

Selbstbestimmt wohnen im Alter – Perspektiven für ein würdevolles Leben

Dr. Tina Quasdorf, Institut für Pflege, ZHAW

Thomas Ballmer, Institut für Ergotherapie, ZHAW

Veranstaltung «*Würdevoll leben – auch im fragilen Alter*»
Winterthur, 02.10.2025

Inhalte

Arbeitsgruppe Autonomes Altern

Würde im Alter ⇔ Autonomes Wohnen im Alter

Projekt: *Stabilität von Wohnsituationen in Alterswohnungen*

Projekt: *Gemeindebasierte Netzwerke für autonomes Wohnen im Alter*

Arbeitsgruppe: Autonomes Altern



Dr. Franzisca Domeisen Benedetti
Institut für Pflege



Prof. Dr. Brigitte Gantschnig
Institut für Ergotherapie



Thomas Ballmer
Institut für Ergotherapie



Dr. Tina Quasdorf
Institut für Pflege

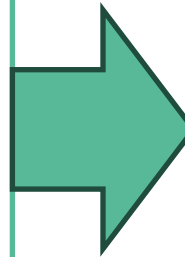


Leah Reicherzer
Institut für Physiotherapie

Würde ↔ Autonomie

Würde¹

- Jeder Mensch hat seine Bedeutung & seinen Wert
- Es spielt keine Rolle:
 - **wie alt eine Person ist**
 - **ob sie krank oder gesund ist**
 - woher sie stammt oder welche Sprache sie spricht
 - wie sie aussieht
 - ob sie arm oder reich ist
 - welcher Religion sie angehört
 - welche Taten sie begangen hat
- Jeder Mensch hat eine ganz eigene Würde, die sich aus dem Menschsein ableitet.
- Sie ist nicht verhandelbar, nicht relativierbar und darf niemals verletzt werden
- *Die Würde des Menschen ist unantastbar*
Art. 1 Abs. 1 Grundgesetz (Deutschland)



Autonomie

- Beide Begriffe sind eng miteinander verknüpft & es wird mitunter diskutiert, ob sie nicht das Gleiche meinen²
- **Autonomie** ist ein zentrales Element von Würde³
- **Definition:** Anspruch/Möglichkeit, selbstbestimmt und eigenverantwortlich über persönliche Angelegenheiten entscheiden zu können, ohne dass andere das eigene Handeln vorschreiben.³
- Einschränkungen der Selbstständigkeit schliesst Autonomie/Selbstbestimmung nicht aus³

Autonomes Wohnen im Alter

Selbstbestimmtes Wohnen ist eine wesentliche Voraussetzung für Autonomie im Alter

Die meisten Menschen möchten im Alter in ihrer gewohnten Wohnumgebung verbleiben ^{4 - 6}

Wichtige Aspekte des «sich zu Hause Fühlens»⁶

- (Verbleib in der eigenen Wohnung, Verbleib in Nachbarschaft und Community, Zugang zu & Vertrautheit mit sozialen Netzwerken, Verkehrs-/Gesundheitsdiensten, allg. Infrastruktur

Kriterien altersgerechter Wohnung^{7,8}

- Hindernisfreiheit, altersangepasste Gestaltung, Ausstattung und Komfort, Sicherheit, Förderung der Gemeinschaft, Privatsphäre und Orientierung

Innovative Wohnformen unterstützen Autonomie & Würde im Alter

Projekt

Beurteilung der Stabilität von Wohnsituationen in Alterswohnungen

Entwicklung einer Entscheidungshilfe (StAWo)

Gefördert durch:

Hintergrund

Ziel

Älteren Menschen ein autonomes & selbständiges Leben in vertrauter Umgebung ermöglichen – durch unterstützende Wohnformen ^{4, 6, 9}

Herausforderung

Voraussetzung für autonomes Wohnen = stabile persönliche und soziale Ressourcen⁴

Diese sind jedoch veränderlich und können im Laufe der Zeit abnehmen.

Lücke

Anbieter von Alterswohnungen müssen beurteilen können, ob eine stabile und sichere Wohnsituation gegeben ist

Doch es fehlen Hilfsmittel, um diese Beurteilung zu unterstützen.

Projektziel & Fragestellungen



Zu untersuchen wie die Stabilität von Wohnsituationen älterer Personen, die in Alterswohnungen leben, eingeschätzt werden kann



Welche Kriterien sind ausschlaggebend für eine stabile Wohnsituation?
Welche Herausforderungen bestehen in Bezug auf die Beurteilung der Stabilität?
Welche Personen können/sollten in die Beurteilung einbezogen werden?
Welche Massnahmen sind möglich, wenn eine Wohnsituation instabil ist?



Tool zur systematischen Beurteilung der Stabilität von Wohnsituationen in Alterswohnungen

Zwischenergebnisse (Interviewstudie)

Vielfalt der Situationen und Wahrnehmungen

- Wenige kritische Wohnsituationen (Einzelfälle), diese aber teils sehr intensiv
- Diversität der Siedlungen & der Siedlungsleitenden
- Aushandlungsprozesse: was ist „normal“?

Einflussfaktoren der Stabilität von Wohnsituation

- Körperliche, kognitive, psychische, psychosoziale & finanzielle Aspekte
- Hygiene/Ordnung/Alltagsbewältigung
- Wohnumfeld & Infrastruktur

Massnahmen

- Zahlreiche Lösungsansätze & Massnahmen, um mit instabilen Wohnsituationen zu beurteilen und zu unterstützen

Wünsche zum «Tool»

- Flexibilität & Individualität
- Einfache Anwendung & Benutzerfreundlichkeit
- Anschlussfähigkeit an bestehende Strukturen & Prozesse
- Konzept zur Anwendung

Projekt

Gemeindebasierte Netzwerke für autonomes Wohnen im Alter im Kanton Zürich

Ein Scoping Review

Hintergrund

Ausgangssituation	Die meisten älteren Menschen möchten zuhause alt werden. ^{4, 6, 9} Der Bedarf an Unterstützung und Begleitung für ältere und hochaltrige Menschen zuhause steigt.
Betreuungsnetzwerke	<i>Betreuungsnetzwerken</i> wird hierbei eine zentrale Rolle eingeräumt ^{10,11} . Dazu gehören sowohl Angebote des Gesundheitswesens (Spitex, Hausärzt:innen, Therapeut:innen), aber auch Angebote wie Entlastungs-, Mahlzeiten-, und Fahrdienste, Sozialarbeit, kirchliche Dienstleistungen u.a., sowie das familiäre und nachbarschaftliche Umfeld. .
Fragestellung	Solche Netzwerke entstehen nicht von alleine. Wie und von wem werden Betreuungsnetzwerke für zuhause Wohnende ältere Menschen mit Betreuungsbedarf im Kanton Zürich aufgebaut und gefördert?

Projektziel & Fragestellungen



Suche nach Konzepten, Strategien, Leitbildern, Projekten etc. von offizieller oder privater Seite, welche die Schaffung von Behandlungsnetzwerken im Kanton Zürich fördern.



Zusammenfassung und Analyse der Ergebnisse und Herausarbeiten von Schlüsselthemen



Workshop mit mit Vertretenden von Gemeinden, Spitex-Organisationen und anderen in der ambulanten Versorgung von älteren Menschen in der Region Zürich tätigen Schlüsselpersonen

Ergebnisse

Schlüsselthemen (Literaturrecherche)

- Koordination auf Ebene der Institutionen und Gesundheitsdienstleister
- “Anlaufstellen” und “Anlaufstellen+”
- Ansätze für Case Management
- Neue Wohnformen
- Allgemein: starke Heterogenität

Herausforderungen (Workshop)

- Unterschiedlichen Bedingungen innerhalb des Kantons
- Vorgaben wenig konkret
- Fehlende Nutzerfreundlichkeit
- Kaum aufsuchende Angebote
- Tabuthemen

Schlussfolgerungen/ Empfehlungen

- Vielversprechende Ansätze bestehen, aber noch viel Luft nach oben
- Politische Rahmenbedingungen und Vergütungsmodelle
- Neben der Koordination der Anbieter von Betreuungs- und Unterstützungsleistungen ist es auch wichtig, das Wohnumfeld älterer Menschen altersgerecht zu gestalten und neue Wohnformen zu fördern.

Weitere Projekte der AG Autonomes Altern

Entscheidungs-
prozesse zur
Beurteilung der
Stabilität von
Wohn-
situationen in
Alters-
wohnungen

Gemeinde-
basierte
Netzwerke

Digitale
Alltagshilfen
zur
Unterstützung
der Autonomie
im Alter

Konzept-
entwicklung
"Bewegungs-
beratung im
Quartier"

Türöffner-
innen im
Quartier

Barriere-
freiheit durch
lebenslange
Mobilität in
der
Gesellschaft
(BOPALiM)

Autonomie
für ältere
Menschen in
Winterthur

Kontakt

Dr. Tina Quasdorf

Institut für Pflege

tina.quasdorf@zhaw.ch

Thomas Ballmer

Institut für Ergotherapie

thomas.ballmer@zhaw.ch



Literatur

¹ Gerd Schneider / Christiane Toyka-Seid: Das junge Politik-Lexikon von www.hanisauland.de, Bonn: Bundeszentrale für politische Bildung 2025.

² Schaber, P. (2012). Menschenwürde und Selbstverfügung. Jahrbuch Für Recht Und Ethik / Annual Review of Law and Ethics, 20, 319–329.
<http://www.jstor.org/stable/43593913>

³ Rüegger, H. (2021). Würde und Autonomie im Alter : ethische Herausforderungen in der Pflege und Betreuung alter Menschen. Curaviva Schweiz.

⁴ Althaus, E., & Birrer, A. (2019). Zuhause alt werden : Chancen, Herausforderungen und Handlungsmöglichkeiten für Wohnungsanbieter. ETH Wohnform - ETH Case.

⁵ Binnette, J., & Farago, F. (2021). 2021 Home and Community Preference Survey: A National Survey of Adults Age 18-Plus. AARP Research.
<https://doi.org/10.26419/res.00479.001>

⁶ Wiles, J. L., Leibing, A., Guberman, N., Reeve, J., & Allen, R. E. S. (2011). The Meaning of “Aging in Place” to Older People. The Gerontologist, 52(3), 357-366. <https://doi.org/10.1093/geront/gnr098>

⁷ Höpflinger, F. (2020). Leben im Alter – aktuelle Feststellungen und zentrale Entwicklungen. Programm Socius (Ein Engagement der Age-Stiftung, Zürich).
https://www.age-stiftung.ch/fileadmin/user_upload/Publikationen/Hilfsmittel_und_Werkzeuge/Socius2_Leben_im_Alter_aktuelle_Feststellungen.pdf

⁸ Living Every Age (LEA) – Wohnen in jedem Alter. Abgerufen am 18.09.2025 auf <https://www.lea-label.ch>

⁹ Bundesrat. (2007). Strategie für eine schweizerische Alterspolitik - Bericht des Bundesrates in Erfüllung des Postulates Leutenegger Oberholzer (03.3541) vom 3. Oktober 2003. file:///C:/Users/quas/Downloads/strategie_fuer_eineschweizerischealterspolitik.pdf

¹⁰ Hanetseder, C. (2021). Caring Communities. Ihre Bedeutung für das SRK im Inland. Schweizerisches Rotes Kreuz.

¹¹ Knöpfel, C., Pardini, R., & Heinzmann, C. (2020). Wegweiser für gute Betreuung im Alter. Begriffsklärung und Leitlinien. Age-Stiftung, Beisheim Stiftung, MBF Foundation, Migros-Kulturprozent, Paul Schiller Stiftung, Walder Stiftung.