

## Wohnen im Alter – Leben ganz nach Ihren Wünschen

Wohnen im Alter kennt viele Formen. Wir informieren Sie gerne über die verschiedenen Möglichkeiten und unterstützen Sie, falls Sie den Wechsel in eine andere Wohnform planen.

### Welche Wohnform passt zu mir?

Wohnen ist etwas sehr Persönliches. Deshalb hat auch das Wohnen im Alter viel mit Individualität zu tun. Für Ihr Wohlbefinden ist es wichtig, jene Wohnform zu finden, die zu Ihnen passt. Je früher Sie sich Gedanken über Ihre Wohnsituation machen, umso besser sind Sie vorbereitet. Wir haben die verschiedenen Wohnformen im Alter für Sie zusammengestellt.

### Individuelle Wohnformen im Alter

#### Wohnen zu Hause

Wieso noch einmal umziehen? Sie möchten doch lieber in den eigenen vier Wänden alt werden. Im eigenen Zuhause alt zu werden ist sehr beliebt und weit verbreitet. Mit dem geeigneten Wohnraum und den passenden Unterstützungsleistungen ist das auch problemlos möglich. Ideal für ältere Menschen sind Wohnungen mit Lift, die in der Nähe von öffentlichen Verkehrsmitteln und Einkaufsgelegenheiten liegen. Mit kleinen baulichen Anpassungen, wie beispielsweise einer besseren Beleuchtung, Haltegriffen oder rutschfesten Böden, verbessern Sie Ihre Sicherheit und Wohnqualität deutlich.

#### Alterswohnung

Die Treppe in Ihrer Wohnung ist immer anstrengender geworden. Sie wünschen sich eine Wohnung, die besser auf Ihre Bedürfnisse angepasst ist, möchten aber weiterhin selbständig wohnen. Alterswohnungen bieten Ihnen eine ideale Umgebung. Sie sind speziell auf die Bedürfnisse älterer Menschen angepasst. In Alterssiedlungen liegen mehrere solche Wohnungen nebeneinander.

#### Betreutes Wohnen im Alter

Sie waren sich seit jeher sicher, dass Sie nicht in ein Altersheim umziehen möchten. Trotzdem wünschen Sie sich mehr persönliche Unterstützung.

Einige Alterswohnungen integrieren in ihr Grundangebot Notfallhilfen, medizinische Leistungen und Unterstützung bei der Pflege. Weitere Dienstleistungen erhalten Sie jeweils auf Wunsch.

### Privat zusammen wohnen im Alter

#### Wohngemeinschaft im Alter

Alleine leben funktioniert bei Ihnen noch problemlos. Aber Sie vermissen geselliges Beisammensein. Eine Wohngemeinschaft bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihre Mitbewohner selber auszusuchen. Hier hat jeder seine Privaträume. Küche, Bad und allenfalls andere Gemeinschaftszimmer werden aber geteilt. Sie unterstützen dabei Ihre Mitbewohner bei Schwierigkeiten und können sich auch selber auf deren Hilfe verlassen. Eine aktive Beteiligung aller Mitbewohner ist Voraussetzung für diese Wohnform.

#### Hausgemeinschaft im Alter

Ein bisschen mehr Gesellschaft wäre schön. In einer Wohngemeinschaft möchten Sie aber nicht wohnen, denn Sie geniessen auch die ruhigen Momente.

#### Pro Senectute Schweiz

Lavaterstrasse 60 · Postfach · 8027 Zürich · Telefon 044 283 89 89  
Fax 044 283 89 80 · [info@prosenectute.ch](mailto:info@prosenectute.ch) · [prosenectute.ch](http://prosenectute.ch)

Postkonto 87-500301-3  
IBAN: CH91 0900 0000 8750 0301 3



In einer Hausgemeinschaft hat jeder Bewohner eine eigene, separate Wohnung. Von einem aktiven Zusammenleben und gegenseitiger Unterstützung profitieren Sie auch hier.

### **Mehrgenerationenhaus**

Eine Hausgemeinschaft klingt sehr interessant. Aber nur Senioren unter sich, das erscheint Ihnen ein bisschen eintönig.

In einem Mehrgenerationenhaus bilden Jung und Alt, Alleinstehende und Familien ein buntes Gemisch. Obwohl jeder seine eigene Wohnung hat, sind gegenseitige Unterstützung und ein freundschaftlicher Umgang wesentliche Bestandteile des Zusammenwohnens.

## **Institutionelle Wohnformen im Alter**

### **Altersheim**

Alleine zu Hause wohnen möchten Sie nicht mehr. Schliesslich haben Sie sich ihr ganzes Leben um die eigene Wohnung gekümmert. Auch wenn Sie keine Pflege benötigen, wären Sie gerne von all den Pflichten entlastet.

Ein Altersheim bietet Ihnen Verpflegung, Wäsche- und Zimmerreinigung. Zudem sind Sie täglich von Menschen umgeben und die gemeinschaftlichen Aktivitäten starten direkt vor Ihrer Tür.

### **Altersresidenz**

Sie möchten sich nicht mehr selber um alles kümmern müssen. Ihr Leben lang haben Sie hart gearbeitet, jetzt möchten Sie sich verwöhnen lassen.

Altersresidenzen sind eine Mischung aus Alterssiedlung und Altersheim. Hier bewohnen Sie Ihre eigene kleine Wohnung. Die verschiedenen Wohnungen sind in einer Institution zusammengefasst. Dazu sind zahlreiche professionelle Dienstleistungen verfügbar. Ein solcher Komfort hat allerdings auch seinen Preis.

### **Pflegeheim oder Pflegewohngruppe**

Selbständig leben können Sie leider nicht mehr. Sie sind immer mehr auf Pflege angewiesen. Da möchten Sie lieber in einem sicheren Umfeld von ausgebildeten Fachpersonen betreut werden.

In einem Pflegeheim sind Sie rund um die Uhr gut versorgt. Die angebotenen Dienstleistungen decken alle Ihre Bedürfnisse ab.

In einer Pflegewohngruppe leben Sie zusammen mit anderen pflegebedürftigen Senioren in einer Wohnung. Die Gemeinschaft wird von einer Fachperson geleitet.

### **Alterszentrum**

Sie fühlen sich wohl in Ihrer neuen Alterswohnung. Aber was passiert, wenn Ihre Gesundheit sich verschlechtert und Sie Pflege benötigen? Müssen Sie sich dann wieder an eine neue Umgebung gewöhnen?

Alterszentren verbinden verschiedene Wohnformen. So können Sie Ihre Wohnform jederzeit Ihren Bedürfnissen anpassen, ohne Ihr Umfeld zu verlassen.

### **Kontakt und weitere Informationen:**

Für weitere Informationen siehe unter [www.prosenectute.ch](http://www.prosenectute.ch), Tel. 044-283 89 89 oder Sie vereinbaren einen Beratungstermin in der der Sozialberatung der Pro Senectute Organisation in Ihrem Wohnkanton. Die Adressen finden Sie ebenfalls auf unserer Website.

Sollten Sie sich überlegen in ein Altersheim zu ziehen, finden Sie unter [Umzug ins Altersheim](#) weitere Informationen und Checklisten.

In der Broschüre «Ihr Zuhause im Alter» bieten wir Ihnen vertiefte Informationen rund ums Wohnen im Alter in Papierform. Die Broschüre ist kostenlos und kann unter [prosenectute.ch/shop](http://prosenectute.ch/shop) in der Kategorie Ratgeber bestellt werden.