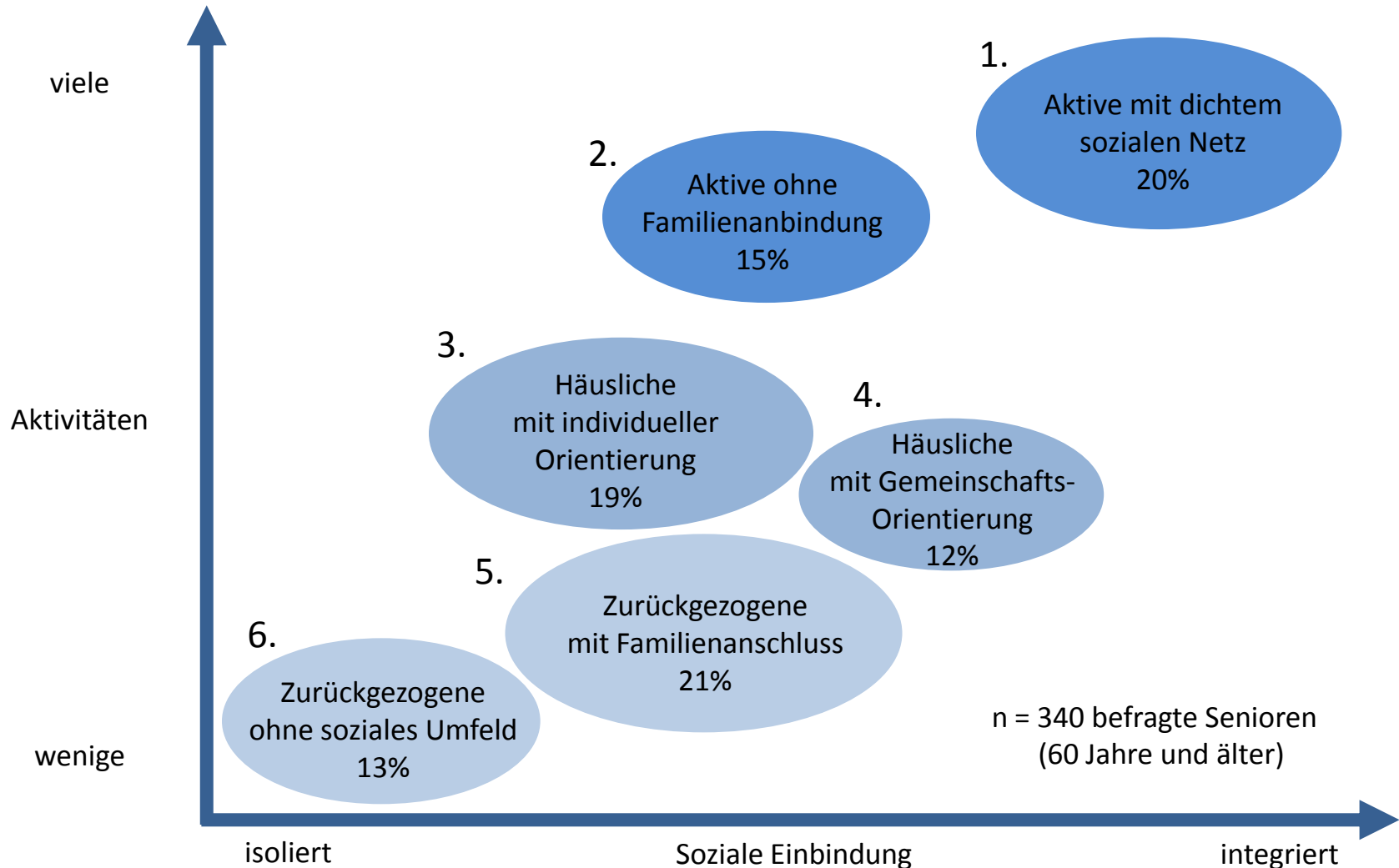


# Typische Formen der Lebensführung von Senioren



# 1. Typ: Aktive mit dichtem sozialen Netz – 20%

---

## *Lebensführung*

**Diese Senioren sind vielfältig aktiv.** Sie sind in den lokalen Vereinen engagiert und nehmen gerne an Vereins- und Dorffesten teil. Überhaupt sind sie oft ausser Haus unterwegs und lieben Geselligkeit. Sie wandern und fahren Rad, sind aber auch oft an ihrem Haus und in ihrem Garten tätig. Insgesamt bescheinigen sich diese Menschen selbst eine gute Gesundheit.

**Diese Senioren pflegen viele Kontakte,** insbesondere zu ihren Kindern, die entweder im Haus oder im Ort leben. Auch über die Familie hinaus haben sie ein dichtes soziales Netz, das sich aufgrund ihrer vielen Aktivitäten ausgebildet hat. Einsamkeit ist ihnen fremd.

In diesem Lebensstil sind zum einen die Männer und zum anderen die Haustierbesitzer überrepräsentiert.

## *Wohnperspektive*

**Aktive Senioren mit dichtem sozialen Netz haben eine gut abgesicherte Wohnperspektive.**

Diese Senioren sind in der Regel verheiratet und haben Familienangehörige in unmittelbarer Nähe. Außerdem können sie auf ein dichtes soziales Netz von Bekannten und Freunden zurückgreifen. Dies kommt ihnen insbesondere dann zugute, wenn es darum geht, Hilfe zu erhalten, beispielsweise für Arbeiten rund ums Haus, zumal sie auch selbst oft Nachbarschaftshilfe leisten.

Ihre Wohnperspektive ist gesichert, da sie momentan noch sehr gut in der Lage sind, ihren Alltag selbstständig und ohne Abstriche zu bewältigen. Für die spätere Zeit können sie darauf hoffen, nicht nur von den eigenen Kindern betreut und versorgt, sondern auch von Nachbarn und Bekannten aus dem Ort unterstützt zu werden.

## 2. Typ: Aktive ohne Familienanbindung – 15%

---

### *Lebensführung*

**Diese Senioren sind auf der Ortsebene in den Vereinen aktiv.** Mit organisierten Geselligkeiten, wie beispielsweise „Kaffeefahrten“, können sie dagegen wenig anfangen. Trotzdem sind sie viel unterwegs, mit dem Fahrrad und zu Fuss. Wichtig ist ihnen das eigene Haus und der Garten. Hier verbringen sie viel Zeit, um zu arbeiten, aber auch um sich zu entspannen. Ihre Gesundheit beurteilen sie als gut.

**Diese Senioren haben keinen Familienanschluss**, d.h. ihre Kinder leben ebenso wenig vor Ort wie Verwandte. Durch ihre Aktivitäten haben sie aber viele Kontakte zu Vereinsgenossen. Einsamkeitsgefühle kommen nur selten auf.

Haustiere sind bei diesem Lebensstil eher selten, die Männer sind leicht in der Überzahl.

### *Wohnperspektive*

**Aktive Senioren ohne Familienanbindung haben mittelfristig eine gesicherte, auf lange Sicht eine ungewisse Wohnperspektive.**

Diese Senioren sind in der Regel verheiratet und leben zu zweit mit ihrem Ehepartner im Eigenheim. Sie können auf ihre Kontakte im Ort bauen, wenn es darum geht, in alltäglichen Dingen unterstützt zu werden. Sie selbst sind bereit, auch für andere solche Gefälligkeiten zu leisten.

Ihre Wohnperspektive ist momentan gesichert, weil sie in der Lage sind, ihr Leben nach den eigenen Vorstellungen selbstständig zu führen. Mittelfristig können sie damit rechnen, bei Schwierigkeiten im Alltag Hilfe von Nachbarn und Freunden im Ort zu bekommen. Da sie jedoch keine Kinder und Verwandte in der näheren Umgebung haben, ist es ungewiss, wie und wo sie leben werden, wenn sie ihren Haushalt nicht mehr eigenständig führen können oder pflegebedürftig werden.

### 3. Typ: Häusliche mit individueller Orientierung – 19%

---

#### *Lebensführung*

**Diese Senioren können mit Gemeinschaftsaktivitäten wenig anfangen.** Sie sind nicht in den Vereinen aktiv und meiden auch Geselligkeiten wie organisierte Busfahrten oder Kneipenbesuche. Sie sind nicht besonders beweglich. Sie beschäftigen sich oft mit sich selbst, lesen, schreiben Briefe oder machen Handarbeiten. Entspannen, Musik hören und Fernsehen sind weitere häusliche Aktivitäten, die für ihre Lebensführung typisch sind. Ihren Gesundheitszustand empfinden sie als befriedigend.

Diesen Senioren ist Religion sehr wichtig. Entsprechend haben sie viele Kontakte zu den Menschen in ihrer Kirchengemeinde. **Sie sind sehr auf ihre Individualität bedacht.** Zugleich sind sie durchaus offene und interessierte Menschen, die auch Kontakt zu jüngeren Menschen pflegen. Trotzdem fühlen sie sich manchmal einsam.

Diesen Lebensstil haben eher Frauen, die oft auch Haustiere haben.

#### *Wohnperspektive*

**Häusliche Senioren mit individueller Orientierung sind bereit, ihre Wohnperspektive aktiv zu gestalten.**

Diese Senioren wohnen in unterschiedlichen Lebensverhältnissen. Einige sind verheiratet und leben mit ihrem Ehepartner im eigenen Haus, andere sind alleinstehend und leben entweder alleine oder zusammen mit Familienangehörigen. Sie haben kein besonders ausgeprägtes soziales Netzwerk, das sie trägt, pflegen aber gute Freundschaften, auf die sie sich verlassen.

Ihre Wohnperspektiven sind durchaus unterschiedlich zu bewerten. Gemeinsam ist ihnen, dass sie gewillt sind, ihre Wohnsituation aktiv zu gestalten, d.h. sie machen sich Gedanken, wie sie leben wollen und wie sie diese Vorstellungen am besten umsetzen können. Diese Senioren sind bereit, sich aus verschiedenen Wohnangeboten die für sie passende Option auszuwählen und rechtzeitig Vorsorge zu treffen, um gut betreut zu sein, falls eine eigenständige Haushaltsführung nicht mehr möglich ist.

## 4. Typ: Häusliche mit Gemeinschaftsorientierung – 12%

---

### *Lebensführung*

**Diese Senioren lieben Geselligkeit** und nehmen sehr oft an organisierten Busfahrten teil oder gehen in ein Gasthaus. Auch das Vereinsleben finden sie ansprechend, obgleich sie in diesem Bereich nicht (mehr) besonders aktiv sind. Sie gehen nur selten wandern oder spazieren, stattdessen verbringen sie viel Zeit vor dem Fernseher. Andere Beschäftigungen haben sie zu Hause nicht. Ihre Gesundheit empfinden sie als zufriedenstellend.

**Diese Senioren haben einige Kontakte im näheren sozialen Umfeld:** mit Verwandten, Nachbarn und in Vereinen. Ihre Kinder sehen sie regelmäßig. Sie geben an, sich nur selten einsam zu fühlen.

Dieser Lebensstil wird etwas häufiger von Männern gepflegt. Haustiere sind durchschnittlich oft vorhanden.

### *Wohnperspektive*

**Häusliche Senioren mit Gemeinschaftsorientierung stehen in der Gefahr, ihre Wohnperspektive ungeklärt zu lassen.**

Diese Senioren wohnen in recht heterogenen Lebensverhältnissen. Sie haben ihre Kontakte in der näheren Umgebung, die sie in Anspruch nehmen können, wenn sie kleinere Hilfen im Alltag benötigen.

Ihre Wohnperspektiven sind so unterschiedlich wie ihre Lebensverhältnisse. Insofern sie ihre Kinder vor Ort haben oder bereits bei ihnen wohnen, können sie darauf hoffen, auch weiterhin in den angestammten Wohnverhältnissen leben zu können. Allerdings neigen sie dazu, ihre Wohnperspektive ungeklärt zu lassen. Sie treffen keine Vorsorge für den Fall, dass sie nicht mehr in der Lage sind, ihre bisherige Lebensführung fortzusetzen und stehen damit in der Gefahr, in Wohnverhältnisse zu geraten, die nicht ihren Vorstellungen entsprechen.

## 5. Typ: Zurückgezogene mit Familienanschluss – 21%

---

### *Lebensführung*

**Diese Senioren haben kaum Aktivitäten, die außerhalb des Hauses stattfinden.** Sie nehmen nicht am öffentlichen Leben teil und beschäftigen sich auch zu Hause nur noch eingeschränkt, beispielsweise mit Handarbeiten. Die Hauptbeschäftigung ist das Fernsehen. Sie bewegen sich selten außer Haus, obwohl sie ihre Gesundheit immerhin als noch relativ gut einschätzen.

**Das soziale Umfeld beschränkt sich bei diesen Senioren auf die Kontakte mit den Kindern und den Nachbarn.** Diese Kontakte sind aber sehr ausgeprägt, so dass sie angeben, nur selten einsam zu sein.

Bei diesem Lebensstil dominieren die Frauen, Haustiere haben sie fast nie.

### *Wohnperspektive*

**Zurückgezogene Senioren mit Familienanschluss haben eine gesicherte Wohnperspektive und können mit der Betreuung durch ihre Familien rechnen.**

Diese Senioren sind verheiratet oder alleinstehend und haben einen engen Kontakt zu ihren Familien. Darüber hinaus sind sie in der Nachbarschaft eingebunden. Insofern sie ihren Haushalt nicht selbstständig führen, können sie auf die Hilfe der Familie und der Nachbarn vertrauen.

Ihre Wohnperspektive scheint gesichert, da sie ihre Kinder vor Ort haben und auch in Zukunft deren Unterstützung in Anspruch nehmen können. Dies gilt mit hoher Wahrscheinlichkeit auch für den Fall, dass sie betreut werden müssen. Die Voraussetzungen weiterhin in den gewohnten Lebens- und Wohnverhältnissen verbleiben zu können sind gegeben. Allerdings sind die konkreten Modalitäten in den meisten Familien nicht explizit geklärt, so dass durchaus unterschiedliche Erwartungen zwischen Kindern und Eltern bestehen können.

## 6. Typ: Zurückgezogene ohne soziales Umfeld – 13%

---

### *Lebensführung*

**Diese Senioren verlassen kaum das Haus, so dass sie keine Aktivitäten außerhalb der eigenen vier Wände haben.** Zu Hause beschränkt sich ihre Beschäftigung aufs Fernsehen. Sie sind immobil und bewegen sich auch kaum im Garten. Ihre Gesundheit schätzen sie am schlechtesten von allen Befragten ein.

**Diese Senioren haben kein soziales Umfeld.** Die einzigen, die sie noch ab und zu sehen, sind ihre Kinder. Zu der näheren Umgebung, z.B. zu den Nachbarn bestehen fast keine Kontakte. Entsprechend äussern sie, oft einsam zu sein.

Bei diesem Lebensstil halten sich Männer und Frauen die Waage. Haustiere haben sie in der Regel nicht.

### *Wohnperspektive*

**Zurückgezogene Senioren ohne soziales Umfeld leben in einer prekären Wohnsituation und haben eine unsichere Wohnperspektive.**

Diese Senioren sind oft alleinstehend und leben sehr isoliert. In ihrem Alltag können sie auf keine Hilfe von aussen zählen, da sie keine nennenswerten sozialen Kontakte (mehr) pflegen. Ihre Kinder sind oft nicht verfügbar, wenn sie Unterstützung benötigen. Ihre gegenwärtige Wohnsituation muss daher als prekär bezeichnet werden.

Ihre Wohnperspektive ist unsicher, weil sie nur geringe Chancen haben, in ihren angestammten Wohnverhältnissen weiterhin leben zu können. Falls sie nicht mehr in der Lage sein sollten, sich selbst zu versorgen, ist ein Umzug unvermeidlich.