

# Altersgerechte Lebensräume

Liv Christensen und Marie Glaser

«Aging in Place», so lautet heute das favorisierte Leitkonzept der Alterspolitik. Wenn das selbstbestimmte Wohnen und der möglichst lange Verbleib in den eigenen vier Wänden gelingen sollen, muss gleichzeitig für ein Wohnumfeld gesorgt werden, das ansprechend und sicher ist und Begegnungen fördert.

Mit fortschreitendem Alter und eingeschränkter körperlicher Mobilität nimmt der Aktionsradius einer Person tendenziell ab. Umso bedeutender werden die nachbarschaftlichen Beziehungen und die Interaktionsmöglichkeiten in der Nähe.

*«Die Summe solch beiläufiger, öffentlicher Kontakte auf lokaler Basis – grösstenteils zufällig, mit Besorgungen verbunden, immer der einzelnen Person überlassen, niemals ihr aufgezwungen – ist ein Gefühl für die öffentliche Identität von Menschen, ist ein Gewebe öffentlicher gegenseitiger Achtung und gegenseitigen Vertrauens und bedeutet eventuellen Beistand in Zeiten persönlicher oder nachbarschaftlicher Bedrängnis.»<sup>1</sup>*

Die amerikanische Stadtforscherin Jane Jacobs hebt hervor, wie wichtig die vielen alltäglichen spontanen Begegnungen im Wohnumfeld und im Quartier sind und gerade in der Summe ihr Potenzial entfalten. Die positiven Auswirkungen von sozialen Netzwerken – gerade im hohen Alter und bei Beeinträchtigung – sind mehrfach belegt.<sup>2</sup> Damit Begegnungen und Kontakte spontan und unverbindlich entstehen können, braucht es Möglichkeitsräume auch ausserhalb der Wohnung.

In einer qualitativen Zürcher Fallstudie im Rahmen des internationalen Forschungsprojekts «Geographies of Age. Older people's access to housing and to urban life» haben wir Begegnungsräume in den Fokus genommen, die sich in einem immer grösser werdenden Umkreis von der Wohnung



Oben: Im Zürcher Hardaupark können ältere Menschen am Geschehen teilhaben, ohne sich aktiv beteiligen zu müssen.

Unten: Sitzgelegenheiten ermöglichen spontane Begegnungen unterwegs im Alltag.

respektive vom Haus aus befinden – von Schwellenräumen im unmittelbaren Wohnumfeld über Transiträume, die im Alltag durchquert werden, bis hin zu sogenannten «Dritten Orten» im Quartier.<sup>3</sup> Im Spannungsfeld zwischen gelebtem Alltag und gebautem Umfeld sind Begegnungsräume durch verschiedene Abstufungen von Öffentlichkeit gekennzeichnet. Vor diesem Hintergrund gingen wir der Frage nach, wo und wie informelle Begegnungen in öffentlichen und halböffentlichen Räumen im Quartier statt- oder eben nicht stattfinden und wie informelle Begegnungen besser sozial und räumlich unterstützt werden können.

Interviews und Begehungen mit älteren Bewohnerinnen und Bewohnern in zwei Zürcher Fallquartieren haben deutlich gemacht, dass dem Wohnquartier als Lebensmittelpunkt im Alter ein grosser Stellenwert beigemessen wird. Die informellen Begegnungen in verschiedensten öffentlichen und halböffentlichen Räumen tragen erheblich zum Wohlbefinden bei. Vom einfachen Grüssen im Flur über kleine Unterhaltungen im Bus bis hin zu Gesprächen im Quartierlokal erzeugen die losen Beziehungen eine verbindende identitätsstiftende Wirkung.

1 Jacobs (1993), S. 47.

2 Für einen Überblick siehe Cornwell/Schafer (2016).

3 Vgl. Christensen/Glaser (2019); Gabauer et al. (2021); Gardner (2011).

## Schwellenräume als Begegnungszonen

Als besonders wichtig haben sich Schwellenräume im unmittelbaren Wohnumfeld erwiesen. Sie ermöglichen Begegnungen und das Erlebnis sozialer Beziehung. Von der Wohnungstür zur Trottoirkante markieren Schwellenräume den Übergang zwischen innen und aussen, zwischen privat und öffentlich. Die Architektur und Gestaltung der Häuser und Siedlungen üben einen starken Einfluss auf die Begegnungsmöglichkeiten aus. Als besonders kontaktfördernd haben sich Eingangsbereiche, Waschküchen, Lifte, Laubengänge und Siedlungscafés im direkten Wohnumfeld herausgestellt. Hier spielen sich Begegnungen in unterschiedlicher Intensität ab: Man hat Sichtkontakt, grüsst sich, schwatzt ein paar Worte miteinander und nimmt so den Zustand des Gegenübers wahr.

Sogar kleine nonverbale Gesten transportieren das Gefühl, erkannt zu werden und eingebunden zu sein: «Auch wenn es nur ein Winken ist, ist es mir sehr wichtig. Es bedeutet mir Heimat, Geborgenheit», so eine Interviewpartnerin. Eine verbreitete nonverbale Praxis, die sich in den Schwellenräumen ereignet, ist die «Wohlauf-Kontrolle», die darin besteht, sich gegenseitig Tageszeitungen zu bringen. Eine Absenderin bemerkt zeitnah, wenn ein Empfänger die Zeitung im Briefkasten oder vor der Tür nicht mehr abholt und erkundigt sich nach ihm. Insbesondere in grösseren Wohnsiedlungen in der Innenstadt sind Eingangsbereiche mit Briefkastenanlagen wichtige Begegnungszonen. Viele Bewohnerinnen und Bewohner setzen sich dort hin, warten auf den Postboten und nutzen dies als Gelegenheit, um mit Passanten in Kontakt zu kommen. Im Eingangsbereich einer von uns untersuchten Alterssiedlung waren bis vor kurzem mehrere Stühle und Grünpflanzen platziert. Der Ort war bei den Bewohnerinnen und Bewohnern beliebt, um zu verweilen, beobachten und plaudern. Sie bedauerten sehr, dass die Stühle aus Brandschutzgründen entfernt werden mussten.

Unsere Studie zeigt auf, dass es in Anbetracht der abnehmenden Mobilität im Alter und dem weiter bestehenden Bedürfnis nach sozialer Interaktion wichtig ist, Schwellenräumen besondere Aufmerksamkeit zu schenken und sie hindernisfrei, aber darüber hinaus auch als Aufenthaltsräume und Begegnungszonen zu gestalten.

## Quartierbeiz als Wohnzimmer

Als wichtige «Dritte Orte» für ältere Menschen erwiesen sich Quartierbeizen (eine lokale Bar oder ein Restaurant), die über lange Zeiträume zu zentralen Treffpunkten herangewachsen sind. Quartieraufwertungsprozesse führten in den letzten Jahren in beiden Zürcher Fallquartieren dazu, dass beliebte Beizen neue Besitzer erhielten und sich stark wandelten oder gar schliessen mussten. Die Schliessung des letzten unter mehreren Restaurants in Witikon, einem der Fallquartiere, war für die Bewohnerinnen und Bewohner ein emotionales Ereignis und wurde als enormer Verlust wahrgenommen. Das Restaurant galt mit seinen Öffnungs-

## Résumé

« Aging in place » (vieillir chez soi) est désormais le concept directeur privilégié de la politique de la vieillesse. Le revers de la médaille de cette vie indépendante est l'isolement social. Les rencontres quotidiennes et spontanées dans l'environnement de vie et dans le voisinage permettent de contrecarrer cette tendance : les effets positifs des réseaux sociaux – en particulier chez les personnes âgées et souffrant de handicaps – ont été maintes fois prouvés. Pour que les rencontres et les contacts se développent spontanément et sans obligation, il faut cependant qu'il y ait des espaces favorisant ces occasions en dehors du logement. Les espaces de seuil ou de transition (« Schwellenräume » en allemand) entre l'intérieur et l'extérieur jouent ici un rôle important, tout comme les bistros de quartier qui peuvent servir de « troisième lieu » ou de prolongement du salon. Cela dit, les espaces à eux seuls ne suffisent pas ; des mesures pour aménager de manière flexible les immeubles et leurs environs afin de favoriser les rencontres et d'activer les réseaux sont indispensables.

Au-delà du travail formalisé pour les personnes âgées, la géographie informelle et quotidienne de la vieillesse peut ouvrir une perspective de « Aging in place », mettant en lumière des éléments jusqu'alors cachés mais néanmoins essentiels pour des espaces de vie adaptés à l'âge.

zeiten quasi als Wohnzimmer des Quartiers und diente als Treffpunkt für Jung und Alt. Sonntags war es für Alleinlebende und Verwitwete eine wichtige Anlaufstelle. Nach der Schliessung stieg die Nachfrage nach organisierten Mahlzeitdiensten im Quartier («Essen auf Rädern»); die logische Folge war, dass ältere Personen weniger aus dem Haus gingen und sich ihre Gelegenheiten für Begegnungen mit anderen Menschen reduzierten.

Das Quartier Hard, das zweite Fallquartier, liegt in der Innenstadt und hat eine hohe Dichte an Cafés und Restaurants. Doch auch hier werden kostengünstige Beizen vermisst, die auch und gerade für ältere Menschen attraktiv sind. Im Zuge von Gentrifizierungsprozessen der letzten Jahre zieht zunehmend ein jüngeres, hippestes Bewohnersegment mit neuer Kaufkraft ein und die Mietpreise im Quartier sind gestiegen. Entsprechend hat sich das Angebot der gastronomischen Betriebe verändert: Es ist geprägt von exotischem Essen, gestiegenen Preisen, lauter Musik und jungem Servicepersonal. Viele der älteren Gesprächspartnerinnen und -partner im Quartier fühlen sich von einem solchen Angebot nicht angesprochen, sie haben Mühe mit dem Lärmpegel und der «Du-Kultur». Zudem übersteigen die Preise oft ihr Budget.

Quartierbeizen, die sich über Jahre institutionalisiert haben und zu einem festen Bestandteil des Quartierlebens geworden sind, lassen sie sich nicht so einfach durch neue soziokulturelle Angebote ersetzen. Unserer Einschätzung

nach ist es wichtig, diese gastronomischen Treffpunkte als wichtige Begegnungs- und Sozialräume zu erkennen, sie möglichst zu erhalten und gegebenenfalls zu unterstützen.

Weiter geht aus unserer Studie hervor, dass die Teilhabe am gesellschaftlichen städtischen Leben in den späten Lebensjahren sehr hoch gewichtet wird. In beiden Quartieren schätzen es die meisten Befragten, unter die Leute zu kommen und sich an belebten Orten aufzuhalten. Dabei ist es ihnen wichtig, am städtischen Geschehen teilhaben zu können, ohne sich aktiv beteiligen zu müssen. Zum Beispiel, indem sie auf einer Parkbank oder in einem Strassencafé Passanten beobachten. Um die gesellschaftliche Teilhabe an «Dritten Orten» zu gewährleisten, ist es angesichts der potentiellen Armutsgefährdung im Alter sehr wichtig, für niederschwellige Angebote und Begegnungsräume ohne Konsumzwang im Innenraum und Aussenraum zu sorgen.

## Räume allein genügen nicht

Ältere Menschen sind eine ebenso heterogene Gruppe wie Menschen jeden anderen Alters. Inwiefern Begegnungsräume genutzt werden, ist daher immer auch von individuellen Ressourcen und Vorlieben abhängig. Auch wenn unter den Befragten der Studie keine Direktbetroffene waren, kam in den Interviews zum Ausdruck, dass es einen beachtlichen Anteil älterer Menschen gibt, die unfreiwillig einsam und isoliert leben. Ein Teil der älteren Befragten berichtete von Nachbarinnen und Nachbarn, die das Haus kaum verlassen und zu denen sie ohne Erfolg versucht hatten, Kontakt aufzubauen. Expertinnen und Experten, die wir befragten, kommen häufig mit älteren Menschen in Berührung, die ungewollt ein zurückgezogenes Leben führen und von Einsamkeit betroffen sind.

Wie können diese Menschen erreicht werden? Eine Möglichkeit bietet eine Altersarbeit, welche die Betroffenen gezielt abholt und untereinander vernetzt. «Es braucht diese Initialzündung», betonte ein Quartierarzt im Interview. Hauswarte mit sozialen Zusatzaufgaben beispielsweise können hier eine wichtige Funktion übernehmen.

Die Kehrseite des selbstbestimmten Wohnens ist die soziale Isolation. Gebaute Begegnungsräume allein reichen als Gegenmassnahme nicht aus; vielmehr bedarf es sozialräumlicher Investitionen, Massnahmen zur Aktivierung von Netzwerken und die Bespielung von Liegenschaften. Über die formalisierte Altersarbeit hinaus können die informellen und alltäglichen Geografien des Alters eine Perspektive auf «Aging in Place» eröffnen, die bislang eher verborgene, aber essenzielle Elemente von altersgerechten Lebensräumen zum Vorschein kommen lassen.<sup>4</sup>

## Literatur

- Christensen, Liv und Marie Glaser (2019): Geographies of Age – Altersfreundliche Lebensräume in der Stadt. Zürcher Fallstudie im Rahmen eines internationalen Forschungsprojekts. Teilbericht ETH, Zürich.
- Cornwell, Benjamin und Markus H. Schafer (2016): Social Networks in Later Life, in: George, Linda und Kenneth Ferraro (Hg.): Handbook of Aging and the Social Sciences, 8. Ausg., S. 181–201.
- Gabauer, Angelika et al. (2021, im Erscheinen): Geographies of Age: Everyday Dimensions of Care in Stockholm, Vienna and Zürich, in: Ebd. (Hg.): Care. New Perspectives in Urban Studies and Planning Theory, New York.
- Gardner, Paula (2011): Natural neighborhood networks – Important social networks in the lives of older adults aging in place, in: Journal of Aging Studies, 25,3, S. 263–271.
- Jacobs, Jane (1993): Tod und Leben grosser amerikanischer Städte (Bauwelt Fundamente 4), Braunschweig (erstmalig 1963).

## Links

[www.wohnforum.arch.ethz.ch](http://www.wohnforum.arch.ethz.ch)

## DOI

10.5281/zenodo.3979067

## Zu den Autorinnen

Marie Glaser leitet das ETH Wohnforum – ETH Case (Centre for Research on Architecture, Society & the Built Environment) am Departement Architektur der ETH Zürich. Sie forscht und lehrt zur Kultur- und Sozialgeschichte des Wohnens mit Schwerpunkt auf der sozialen Nachhaltigkeit in der Stadt- und Quartierentwicklung. Ihre Arbeit richtet sich insbesondere auf Qualitäten und Fragen des Zugangs zu Wohnraum für verschiedene soziale Gruppen, soziale Innovationen und neue Modelle im Wohnen.

Liv Christensen ist wissenschaftliche Mitarbeiterin am ETH Wohnforum - ETH Case der ETH Zürich. Zu ihren Forschungsschwerpunkten gehören Stadt- und Wohnforschung, altersfreundliche Lebensräume, urbane Eventkulturen sowie digitale Nachbarschaften.



4 Gabauer et al. (2021).