

## HERAUSFORDERUNG

# Altersgerechtes Wohnen

Querschnittgelähmte Senioren stossen im Alter oft auf neue Herausforderungen. Veränderte Bedürfnisse können auch die Wohnsituation betreffen.

Von Markus Widmer



Im Alter ergeben sich neue Ansprüche an die Wohnsituation

Die Schweizer Paraplegiker-Stiftung hat mit dem Projekt «Ageing» die Thematik Alter und Querschnittlähmung im Jahr 2012 gezielt aufgenommen und in der Folge eine Koordinationsstelle «Wohnen im Alter» unter dem Dach der ParaHelp in Nottwil geschaffen. Diese Koordinationsstelle bietet individuelle Bedürfnisabklärungen für Querschnittgelähmte an. Neben den Anliegen der Betroffenen werden dabei stets auch die Interessen der Angehörigen mitberücksichtigt. Um glücklich zu altern, ist es für die meisten Menschen wichtig, möglichst lange im bzw. möglichst nahe am bisherigen Umfeld leben zu können.

rungen für Querschnittgelähmte an. Neben den Anliegen der Betroffenen werden dabei stets auch die Interessen der Angehörigen mitberücksichtigt. Um glücklich zu altern, ist es für die meisten Menschen wichtig, möglichst lange im bzw. möglichst nahe am bisherigen Umfeld leben zu können.

## Altern mit Querschnittlähmung

Laut einer Studie der Schweizer Paraplegiker-Forschung aus dem Jahr 2012 sind nur wenige Mitglieder der Schweizer Paraplegiker-Vereinigung bereit, im Alter in eine für Querschnittgelähmte spezialisierte, jedoch weit entfernte Institution umzuziehen. Die Ansprüche querschnittgelähmter älterer Menschen unterscheiden sich hauptsächlich bezüglich der Pflege von den Bedürfnissen von Fussgängern. Der Umfang der spezifischen Pflegedienstleistungen und deren Verfügbarkeit ist dabei zentral. Mit Unterstützung der SPS hat ParaHelp in den letzten Jahren ein Netzwerk mit 38 Partnerinstitutionen aufgebaut, welches dezentrale Pflegedienstleistungen speziell für Querschnittgelähmte anbietet. Die Dienstleistungen lassen sich – sofern sich das Wohnumfeld dazu eignet – individuell einsetzen. Das Netzwerk wird laufend erweitert.

## Wahrung der Selbständigkeit

Die passende Wohnform und die Verfügbarkeit der notwendigen Infrastruktur sind für die Wahrung der Selbständigkeit mit einer Querschnittlähmung im Alter entscheidend. Es lohnt sich, bereits in früheren Jahren sein bestehendes Wohnumfeld auf seine Nachhaltigkeit zu überprüfen und sich auch Gedanken über die ideale Wohnform im Alter zu machen. Drängt sich ein Umzug auf, sollte die künftige Wohnform dem Grad der Pflegeansprüche angepasst werden. Je nach finanziellen Möglichkeiten bietet sich dabei ein breites Feld an Lösungen. Der Fächer reicht vom selbständigen Wohnen in einer herkömmlichen Miet- oder Eigentumswohnung mit möglicher Anbindung an Spitex-Leistungen bis hin zur Altersresidenz mit Hotel-Charakter und hausinterner Privatklinik.

## Anpassbarer Wohnungsbau

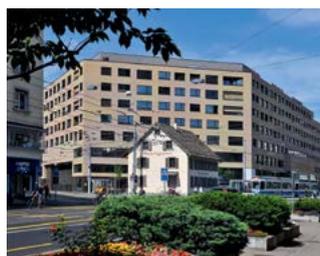
Ein adaptives Wohnumfeld bietet Spielraum für individuelle Anpassungen und ermöglicht auch bei unerwarteten gesundheitlichen Rückschlägen die Wahrung eines hohen Grades der Selbständigkeit. Dies kann schon in jungen Jahren von Vorteil sein. Wohnungen, welche nach dem Gesichtspunkt des sogenannten anpassbaren Wohnungsbaus geplant und umgesetzt wurden, sind für Querschnittgelähmte be-

sonders geeignet. Sie sind in ihrer Basis hindernisfrei geplant und gebaut und lassen sich im Bedarfsfall nachträglich ohne grossen Aufwand an die individuellen Bedürfnisse der entsprechenden Nutzer anpassen. Für grosse Immobilien-Investoren sollte der anpassbare Wohnungsbau heute als Standard gelten. Nicht nur im Neubau, sondern auch bei grossen kommenden Erneuerungszyklen ist den Themen hindernisfreies Bauen und Wohnen im Alter eine zentrale Bedeutung zu geben. Die öffentliche Hand unterstützt entsprechende Bauprojekte mehr und mehr. Dank dem anpassbaren Wohnungsbau kann der Bau von teuren Alters- und Pflegezentren minimiert werden. Die flexiblen Strukturen erlauben es den Menschen, länger in ihren Wohnungen und damit in ihrem gewohnten Umfeld zu bleiben. Die Koordinationsstelle «Wohnen im Alter» der ParaHelp pflegt die Kontakte zu den wichtigen Playern auf dem Wohnungsmarkt und kann zusammen mit der Lebensberatung der SPV entsprechende Angebote vermitteln.

#### Smarte Dienstleistungen

Gute Seniorenwohnungen zeichnen sich durch die Ergänzung mit smarten Dienstleistungen aus, welche im optimalen Fall über einen Concierge-Service abrufbar sind. Konnte diese Dienstleistung bislang nur in exklusiven Altersresidenzen beansprucht werden, so wird sie mittlerweile auch in erschwinglichen Wohnungen für alle Altersgenerationen zunehmend zum Standard.

Nach dem Konzept der bonacasa AG wurden bis heute Mehrfamilienhäuser in 28 Gemeinden der Deutschschweiz umgesetzt. Die Eigentums- und Mietwohnungen entsprechen dem Standard des anpassbaren Wohnungsbaus. Über eine eigens entwickelte App oder per Telefon lassen sich in diesen Wohnungen Dienstleistungen abrufen, die eine hohe Selbständigkeit im Alter gewährleisten. Neben einem Notrufservice rund um die Uhr werden Wohnungsreinigung, Wäscheservice, Ferienservice und individuelle Pflegedienstleistungen angeboten, welche sich insbesondere auch für Querschnittgelähmte individuell anpassen lassen. Der Umfang der Servicedienstleistungen wird mehr und mehr ausgebaut



**Kalkbreite Zürich:** ein wegweisendes Projekt

und ist mittlerweile auch für Wohnungen, welche nicht von der bonacasa AG realisiert wurden, in sechs Kantonen der Schweiz verfügbar.

#### Generationenübergreifend

Die Age-Stiftung Schweiz fördert schweizweit den Bau von altersgerechtem Wohnraum. Altersgerechte Wohnungen werden in modernen Siedlungen nicht mehr isoliert geplant, sondern sind in einem breitgefächerten Angebot integriert. Moderne Siedlungen mit einem bunten Mix von Wohnungstypen für unterschiedliche Wohnformen und die Anbindung an altersgerechte Pflegeinstitutionen sorgen für eine breite soziale Durchmischung und verhindern eine Ghettobildung.

Die Wohngenossenschaft «Zimmerfrei» in Basel wurde im Jahr 2017 fertiggestellt. Sie bildet einen Teil der grossen Neubausiedlung auf dem ehemaligen Güterumschlagareal Erlentamm. Neben Wohnungen für Familien, Paare und Singles finden sich in der Überbauung auch eine Clusterwohnung und eine Gross-WG. Spezielle Wohnungen fürs Alter gibt es zwar nicht, doch führt der breite Wohnungsmix mit vielen Kleinwohnungen automatisch zu einer Durchmischung der Generationen. Bis zu einer Grösse von 3½ Zimmern eignen sich alle Wohnungen für ältere Personen mit oder ohne Querschnittlähmung. Gästezimmer können von den Bewohnern bei Besuch pro Nacht günstig dazugemietet werden. In der eigenen Wohnung kann so ein zusätzliches Zimmer eingespart werden.

#### Pionierprojekt

Die Genossenschaft Kalkbreite in Zürich wurde 2007 gegründet. Zwischen 2012 und 2014 wurde auf dem Areal einer Tramabstallanlage ein Mix aus 97 Wohneinheiten mit Atelierwohnungen, Wohnungen für

Paarhaushalte und Familien, Kleinwohnungen in Wohnclustern für Singles und Grosswohnungen für Wohngemeinschaften realisiert. Das Projekt gilt als wegweisend. In den Grosswohnungen und in den Wohnclustern mit Kleinwohnungen werden die Vorzüge einer Wohngemeinschaft mit dem notwendigen Bedürfnis nach Privatsphäre geschickt verbunden. Beflügelt vom Erfolg der ersten Siedlung wird von der Genossenschaft Kalkbreite an der Ecke Langstrasse/Zollstrasse zurzeit ein weiteres Wohnprojekt realisiert, welches einzigartig ist. Die Siedlung Zollhaus besticht durch ein gelungenes Angebot an flexiblen Wohnungsgrundrissen. Neben Wohnungen mit 1½ bis 9½ Zimmern für Familien, Paare und Singles werden auch neue Wohnformen wie Hallenwohnen und Wohnraum für Wohngemeinschaften «ü60» angeboten. Die Siedlung ist ab Frühjahr 2021 bezugsbereit. Dank der Planung nach dem Standard des anpassbaren Wohnungsbaus sind solche Strukturen auch für querschnittgelähmte Senioren geeignet.

#### Partner für nachhaltige Lösungen

Mit dem Beizug der Bauberater vom Zentrum für hindernisfreies Bauen der SPV können die baulichen Gegebenheiten Ihrer Wohnung auf ihre Tauglichkeit fürs Wohnen im Alter überprüft werden. Um dem Wunsch, im vertrauten Umfeld alt zu werden, Folge zu leisten, legen wir grossen Wert darauf, dass auch in bestehenden Strukturen oder in Ergänzung mit Anbauten individuelle Lösungen gefunden werden können.



#### Informationen

Zentrum für hindernisfreies Bauen  
Tel. 062 737 40 00  
Wohnen im Alter, ParaHelp  
Tel. 041 939 60 60