

50plus

DAS MAGAZIN FÜR EIN
GENUSSVOLLES LEBEN

DAS MAGAZIN FÜR EIN GENUSSVOLLES LEBEN
50plus

Leserfragen:
**KAPITAL ODER
RENTE?**

MUSICALS
GEWINNEN SIE TICKETS

LIEBE 2.0

ALLEINE BLEIBEN
WOLLEN DIE WENIGSTEN

SCHOGGI-JOB

JOSEF ZOTTERS
ERFOLGSGESCHICHTE

ALPENKULINARIK

ANDREAS CAMINADAS REZEPT

Langes Leben

Neue Möglichkeiten
für die zusätzlichen Jahre

NR. 3 | JUNI / JULI 2017





Das Wohnen im Alter hat viele Facetten

Wie will man wohnen, wenn die Kinder ausgezogen sind und das Pensionsalter näher rückt? Wer sich frühzeitig Gedanken zu dieser Frage macht, hat gute Chancen, seine nächsten Lebensjahrzehnte aktiv mitgestalten zu können.

VON KARIN MEIER

Das Wohnen im Alter ist vor allem eins: vielfältig. Denn das Alter hat viele Gesichter, vielleicht sogar mehr als die anderen Lebensabschnitte. Das liegt an der Verschiedenheit des Lebens und der Lebensumstände jedes Menschen, die sich im Laufe der Zeit immer mehr akzentuieren: Im Alter reicht das Spektrum von gesunden Menschen bis zu

schwerkranken oder pflegebedürftigen, von geistig fitten bis zu jenen mit einer Demenzerkrankung, von mobilen bis zu gebrechlichen oder bettlägerigen, von jenen mit vielen Angehörigen oder einem grossen Freundeskreis bis zu sozial isolierten, von wohlhabenden bis zu armen. Entsprechend vielfältig sind auch die Wohnformen, die man bei älteren

Menschen antrifft. «Es gibt weder das Alter noch das Wohnen im Alter», sagt Antonia Jann, Geschäftsführerin der Age-Stiftung.

Bedürfnisse und Finanzen klären

Was es aber gibt, ist der Wunsch vieler älterer Menschen, möglichst lange selbstständig wohnen zu kön-

nen. Damit dieser Wunsch nach Möglichkeit Realität wird, ist es ratsam, sich früh über das Wohnen im Alter bzw. im Prozess des Älterwerdens Gedanken zu machen. Wichtige Fragen sind:

- Wie altersgerecht muss Ihr zukünftiges Daheim sein bzw. wie oft möchten Sie noch umziehen? Können Sie sich noch mehrere Wohnungswechsel vorstellen oder ziehen Sie höchstens noch einen Umzug in ein Pflegeheim in Betracht?
- Wie gesund, selbstständig und mobil sind Sie?
- Welche Infrastruktur – Einkaufsmöglichkeiten, Anbindung an den öffentlichen Verkehr, medizinische und pflegerische Angebote – benötigen Sie?
- Welches soziale Umfeld wünschen Sie sich: Ist es Ihnen wichtig, nahe bei einem Familienmitglied oder bei guten Freunden zu wohnen, wollen Sie den nächsten Lebensabschnitt mit gleichgesinnten Nachbarinnen und Nachbarn angehen oder leben Sie eher zurückgezogen?
- Welches sind Ihre Raumansprüche? Nutzen Sie beispielsweise ein Zimmer als Home Office, das nach der Pensionierung nicht mehr gebraucht wird? Oder möchten Sie neu ein Hobby pflegen, das Platz erfordert? Haben Sie einen grossen Garten, dessen Pflege Ihnen zunehmend Mühe bereitet?
- Wie viel Geld können Sie fürs Wohnen ausgeben? Welche Investitionen stehen mittel- und langfristig an, falls Sie Wohneigentümerin oder Wohneigentümer sind, und könnten Sie sich diese leisten?

Auch ans Ungewöhnliche denken

Die Klärung dieser Fragen für sich, im Gespräch mit Angehörigen und falls nötig mit einer Fachperson für altersgerechtes Wohnen erfordert Zeit und ein sorgfältiges Abwägen.

Denn kaum eine Wohnsituation ist optimal, und manche Nachteile des aktuellen Umfelds lassen sich entschärfen: Eine mangelhafte Infrastruktur beispielsweise kann durch ein gutes soziales Umfeld ausgegli-

«Es gibt weder das Alter noch das Wohnen im Alter.»

chen werden. Ein wesentlicher Punkt ist zudem die Finanzierbarkeit, denn die Erfüllung seiner Bedürfnisse muss man sich erst einmal leisten können.

Je nachdem, wie die Analyse ausgefallen ist, bietet sich eine von drei Lösungen an: Entspricht die jetzige Wohnsituation weitgehend den voraussichtlichen zukünftigen Wohnbedürfnissen, dürfte Bleiben die beste Option sein. Dies ist insbesondere dann der Fall, wenn die Wohnung oder das Haus und der Zugang dazu bereits altersgerecht sind oder nur geringfügige Anpassungen nötig wären. Bleiben kann auch dann eine gute Wahl sein, wenn die Nachbarschaft viele Kontaktmöglichkeiten bietet, man diese aber noch nicht genutzt hat – sofern man bereit ist, dies zu ändern. Klaffen Bedürfnisse und Wohnsituation jedoch weit auseinander, ist es an der Zeit, einen Umzug ins Auge zu fassen. Auch wenn er vielen schwer fällt und mit viel Mühe verbunden ist, lassen sich damit doch die Weichen für die Zukunft stellen.

Pensionierung als Wendepunkt

Mit einem Umzug auf die Pensionierung hin entfallen Überlegungen zum Arbeitsweg. So lässt sich möglicherweise endlich ein lang gehegter Wohnraum verwirklichen: einmal auf dem Land oder in den Bergen wohnen oder in einem aussergewöhn-

lichen Objekt. Oder man schlägt bewusst ein neues Lebenskapitel auf und reduziert seine Wohnfläche auf die effektiv benötigte Grösse. Ein Umzug kann zudem der Moment sein, sich mit neuen Wohnformen auseinanderzusetzen. So gibt es beispielsweise Alters-Wohngemeinschaften, bei denen sich mehrere Personen eine Wohnung oder ein Haus teilen. Wie Studenten-WGs sind sie eine kostengünstige Wohnmöglichkeit. Deshalb eignen sie sich insbesondere für Menschen mit schlechter Altersvorsorge oder geringem Vermögen, aber auch für alle, die im Alter gerne Gesellschaft haben. «Gerade Frauen mit kleinen Renten dürften in Zukunft vermehrt Zweier- und Dreier-WGs gründen», sagt Antonia Jann. Wer nicht alleine wohnen möchte, aber dennoch Rückzugsmöglichkeiten braucht, könnte mit einer Cluster-

«Gerade Frauen mit kleinen Renten dürften in Zukunft vermehrt Zweier- und Dreier-WGs gründen.»

Wohnung das Richtige finden. Bei dieser Wohnform hat jede Bewohnerin und jeder Bewohner ein eigenes Zimmer und teils auch ein eigenes Bad oder eine eigene Küche. Andere Räume wie das Wohn- und Esszimmer teilt man sich hingegen mit seinen Mitbewohnern.

Wohneigentümern steht neben Bleiben oder Umziehen eine weitere Option offen: Sie können ihr Eigenheim umbauen und ein Mehrgenerationenhaus oder ein Haus mit mehreren Wohnungen daraus machen. So können sie an dem Ort bleiben, mit dem sie viele Erinnerungen verbinden, und gleichzeitig ihre Wohnsituation verbessern.

«Entweder verwirkliche ich meinen Traum jetzt oder gar nicht»

Als Elisabeth Sidler das Pensionsalter erreichte, verkaufte sie ihr Reihenhäuschen, in dem sie mittlerweile alleine wohnte. Anders als ihre Nachbarinnen und Nachbarn zog sie jedoch nicht in eine kleinere Alterswohnung: Sie verwirklichte einen lang gehegten Traum und erwarb ein altes Bauernhaus auf dem Land.

VON KARIN MEIER

«Man darf sich nicht über jedes Staubkorn und jeden Käfer aufregen, sonst dreht man durch», sagt Elisabeth Sidler. Die 70-Jährige wohnt in einem rund 200 Jahre alten Bauernhaus im zürcherischen Wil nahe der deutschen Grenze. Nachdem sie das Gebäude 2013 erworben hatte, liess sie es umbauen und renovieren: Aus dem ehemaligen Wohnteil und dem Stall entstanden zwei mehrgeschossige Wohnungen. Elisabeth Sidler wohnt im einstigen Stallteil. Dort hat sie auch ihre Töpferei eingerichtet, die ein grosses Hobby von ihr ist. Die andere Gebäudehälfte hat sie vermietet, weil sie die Einnahmen benötigt. Ihr Mieter ist ein 30-jähriger Handwerker, den sie auf Spaziergängen mit ihrer deutschen Dogge kennengelernt hat: Er war der einzige Hundebesitzer, der sein Tier mit der Dogge spielen liess. Die Hunde verstanden sich prächtig, und die Menschen alsbald auch. Als Elisabeth Sidler ihm von ihrem Umbauprojekt und der freien Wohnung erzählte, war er sofort interessiert.

Aufbruch nach der Pensionierung

Mit dem Umzug ins Bauernhaus hat sich Elisabeth Sidler einen lang-jährigen Traum verwirklicht: «Ich



Fühlen sich sichtlich wohl in Wil: Elisabeth Sidler und Hündin Trudi.

hatte mir zeitlebens gewünscht, einmal in einem alten Gebäude zu wohnen, dessen Wände und Balken viel

zu erzählen hatten. Als ich pensioniert wurde, sagte ich mir: Entweder verwirkliche ich meinen Traum jetzt

oder gar nicht.» Der Zeitpunkt war auch sonst günstig: Der Kontakt zu ihren ehemaligen Lehrerkollegen flaute immer mehr ab, weil diese beruflich sehr eingespannt waren. Zudem veränderte sich die Reihenhaussiedlung in Schwamendingen, in der Elisabeth Sidler lebte: Nach und nach verkauften ihre Nachbarinnen und Nachbarn ihre Häuser, da die Kinder ausgezogen waren, und zogen in kleinere Wohnungen mit einem Lift. Auch für Elisabeth Sidler war das Reihnhaus zu gross geworden: Sie lebte allein dort, denn ihr Mann war früh verstorben, die beiden Kinder längst erwachsen.

Auf einer Immobilienplattform im Internet entdeckte Elisabeth Sidler das Bauernhaus in Wil. Da sie die einzige Interessentin war, die das Gebäude nicht abreißen, sondern weiter bewohnen wollte, erhielt sie den Zuschlag. «Meine Nachbarn meinten, ich sei nicht ganz bei Trost, als ich ihnen sagte, ich kaufe ein altes Haus in einer mir unbekanntem Gegend auf dem Land», erzählt Elisabeth Sidler. Ihre Kinder sowie ihre Freundinnen und Freunde hingegen unterstützten ihr Vorhaben. Um von Anfang an eine gute Beziehung zu den neuen Nachbarinnen und Nachbarn zu haben, organisierte sie bereits während der Renovationsplanung ein erstes Apéro. Nach dem Einzug folgte ein Tag der offenen Tür, und zur Feier ihres 70. Geburtstags lud sie nebst Familie und Freunden auch die Leute aus Wil ein.

Offen auf Menschen zugehen

Die Einladungen sind nicht der einzige Grund dafür, dass Elisabeth Sidler schnell neue Bekanntschaften knüpfte. Sie sprach die Dorfbewohnerinnen und -bewohner an, wenn sie sie im Garten arbeiten sah, und anbot sich, die älteren von ihnen mit dem Auto zum Arzt zu fahren. So fand sie fast nebenbei selbst einen



Ein echtes Kleinod: das 200 Jahre alte Bauernhaus.

neuen Hausarzt. Elisabeth Sidler schloss sich zudem einer Frauengruppe an, die sich gelegentlich zum Mittagessen trifft, und hilft als Freiwillige auf dem Weingut eines Winzers in der Umgebung mit. «Dabei erfahre ich nicht nur viel über den Weinanbau, sondern lerne auch neue Leute kennen», erzählt sie. Auch auf Spaziergängen mit ihrer neuen Hündin Trudi, einer Olde English Bulldogge, die sie sich nach dem Tod der Dogge angeschafft hatte, kommt sie immer wieder mit Leuten ins Gespräch. Beziehungen pflegt Elisabeth Sidler zudem in ihrem «Kafistübli»: Sie hat die Leute aus dem Dorf eingeladen, sie ganz einfach auf einen Kaffee zu besuchen, wenn ihnen danach ist. «Man muss aktiv auf die Leute zugehen, denn es wartet niemand auf einen. So findet man rasch Anschluss.»

Zwei, die sich gut verstehen

In ihrem Bauernhaus möchte Elisabeth Sidler so lange wohnen bleiben, wie sie kann. Sollte ihre Mobilität einmal eingeschränkt sein, könnte sie die beiden Wohnungen so umbauen, dass sie das Erdgeschoss bewohnen würde und keine Treppen mehr hochsteigen müsste. Sorgen bereitet ihr jedoch der Gedanke, einmal an Demenz zu er-



kranken: «Ich bin es gewohnt, auf eigenen Füßen zu stehen und Entscheidungen zu treffen. Denn nach dem Tod meines Mannes musste ich mich allein um die Kinder und ein Einkommen kümmern. Die Vorstellung, von anderen abhängig zu sein, ist für mich schrecklich.»

Momentan aber läuft alles rund, und Elisabeth Sidler schmiedet bereits neue Pläne. Sie möchte eine offene Werkstatt anbieten, in der sie ihr Wissen mit Leuten teilt, die etwas Bestimmtes töpfern möchten, aber nicht sicher sind, wie sie dabei vorgehen sollen. Für ihre eigenen Tonkreationen plant sie eine Verkaufsausstellung, damit im Haus wieder Platz für neue Werke geschaffen wird. Die meisten Ideen entstehen allerdings im Gespräch mit ihrem Mieter. «Wir treffen uns immer morgens vor dem Haus. Bei einer Tasse Kaffee und einer Zigarette überlegen wir uns, was wir als Nächstes tun könnten.» Auf diese Weise hat bereits der Garten Form angenommen und sind neue Möbel entstanden. Und fast nebenbei hat sich zwischen den beiden eine Freundschaft entwickelt: Die Verwirklichung ihres Wohntraums ist für Elisabeth Sidler auch menschlich ein Gewinn.