

WOHN UMFELD

**NUTZUNG
QUALITÄT
PLANUNG**



Raimund Kemper, Christian Reutlinger, Joachim Schöffel

WOHNUMFELDQUALITÄT FÜR ÄLTERE MENSCHEN

Susanne Karn

Mit dem demografischen Wandel werden die Menschen älter und bleiben länger aktiv. Jedoch werden Freiräume in Städten und Gemeinden als räumliche Barriere für die ältere Bevölkerung als geistig und körperlich beeinträchtigte Menschen betrachtet und nach Standards der Barrierefreiheit und Sicherheit geplant und gestaltet. Das wird weder den Bedürfnissen der älteren Bevölkerung nach gesellschaftlicher Teilhabe noch der Bedeutung des Wohnumfelds für die ältere Bevölkerung gerecht. Das Wissen um diese Bedeutung und entsprechende Qualitätskriterien für ein altersgerechtes Wohnumfeld ist schon lange vorhanden. Erforderlich ist ein Perspektivenwechsel von einer Defizit- zu einer Potenzialperspektive auf ältere Menschen in der Wohnumfeldplanung.

1. PERSPEKTIVEN DER LANDSCHAFTSARCHITEKTUR

Die Möglichkeiten, Ausgleich vom Alltag zu finden oder alltägliche Erledigungen und Arbeitswege auf angenehme Weise in Freiräumen zu verrichten, sind je nach Wohnquartier sehr unterschiedlich und sie sind auch für verschiedene Nutzerinnen- und Nutzergruppen unterschiedlich. Die Gestaltung der Freiräume selbst kann bestimmte Nutzerinnen und Nutzer aus- oder einladen, ihren Ansprüchen und Interessen mehr oder weniger entgegenkommen.

Die Bedeutung des Wohnumfelds für mobilitäts- eingeschränkte Betagte und die daraus folgenden Anforderungen an die Wohnumfeldgestaltung sind bereits lange bekannt. Stoneham und Thoday betonten 1994, dass für ältere Menschen der passive Genuss von Gärten und Landschaften eine zunehmende Bedeutung erhält. Die Reduktion des Aktionsradius und sozialen Umfelds, die nicht für alle, aber für viele ältere Menschen Realität werde, wurde von ihnen analysiert und Ansprüche an das Wohnumfeld bereits differenziert beschrieben: «Younger people generally have the opportunity to experience a range of environments, through work and

recreation. Whilst there are elderly people who continue to enjoy good health and activity, for many others increasing age leads to limited physical mobility and social horizons and an increased reliance on the domestic setting for interest, visual stimulation and activity. For some the home becomes their entire life with limited opportunities for contact with the outside world. [...] A well-designed outdoor environment can contribute to quality of life by increasing opportunities for activities and interests, extending social horizons, and breaking feelings of isolation from the outside world»(S. 17).

Diese und weitere Publikationen haben in den letzten 30 Jahren sowohl zu Leitzielen für die Stadtentwicklung als auch zu intensiver Forschung geführt (siehe dazu die folgenden Kapitel). Beides hat die herausragende Bedeutung des Wohnumfelds weiter bekannt und die Zusammenhänge zwischen gebautem Raum und sozialem Raum verständlicher gemacht. Unter dem Motto «Altersgerechte Städte» proklamierte z. B. der Actionplan der Weltgesundheitsorganisation WHO fünf strategische Ziele für die Stadtentwicklung zwischen 2016–20 als Antwort auf die Alterung vieler Gesellschaften in der ganzen Welt (vgl. WHO 2017). Die Gesundheit und Lebenszufriedenheit für alte Menschen sollte stärker in den Fokus genommen werden. Darunter war auch das Ziel der Entwicklung altersfreundlicher Wohnumfelder (age-friendly environments). In einem Leitfaden der WHO wurden bereits 2007 wichtige Ansatzpunkte zusammengefasst, die auf den Erfahrungen und der Perspektive einiger Städte aufbauten: ansprechende und saubere Freiräume, hohe Bedeutung von grünen Freiräumen, Plätze zum Ausruhen, altersfreundliche Wegebeläge, sichere Fussgängerüberquerungen, Zugänglichkeit, sicheres Umfeld, Fussgänger- und Radwege, altersfreundliche Gebäude, barrierefreie öffentliche Toiletten und altersfreundlicher Kundendienst (Wartezeiten für Service, Ausstattung mit Läden des täglichen Bedarfs) (vgl. WHO 2007, S. 12–17). Das schuf eine wichtige Basis für die Anpassungen städtischer Räume an die Bedürfnisse älterer Menschen.

Die Altersentwicklung in der Schweiz gibt auch hierzulande Anlass zur Überprüfung der Lebensqualität älterer Menschen in Wohn- und Mischgebieten. Schätzungen des Bundes gehen davon aus, dass im Jahr 2030 über 2.2 Millionen Schweizer und Schweizerinnen zu der Gruppe der Seniorinnen und Senioren zählen werden (vgl. BFS 2015, S. 5). Die Gründung eines Schweizer Netzwerk «Altersgerechte Städte» zeigt, dass man sich der Herausforderungen auf kommunaler Ebene bewusst ist. Die Sensibilität für das Altern in Städten

und Gemeinden hat Auswirkungen auf Wirtschaft und Gesellschaft. Da der Ort, an dem ein Mensch altert, entscheidend dazu beiträgt, wie er altert, empfiehlt auch die Akademiegruppe Altern in Deutschland (2009) die Orientierung an den Grundsätzen der nachhaltigen Regional- und Stadtentwicklung und am Modell einer «Stadt der kurzen Wege». Mobilität, Wohnumfeld und die Sicherung von Gestaltungsspielräumen auf Ebene der Gemeinde seien wichtige Handlungsfelder (vgl. S. 65). Nach Einschätzung der Autoreninnen und Autoren kann die Alterung der Gesellschaft dann als «gewonnene Jahre» für Gesellschaft und Wirtschaft nutzbar gemacht werden, also statt einer Bedrohung für Wohlstand und Produktivität zu einer Chance werden, wenn ein entschlossener «Umbau von Strukturen in unterschiedlichen Lebensbereichen», der als «fundamentale Herausforderung» zu bezeichnen sei, gelingt (vgl. ebd. S. 21 f.). «Eine solche Alterssensibilität wird zunehmend zu einem Faktor, der Attraktivität und Zukunftschancen von Kommunen mitbestimmt» (ebd. S. 65).

Dazu sei die «Verknüpfung von wohnungs- und städtebaulichen Perspektiven» in vielen Wohngebieten unzureichend und der Aufbau eines förderlichen Wohnumfelds zentral. «Ein aktivierendes Wohnumfeld ist erwünscht, das Freizeitangebote, Geschäfte und «grüne» Räume auf kurze Entfernung umfasst». Die Bildung von sozialen Netzen und die verantwortungsvolle Teilhabe der Alten an der Gestaltung ihres Lebensraums müssten zentrale Anliegen sein (vgl. ebd. S. 66).

Der demographische Wandel macht es also notwendig, dass die Landschaftsarchitektur die Gestaltung des Wohnumfelds mit einer erhöhten Aufmerksamkeit für die Altersgruppen von Seniorinnen und Senioren und Hochbetagten entwickelt. Überkommene Altersbilder und Sichtweisen über Verhalten und Ansprüche im Alter müssen überprüft werden. Auch wird deutlich, dass lokal angemessene Lösungen für das Wohnumfeld nur durch eine transdisziplinäre Zusammenarbeit der Fachgebiete und Akteure aus den Bereichen Soziales, Bau und Freiraum entwickelt werden können.

Der folgende Text zeigt die Bedeutung der Freiräume und der Natur in Bezug auf ältere Menschen. Es wird ein Überblick über die wichtigsten Merkmale eines altersgerechten Wohnumfelds insbesondere im Kontext der Innenentwicklung gegeben und an einigen Beispielen verdeutlicht.

1.1 ALTE MENSCHEN ALS NUTZENDENGRUPPE – ALTERSBILDER IM WANDEL

Alte Menschen sind als Nutzerinnen und Nutzer in vielen Freiräumen nicht ihrem Bevölkerungsanteil entsprechend vertreten, was nachdenklich machen muss. Das Wohnumfeld vieler Quartiere scheint alte Menschen nicht so anzusprechen, dass sie es in ihrem Alltag mehr als nur für tägliche Erledigungen nutzen würden. Wer sind die aktuellen und zukünftigen Alten und was kann man zu ihren Ansprüchen an den Freiraum allgemein sagen?

In der Planung verstand man alte Menschen früher vor allem als mobilitätseingeschränkte Gruppe von Nutzerinnen und Nutzern und zielte bei der Gestaltung altersgerechter Freiräume auf angemessene bauliche Standards wie etwa rutschfeste Wegebeläge, Bordsteinabsenkungen und sichere Übergänge. Diese quasi technischen Verbesserungen flossen in Normen zur Barrierefreiheit ein und sind heute Standard. Massnahmen der Sozial- und Gemeinwesenarbeit zielten demgegenüber oft losgelöst von der Freiraumentwicklung darauf ab, die Versorgung mit sozialen und medizinischen Einrichtungen zu verbessern. Dies alles führte selten zu mehr Freiluftleben bei älteren Menschen. Unterschiedliche Restriktionen auf sozialer und räumlicher Ebene führen vielfach nach wie vor dazu, dass viele Menschen mit zunehmendem Alter die Freiräume seltener besuchen.

Heute weiss man einerseits, dass es sich bei den Älteren um eine sehr heterogene und zunehmend selbstbewusste Altersgruppe mit recht unterschiedlichen körperlichen, sozialen und finanziellen Ressourcen handelt (vgl. Sinning 2017, S. 13–16). Altern ist ein Prozess mit individuell unterschiedlicher Geschwindigkeit, der viele Jahre guter Gesundheit und aktiver Lebensweise bis hin zu Zeiten altersbedingter Einschränkungen umfasst. Das Verständnis vom Altern ist zudem sehr grundsätzlich zu überdenken: «Die Vorstellung, fast ein Drittel des Lebens, etwa zwischen 60 und 85 Jahren, ausschliesslich mit «Ausruhen» zu verbringen, grenzt die älteren Menschen gesellschaftlich aus» (Akademiegruppe Altern in Deutschland 2009, S. 39). Altersgerechte Stadt- und Freiraumentwicklung muss somit auch die Themen von Identität und Teilhabe berücksichtigen.

Einflussfaktoren wie Haushalts- und Familienform, gesundheitliche Einschränkungen, finanzielle Situation, Freizeitverhalten, soziale Netzwerke und Werte-

muster werden von H. Sinning (2017) als differenzierende Faktoren für die heterogene Gruppe der Älteren genannt (vgl. S. 13). «Lebenslagen differenzieren sich im Alter entsprechend der Einflussfaktoren weiter aus, und es zeigen sich unterschiedliche Bedarfe an das Wohnen im Quartier» (ebd.).

Altersbedingte Einschränkungen führen ab einem individuell unterschiedlichen Zeitpunkt dazu, dass das Wohnen in den eigenen vier Wänden, Alltagsbewältigung und Freizeit auf familiäre, nachbarschaftliche und medizinische Hilfe aufbauen müsste und die bauliche Umwelt auf die Einschränkungen angepasst sein sollte. Das betrifft sinnliche und motorische Fähigkeiten: verminderte Sehfähigkeit, Hörfähigkeit, Gehfähigkeit, sensomotorische Fähigkeiten sowie ein verringertes Tastsinn (vgl. ebd. S. 19). Es entstehen daraus häufig weitere Unsicherheiten, mangelndes Vertrauen in die eigene körperliche Leistung bis hin zu verminderter Selbstvertrauen, wodurch auch soziale Kontakte reduziert sein können (vgl. Stoneham und Thoday 1994, S. 19–21). Spezielle Anforderungen müssen bei verschiedenen Krankheiten berücksichtigt werden, so etwa bei Demenz. Ist es im frühen Stadium vor allem die Toleranz und Teilhabe im altersgerechten Wohnumfeld des Quartiers, so sind im späteren Stadium spezielle Anforderungen für die räumliche Ausgestaltung spezifischer Demenzgärten an Alters- und Pflegeheimen zu berücksichtigen (vgl. u. a. Föhn und Dietrich 2013).

Wie werden sich Wertemuster und die damit einhergehenden Lebensstile in Zukunft verändern? Die Zunahme der Alleinstehenden insbesondere bei Frauen in der Altersgruppe über 80 ist bekannt. Weniger bekannt ist der Trend, dass in Zukunft mit einer grösseren Vielfalt an familiären und nichtfamiliären Lebensformen zu rechnen ist und sich auch Milieus verschieben. Jahrgänge die zukünftig ins Seniorenalter gelangen, werden durch andere Lebensstile geprägt sein als die heutigen. Traditionelle und konservativ-etablierte Milieus werden in Deutschland bis 2035 als rückläufig prognostiziert (vgl. Hallenberg 2017, S. 42; Sinning 2017, S. 13). Unter den «neuen Alten» können sich auch vermehrt Menschen befinden, die sich ein Engagement in Bürgerprojekten im Freiraum vorstellen können oder damit bereits Erfahrungen gemacht haben.

1.2 WOHNUMFELD-QUALITÄTEN, ERKENNTNISSE ZU SPEZIFISCHEN ANSPRÜCHEN IM FREIRAUM

Trotz der Vielfalt an Lebenslagen und Lebensstilen kommen aktuelle wissenschaftliche Arbeiten, die sich mit den Ansprüchen und Aktivitäten älterer Menschen in grünen Freiräumen befassen, auf wiederkehrende zentrale Themen, die für die Planung und Gestaltung von Bedeutung sind. Über unterschiedliche kulturelle Kontexte hinweg seien für ältere Menschen besonders die landschaftlichen und vegetativen Besonderheiten der Freiräume, Infrastruktur und Ausstattung, Pflege und Zugänglichkeit von Bedeutung.¹⁴ Je nachdem, in welchem Freiraum sich ältere Menschen aufhalten, könnten verschiedene Vorlieben für die Qualitäten der Grünräume besonders relevant werden: In Quartiersfreiräumen seien ältere Menschen besonders interessiert an einer guten Anbindung und Erreichbarkeit, guter Luftqualität, geringer Lärmbelastung und lokalem Gewerbe. In institutionellen Umfeldern seien die Bewohnenden an jahreszeitlichen Veränderungen im Freiraum, offenen Aussichten und angemessenem Schatten interessiert. In Parks seien es vor allem die Themen Sicherheit, Natürlichkeit (naturalness) und Ästhetik (vgl. Wen et al. 2018, S. 591). Je nach den Aktivitäten im Freiraum sind Erwartungen an die Charakteristika der Freiräume bei allen Nutzenden zudem generell unterschiedlich. So zeigen sich auch bei den Studien mit älteren Menschen, dass es keine absoluten Vorlieben gibt, sondern für die Art der Aktivitäten bestimmte, dafür passende Anlagen oder Bereiche aufgesucht werden.

Eine angemessene Ausstattung für die Aktivitäten älterer Menschen wie Spazieren gehen, Sitzen oder die Nutzung von Bewegungsgeräten ermöglichen nicht nur eine Freizeitbeschäftigung. Es brauche diese als Grund und Motivation, sich überhaupt im öffentlichen Freiraum aufzuhalten und dadurch soziale Interaktionen zu ermöglichen. Dies sei möglicherweise noch wichtiger, als die räumlichen Merkmale der Anlage (vgl. Cohen et al. 2009). Der interessanten Frage, welche Faktoren im Freiraum zu besseren sozialen Kontakten bei älteren Menschen beitragen, widmete sich eine umfangreiche Studie in den Niederlanden 2014 (vgl. Kempermann und Timmermans). Die Autorinnen und Autoren arbeiteten her-

aus, dass soziale Kontakt zwischen Nachbarn durch die Verfügbarkeit von Grünräumen beeinflusst werden. (Es wurde eine Distanz von 100 m von der Wohnung gesetzt.) Grünräume unterstützen soziale Kontakte in der Nachbarschaft. Zudem seien Sicherheit und Pflege der Grünflächen wichtig. Die Autorinnen und Autoren schlussfolgern, dass eine hohe Qualität der Grünräume soziale Kontakte zwischen Nachbarn und die Integration älterer Menschen stärkt (vgl. ebd. S. 44).

Die Möglichkeit zum «Do it yourself-Gärtnern» untersuchten weitere Studien mit dem Ergebnis, dass es gerade für Ältere ein wichtiges Angebot in Freiräumen sei. Mit Tätigkeiten in Gärten würden Kreativität sowie Identität und Teilhabe, die in vielen Grünräumen sonst nicht im Fokus ständen, gefördert (vgl. Wen et al. 2018, S. 591). Darüber hinaus werde die generelle Gesundheit und Lebensqualität, die körperliche Fitness und Flexibilität, die geistigen Fähigkeiten gestärkt und die Integration gefördert (vgl. Wang und MacMillan 2013, S. 153). Gärtnerische Tätigkeiten seien für urbane und ländliche Gemeinden sowohl für individuelle Aktivität als auch für Aktivitäten in der Gruppe empfehlenswert. Das Gärtnern älterer Menschen in gemeinschaftlicher Form wurde auch in einem Forschungsprojekt unter Leitung von P. Hagen an der ZHAW untersucht. Ein Wohnprojekt mit gemeinsamem Garten wurde durch die Forscherinnen und Forschern begleitet und die positiven Wirkungen auf die Lebensqualität der Bewohnerschaft dokumentiert (vgl. Hagen Hodgson und Linsi 2016).

An englischen Altersinstitutionen zeigte sich jedoch noch in den 1990er Jahren, dass die Bewohnerinnen und Bewohner, obwohl sie ihr Leben lang zu Hause einen Garten hatten, in der Befragung zum Aussenraum der Alterseinrichtung meist antworteten, selten oder nie zu gärtnern oder Blumen zu pflücken (vgl. Stoneham 1997, S. 25). Nur etwa 35 % gaben an, noch häufig im Garten zu sitzen. Die Umfelder der beteiligten 100 Heime waren weithin anerkannt als Institutionen mit sehr guten Aussenräumen. Dennoch zeugte die passive Haltung der Bewohnerinnen und Bewohner teils von sozialen Barrieren und war zum Teil auch auf die institutionelle Gestaltung der Umgebung zurückzuführen, die keine Nutzung und keinen Einbezug der Bewohnerinnen und Bewohner im Garten

¹⁴ Die umfangreiche Auswertung von Untersuchungsergebnissen in verschiedenen Ländern bezeichnet Landscape Features, Infrastructure and facilities, maintenance, accessibility als wiederkehrende Themen (vgl. Wen et al. 2018, S. 586–587).

ermöglichte. Demgegenüber konnten im Altersheim Giebeleich bei Zürich ein partizipatives Gartenprojekt und zusätzlich konkrete Leitfäden zur Aktivierung und Therapie im Garten umgesetzt werden. Zwei Nachuntersuchungen bestätigten, dass Freiraumaktivitäten wie Sitzen im Garten (in Gruppen und alleine), Spazieren und Pflanzen pflücken, wesentlich zunahmen, nachdem der neue Flanier- und Nutzgarten sowie der Therapiegarten fertig gestellt waren. Ganz entscheidend war dabei der Einbezug des Gartens in die täglichen Aktivitäten und Angebote der Einrichtung (vgl. Schneiter-Ulmann et al. 2010). Bestätigt und erweitert wurden diese Erkenntnisse durch eine aktuelle internationale Studie in 126 Altersinstitutionen. Sie zeigte, dass insbesondere die Bewohnerinnen und Bewohner von Altersinstitutionen mit eigenem Garten nicht nur diesen, sondern auch die öffentlichen Grünräume im Quartier am häufigsten nutzten. In diesen Institutionen ist man sich über die Bedeutung der alltäglichen Naturerfahrung, Bewegung und sozialer Kontakte im Aussenraum bewusst, sodass der tägliche Besuch im Freien auch an Bewohnerinnen und Bewohner vermittelt werden konnte (vgl. Artmann et. al 2017, S. 210).

2. «ALTERSGERECHTE FREIRÄUME» – EINIGE ANSÄTZE UND PROJEKTBEISPIELE

Die vorher beispielhaft dargestellten Erkenntnisse über die besonderen Bedürfnisse von älteren Menschen machen verständlich, warum die Qualität des Wohnumfelds für sie ein entscheidender Faktor für ihre Gesundheit und Integration ist. Als Partner in der Planung ernst genommen, können sie ihre Ansprüche vor Ort einbringen und zeigen, wo sich ihr Lebensalltag anders gestaltet als der von Jüngeren. Die folgenden Beispiele zeigen Ansätze und Projekte aus der Praxis.

2.1 INTEGRALE PERSPEKTIVE AUF DAS QUARTIER «AGEING IN PLACE» – LEBENSQUALITÄT IM QUARTIER

Der Ansatz «Ageing in Place» verfolgt das Ziel, dass Menschen möglichst lange am eigenen Wohnort selbstständig leben können. Dafür bedarf es von Seiten der Planung eine integrale Sichtweise auf die Lebens-

qualität für Ältere im Quartier und eine enge Abstimmung und Kooperation aller beteiligten Akteure. Auch das WHO Programm «Global strategy and action plan on ageing and health» (WHO 2017) sowie zahlreiche nationale Programme sollen die Rahmenbedingungen fördern, die das Altern am Wohnort ermöglichen. Alle verweisen dafür auf die hohe Verantwortung der Kommunen (vgl. Sinning 2017, S. 9), deren Aufgabe im Einzelnen aber auch sehr anspruchsvoll sein kann: «Unter den Bedingungen für das Leben im Alter werden häufig nur oder überwiegend soziale Faktoren behandelt. «Städtebauliche Massnahmen» werden vorwiegend als Einzelprojekte verstanden. Der Quartiersansatz geht [...] das Thema der Eignung der gebauten Umwelt für das Leben im Alter grundlegender an. Dabei sind städtebauliche und soziale Handlungsansätze eng miteinander verbunden. Jedes soziale Konzept hat auch einen räumlichen Bezug. Städtebau ermöglicht oder aber behindert bestimmte soziale Handlungsmöglichkeiten» (Steffen et al. 2007, S. 44). Ansätze für die Planung und Gestaltung des Wohnumfelds müssen somit über die Disziplinengrenzen hinausgehen. In der Verwaltung und bis in die Zivilgesellschaft hinein sollte die Arbeit zur Förderung der Angebote im Quartier eng abgestimmt werden.

Eine Analyse aus unterschiedlichen Blickwinkeln bildet den Anfang einer solchen Quartiersentwicklung. Für die Analyse der Freiräume bieten sich u. a. Rundgänge von Fachexperten, betagten Bewohnerinnen und Bewohnern sowie Vertreterinnen und Vertretern der Verwaltung an. Interviews mit Betagten können vertiefte Einblicke geben in Probleme bei Alltagsbewältigung und Freizeit. Ansatzpunkte für Aufwertungen, die sich daraus ableiten lassen, werden abteilungsübergreifend zusammengestellt und mit den Vertreterinnen und Vertretern aus der Bevölkerung bzw. den Quartieren gemeinsam erörtert, sodass umfangreichere Schlüsselprojekte von überschaubaren Aufwertungen und Anpassungen unterschieden werden und ein verbindliches Vorgehen über längere Zeit festgelegt werden kann. Für die laufenden Anpassungen des baulichen Umfelds bietet es sich an, altersgerechte Standards in einem Qualitätskatalog festzuhalten.

Beispiel 1: Mit dem Bundesprogramm «Experimenteller Wohnungs- und Städtebau» wurde in Deutschland in den 1980er Jahren ein Teilprojekt für die altersgerechte Stadtentwicklung lanciert. Mit dem Titel «Ältere Menschen und ihre Wohnquartiere» konnte altersgerechte Stadtentwicklung in 21 Modellvorhaben im Zeitraum zwischen 1989 bis 1995 gefördert und untersucht wer-

den Wohnungs-, städtebauliche und sozialplanerische Strategien wurden dabei möglichst eng verbunden, wodurch sich der Erfolg vieler Projekte begründen liess (Steffen et al. 2007, S. 1). Infolge einer Nachuntersuchung der Projekte nach zehn Jahren konnten beispielsweise folgende erfolgreiche quartiersbezogene Konzepte herausgestellt werden (vgl. ebd. S. 101 f.):

- Typus und Besonderheit des Quartiers berücksichtigen statt schematisch vorgehen
- Den öffentlichen Raum in Qualität, Angebotsvielfalt und linearen Verbindungen fördern
- Ältere als Akteure, nicht als Zielgruppe von Massnahmen einbeziehen

Zudem konnte in der Nachuntersuchung gezeigt werden, dass besonders erfolgreiche Projekte einen Grossteil der folgenden Ansätze berücksichtigt hatten (vgl. ebd.):

- Verbreiterung des Spektrums an Wohnungen (Barrierefreiheit, verbunden mit Beratung und sozialer Begleitung)
- Schaffung hindernisfreier und gebrauchstauglicher öffentlicher Räume und Gebäude, Verbindung von Wohnen und Dienstleistung vor Ort (präsenzte Anlaufstellen, orientierende Beratung und mobile Dienste)
- Umsetzung eines breiten Spektrums an Plätzen im Quartier (Taschenparks bis zum grossen Stadtplatz)
- Schaffung einer guten Nahversorgung und eines Dienstleistungsangebotes (z. B. funktionale Stärkung von Standorten, Räume unterschiedlicher Grösse und Standards) und Erhalt «lebenswichtiger» Funktionen im Quartier (z. B. Krankenhaus, Friedhof)
- Niederschwellige, leicht zugängliche Orte und Räume für Aktivität und Begegnung
- Städtebauliche Integration stationärer Angebote, u. a. Sichtbarkeit der Gebäude und Orientierung zum öffentlichen Raum
- Altersgerechte Mobilitätsangebote
- Partizipation

Eines der Modellvorhaben führte die Stadt Esslingen am Neckar durch, ein Stadterneuerungsprogramm für die östliche Innenstadt (vgl. Stadt Esslingen am Neckar, Stadtplanungs- und Stadtvermessungsamt 2006). In diesem und allen anderen Modellgebieten konnte zudem gezeigt werden, dass die altersgerechte Quartiersentwicklung im Sinne der Strategie «Ageing in place» nicht als ein «spezieller» Städtebau verstanden

werden sollte, «sondern die Entwicklung stadträumlicher Strukturen mit einer grossen Offenheit für Vielfalt und Eignung für unterschiedliche Lebensphasen und Bedürfnisse» (Steffen et al. 2007, S. 105) ermöglicht.

Beispiel 2: Die Stadt Winterthur hat ein Merkblatt für altersgerechte Aussenräume entwickelt. Darin wird auf wichtige, typische Schwachstellen in Quartieren eingegangen (vgl. Stadt Winterthur, Fachstelle Alter und Gesundheit 2019). Die Fachstelle Alter und Gesundheit zeichnet dafür verantwortlich und informiert einen breiten Adressatenkreis in Verwaltung und Wohnungswirtschaft sowie private Akteure der Quartiersentwicklung über ihre Grundsätze. Zusätzlich dokumentiert ein eigenes Merkblatt über «Good practice» für die behandelten Aufgabenstellungen: Begegnungsorte für Generationen, Parks bei Alterszentren, Gesellschaftsspiele, Informationstafeln, hindernisfreie und behindertengerechte Zugänge (Wege und Übergänge, Treppen und Rampen, Haltestellen im öffentlichen Verkehr), Bewegungsparks mit Outdoor-Fitnessgeräten (vgl. ebd. 2017). Politik und Verwaltung können auf dieser Basis für eine möglichst gute Verankerung und laufende Diskussion der vorgeschlagenen Massnahmen über die Disziplinengrenzen hinaus sorgen. Sehr positiv ist, dass die Merkblätter im digitalen «Handbuch für Bewegung und Sport» integriert wurden. So kann in Unterhalt und Projektierung «jedes kleine Vorhaben in der Stadt genutzt werden [...], um die Lebens- und Stadtqualität auch für Ältere zu verbessern» und «jede Entscheidung im Sinne eines Mainstreaming» nach den Auswirkungen für unterschiedliche Altersgruppen zu hinterfragen (vgl. Steffen et al. 2007, S. 86).

2.2 INTEGRALE PERSPEKTIVE AUF ÖFFENTLICHE GRÜNRÄUME FÜR EINE ALTERNDE GESELLSCHAFT

Für ältere Menschen ist die Qualität der fussläufig erreichbaren Grünräume einer Stadt von grosser Bedeutung. Natur ist ein Schlüsselement für die Gesundheit des Menschen. Für ältere Menschen können Grünräume und Gewässerräume physische Aktivität, Wohlbefinden und soziale Integration fördern (vgl. Abschnitt «Alte Menschen als Nutzendengruppe»; WHO 2007, S. 13; Finlay et al. 2015, S. 101; Kemperman und Timmermans 2014, S. 44). Die Zufriedenheit älterer Menschen mit der Qualität ihres Wohnumfelds ist sogar mehr mit der Qualität erreichbarer Grünräume verknüpft als mit dem Grad ihrer eigenen körperlichen Einschränkungen (vgl. Ward Thompson et. al. 2006, S.

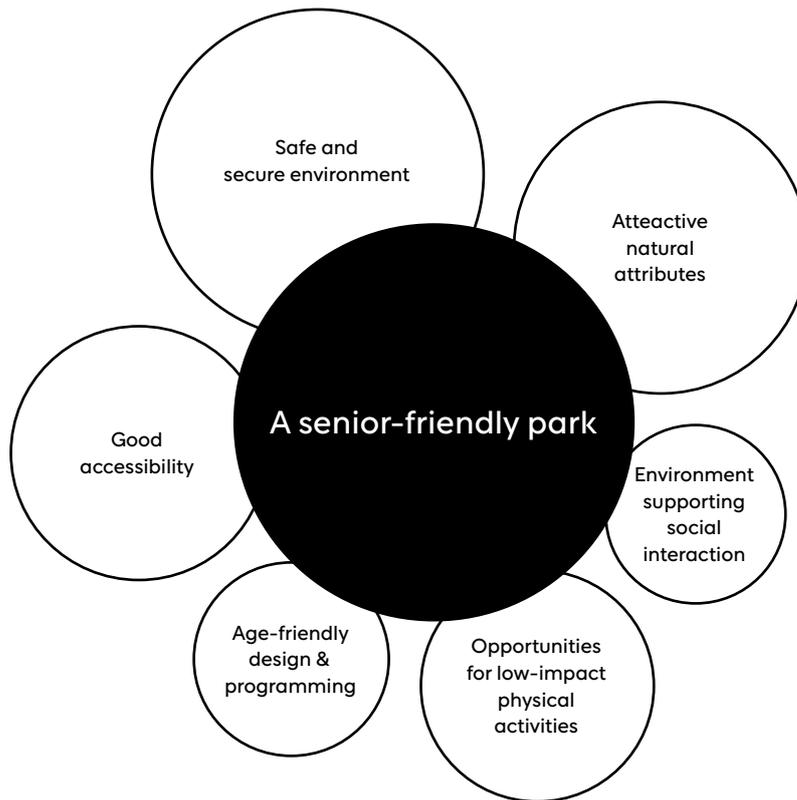


Abb. 1: Zielstellungen für altersfreundliche Parkanlagen

Quelle: Loukaitou-Sideris, Levy-Storms und Brozen 2016, S. 244

19). Sie fühlen sich motivierter, täglich für ihre Bewegung und Kontakte zu Nachbarinnen und Nachbarn nach draussen zu gehen. Sie gewinnen z. T. eine hohe Motivation für den eigenständigen Aufbau und Erhalt der Körperkräfte auch nach Krankheitsphasen, oder profitieren psychisch vom passiven Genuss der Grünflächen oder dem Beobachten anderer Menschen im Freiraum (vgl. Finlay et al. 2015, S. 102 f.). Grüne Wege und baumbestandene Plätze sowie Parks unterschiedlicher Dimension als Teil einer altersgerechten Freiraumplanung zu fördern, ist somit sinnvoll. Dabei wird man die im vorherigen Kapitel beschriebene Quartiersanalyse einbeziehen und verknüpfen.

Die Gestaltung und Ausstattungen von Parkanlagen (vgl. Orsega-Smith et al. 2004, S. 251) muss Raum für beliebte Aktivitäten älterer Menschen – Spazieren gehen, Sitzen zum Beobachten oder Treffen anderer Nachbarn, Spiele spielen an Tischen, Bewegungsaktivitäten und -übungen, Infrastrukturen nutzen (Café, Toilette), Gärten pflegen oder betrachten, Tiere beobachten – so integrieren, dass eine inklusive, generationenübergreifende Erholung möglich ist. Gefahrenbereiche und Barrieren führen bei Betagten schnell dazu, dass sie vom Besuch des Parks gänzlich absehen. Loukaitou und Levy (2016) entwickelten ein Schema für die Kriterien einer al-

tersfreundlichen Parkgestaltung, bei dem Sicherheit ein wichtiges Thema darstellt (vgl. S. 244), siehe Abb. 1. Daher muss ein aufmerksamer Umgang mit Kommunikation und Beteiligung die Wahrnehmung der älteren Nutzerinnen und Nutzer in den Fokus nehmen. Anlässe und Aktivitäten können zusätzlich zum Parkbesuch ermutigen (Feste, Märkte, angeleitete Bewegungsangebote). In Parkanlagen wurden in den letzten Jahren vermehrt Bewegungsgeräte für ältere Menschen platziert. Diese Übungsgeräte haben sich dann besonders bewährt,

wenn die Benutzerinnen und Benutzer bei Standort und Auswahl der Geräte beteiligt wurden, sie nicht den Blicken von anderen Spaziergängerinnen und Spaziergänger zu sehr ausgestellt sind und in ihre Nutzungsweise auch eingeführt wurden. Das heisst, es sollte die Möglichkeit geben, sich einer Gruppe anzuschliessen, in der es Informationen gibt über Bewegung und Gesundheit mit Hilfe der installierten Geräte.¹⁵

Spaziergänge sind die beliebtesten Aktivitäten älterer Menschen und ein Mittel zur eigenen Gesundheitsvorsorge. Viele gehen mehr als dreimal pro Woche spazieren. Eine englische Studie fand heraus, dass gut unterhaltene, barrierefreie Wege einer der wichtigsten Faktoren für Freiraumaktivitäten sind (vgl. Ward Thompson et al. 2006, S. 19). Die Distanz zum nächsten Park ist zwar signifikant, doch wichtiger ist die Qualität der Wege und die Qualität der Parks selbst. Strassen und Wege, die zum Laufen einladen, entsprechen in ihren Oberflächen, Übergängen und Dimension der Fussgängerbereiche den Normen für die Barrierefreiheit und Sicherheit (vgl. Schweiz: SIA Norm 500; VSS Norm SN 640 075; Schweizerische Fachstelle für behindertengerechtes Bauen 2003. Deutschland: Boenk et al. 2015. Zum Thema Barrierefreiheit siehe allgemein: Bai et al. o.J.). Sie haben stellenweise Qualität als Aufenthaltsraum;

¹⁵ Die Stadt Winterthur zitiert in ihrem Merkblatt «Good practice, 10 ideale altersgerechte Aussenräume» den Bewegungspark Gitterli in Liestal BL, der in diesem Sinn entstand und sehr gut funktioniert. Jeden Frühling gäbe es Einführungskurse in die zehn Geräte des Parcours.

indem sie Zwischenstopps zum Verweilen bieten (siehe auch die Bedeutung von Bänken in Kapitel 1.3.3), führen zu weiteren attraktiven Zielen oder bieten schöne Ausichten. In einem Baumkonzept sowie im Fusswegekonzept müssen diese räumlichen Qualitäten altersgerechter Wege einfließen. Eine Studie in Australien kam 2015 zu dem Ergebnis, dass alle Bevölkerungsgruppen eher zu mehr erholsamen Spaziergängen angeregt wurden, wenn sie das Angebot eines besonderen «high-quality» Parks in der Nachbarschaft hatten, also eines besonders vielfältigen Angebotes in einem Park, als wenn es verschiedene einfache Grünflächen gab. Ein Teil der Befragten waren Ältere (vgl. Sugiyama et al. 2015).

Während grosse Städte auf ein öffentliches Freiraumsystem zum Teil mit grössere Parks, begrüneten Plätze und grünen Achsen aufbauen können, um diese Attraktivität zu bieten, spielt in kleineren Städten und Gemeinden die Aufwertung eines kleinteiligeren Freiraumnetzes im Siedlungsraum bis hin zum Siedlungsrand sowie die Attraktivität der verbindenden Wege eine grosse Rolle¹⁶. Die höchste Dichte erreicht eine kleine Gemeinde womöglich am renaturierten Bach, der mit Aufenthaltsbereichen und attraktiver Bepflanzung ergänzt wurde. Wenn man den Bach verlässt und dem Fussweg weiter folgt, kommt man eventuell an den Gärten einer Überbauung vorbei und kann in der Nachbarschaft auf einer Bank eine Pause machen und dabei den Gartenarbeiten zuschauen. Dieses Beispiel soll zeigen, dass die Grünstruktur kleinerer Gemeinden in ihrer linearen Verknüpfung zu erleben und zu planen ist.

Beispiel 1

Refresh and Renew at our Therapeutic Gardens», Parkprogramm Singapur

Anders als in Europa wird der Begriff «therapeutische Gärten» (s.u.) nicht nur auf das Umfeld von Alters- und medizinischen Institutionen bezogen, sondern im Sinn der Gesundheitsvorsorge für alle Altersgruppen, aber mit einem besonderen Augenmerk auf Alte und Hochbetagte. In hochverdichteten Metropolen wie Singapur ist die Freiraumsituation brisant bei einer Bevölkerungsdichte von 7.804 EW/qkm und einem Wachstum von 0.5 % pro Jahr. Die beschränkten Landreserven führten zur Strategie, dass die bestehen-

den Freiräume verstärkt qualitativ aufgewertet wurden. Auch wenn sich keine Schweizer Stadt mit Singapurs Struktur vergleichen lässt, sind einige Ansätze in kleinerem Umfang auf Parks und Grünzüge übertragbar. Gesundheitsvorsorge wird für die dort ebenfalls wachsende Zahl alter Menschen durch besondere und besonders attraktive Angebote im Freiraum gefördert: «Refresh and Renew at our Therapeutic Gardens» ist ein Motto für ein umfangreiches Park-Erneuerungsprogramm. Therapeutisch meint hier: Gesundheitsvorsorge durch Naturerfahrung, eine hohe Aufenthalts- und Aktivierungsqualität der Anlagen. Und das nicht nur für alte Menschen: Die Ansprache aller Sinne in einer abwechslungsreichen Landschaft wie dem Hort-Park gelingt durch Pflanzenauswahl, Wind- und Wasserspiel, spielerische Bewegungselemente, Ruhe- und Aussichtsplätze. Ein Freiraumsystem aus Parkanlagen und verbindenden Wege-Loups bietet Anlässe, Zeit im Freien zu verbringen. Therapiegärten, niederschwellige Bewegungsparcours und Spielplätze in guter Erreichbarkeit schaffen Höhepunkte. Zudem werden die Gemeinschaft fördernde Community Gärten und individuell dimensionierbare Kleingärten eingerichtet, in denen ältere Menschen teilweise die Vermittlung von gärtnerischen Kenntnissen an junge Besucher*innen übernehmen (vgl. Forner 2019).



Abb. 2: Hort-Park Singapur Quelle: Jörg Forner

¹⁶ Zum Freiraumnetz von Agglomerationsgemeinden und der hohen Bedeutung linearer Freiräume, am Beispiel der Freiraumanalyse von Schlieren und Rapperswil siehe Bezzola et al. 2018. Die Auswertung von Wen et. al. ergab, dass bisher wenige Studien die Freiraumansprüche alter Menschen in kleinen Gemeinden erforschten. (vgl. ebd. S. 586)

Beispiel 2

Generationsübergreifender Quartierspark, Rudolf-Bednar-Park in Wien

Für den 2008 eröffneten Rudolf-Bednar-Park (31 000 qm), wurde ein Wettbewerb ausgeschrieben. Der Entwurf sollte einem Wiener Planungs- und Parkleitbild für zeitgemäße Parkanlagen entsprechen, das die Gestaltung stark an den Nutzerbedürfnissen einer multikulturellen und generationenübergreifenden Bewohnerschaft orientiert: Seniorinnen und Senioren, Hundebesitzerinnen und -besitzer, Kinder und Jugendliche u. a. Der umgesetzte Siegerentwurf des Büros Hager Partner AG verband die vielfältigen funktionalen Kriterien zu einem stimmigen modernen Park. Die Räume «sind ausgewogen gegenüber unterschiedlichen Bedürfnissen. Sie sind differenziert nach Generationen und Geschlechterrollen. Sie erlauben allen Besucherinnen und Besuchern, auch den durchsetzungsschwächeren Gruppen, sich Parkraum anzueignen» (Weisgram 2008, S. 14 f.). Der Park erhielt ein lesbares, vielfältiges Wegesystem, das unterschiedliche Geschwindigkeiten nebeneinander zulässt und zusätzlich mit der Beleuchtung und guten internen Sichtbeziehungen zur subjektiven Sicherheit beiträgt. Rundwege unterschiedlicher Länge können unter Bäumen und durch Gärten und Teilbereiche gewählt werden: Quartiersgärten und Hängemattenwiesen für Ruhe und Rückzug stehen Flächen für genderintegrative Sportarten (Volleyball und Tischtennis) sowie Ballspielwiesen und Skaterflächen gegenüber. Ein zentraler Pavillon sowie ein Café am Rand bilden Treffpunkte. Vielfältige Sitzgelegenheiten, teils mit Tischen für Gruppen, oder flexible einzelne Stühle sind gut nutzbar. Dabei schaffen der «Baumschleier» und die abgestimmte Ausstattung ein räumliches Kontinuum.



Abb. 3: Gesundheitsvorsorge funktioniert mit einer Einführung für Ältere, Rudolf-Bednar-Park in Wien

Quelle: Hager Partner AG



Abb. 4: Integration aller Nutzungsgruppen, Rudolf-Bednar-Park Quelle: Hager Partner AG



Abb. 5: Der Staudengarten, aber auch weitere Sitzgelegenheiten und übersichtliche Rundwege, bieten für Ältere eine attraktive Ausstattung Quelle: Hager Partner AG

2.3 PRIVATE AUSSENANLAGEN AN ALTERSEINRICHTUNGEN UND IM PRIVATEN WOHNUMFELD

Der direkte Aussenraum an der Wohnung und an Alterseinrichtungen gehört zu den wichtigsten Räumen, in denen hochbetagte Menschen im Freien mit Natur und Nachbarschaft in Kontakt treten können. Während im institutionellen Umfeld eine therapeutische und pflegerische Begleitung beim Gartenbesuch möglich ist, ist man im privaten Wohnumfeld noch vollkommen selbstständig unterwegs – nutzt das direkte Umfeld womöglich weniger als die Wanderwege in den Bergen – und beansprucht erst im höheren Alter mobile Pflege und Unterstützung beim Besuch der Aussenräume. Grundsätzlich weisen Stoneham und Thoday bereits 1994 darauf hin, dass bei der Ausstattung des Wohnumfelds berücksichtigt werden muss, dass Distanzen, Wetterextreme und die visuelle Orientierung für ältere Menschen problematisch sind: «Mobility, Reach, visual

Impairments, Sensitivity to Weather Extremes, Impairment of Mental Faculties, Erosion of Confidence and Self Image, General Stimulation» seien wichtige Aspekte für die Planung und Gestaltung. Sie stellen daraus Gestaltungsanforderungen zusammen und vertiefen sie in ihrem Standardwerk für verschiedene Wohnsituationen (vgl. Stoneham und Thoday 1994, S. 19–23), worauf im Weiteren nicht tiefer eingegangen werden kann.

Das private Wohnumfeld eignet sich je nach städtebaulicher Situation für Mietergärten, Orte zum Sitzen und Beobachten, Treffpunkte und Flächen für Quartiersfeste. Die Micro-Ausstattung des Wohnumfelds wirkt dabei positiv auf die Häufigkeit der Freiraumaufenthalte. Bewohnerinnen und Bewohner fühlen sich motiviert, nach draussen zu gehen, wenn beispielsweise die Sonnenblumen blühen, Bänke und angenehme Atmosphäre zum selbständigen Aufenthalt im Freien einladen, Kinder Fahrradfahren lernen. Unter dem Titel «Benches become like porches» konnte eine kanadische Forschergruppe in Interviews mit Betagten erfahren, wie bestimmte Bänke tatsächlich für sie als Ermutigung zu Spaziergängen beitragen und so den Genuss der Natur und Begegnungen in der Nachbarschaft fördern (vgl. Ottoni et al. 2016, S. 39). Die Qualität des direkten Wohnumfelds auf privater Parzelle ist somit im Detail eine zentrale Voraussetzung für eine gute Gesundheit und hilft, soziale Isolation zu vermeiden.



Abb. 6: Bänke und Stühle im Wohnumfeld sind «Türöffner» zum Freiraum Quelle: S. Karn

Die Qualität in Aussenanlagen an Alterseinrichtungen wurde vielfältig untersucht. Lebensqualität und Wohlbefinden in betreuten Einrichtungen müssen ein besonderes Anliegen sein. Gut gestaltet und gut nutzbar bedeutet für die Anlagen einen optimalen Zugang vom Haus in den Garten, eine möglichst schöne Aussicht in den Garten und eine komfortable, «homelike» Atmosphäre und Ausstattung des Gartens. Cooper und

Sachs fassten 2014 die wichtigsten Qualitätskriterien wie folgt zusammenfassend:

Sicherheit, Privatsphäre und Ruhe, Zugänglichkeit, Barrierefreiheit, körperlicher und emotionaler Komfort, Positive Ablenkung, Beschäftigung mit Natur (Biophilia), Pflege und Ästhetik, Nachhaltigkeit (vgl. S. 57 ff.). Empirisch evaluierte Anlagen an Altersheimen wurden in der Literatur dokumentiert (vgl. ebd.); in der Schweiz ist diese Forschung im Aufbau (vgl. Schneiter-Ulmann 2010). In einem Projekt des Forschungsteams aus ZHAW und HSR konnten weitere fundamentale Faktoren ermittelt werden: Der Beteiligungsprozess, die hohe Zufriedenheit des Personals mit dem Garten, die gute Einbindung in die gartentherapeutischen und Aktivierungsangebote der Institution (vgl. Schneiter-Ulmann 2010).

Beispiel 1 Wohnumfelder der Siedlungen Eyhof und Entlisberg in Zürich

Die Siedlungsformen der Nachkriegszeit werden zurecht für die Innenentwicklung der Städte verdichtet. Vielerorts weichen Baum bestandene, sattgrüne Flächen, die in der Nachkriegszeit um die Zeilen- oder Reihenhäuser angelegt wurden. Die Baugenossenschaft Schönheim und ABZ in Zürich zeigen mit ihren Ersatzneubauten der Eyhof-Siedlung (Adrian Streich Architekten und Schmid Landschaftsarchitekten Zürich) und Entlisberg 2 (Meier Hug Architekten und Schmid Landschaftsarchitekten), wie man die Vorzüge der ursprünglichen Siedlungsfreiräume trotz Verdichtung erhalten und als leistungsfähige generationsübergreifende Freiräume entwickeln kann. Sie schaffen Wohnraum für einen breiten Mix in der Bewohnerschaft, zu dem auch Pflegewohnungen und eine Hausgemeinschaft 55+ gehören. Die Wohnungen und Aussenräume sind hindernisfrei. Die Baukörper fassen einen gemeinschaftlichen Freiraum, an den die umgebenden Wege gut angebunden sind. Innerhalb der Siedlung verbinden sich die Wege entlang der Spiel- und Begegnungsräume und Grünflächen zu erlebnisreichen Rundwegen. Die Bepflanzung mit lichten Grossbäumen, Obstbäumen und vielfältigen Staudenbeeten lockt zu jeder Jahreszeit nach draussen. Die Gärten der Anwohnerinnen und Anwohner, die Gemeinschaftsräume und offenen Sitzplätze werden intensiv genutzt, sodass Seniorinnen und Senioren Anknüpfungspunkte für Gespräche und Begegnungen finden. An den Alterswohnungen in Entlisberg 2 wurde bewusst einer der Gemeinschaftsplätze platziert, ohne dass dort eine exklusive Nutzung erfolgt. In den Freiräumen befindet sich eine Vielzahl

von Bänken in sonniger und schattiger Lage. Im Eyhof besitzen die Pflegewohnungen einen eigenen, abge-
zäunten Therapiegarten, von dem ein Gartentor zu den
Wegen im Siedlungsfreiraum führt.



Abb. 7: Der Therapiegarten an den Pflegewohnungen der
Siedlung Eyhof in Zürich ist im Wohnumfeld integriert
Quelle: S. Karn



Abb. 8: Der Eingangsplatz mit langen Bänken in der Sied-
lung Eyhof ermöglicht informelle Begegnungen Quelle: S. Karn



Abb. 9: Bequeme, breite Wege durch eine attraktive
Grünanlage und sorgfältig gestaltete Erdgeschosszonen
in der Siedlung Entlisberg machen tägliche Spaziergänge
attraktiv Quelle: S. Karn

Beispiel 2 Aussenraum des Altersheims Giebeleich und Chriesigart

Die Aussenanlagen des Alters- und Pflegeheims
in der Nähe von Zürich sind Teil von zwei öffentlichen
Wegeverbindungen. Von der Caféterrasse und vielen
Zimmern aus können die Hochbetagten das öffent-
liche Leben im Quartier beobachten. Die Aussenan-
lagen bieten einen parkartigen Teil mit «Flanierweg»
(breiter, chaussierter Weg mit Sitzplätzen und Hand-
lauf), einen Nutzgarten und einen baumbestandenen
Platz mit «Therapiezimmer» (grosszügiger Sitzplatz für
Freizeit und Therapie) und Vogelvoliere. Bei der quali-
tativen Evaluation der Anlage konnte nachgewiesen
werden, dass sich die Aktivitäten der Bewohner*innen
im Aussenraum in Art und Häufigkeit stark erweitert
haben (vgl. Schneiter-Ulmann und Foehn 2019).



Abb. 10: Flaniergarten und öffentlicher Weg am Alters-
und Pflegezentrum Giebeleich in Zürich Quelle: S. Karn



Abb. 11: Der Demenzgarten des Altersheims in Arth auf
dem Dach Quelle: S. Karn

3. HERAUSFORDERUNGEN UND AUSBLICK FÜR EINE ALTERSGERECHTE FREIRAUMENTWICKLUNG

Innenentwicklung bietet Chancen und stellt gleichzeitig dringende Aufgaben zur Verbesserung der Freiraumqualität für eine alternde Gesellschaft.

Die Ansätze müssen vom Abbau räumlicher Barrieren über die Integration Älterer als Beteiligte nicht nur als Hilfsbedürftige bis hin zur Aktivierung quartierspezifischer Potentiale im Aussenraum gehen. Freiraumgebrauch und -verhalten werden eben von diesen verschiedenen, individuellen Faktoren mitbestimmt und verbieten standardisierte Lösungen.

Schwierigkeiten bestehen in Randlagen und kleineren Gemeinden, die weder alle sozialen Dienstleistungen vor Ort bereitstellen, noch die öffentlichen Freiräume umfangreich ausstatten können. Hier wird ein kooperatives Vorgehen zwischen Sozial- und Freiraumplanung wichtiger für den Aufbau von hochwertigen Schwerpunkten und linearen Freiräumen.

Schon mit der Bestandsbeurteilung aus verschiedenen Perspektiven und schliesslich der langfristigen Koordination zwischen den Akteuren begibt man sich als Planende in einen offenen Prozess, der personell und finanziell abgesichert werden muss. Auf den lokalen Kenntnissen und Bedürfnissen aufbauend können schrittweise Atmosphäre und Ausstattung öffentliche Freiräume aufgewertet und womöglich neue oder verbindende lineare Freiräume mit wichtigen Schattenspendenden Bäumen geschaffen werden. Doch womöglich reicht das nicht aus für diejenigen Älteren, die aufgrund sozialer Barrieren nur selten das Wohnumfeld nutzen. Zu einer altersgerechten Freiraumentwicklung gehören für diese Gruppe daher auch kommunikative und kulturelle Ansätze, die die Menschen ansprechen und auf die Möglichkeit zum regelmässigen Besuch bis hin zu einem Engagement Älterer in Frei- und Erholungsräumen hinwirken.

Im Rahmen der privaten Bauvorhaben braucht es besonders an Alterswohnungen und in gemischten Quartieren angemessene Freiräume. Die Gemeinde kann hier mit einer abgestimmten Argumentation und entsprechender Verankerung in der Bauordnung viel beitragen. Das Netzwerk «Altersgerechte Städte» sollte sich systematisch den hier beschriebenen Fragen

der Freiraumentwicklung widmen und kann zusätzlich über die Ausweisung von «guten Beispielen» Vorbilder und eine Diskussionskultur mitinitiieren.

Grundsätzlich kommt ein altersgerechtes Umfeld nicht nur den älteren Menschen, sondern der gesamten Bevölkerung zugute. Neben der Berücksichtigung altersgerechter Gestaltung und Elemente geht es auch um die selbstverständliche Inklusion aller und die Interaktion im Freiraum.

QUELLEN

- Akademieguppe Altern in Deutschland (2009).** Altern in Deutschland Bd. 9, Gewonnene Jahre – Empfehlungen der Akademieguppe Altern in Deutschland. Halle. Deutsche Akademie der Naturforscher Leopoldina e. V.
- Artmann, M.; Chen, X.; Iojă, C.; Hof, A.; Onose, D.; Poniży, L.; Lamovšek, A.; Breuste, J. (2017):** The role of urban green spaces in care facilities for elderly people across European cities. In: Urban Forestry & Urban Greening (27). S. 203–213.
- Bai, C.; Karn, S.; Brack, F.; Hagenbuch, R.; Weiss, M.; Wellinger, R.; Wütschert, D.; Wydler, H. (o.J.):** Grüne Freiräume für alle! Inklusive Planung und Gestaltung für Menschen mit Mobilitäts- und Sinnesbehinderung – ein Leitfaden unter https://www.ilf.hsr.ch/fileadmin/user_upload/ilf.hsr.ch/Bilder/Leitfaden_Gruene_Freiraeume_fuer_Alle_Light.pdf, zuletzt abgerufen 07.11.2019.
- Bezzola, F.; Gämman, S.; Karn, S. (2018):** Freiraumentwicklung in Agglomerationsgemeinden. Zürich: vdf.
- Boenke, D.; Hoff, M.; Häpp, M.; Kraner, M.; Moosmann, S.; Mues, R.; Nix, A.; Schmitz, V.; Stirnberg, N.; Stein, S. (2015):** Planungspraxis öffentliche Aussenräume, barrierefreie und altersgerechte Planung und Gestaltung nach DIN 18040-3. Merching: Forum-Verlag.
- BFS Bundesamt für Statistik (2015):** Szenarien zur Bevölkerungsentwicklung der Schweiz 2015–2045 unter <https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/bevoelkerung/zukuenftige-entwicklung/schweiz-szenarien.assetdetail.350324.html>, zuletzt abgerufen 07.11.2019.
- Cohen, D.; Sehgal, A.; Williamson, S.; Marsh, T.; Golinelli, D.; McKenzie, T. (2009):** New Recreational Facilities for the Young and the Old: Policy and Programming Implications. In: Journal of public health policy, (30/1). S. 248–263.
- Cooper, M.; Sachs, N. (2014):** Therapeutic Landscapes, an Evidence-Based Approach to Designing Healing Gardens and Restorative Outdoor Spaces. Hoboken: Wiley.
- Forner, J.-U. (2019):** Singapur wird älter – neue Anforderungen an Grünräume. In Stadt und Grün (3).
- Föhn, M.; Dietrich, C. (2013):** Garten und Demenz, Gestaltung und Nutzung von Aussenanlagen für Menschen mit Demenz. Bern: Verlag Hans Huber.
- Hagen Hodgson, P. (2016):** Wohnlichkeit im Aussenraum. In: Hochparterre. S. 4–13.
- Hallenberg, B. (2017):** Wohnen im Alter und die Veränderung von Lebensstilen und Lebenswelten. In: H. Sinning (Hg.). Altersgerecht wohnen und leben im Quartier: Trends, Anforderungen und Modelle für Stadtplanung und Wohnungswirtschaft. Stuttgart: Fraunhofer IRB Verlag. S. 29 ff.

- Joseph, A.; Zimring, C. (2007):** Where active older adults walk: understanding the factors related to path choice for walking among active retirement community residents. In: *Environment and Behavior* (39). S. 75–105.
- Kempermann, A.; Timmermans, H. (2014):** Green spaces in the direct living environment and social contacts of the aging population. In: *Landscape and Urban Planning* (129). S. 44–54.
- Loukaitou-Sideris, A.; Levy-Storms, L.; Brozen, M. (2016):** Parks for an aging Population. In: *Journal of the American Planning Association* (82). S. 236–251.
- Otoni, C.; Sims-Gould, J.; Winters, M.; Heijnen, M.; McKay, H. (2016):** «Benches become like porches»: Built and social environment influences on older adults' experiences of mobility and well-being. In: *Social science & medicine* (169). S. 33–41.
- Schneiter-Ulmann, R. (2010):** Lehrbuch Gartentherapie. Bern: Verlag Hans Huber.
- Schneiter-Ulmann, R.; Föhn, M. (Hg.) (2019):** Lehrbuch Gartentherapie. Bern: Hogrefe Verlag.
- Schweizerische Fachstelle für behindertengerechtes Bauen (Hg.) (2003):** Strassen – Wege – Plätze. Richtlinien «Behindertengerechte Fusswegnetze». Zürich.
- Sinning, H. (Hg.) (2017):** Altersgerecht wohnen und leben im Quartier: Trends, Anforderungen und Modelle für Stadtplanung und Wohnungswirtschaft. Stuttgart: Fraunhofer IRB Verlag.
- Stadt Esslingen am Neckar, Stadtplanungs- und Stadtvermessungsamt (2006):** Leben in der Östlichen Innenstadt von Esslingen. 25 Jahre Stadterneuerung. In: G. Steffen; D. Baumann; A. Fritz (Hg.): *Attraktive Stadtquartiere für das Leben im Alter*. Stuttgart: Fraunhofer IRB Verlag.
- Stadt Winterthur, Fachstelle Alter und Gesundheit (2017):** Good practice 10 Ideale altersgerechte Aussenräume unter <https://stadt.winterthur.ch/themen/leben-in-winterthur/freizeit-und-sport/raum-fuer-bewegung-und-sport/downloads/download-raum-fuer-bewegung-und-sport/170510-goodpractice10-ideale-altersgerechte.pdf/download>, zuletzt abgerufen 07.11.2019.
- Stadt Winterthur, Fachstelle Alter und Gesundheit (2019):** Merkblatt 10 Altersgerechte öffentliche Aussenräume. Winterthur.
- Steffen, G.; Baumann, D.; Fritz, A. (Hg.) (2007):** Attraktive Stadtquartiere für das Leben im Alter. Stuttgart: Fraunhofer IRB Verlag.
- Stoneham, J.; Thoday, P. (1994):** *Landscape Design for Elderly & Disabled People*. Woodbridge: Antique Collectors Club Limited.
- Sugiyama, T.; Gunn, L.; Hayley, C.; Francis, J.; Foster, S.; Hooper, P.; Owen, N.; Giles-Corti, B. (2015):** Quality of Public Open Spaces and Recreational Walking. In: *American Journal of Public Health* (105). S. 2490–2495.
- Wang, D.; MacMillan, T. (2013):** The Benefits of Gardening for Older Adults: A Systematic Review of the Literature. In: *Activities, Adaptation & Aging* (37). S. 153–181.
- Ward Thompson, C.; Burton, E.; Newton, R. (2006):** «I'd go outdoors if I could...». In: *Green Places 2006* (30). S. 19.
- Weisgram, R. (2008):** Ein Meilenstein unter den Wiener Parks! In: G. Hager, P. Altermatt; P. Posset, (Hg.): *Rudolf-Bednar-Park Wien*. Zürich.
- Wen, C.; Albert, C.; Haaren, C. (2018):** The elderly in green spaces: Exploring requirements and preferences concerning nature-based recreation. In: *Sustainable Cities and Society* (38). S. 582–593.
- WHO World Health Organization (2007):** *Global Age-friendly Cities, A Guide*. Genf.
- WHO World Health Organization (2017):** *Global strategy and action plan on ageing and health (2016–2020)*. Genf.

