

Umbau aus altersgerechter Perspektive



«Zufrieden Wohnen im Alter», Impuls: Dem Haus ein neues Leben geben

Mittwoch, 19. August 2026

David B. Fässler, Fred GmbH



Dienstleistungen fürs Leben & Wohnen im besten Alter
Analysen, Strategien, Realisierung
www.fredpartner.ch

Ihr Partner für Wohnraumentwicklung – Fokus ältere Bevölkerung

Dienstleistungen für Gemeinden, Investoren und Bauherrschaften, u.a.:

- Strategieentwicklung für Wohn- und Sozialräume
- Mitwirkung als Experte in Projektwettbewerben, Studienaufträgen
- Bauherrenbegleitung in Bauprojekten (Studienphase bis Umsetzung)

Mitglied von

- **SIA**, Schweizerischer Ingenieur- und Architektenverein
- **Maneco**, Fachverein für Management & Ökonomie im Bauwesen
- **Wohnen Schweiz**, Kompetenzzentrum Wohnen im Alter, zuständig für Strategie & Gerontologie
- **Gerontologie CH**, Initiant Arbeitsgruppe Leben und Wohnen
- **Age-Stiftung**, Mitglied Begleitgremium Age-Report V



Dienstleistungen fürs Leben & Wohnen im besten Alter
Analysen, Strategien, Realisierung
www.fredpartner.ch



Einwohnergemeinde Reinach BL



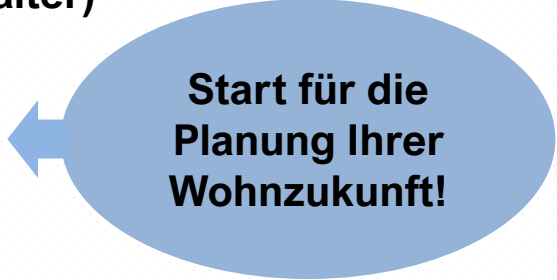
Privater Bauherr, vom EFH zum MFH



Publica, Dübendorf ZH

Planung der Wohnzukunft: wann?

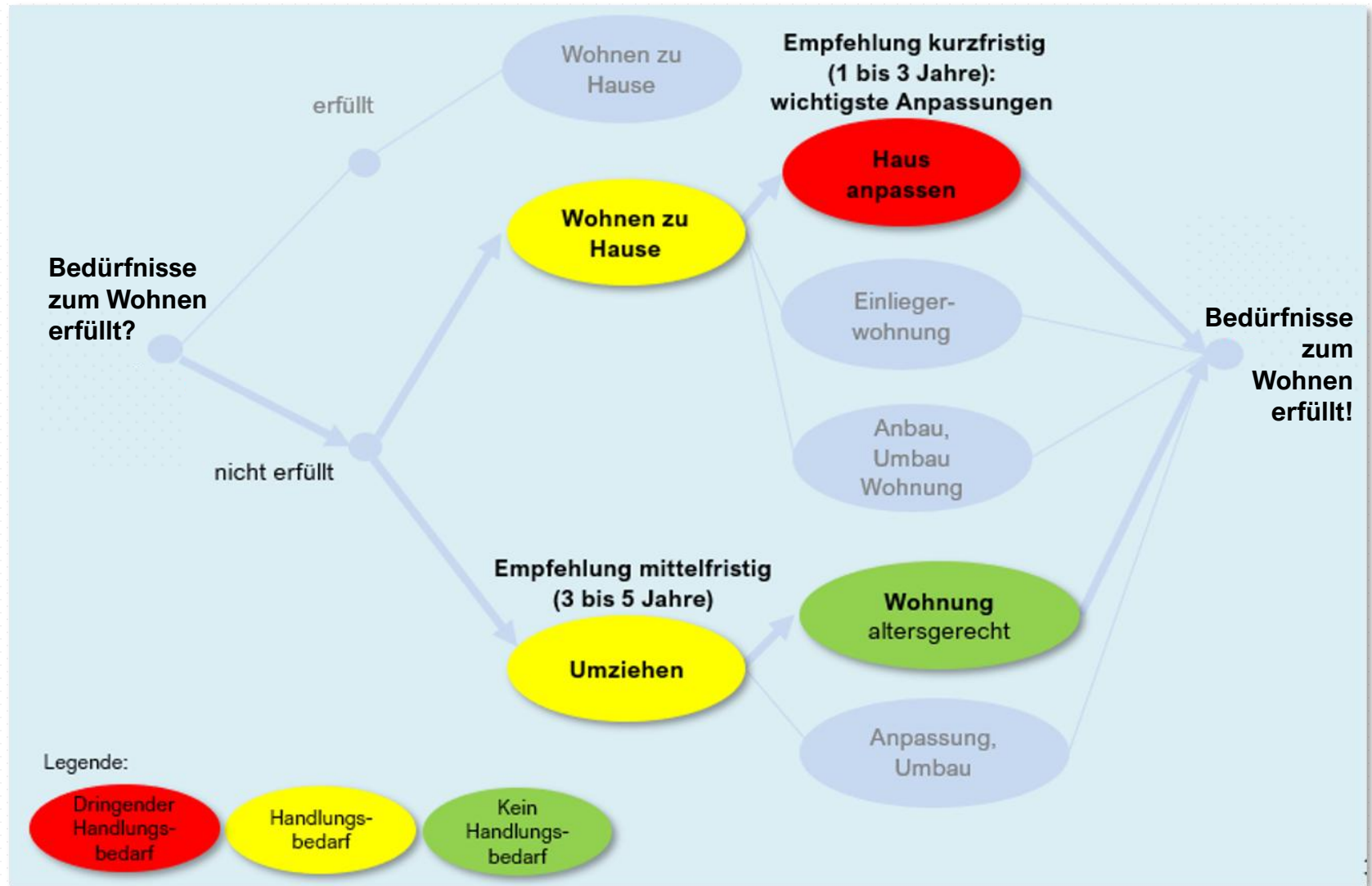
- **Erwerbstätige als ‘Sandwichgeneration’ (45+)**
Beruf & Familie (Kinder in Pubertät, Altern der Eltern)
- **‘junge Alte’: Rüstiges Alter (ca. 60-79, drittes Lebensalter)**
Neuorientierung, mehr Freizeit, weniger Beruf
 - Hohe Verhaltenskompetenz
 - Geringe Morbidität
 - Wenig Verlusterfahrungen (ausser Rollenverlust)
 - Gute Kompensationsmöglichkeiten
- **‘alte Alte’: Hohes Alter (ca. 80+, viertes Lebensalter)**
Vermehrte Beschwerden und Einschränkungen und Pflegebedürftigkeit
 - Funktionseinbussen, erhöhtes Risiko der Hilfsbedürftigkeit
 - Erhöhtes Risiko der Multimorbidität
 - Häufung von Verlusterfahrungen
 - Geringere Anpassungsfähigkeit



**Start für die
Planung Ihrer
Wohnzukunft!**

Quelle: Wahl, Höpflinger, eigene Darstellung

Wichtig: Frage stellen, ob ein Umzug in ein neues Zuhause opportun ist

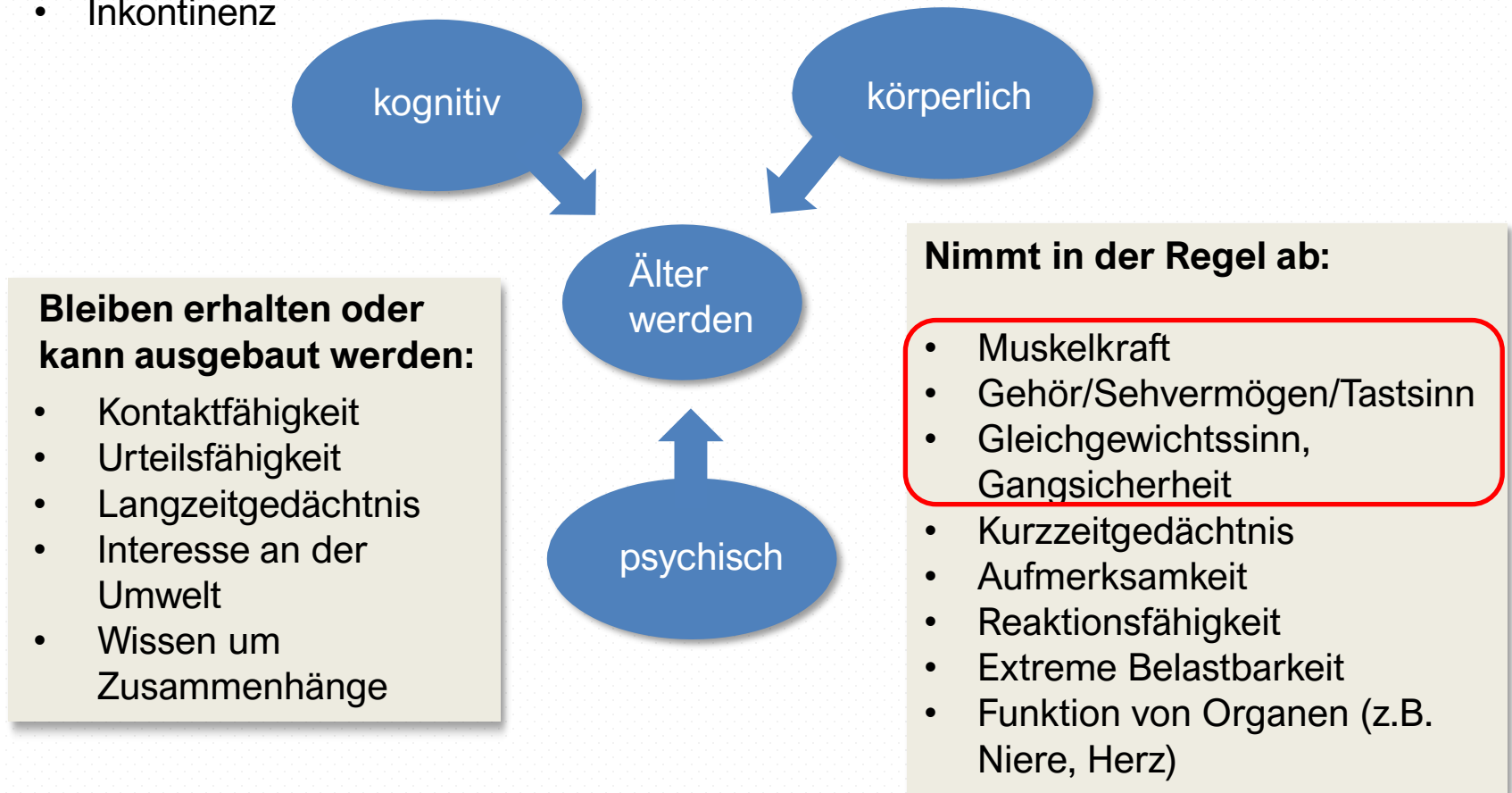


Quelle: Fred GmbH

Auswirkungen des Alterns auf vorhandene Ressourcen

Symptomkombinationen (Syndrom):

- Intellektueller Abbau
- Instabilität (Folge: Stürze)
- Immobilität
- Inkontinenz

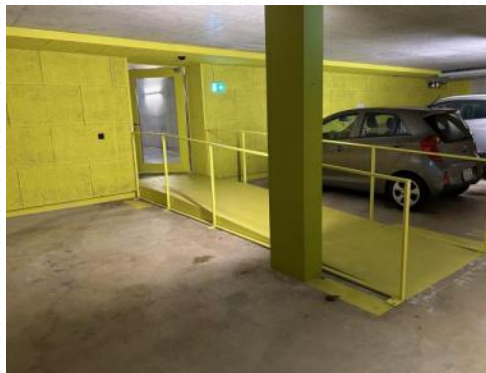


Bauliche Anforderungen: Beispiele Screening Wohnhaus

Kriterium	Beispiele	Benefit
Unterstützung Bewegungsfreiheit	• Lift • Keine Stufen und Schwellen • Türen genügend breit • Rutschhemmende Bodenbeläge • Handläufe im Treppenhaus • Haltegriffe in Nasszellen	→ Unterstützung Autonomie und Selbständigkeit → Förderung des Sicherheitsempfindens: Sturzprävention wird mit zunehmendem Alter wichtig
Sicherheit, Lichtverhältnisse, Orientierung	• übersichtliche Wohnungsumgebung • Gute Beleuchtung, insbesondere UG, Eingangsbereich, Treppenhaus • Gegensprechanlage mit Videofunktion • Sonnenschutz auf dem Balkon	→ Sturzprävention → Steigerung Wohlbefinden und Sicherheit
Ergonomie, Haptik	• Storen, Rollos, Markise elektrisch bedienbar • Arbeitsflächen auf optimaler Höhe (Küche) • Lange Türgriffe, keine Knöpfe • Fenster lassen sich gut öffnen • Schrankgriffe mit u-förmigen Griffen	→ Unterstützung von Autonomie und Selbständigkeit → Steigerung Lebensqualität für alle Generationen

Zugang zum Haus, Treppenhaus

- Mehrere Stufen zum Haus: beidseitig Handlauf installieren
- Ausreichend Beleuchtung sicherstellen (mit Bewegungsmelder)
- Auf der gegenüberliegenden Seite des Geländers zusätzlich einen Handlauf montieren
- Auf ausreichend Beleuchtung achten und Stufenvorderkanten markieren
- Gegensprechanlage mit Videobildschirm installieren



Bilder: Fred GmbH

Küche: ausgewählte Details

- Auf gute Ausleuchtung der Arbeitsfläche (nicht spiegelnd) achten
- Drehschalter mit gut lesbarer Schrift wählen
- Armaturen mit Einhebelmischer sind leicht bedienbar
- Ausziehbare Schubladen ermöglichen Übersicht
- Wenn möglich Arbeitsfläche zum Sitzen



Bilder: Fred GmbH

Dusche: anpassbare Dusche für selbständige Körperpflege

- Badewanne durch (wenn möglich) bodengleiche Dusche ersetzen
- Duschgleitstange und Badetuchstange dienen gleichzeitig als Haltegriff
- bei Bedarf Sitzmöglichkeit in der Dusche schaffen
- gute Beleuchtung sicherstellen



Bilder: Fred GmbH

WC und Lavabo: einfache Massnahmen für mehr Komfort

- Bei Bedarf Haltegriffe installieren
- Dusch-WC steigert Komfort (Stromanschluss einplanen)
- Genügend Ablagefläche sicherstellen
- Steckdosen auf Arbeitshöhe installieren



Bilder: Fred GmbH

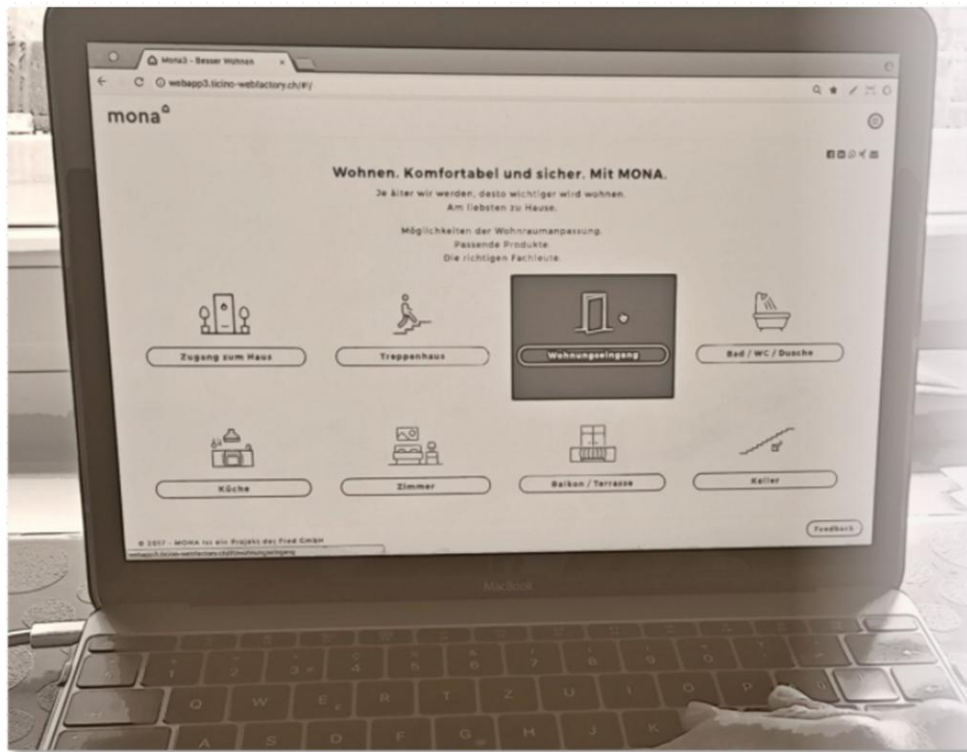
Balkon und Terrasse: Hitzeschilder werden wichtiger denn je

- genügend breite Balkontüre vorsehen
- wenn Schwelle, dann mobile Rampe installieren
- lange Türgriffe erleichtern das Öffnen
- für guten Sonnen- (und Windschutz) sorgen



Bilder: Fred GmbH

Per Klick sehen, wie man die Wohnung anpassen kann – mit Mona-Tool



mona 

www.mona-tool.ch

Initiant und
Umsetzung:

fred 

**Age —
Stiftung**
Wohnen und
Älterwerden

Zentrum für Gerontologie
an der Universität Zürich



**Universität
Zürich** ^{UZH}

**bfu
bpa
upi**

Fragen und Diskussion – viel Erfolg bei der Planung Ihrer Wohnzukunft



Illustration: Anna Sommer

Wir unterstützen Sie gerne bei Ihrem Vorhaben –
kontaktieren Sie uns für ein unverbindliches Gespräch



Dienstleistungen fürs Leben & Wohnen im besten Alter
Analysen, Strategien, Realisierung
www.fredpartner.ch

Fred GmbH
Neugasse 83
8005 Zürich

David B. Fässler
david.faessler@fredpartner.ch
Mobile 079/366 56 06