dabei grösstenteils mit Teilschenkungen zu tun. Das heisst, dass sich die «Schenkenden» ein Wohnrecht oder die Nutzniessung der Liegenschaft einräumen und sie aber zu einem besonders günstigen Preis verkaufen. Dabei ist zu beachten, dass danach die Mittel zur Finanzierung des eigenen Lebensabends noch ausreichen sollten. Ausserdem ist zu berücksichtigen, dass sich Schenkungen bei einem späteren Anspruch auf Ergänzungsleistungen nachteilig auswirken können. Sofern keine Nachkommen vorhanden sind, kann zum Beispiel die Schenkung einer Liegenschaft an eine Stiftung dazu beitragen, günstigen Wohnraum für Bedürftige zu schaffen.

Wer sein Wohneigentum vererben will, sollte sich frühzeitig Gedanken darüber machen, wem er die Liegenschaft vermachen möchte. Ohne Testament oder Erbvertrag geht die Liegenschaft entlang der gesetzlichen Erbfolge an die Nachkommen respektive Verwandten. Mit dem Abschluss eines Testaments oder Erbvertrags kann der Erblasser eine Person oder einen Personenkreis zusätzlich begünstigen. Besonders hilfreich kann das für ältere Personen sein, die ohne Nachkommen sind.

Generell gilt: Wer sein Erbe klar und frühzeitig regelt, beugt allfälligen Erbstreitigkeiten vor. Denn Immobilien vererben ist komplexer als andere Erbfälle.

Bei allen Plänen, die den Auszug aus der selbstbewohnten Liegenschaft zur Folge haben, darf eines nicht vergessen werden: Der Verkauf des Wohneigentums kann oder muss je nach Lebenssituation einen wichtigen Beitrag zur Altersvorsorge leisten. Grundsätzlich ist eine Immobilie eine gute Anlage. Zur Altersvorsorge taugt sie jedoch nur, wenn daneben noch weitere Vermögenswerte zur Verfügung stehen.

Verkauf mit oder ohne Makler?

Ist eine familieninterne Übergabe der Liegenschaft kein Thema, bleibt der Verkauf. Auch hier braucht es eine Strategie: Ist ein maximaler Verkaufserlös das höchste Ziel? Dann ist ein Bieterverfahren angezeigt. Oder möchte man sein geliebtes Eigenheim dem «richtigen Nachfolger» in die Hände geben? Man sollte sich zudem Gedanken machen über die Unterstützung durch einen professionellen Makler, auch wenn diese Dienstleistung ihren Preis hat. Es gibt gute Argumente für oder gegen professionelle Hilfe. Fakt ist, dass mehr als ein Drittel der Häuser privat verkauft werden.

Tatsache ist aber auch, dass Makler dank ihrer Erfahrung und ihrem Know-how einen höheren Verkaufspreis erzielen. Objekte von Maklern werden im Schnitt um 6,5 Prozent teurer verkauft, wie die Studie «Immobilien Schweiz» vom Raiffeisen Economic Research festhält. Der höhere Verkaufspreis hat aber eine im Schnitt 20 Prozent längere Insertionsdauer zur Folge. Den über 14 000 Immobilienmaklern in der Schweiz wird also fälschlicherweise unterstellt, dass sie möglichst schnell einen Abschluss mit dem erstbesten Interessenten suchen. Der Beizug eines Maklers hängt letztlich damit zusammen, wie stark der Verkäufer Verkaufspreis und Insertionsdauer gewichtet.

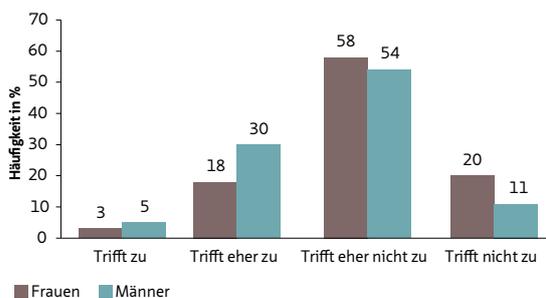
Der Verkaufsprozess



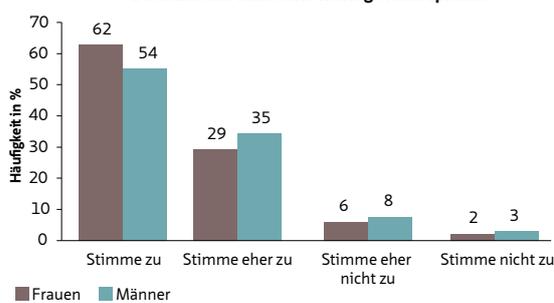
Umfrage: Gute Betreuung im Alter – braucht es ein Anrecht für alle?

Eine nicht repräsentative Umfrage durch die Paul Schiller Stiftung zum Thema «Gute Betreuung im Alter» verdeutlicht, dass eine grosse Mehrheit der Umfrageteilnehmer ein Anrecht auf Betreuung im Alter für alle unterstützt. Laut Ergebnissen sind die Teilnehmenden der Ansicht, dass die Betreuung durch die Familie auch weiterhin gewährleistet ist. Im Hinblick auf die zukünftige eigene Betreuung gehen jedoch viele davon aus, dass sie vermehrt auf Angebote Dritter angewiesen sein werden. Somit werden Staat und Privatwirtschaft eine immer wichtigere Rolle einnehmen.

Den Hauptanteil meiner Betreuung werden Familienangehörige (sowie Nachbarn und Freunde) übernehmen.



Die Betreuung älterer Menschen soll zum Service Public werden. Der Staat soll dabei eine wichtige Rolle spielen.



An der Umfrage nahmen knapp 600 Personen teil. Die Erhebung gibt Meinungen und Stimmungsbilder von Menschen wieder, die mit dem Thema aus persönlichen oder beruflichen Gründen vertraut sind. Rund 70% der Teilnehmenden sind über 50 Jahre alt, zwei Drittel der Antworten stammen von Frauen.

Betreutes Wohnen zu Hause fördern

Mit entsprechenden Betreuungsangeboten können hochbetagte Menschen trotz Fragilität in ihrem angestammten Zuhause wohnen bleiben. Während Pflegeleistungen von den Krankenkassen finanziert werden, sind bei der Finanzierung von Betreuungsangeboten zurzeit viele Fragen ungeklärt. Im Hinblick auf die wachsende Bedeutung von «Betreutem Wohnen» braucht es klare Regelungen, die bedarfsgerechte Angebote und deren Finanzierung schweizweit sicherstellen.

Sonja Kundert Wälchli, Gemeinwesenarbeit & Services, Pro Senectute Schweiz
 Sonya Kuchen, Leiterin Fachstellen, Pro Senectute Schweiz

Neben der ambulanten Pflege und Unterstützung zu Hause und der stationären Pflege und Betreuung im Heim wird das «Betreute Wohnen» als dritte, integrierte Wohnform für Menschen im Alter oder mit Behinderung immer bedeutender. Der Begriff «Betreutes Wohnen» ist aber bis anhin ungenügend definiert. Die Studie «Betreutes Wohnen in der Schweiz – Grundlagen eines Modells» versucht sich dem Begriff des betreuten Wohnens anzunähern. Die Nursing Science & Care GmbH hat im Auftrag von Curaviva Schweiz, Senesuisse, Pro Senectute und Spitex Schweiz ein vierstufiges Modell entwickelt. Das Modell zeigt auf, welche Angebote vorwiegend zum betreuten Wohnen dazugehören. Die Stufen reichen von A – einem klar stationären betreuten Wohnen mit intensiver Pflege und Betreuung – bis Stufe D, die vergleichsweise wenig Unterstützungsbedarf im gewohnten Zuhause beinhaltet.¹

Betreutes Wohnen zu Hause

Ältere, zunehmend fragil werdende Menschen sind häufig auf praktische Unterstützungsleistungen angewiesen. So zum Beispiel im Haushalt, bei administrativen Aufgaben oder beim Einkaufen und Kochen. Mindestens so wichtig sind psychosoziale Dienstleistungen, um Einsamkeit, Depression oder gar Verwahrlosung vorzubeugen. Pro Senectute arbeitet mit Freiwilligen zusammen, die ältere Menschen besuchen und sie bei kleinen Besorgungen oder Arztbesuchen begleiten. Diese Unterstützungsleistungen ermöglichen älteren Menschen, dass sie länger zuhause verbleiben können. Die Leistungen entsprechen einem betreuten Wohnen zu Hause.

Durch den regelmässigen Kontakt können die freiwillig aktiven Helferinnen und Helfer zudem feststellen, wenn sich der gesundheitliche Zustand einer Person verschlechtert und eine zusätzliche Unterstützung nötig wird.

Quelle: <http://gutaltem.ch/umfrage/>

¹ www.curaviva.ch, www.prosenectute.ch/medien

Anspruch auf finanzielle Unterstützung für die Betreuung

Bei der Entwicklung eines Finanzierungsmodells für die Betreuung ist zu berücksichtigen, dass heute im ambulanten Bereich vorwiegend Pflegeleistungen finanziert werden. Braucht jemand keine oder nur selten eine durch den Arzt verordnete Spitexleistung, besteht kein finanzieller Anspruch auf häusliche Unterstützungsangebote. Betreuung im beschriebenen Sinn ist zurzeit hauptsächlich Personen vorbehalten, die von Angehörigen unterstützt werden oder über genügend finanzielle Mittel verfügen.

Konkret bedeutet das: Personen mit Ergänzungsleistungen (EL), die maximal 1 bis 1.5 Stunden Spitexunterstützung pro Tag haben, können sich keine weitere hauswirtschaftliche oder administrative Unterstützung leisten. Die Aufrechterhaltung der guten Lebensqualität im eigenen Zuhause wird damit erschwert. Das führt dazu, dass sie früher als gesundheitlich notwendig in ein Pflegeheim wechseln müssen.

Sozio-ökonomisch schlechter gestellte ältere Menschen sind auf Unterstützungsleistungen im Servicebereich von Pro Senectute angewiesen, die von Freiwilligen gratis oder sehr günstig erbracht werden. Es ist jedoch immer schwieriger, Freiwillige für wiederkehrende und längerfristige Engagements zu finden. Sie benötigen zudem eine professionelle Ansprechperson, die sie bei Fragen oder in schwierigen Situationen unterstützt. Freiwillige sind zu motivieren, ihre Leistungen klar zu würdigen und die Einsätze zu koordinieren. Diese Leistungen werden heute zu wenig abgegolten.

Pro Senectute vertritt die Ansicht, dass auch fragilen, älteren Menschen mit Anspruch auf Ergänzungsleistungen finanzielle Unterstützung für Betreuungsleistungen zusteht.

Zuhause wohnen entlastet den öffentlichen Haushalt

Kann eine ältere Person so lange wie möglich zu Hause leben oder wohnen, bleibt die Selbständigkeit, Selbstverantwortung und der Gesundheitszustand länger erhalten. Bei leichter Demenz oder Sehbehinderung findet man sich in der gewohnten Wohnung auch besser zurecht. Ausserdem verfügt die Person über ein bestehendes Netzwerk von Nachbarn und Bekannten, die Unterstützung und Sicherheit bieten.

Gemäss der neusten Statistik zu den Ergänzungsleistungen des Bundesamtes für Sozialversicherungen (Juni 2019) entstehen gut 40 Prozent der EL-Ausgaben durch heimbedingte Mehrausgaben. Diese Mehrkosten beinhalten vor allem Hotellerie- und Betreuungskosten. Die Pflegekosten werden über die Krankenkassen abgegolten. Die restlichen Kosten gehen zulasten der Heimbewohnenden. Bei EL-beziehenden älteren Menschen kommen für diese Kosten die Haushalte der Gemeinden beziehungsweise der Kantone auf. Im Jahr 2018 wurden zuhause wohnenden älteren Menschen mit EL durchschnittlich CHF 1100.– monatlich ausbezahlt, im Heim sind es CHF 3300.–. Ein Finanzierungsmodell von Betreuungsleistungen zuhause könnte den öffentlichen Haushalt finanziell entlasten.

Fragil bedeutet nicht krank

Ältere fragile Menschen sind in der Lage, das tägliche Leben selbständig zu bewältigen. Sie brauchen aber hin und wieder Unterstützung. Fragilität bedeutet nicht Krankheit, sondern das Vorhandensein gewisser körperlicher Beschwerden. Gemäss der Studie «Erst agil, dann fragil» (Pro Senectute, 2015) gehören Einschränkungen bezüglich der Mobilität, der sensorischen und kognitiven Kapazitäten sowie ein tiefes energetisches Potenzial dazu.

Die Mehrheit der älteren Menschen in der Schweiz wohnt heute zuhause. Im 2018 lebten 84% der über 80-jährigen Menschen in Privathaushalten (BAG, 2018). Im Durchschnitt erfolgt der Heimeintritt in der Schweiz im Alter von 82 Jahren (BfS, 2017).

Um ältere Menschen angemessen nach ihrer Fragilität zu betreuen, sind zusätzliche finanzielle Mittel für die Alltagsunterstützung nötig. Wenn «Betreutes Wohnen» nur in dafür speziell gebauten Wohnungen angedacht wird, missachtet man die Realität des heutigen Alterns.

Die BFU sorgt für sicheres Wohnen im Alter

Jährlich stürzen 80 000 Menschen über 65 Jahre und erleiden schwere Unfälle, teils mit tödlichen Folgen. Nicht selten passieren die Unfälle zu Hause. Mit einer sicheren Wohnumgebung können viele Stürze vermieden werden. Die BFU verfügt über die notwendige Expertise, um Privat- und Fachpersonen zu altersgerechtem und sicherem Wohnen zu beraten.

Rahel Schmid, Fachspezialistin Unternehmenskommunikation, Pro Senectute Schweiz

Die Beratungsstelle für Unfallverhütung BFU hat den gesetzlichen Auftrag, Unfälle im Nichtberufsbereich zu verhindern und deren Folgen zu mindern. «Wir von der BFU sind beratend tätig und geben Empfehlungen ab», erklärt Beatrix Jeannotat, zuständig für den Bereich Sicherheit in Gebäuden mit Schwerpunkt Wohnen im Alter. «Unsere Beratungen für Organisationen und Privatpersonen erfolgen durch BFU-Sicherheitsdelegierte in den Gemeinden oder BFU-Chef-Sicherheitsdelegierte in den Regionen. Fragen zum Wohnen im Alter beantworten ich», erklärt Beatrix Jeannotat. Die BFU-Beraterin ist Architektin. Sie wird unter anderem bei Neu- und Umbauten für das Alter einbezogen, damit Architekten, Planer oder Baubehörden sicherheitsrelevante Massnahmen bereits im Projekt vorsehen.

«Die Anforderungen an altersgerechtes Wohnen sind hoch», berichtet die BFU-Beraterin und ergänzt: «Zu berücksichtigen sind einerseits die Gestaltung der Raumorganisation, die baulichen Details und die Möblierung. Andererseits darf auch die Farb-, Kontrast- und Lichtgestaltung nicht vernachlässigt werden». Besondere Aufmerksamkeit sind auf einen rutschhemmenden Bodenbelag und Treppen (beidseitiger Handlauf und Markierungen der Treppenvorderkante) zu legen. Ebenso wichtig sind bodenebene Übergänge von draussen nach drinnen und zwischen den Räumen. Für einen sicheren Stand in der Dusche oder Badewanne braucht es Haltegriffe im Badezimmer. Auch die Beleuchtung im Innen- und Aussenbereich hat für die Sturzprävention eine grosse Bedeutung und erhöht das Sicherheitsgefühl.

Um die Sicherheit der Wohnung oder des Hauses hinsichtlich Sturzgefahr eigenständig zu überprüfen, stellt die BFU Angehörigen Checklisten zur Verfügung. Auch Mitarbeitende von Dienstleistungsorganisationen wie Pro Senectute und Spitex oder Physio- und Ergotherapeutinnen arbeiten mit diesen und überprüfen damit bei älteren Menschen deren Wohnraum. «Eine sichere Wohnumgebung leistet einen wertvollen Beitrag zur Sturzprävention», sagt Beatrix Jeannotat mit Überzeugung.



Beatrix Jeannotat, Dipl. Ing. Arch., arbeitet seit 2012 als Beraterin Haus und Produkte mit Schwerpunkt Wohnen im Alter bei der BFU. Sie ist Mitglied mehrerer Arbeitsgruppen mit gerontologischem Schwerpunkt. Beatrix Jeannotat absolvierte einen CAS in bewegungsbasierter Altersarbeit am Institut Alter (INA) an der BFH Bern. Davor war sie in Basel und Freiburg als freischaffende Architektin und beim Bau- und Raumplanungsamt im Kanton Fribourg tätig.

«Zu einer sicheren Wohnumgebung gehören das Training von Gleichgewicht und Kraft, gute Schuhe und Gehhilfen sowie das richtige Ernährungs- und Trinkverhalten. Nur so kann Sturzprävention erfolgreich umgesetzt werden.»

Kontakte und Anlaufstellen für Fachpersonen:

www.bfu.ch/de/fuer-fachpersonen/sturzpraevention

Ratgeber und Checklisten zur Unfallverhütung im und ums Haus:

www.bfu.ch

Jetzt bestellen: Wohnratgeber

Raiffeisen hat in Zusammenarbeit mit Pro Senectute den Ratgeber «Die eigenen vier Wände – Ein Ratgeber für Ihr Zuhause im Alter» herausgegeben. Der Ratgeber gibt einen Überblick zu allen Themen, denen ältere Menschen nach der Pensionierung und im Alter begegnen. Zudem enthält er einen praktischen Wohn-Check für das Eigenheim. Die Broschüre ist bei der Raiffeisenbank erhältlich oder kann online bestellt werden:

www.raiffeisencasa.ch/wohnen55plus



RaiffeisenCasa.ch

Alles rund um Wohneigentum

Im neuen Immobilien- und Wohnportal von Raiffeisen finden Sie umfassende, nützliche Informationen rund um Wohneigentum, Verkaufen, Kaufen und Modernisieren. Zudem stehen Ihnen verschiedene Checklisten und Online-Tools zur Verfügung.

Alle Online-Informationen geben Ihnen einen fundierten Überblick. Sie ersetzen jedoch nicht das persönliche Beratungsgespräch. Nehmen Sie deshalb frühzeitig mit Ihrer Raiffeisenbank Kontakt auf. Es lohnt sich.

Wohneigentum für das Alter gestalten

Um sich und der Familie ein schönes Eigenheim leisten zu können, haben viele Leute lange gespart. Doch irgendwann wird das Haus zu gross. Und nicht immer eignet es sich als «Alterswohnsitz». Es ist lohnenswert, sich frühzeitig mit der zukünftigen Wohnsituation auseinanderzusetzen. Modernisieren, umbauen oder verkaufen und umziehen? Mieten oder kaufen? Wenn kaufen, wie finanzieren? Bei solchen Fragen bietet Raiffeisen als kompetente Ansprechpartnerin umfassende Beratung zum Thema Wohnen im Alter.

Der Wunsch nach Unabhängigkeit ist auch bei älteren Menschen nach wie vor gross. Dem Leben in den eigenen vier Wänden kommt dabei eine immer grössere Bedeutung zu. In der Schweiz wohnt etwa die Hälfte der 60- bis 65-jährigen Menschen in einem Einfamilienhaus oder in einer Eigentumswohnung. Irgendwann kann das Eigenheim jedoch zur Belastung werden, wenn beispielsweise das Treppensteigen und die Gartenarbeit beschwerlicher werden oder der Gang zum Einkaufsladen oder Arzt mühsamer wird. Die Suche nach Alternativen gestaltet sich aber schwierig: Nach wie vor gibt es trotz vieler Neubauten wenig altersgerechte Angebote. Hinzu kommt, dass die Hypothekenzinsen tief sind und die Kosten für eine zentraler gelegene Wohnung oft höher ausfallen.

Ob sich das Eigenheim auch für das hohe Alter eignet, darüber machen sich die wenigsten Eigenheim-Besitzer frühzeitig Gedanken. Doch spätestens bei der Pensionierung tauchen Fragen rund ums Wohnen im Ruhestand auf: Kann ich mir das Eigenheim noch leisten? Welche Ansprüche muss mein Eigenheim im hohen Alter hinsichtlich Ausstattung erfüllen? Mit welchen Investitionen muss ich für einen Umbau oder eine Modernisierung rechnen? Stimmen der Standort und die Grösse nach wie vor? Ziehe ich einen Verkauf des grossen Hauses und gleichzeitiger Kauf einer Eigentumswohnung in Betracht? Will ich mein Haus an meine Nachkommen übertragen?

Viele Fragen, die irgendwann auftauchen und zu klären sind. Sie bergen finanzielle Herausforderungen und zahlreiche juristische Tücken. Raiffeisen kann hier als Bank mit einem umfassenden Dienstleistungsangebot rund um das Wohnen mit viel Expertise beraten und unterstützen. Damit ermöglicht Raiffeisen älteren Menschen, ihr eigenes Zuhause mit viel Lebensqualität bis ins hohe Alter geniessen zu können.



Unterstützungs- und Entlastungsdienste

Die kantonalen Pro Senectute Organisationen bieten ein umfassendes Angebot:

Haushaltshilfen

- Reinigungsarbeiten
- Einkaufen und Kochen
- Waschen und Bügeln
- Gartenarbeiten
- Hilfe in der Haustierhaltung
- Administrative Arbeiten

Pflege

- Körperpflege
- Mobilisierung und Gehtraining
- Unterstützung bei der An- und Auskleide
- Nacht- und Wochenenddienst

Begleitung und Gesellschaft

- Spaziergänge und Ausflüge
- Gesellschaftsspiele
- Besorgungen
- Begleitung bei Arztbesuchen und Therapien

Informationen zum Unterstützungs- und Entlastungsangebot der kantonalen Pro Senectute Organisationen unter:

www.prosenectute.ch

Projekte Pro Senectute

Unterstützungs- und Entlastungsdienste von Pro Senectute

Damit ältere Menschen trotz gesundheitlichen Einschränkungen zuhause leben können, betreuen und pflegen Angehörige ihre Familienmitglieder. Dieses Engagement kann längerfristig zur Erschöpfung und sozialer Isolation führen. Unterstützungs- und Entlastungsdienste von Pro Senectute übernehmen wichtige Aufgaben von betreuenden Angehörigen.

Rahel Schmid, Fachspezialistin Unternehmenskommunikation, Pro Senectute Schweiz

Mit der steigenden Anzahl älterer Menschen nimmt der Bedarf an Pflege und Betreuung für erkrankte Personen zu. Das Gesundheitswesen kann die zunehmende Nachfrage nicht alleine abdecken. Umso wichtiger ist die Betreuung und Pflege kranker Familienmitglieder durch ihre Angehörigen. Einerseits wünschen sich ältere Menschen, von Angehörigen zuhause betreut zu werden. Andererseits entlasten betreuende Angehörige den bereits bestehenden Fachkräftemangel sowie die steigenden Gesundheitskosten. Betreuende Angehörige brauchen aber passende Unterstützungs- und Entlastungsdienste für eine bessere Vereinbarkeit von Erwerbstätigkeit und langfristigen Engagement für ihre pflegebedürftigen Familienmitglieder.

Die kantonalen Pro Senectute Organisationen bieten mit ihren Unterstützungs- und Entlastungsdiensten ein umfangreiches Angebot. Pro Senectute Kanton Schaffhausen beschäftigt mittlerweile zehn Mitarbeiterinnen im Entlastungsdienst. Alle verfügen über eine pflegerische Ausbildung, um eine hohe Dienstleistungsqualität zu gewährleisten. Die enge Zusammenarbeit mit Alzheimer Schaffhausen sorgt ausserdem für die nötige Fachkompetenz im Umgang mit an Demenz erkrankten Personen.

«Um die Bedürfnisse von betreuenden Angehörigen zu erfahren, findet vor dem ersten Einsatz eine telefonische Besprechung statt», erklärt Karin Christinat, Einsatzleitung Entlastungsdienst Schwerpunkt Demenz, von Pro Senectute Kanton Schaffhausen. Sind die Angehörigen interessiert, erfolgt ein ausführliches Gespräch mit der Einsatzleiterin und der betroffenen Familie. Während dem kostenlosen Gespräch wird eine Checkliste über den Klienten erstellt. Diese unterstützt die Betreuerin während ihrem Einsatz. «Die Aufgaben sind nicht immer einfach und oft sehr herausfordernd», erzählt Karin Christinat und ergänzt: «Unsere Arbeit ist sehr bereichernd. Wir spüren die Wertschätzung und Dankbarkeit der Angehörigen und Klienten. Uns liegt viel daran, unseren Entlastungs- und Unterstützungsdienst bestmöglich auf ihre Bedürfnisse auszurichten und weiterzuentwickeln».

Betreute Alterswohngemeinschaften (Online)

Age Stiftung. Zürich: Age Stiftung, 2018

Der Fokus dieses Age-Dossiers liegt auf einem speziellen gemeinschaftlichen Wohnmodell: Der betreuten Alterswohngemeinschaft. In diesem Heft wird darunter eine Gruppe älterer Menschen verstanden, die in der gleichen Wohnung lebt und ambulante Betreuungsdienstleistungen bezieht. Die Vorteile des Wohnmodells liegen auf der Hand. Tatsächlich ist es zukunftssträftig, jedoch anders als erwartet.

[www.age-stiftung.ch \[https://www.age-stiftung.ch/fileadmin/user_upload/Publikationen/Age_Dossier/Age_Dossier_2018.pdf\]](https://www.age-stiftung.ch/fileadmin/user_upload/Publikationen/Age_Dossier/Age_Dossier_2018.pdf)



Demografie und Wohnungswirtschaft: seniorenefreundliche Zugänge zum Mietwohnungsmarkt

Joëlle Zimmerli. Zürich: Zimraum Raum + Gesellschaft, 2019

Die Studie segmentiert Senioren in Zielgruppen, die sich nicht nach Wohnbedürfnissen oder Marktkraft unterscheiden, sondern nach ihrem Verhalten auf dem Mietwohnungsmarkt: die Paraten, Offenen, Überforderten und Unbeteiligten. Das Schlusskapitel bietet Checklisten, mit denen Unternehmen messen können, ob sie auf diese Zielgruppen vorbereitet sind.



Wohnmonitor Alter 2018 : Wohnbedürfnisse und Wohnvorstellungen im Dritten und Vierten Lebensalter in Österreich

Franz Kolland u.a.; mit Gesprächsbeiträgen von François Höpflinger u.a. Innsbruck: Studienverlag Ges.m.b.H., 2018

Das Alter(n) ist heute durch eine Vielfalt an Lebensbedingungen und Lebensstile gekennzeichnet. Ältere Menschen verfügen über ein beachtliches Aktivitäts- und Teilhabeniveau in ihrer Wohnumgebung. Gleichzeitig bedeutet das Älterwerden für viele Menschen einen räumlichen Rückzug in die Wohnung oder eine Pflegeeinrichtung. Neue Wohnformen und Ansprüche an das Wohnen im Alter fordern eine aktive Wohnplanung und Wohnungspolitik. Dabei geht es darum, älteren Menschen in unterschiedlichen Lebenslagen Aktivität, Anerkennung und Autonomie zu ermöglichen und diese aufrechtzuerhalten.



Wohnen im Alter: Entwurfsatlas

Eckhard Feddersen, Insa Lüdtko. Basel: Birkhäuser, 2018

Qualitätvolles Leben im Alter ist eines der grossen Themen unserer Zeit. Architektur und Bauwesen tragen dazu mit innovativen Wohnformen, intelligenten Konzepten und individuellen Betreuungsstrukturen für Menschen mit körperlichen und kognitiven Einschränkungen bei. Anspruchsvolle Entwurfslösungen lösen die Grenzen zwischen Wohnen und Pflege, zwischen individuellen, kollektiven und begleiteten Wohnformen immer weiter zugunsten von integrativen Wohnformen auf.



Medien-Ausleihe: Pro Senectute Bibliothek
Bederstrasse 33 · 8002 Zürich
044 283 89 81 · bibliothek@prosenectute.ch
biblio.prosenectute.ch
Öffnungszeiten: Mo-Mi: 9 bis 16 Uhr
Do: 9 bis 18 Uhr

CasaGusto – heute bestellt, morgen geliefert

Viele Menschen möchten auch im hohen Alter so lange wie möglich zuhause wohnen. Dass sie regelmässig und abwechslungsreich essen können, ist hierfür eine wichtige Voraussetzung. Mit CasaGusto bietet Pro Senectute in Zusammenarbeit mit der Firma Bischofszell – einer Migros-Tochter – die Möglichkeit, sich tellerfertig angerichtete Speisen nach Hause liefern zu lassen.

Sich selbständig zu verpflegen wird spätestens dann zum Problem, wenn Menschen nicht mehr mobil oder aufgrund einer Krankheit oder eines Unfalls geschwächt sind. Der Mahlzeitendienst CasaGusto von Pro Senectute bietet Jung und Alt, insbesondere Pflegebedürftigen und ihren Angehörigen als Entlastung oder Ergänzung zu den selbst zubereiteten Mahlzeiten das ideale Angebot. Dabei spielt nicht nur die Qualität des Essens eine wichtige Rolle. Bei älteren Menschen ist der Appetit nicht mehr so ausgeprägt, weshalb eine schöne Präsentation des Essens umso mehr geschätzt wird.

Das Sortiment von CasaGusto umfasst über 40 saisonale Menus und Gerichte, vom z'Morge bis zum z'Nacht. Neben tellerfertigen Gerichten führt CasaGusto zusätzlich Produkte für den täglichen Bedarf im Angebot, wie z.B. Getränke, Brot, Salat und Desserts. Auch Spezialgerichte wie pürierte Speisen für Menschen mit Kau- und Schluckbeschwerden oder Spezialshakes bei Proteinmangel werden von der Firma Bischofszell zubereitet.

Bestellungen können entweder telefonisch oder online in Auftrag gegeben werden. Bis um 12 Uhr eingetroffene Bestellungen am Vortag werden am nächsten Vormittag bereits mit der Post geliefert. Die Lieferungen erfolgen von Montag bis Freitag gegen Rechnung.

Mehr über CasaGusto unter:

www.casagusto.ch



Impressum

Herausgeberin: Pro Senectute Schweiz, Lavaterstrasse 60, Postfach, 8027 Zürich, Telefon 044 283 89 89, kommunikation@prosenectute.ch, www.prosenectute.ch

Redaktion: Rahel Schmid

Texte: Alain Huber, Sonya Kuchen, Sonja Kundert Wälchli, Rahel Schmid, Raiffeisen Schweiz

Übersetzung: Pro Senectute Schweiz, CB Service

© Pro Senectute Schweiz



#vollpersönlich – das Stricken geht weiter

Mit der Kampagne #vollpersönlich sensibilisieren und informieren Pro Senectute und Alzheimer Schweiz gemeinsam die Gesellschaft auf das Thema Demenz und ihre Folgen im Alltag. Die letztjährige Kampagne war ein grosser Erfolg. Mit über 60 000 Cupholdern haben unzählige Freiwillige dazu beigetragen, dass das Thema Demenz und ihre Folgen im Alltag breite Aufmerksamkeit erhielt. Mehr als 400 Bäckereien und Confisereien haben in der ganzen Schweiz rund um den Aktionstag im Januar Cupholder beim Kauf eines Coffee-to-go verteilt.

Nun startet die Aktion in die nächste Runde. Dieses Jahr nicht nur in Bäckereien oder Confisereien. Neu können alle Verkaufsstellen mitmachen, die Kaffee zum Mitnehmen anbieten.

Bereits seit Juli stricken Jung und Alt erneut fantasievolle Kreationen, welche am 22. Januar 2020 beim Kauf eines Kaffee zum Mitnehmen kostenlos abgegeben werden.

Ob Bäckerei, Café, Kiosk oder Tankstelle – jede Verkaufsstelle, die Kaffee zum Mitnehmen verkauft, kann mitmachen. Interessierte Betriebe können sich per sofort auf memo-info.ch/teilnehmen anmelden.

Weitere Informationen unter:

www.memo-info.ch