Gemeinde
Birmensdorf

Älterwerden in Birmensdorf

Wohnen im Alter

Impulse und ein intergenerationales Beispiel in Aesch

Wohnen im Alter bedeutet heute mehr als nur ein Dach über dem Kopf. Es geht um Sicherheit, Selbstbestimmung, soziale Kontakte und finanzielle Planbarkeit. Wichtig ist der rechtzeitige Blick auf eine persönlich passende Wohnform und auf mögliche Unterstützungsangebote, damit der Lebensalltag so lange wie möglich eigenständig gestaltet werden kann. Das nachfolgende Beispiel zeigt deutlich auf: Wer wagt, der kann gewinnen – auch in puncto Wohnen.

Die 80-jährige Aescherin Anita Koller (A.) hat für die Dauer von drei Jahren ein Wohnexperiment mit der 21-jährigen Cornelia (C.) gewagt. Beide erzählen in einem angeregten Gespräch davon: Die Idee des zeitlich begrenzten Zusammenwohnens war durch den persönlichen Kontakt einer Lehrmeisterin entstanden, die für ihre Auszubildende aus Bern eine ortsnahe, kostengünstige Bleibe mitgesucht hat. Es sei sehr schnell und unkompliziert verlaufen vom Kennenlernkontakt inkl. Elternteil bis zur Mietvertragsunterzeichnung, anhand einer Vorlage des Hauseigentümer-Verbands. Beide haben ihre Entscheidung nicht bereut und einiges Positive hinzugewonnen. C. konnte durch den optimalen Arbeitsweg umso mehr Kraft in die Ausbildung stecken. Sie habe ihr Ordnungsverhalten anzupassen gelernt und ihr Rücksichtnehmen wurde gefördert. C. fühlt sich gegen Ende der gemeinsamen Wohnzeit gereifter, selbstsicherer und selbständiger. A. konnte einen deutlichen Beitrag hierzu leisten, was ihre innere Zufriedenheit weiter gestärkt hat. Anstatt das Haus alleine zu beleben, durfte sie etliche schöne Zeichen von C. geniessen, z.B. einen gedeckten Frühstückstisch oder eine überraschende Süssigkeit. Natürlich seien beidseitige Anpassungsleistungen unumgänglich, diese aber könnten ja stets miteinander abgesprochen werden, wie z.B.: Welche Räume sind für C. nutzbar, welche nicht? Welche Zeiten sind wofür einzuhalten? Wer kümmert sich um was im Haushalt? Das Fazit der beiden lautet einstimmig: 59 Jahre Altersdifferenz im Zusammenleben können eine klare Bereicherung sein unter der Voraussetzung gegenseitiger, vertrauensvoller Offenheit und Flexibilität.

Es gibt keine Rezepte, wie man im Alter wohnen sollte, hingegen verschiedene **Wohnformen für ältere Menschen**, für die man sich – je nach persönlicher Situation – entscheiden kann:

- Eigenständiges Wohnen in der eigenen Wohnung: Beliebt wegen Unabhängigkeit. Das Beiziehen von Unterstützungsdiensten wie Hausnotruf, Reinigungsdienst, Mahlzeitenservice und ambulanten Dienstleistungen wie Spitex ist selbst zu organisieren.
- Hausgemeinschaften oder gemeinschaftliches Wohnen für Senioren und Seniorinnen in kleineren Gruppen: Mehrere Personen teilen Räume (oft Küche, Aufenthaltsräume) und unterstützen sich gegenseitig; gemeinschaftlich organisierte Alltagsgestaltung. In der Stiftung Wohnen im Alter Aesch (Mättlihof) wird z.B. der Aufenthaltsraum gemeinsam genutzt.
- Generationshäuser oder Mehrgenerationen-Wohnformen: Junge und ältere Menschen teilen Ressourcen, fördern Austausch und gegenseitige Unterstützung. Obiges Bsp. oder «Wohnen für Hilfe», Pro Senectute Kt. Zürich.
- Betreutes Wohnen: Wohnungen mit integrierter Betreuung und Hilfe im Alltag (Putzen, Einkauf, Begleitung) bei gleichzeitigem Eigenständigkeitsgefühl.
- Pflegewohnheime: Für Menschen, die regelmässig Pflege benötigen; professionelle Hilfe ist rund um die Uhr verfügbar.

Fragen, die bei der Entscheidung für eine Wohnform helfen:

- Selbstbestimmt wählen: Welche Wohnform entspricht meiner Persönlichkeit sowie meiner Lebenssituation am ehesten? Welche Hilfe ist bei Bedarf abrufbar?
- Bedarf klären: Welche Unterstützung benötige ich und mein/e Wohnpartner/-in regelmässig? Was wünsche ich mir hinsichtlich sozialer Kontakte bzw. des Alleinseins?
- Sicherheit: Wie gesundheitsförderlich wohne ich, z.B. bzgl. hindernisfreier Zugänge, Beleuchtung, rutschfester Böden, Notrufmöglichkeiten?
- Umfeld: Wie stärkend ist das Umfeld für meine Lebensqualität, z.B. Nachbarschaft/Freundschaften, Einkaufsmöglichkeiten, Nähe zu Arzt, Apotheke, öV?
- Kosten: Stimmen die Kosten der Wohnform mit meinem Budget realistisch überein, auch wenn Pflege- und / oder Betreuungsleistungen hinzukommen? Benötige ich diesbezügliche Beratung?
- Probezeit: Kann ich die beabsichtigte Wohnform für eine gewisse Zeit ausprobieren, um herauszufinden, ob sie passend ist?

Hinweise zum Weiterdenken

Grundsätzlich empfiehlt es sich, mit den Überlegungen zum Wohnen im Alter frühzeitig zu beginnen. Das Teilen der eigenen Gedanken, Ideen, Sorgen und Wünsche mit anderen und die gezielte Lektüre helfen beim Klären. Der Runde Tisch Alter Birmensdorf und die Kommission 60Plusminus bieten gemeinsam am **1. Oktober 2026 um 14 Uhr** ein Referat an mit dem Themenschwerpunkt: **Wohnungssuche von Seniorinnen und Senioren – ohne Umwege**. Pro Senectute hat im Internet vielfältige Informationen zum Wohnen im Alter aufgeschaltet. Suchbegriff: **Wohnen im Alter Pro Senectute**.

Bei Fragen steht Ihnen auch hierzu die Anlaufstelle für Altersfragen gerne zur Verfügung.
Simone Anna Heitlinger