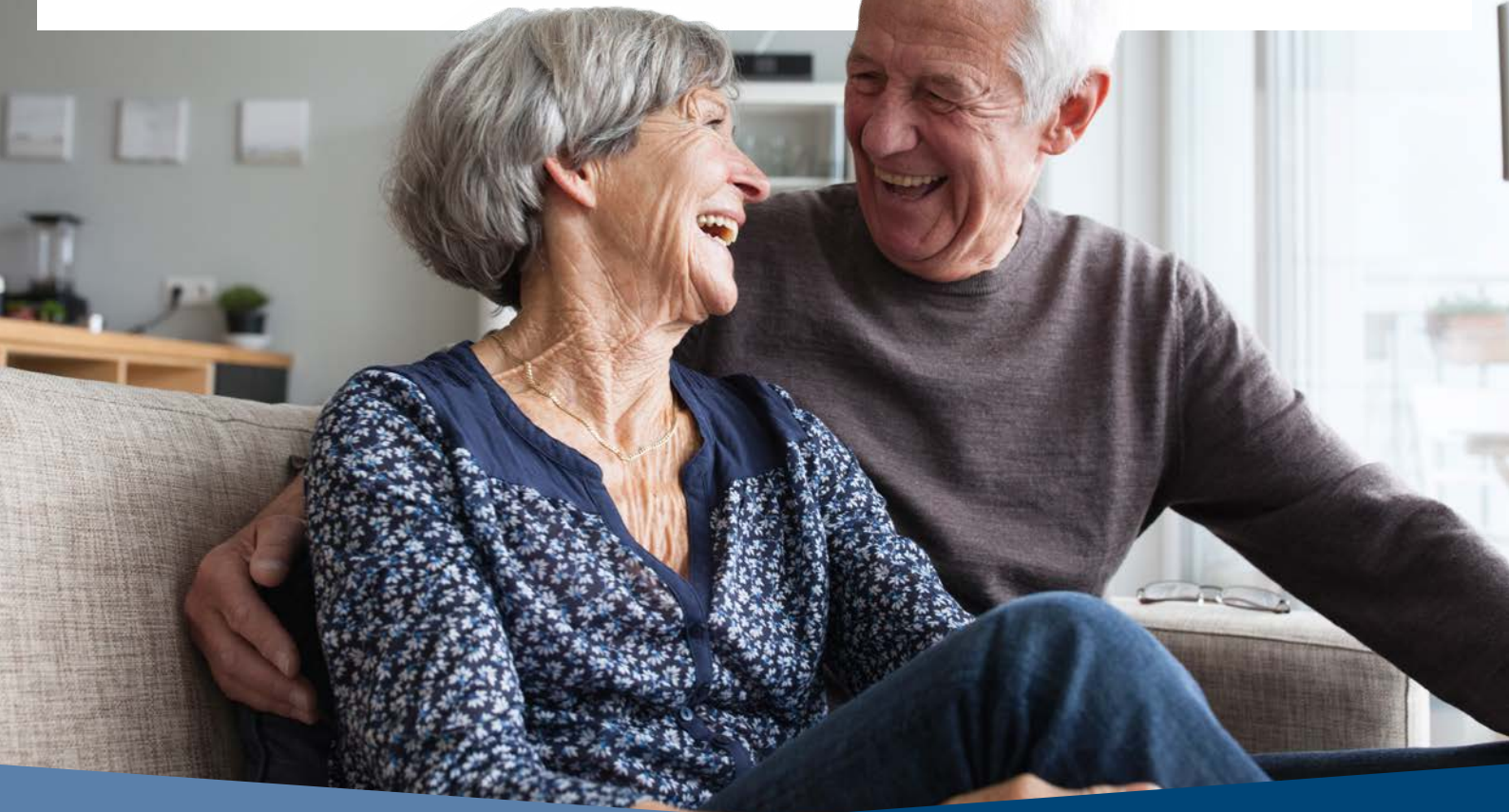




Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

Zuhause IM ALTER



# Länger zuhause leben

Ein Wegweiser für das Wohnen im Alter



## Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser,

wollen Sie in der vertrauten Wohnung und Umgebung älter werden? Oder möchten Sie einen neuen Schritt wagen und in ein gemeinschaftliches Wohnprojekt ziehen, vielleicht zusammen mit jungen Familien? Wofür Sie sich auch entscheiden: Mit meiner Politik möchte ich dazu beitragen, selbstbestimmtes Wohnen in jedem Alter und in verschiedenen Lebenssituationen möglich zu machen.

Mit dieser Broschüre informieren wir Sie über vielfältige Möglichkeiten, wie Menschen ihr Zuhause im Alter nach ihren Wünschen gestalten können. Neben baulichen Veränderungen und technischer Unterstützung geht es dabei auch um Nachbarschaft und ehrenamtliche Unterstützung vor Ort. Die Kontakte im Wohnumfeld und das Engagement – auch vieler älterer Menschen – sind ebenso wichtig wie die Ausstattung der Wohnung selbst. Und die Familie: Familien, die Angehörige pflegen, leisten Großartiges. Netzwerke und Unterstützung im Umfeld können sie dabei entlasten.



Im Alter möglichst selbstständig und möglichst lange zuhause zu leben, kann gelingen, auch wenn man Unterstützung und Pflege braucht. Es ist möglich, wenn sich andere kümmern. Und wenn auch die Kümmerer sich darauf verlassen können, dass sich jemand um sie kümmert. Mein Leitsatz ist: Wir kümmern uns um die Kümmerer. Nicht zuletzt, damit wir alle im Alter so leben können, wie wir uns das wünschen.

A handwritten signature in blue ink that reads "Dr. Franziska Giffey". The signature is written in a cursive, flowing style.

Dr. Franziska Giffey  
Bundesministerin für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

# Inhalt

|                                                                                   |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|----|
| Vorwort .....                                                                     | 3  |
| <b>1</b> Wohnung und Quartier gemeinsam denken .....                              | 8  |
| 1.1 Programm „Gemeinschaftlich wohnen,<br>selbstbestimmt leben“ .....             | 10 |
| 1.2 Programm „Anlaufstellen für ältere Menschen“ .....                            | 11 |
| 1.3 Programm „Soziales Wohnen im Alter“ .....                                     | 11 |
| <b>2</b> Demografischer Wandel und Wohnen .....                                   | 13 |
| 2.1 Altersgerechte Anpassung des Wohnraums .....                                  | 15 |
| 2.2 Gute Verhältnisse im Wohnumfeld .....                                         | 16 |
| <b>3</b> Bauliche, technische und soziale<br>Aspekte des Wohnens .....            | 17 |
| 3.1 Barrierefrei leben und wohnen im Alter .....                                  | 17 |
| 3.2 Worauf kommt es bei der Gestaltung einer<br>altersgerechten Wohnung an? ..... | 19 |
| 3.3 Größere bauliche Maßnahmen gezielt planen .....                               | 22 |
| 3.4 Wie finde ich eine qualifizierte Wohnberatung? .....                          | 22 |
| 3.5 Wie finde ich qualifizierte Handwerkerinnen<br>und Handwerker? .....          | 24 |
| 3.6 Hilfreiche Technik .....                                                      | 28 |
| 3.7 Wie kann ich lange in meinem gewohnten<br>Umfeld bleiben? .....               | 33 |
| 3.8 Mit Nachbarschaftshilfe länger in den<br>eigenen vier Wänden bleiben .....    | 35 |

|          |                                                                                                                  |           |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>4</b> | <b>Besondere Wohnformen für das Alter .....</b>                                                                  | <b>40</b> |
| 4.1      | Gemeinsam mit anderen:<br>Gemeinschaftliche Wohnformen .....                                                     | 43        |
| 4.2      | Service in den eigenen vier Wänden:<br>Betreutes Wohnen zuhause .....                                            | 44        |
| 4.3      | Leben mit Service: Betreutes Wohnen<br>in einer Wohnanlage .....                                                 | 44        |
| 4.4      | Selbstbestimmt wohnen auch bei hohem<br>Pflegebedarf: Wohn- und Hausgemeinschaften<br>für Pflegebedürftige ..... | 46        |
| 4.5      | Umfassend versorgt sein:<br>Leben in einer Pflegeeinrichtung .....                                               | 47        |
| <b>5</b> | <b>Praxisbeispiele</b>                                                                                           | <b>49</b> |
| 5.1      | Selbstbestimmt zuhause wohnen .....                                                                              | 49        |
| 5.2      | Gemeinschaftliche Wohnformen .....                                                                               | 54        |
| 5.3      | Wohnen mit Technik in einer Genossenschaft .....                                                                 | 58        |
| 5.4      | Selbstbestimmt wohnen auch bei Pflegebedarf .....                                                                | 62        |
| 5.5      | Wohnen in einer Pflegeeinrichtung .....                                                                          | 68        |
| <b>6</b> | <b>Hilfsdienste – mit Unterstützung<br/>länger zuhause wohnen</b>                                                | <b>70</b> |
| 6.1      | Welche Hilfe brauchen Sie wirklich? .....                                                                        | 71        |
| 6.2      | Mit Unterstützung den Alltag meistern –<br>diese Hilfen können Sie sich nach Hause holen .....                   | 71        |
| 6.3      | Hilfe bei gesundheitlicher Einschränkung – so bleiben<br>Sie sicher und betreut mit pflegerischer Hilfe .....    | 75        |

|          |                                                                                                   |           |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>7</b> | <b>Finanzierung .....</b>                                                                         | <b>79</b> |
| 7.1      | Wo kann ich finanzielle Förderung für den<br>altersgerechten Umbau meiner Wohnung erhalten? ..... | 79        |
| 7.2      | Welche Kosten für Umbau oder Pflegehilfsmittel<br>übernimmt die Kranken- oder Pflegekasse? .....  | 80        |
| 7.3      | Leistungen für Pflegebedürftige .....                                                             | 81        |
| 7.4      | Leistungen für pflegende Angehörige .....                                                         | 84        |
| <b>8</b> | <b>Weiterführende Informationen .....</b>                                                         | <b>85</b> |
| 8.1      | Broschüren des Bundesministeriums<br>für Familie, Senioren, Frauen und Jugend .....               | 85        |
| 8.2      | Literatur .....                                                                                   | 86        |
| <b>9</b> | <b>Nützliche Kontakte .....</b>                                                                   | <b>93</b> |

# 1

## Wohnung und Quartier gemeinsam denken

Mit zunehmendem Alter verbringen Menschen mehr Zeit in den eigenen vier Wänden. Wohnen trägt entscheidend zu Lebensqualität, Wohlergehen und Zufriedenheit bei – im Alter noch mehr als in jüngeren Jahren. Die allermeisten älteren Menschen wünschen sich, dass sie so lange wie möglich in der vertrauten Umgebung leben können, auch dann, wenn Krankheit, Hilfe- und Pflegebedürftigkeit eintreten. Ziel der Programme und Projekte im Bereich „Wohnen im Alter“ ist es daher, selbstständiges und selbstbestimmtes Wohnen im Alter in allen Lebensbereichen zu

fördern. Gemeinschaftliches Wohnen, altersgerechtes Umbauen, technikerunterstütztes Wohnen, Unterstützungs- und Beratungsangebote im Wohnumfeld, Nachbarschaftshilfe und soziale Dienstleistungen sowie die Stärkung des häuslichen Wohnens durch Entlastungsangebote für pflegende Angehörige sind die Themenfelder der Programme und Maßnahmen. Sie machen deutlich, dass „Wohnen im Alter“ nicht nur das Wohnen an sich, sondern auch das Wohnumfeld, die dazugehörige Infrastruktur und die soziale Einbindung umfasst.





## **Wohnen im Alter ist darüber hinaus eine Aufgabe für viele:**

Nicht nur die Politik, auch das Handwerk, die Kommunen und die Wohnungswirtschaft, Seniorenorganisationen und die Zivilgesellschaft können dazu beitragen, dass ältere Menschen komfortabel wohnen und zugleich am gesellschaftlichen Leben teilhaben können.



## 1.1 Programm „Gemeinschaftlich wohnen, selbst- bestimmt leben“

Mit dem zeitlich begrenzten Modellprogramm „Gemeinschaftlich wohnen, selbstbestimmt leben“ werden seit Ende 2015 ausgewählte Wohnprojekte gefördert, die Vorbildwirkung entfalten und zur Nachahmung anregen. Projektträger sind Baugruppen, aber auch Wohnungsgesellschaften, Vereine und Kommunen, die ein gemeinschaftliches Wohnprojekt modellhaft konzipieren und realisieren.

Die Modellprojekte sind unterschiedlich ausgerichtet. Einen Schwerpunkt bilden zum Beispiel gemeinschaftliche Wohnformen, die eine selbstständige und unabhängige Lebensführung gerade auch älteren und hochaltrigen Bewohnerinnen und Bewohnern ermöglichen. Einen anderen Schwerpunkt setzen Wohnprojekte, die ältere Menschen mit niedrigem Einkommen besonders in den Blick

nehmen und eine soziale und generationenübergreifende Mischung der Bewohnerstruktur anstreben.

Das Modellprogramm legt besonderen Wert auf eine enge Verzahnung der Wohnprojekte mit dem örtlichen Umfeld. So werden bauliche Maßnahmen an Gemeinschaftsräumen gefördert. Gemeinschaftsräume dienen als Treffpunkte für Bewohnerinnen und Bewohner und als Begegnungsstätte der Nachbarschaft oder des Quartiers. Damit wird die Teilhabe in der Nachbarschaft gestärkt und es erfolgt eine Öffnung ins Wohnumfeld.



### Tipp

Gemeinschaftsräume können durch das KfW-Programm „Altersgerecht Umbauen“ finanziert werden. Projektinitiativen, die Wohnprojekte mit Gemeinschaftsräumen planen, können sich über die Fördermöglichkeiten auf der Internetseite der KfW informieren:

<https://www.kfw.de/inlandsfoerderung/Privatpersonen/Bestandsimmobilien/Barrierereduzierung/>

## 1.2 Programm „Anlaufstellen für ältere Menschen“

Im Programm „Anlaufstellen für ältere Menschen“ wurden bundesweit in rund 300 Projekten vielfältige Ideen und Ansätze entwickelt, um wohnortnahe Lösungen zur Förderung eines selbstständigen und selbstbestimmten Lebens älterer Menschen zu schaffen. Diese ermöglichen es, bis ins hohe Alter in der vertrauten Wohnumgebung bleiben zu können. Die Projekte umfassen Angebote zur Unterstützung, Betreuung und Begegnung, bauliche Maßnahmen zur altersgerechten Gestaltung des Wohnumfelds sowie Initiativen zur Qualifizierung und Vernetzung ehrenamtlicher Helferinnen und Helfer.

In einer Gesellschaft, in der Familie und Freunde oft nicht mehr in der Nähe wohnen, sind für Menschen aller Altersgruppen andere Unterstützungs- und Netzwerkstrukturen in ihrem direkten Umfeld wichtig.

## 1.3 Programm „Soziales Wohnen im Alter“

Das Programm „Soziales Wohnen im Alter“ umfasste folgende Programmbausteine:

- ✓ Wettbewerb „Technikunterstütztes Wohnen“
- ✓ Initiative „Qualifizierung des Handwerks für das altersgerechte und barrierefreie Wohnen“
- ✓ Projektförderung „Nachbarschaftshilfe und soziale Dienstleistungen“

## 1 Wohnung und Quartier gemeinsam denken



Eingebunden waren viele verschiedene Akteurinnen und Akteure zum Beispiel aus den Bereichen Zivilgesellschaft, Seniorenorganisationen, Wohnungswirtschaft, Handwerk, aber auch Länder und Kommunen. Das Programm wurde erfolgreich abgeschlossen, die Ergebnisse wirken nach:

Innovationen in der Wohnungstechnik, gut geschulte Handwerksbetriebe, neue Netzwerke und Strukturen der Nachbarschaftshilfe kommen älteren Menschen dauerhaft zugute.



### Tipp

Weitere Informationen und Praxisbeispiele zu allen Programmen finden Sie im Internet unter:

[www.serviceportal-zuhause-im-alter.de](http://www.serviceportal-zuhause-im-alter.de).

# 2

## Demografischer Wandel und Wohnen

Der Begriff „demografischer Wandel“ beschreibt mehrere Veränderungsprozesse in der Zusammensetzung der Bevölkerung:

- ✓ Die Lebenserwartung steigt.
- ✓ Die Geburtenraten sind weiterhin niedrig.
- ✓ Der Anteil älterer Menschen an der Gesamtbevölkerung nimmt zu.

### **Das verändert unsere Gesellschaft**

Während im Jahr 2018 noch 17,9 Millionen Menschen in Deutschland 65 Jahre und älter (5,4 Millionen davon 80 Jahre und älter) waren, wird der Anteil dieser

Altersgruppe bis 2030 auf 21,6 Millionen Menschen (6,1 Millionen davon 80 Jahre und älter) ansteigen.  
*(Quelle: Statistisches Bundesamt)*

Die deutsche Gesellschaft wird älter und damit werden es auch die Migrantinnen und Migranten, die vor allem als sogenannte Gastarbeiterinnen und Gastarbeiter bzw. als Spätaussiedlerinnen und Spätaussiedler nach Deutschland kamen. Viele unter ihnen sind in Deutschland heimisch geworden und werden – entgegen eventuellen früheren Überlegungen – bleiben. 2018 hatten 12 Prozent der Menschen ab 65 Jahren einen Migrationshintergrund, Tendenz steigend.  
*(Quelle: Statistisches Bundesamt)*



Der demografische Wandel ist nicht ungewöhnlich für eine moderne Gesellschaft und findet ähnlich auch in anderen Ländern statt. Er wirkt sich auf viele Politikfelder aus: vom Arbeitsmarkt über die Rentenpolitik bis hin zum Bauen und Wohnen.

Ältere Menschen leben häufiger allein – schon dieser Trend verändert die Wohnverhältnisse. Dazu kommt, dass aufgrund kleinerer Familiengrößen und der zunehmenden Erwerbstätigkeit von Frauen und Männern weniger Angehörige da sind, die sich um die Älteren kümmern können. Und diejenigen, die dazu bereit sind, leben aufgrund wachsender Mobilität oft nicht in der Nähe. Eine ähnliche Entwicklung findet auch in Familien mit Migrationshintergrund statt.

Wenn mehr ältere Menschen länger in der eigenen Wohnung bleiben wollen und dabei weniger auf die Hilfe von Familienangehörigen zurückgreifen können, dann müssen sich die Rahmenbedingungen verändern: beispielsweise in der baulichen Gestaltung der Wohnungen und in den Pflege- und Versorgungsstrukturen.

## 2.1 Altersgerechte Anpassung des Wohnraums

Gerade bei der Gestaltung und Anpassung altersgerechter Wohnungen, Stadtviertel und Regionen stellt der demografische Wandel unsere Gesellschaft vor neue Aufgaben. Die zunehmende Lebensdauer der Menschen führt zu veränderten Anforderungen an den Wohnraum: Denn trotz des medizinischen Fortschritts nehmen körperliche Einschränkungen im höheren Alter zu und der Wohnalltag wird beschwerlicher. Wer so lange wie möglich in der gewohnten Umgebung bleiben will, ist auf eine Wohnung angewiesen, die möglichst frei von Barrieren ist.

Der Wohnungsbestand in Deutschland muss also in Zukunft stärker an die Bedürfnisse älterer Menschen angepasst werden. Die Zahl vorhandener altersgerechter Wohnungen reicht nicht aus, um den Bedarf zu decken.

## 2.2 Gute Verhältnisse im Wohnumfeld

Zufriedenheit, Wohlergehen und Glück haben viel damit zu tun, ob die Menschen sich in ihrem Wohnumfeld wohlfühlen und sich mit ihrem Wohnort oder Wohnviertel identifizieren. Wohnen umfasst auch die Umgebung, die Nachbarschaft, soziale Kontakte und die Einrichtungen im Umfeld: ob Haushaltshilfe und Pflegedienst oder Arztpraxen, Einkaufsmöglichkeiten und öffentlicher Nahverkehr. In einer Gesellschaft, in der sich die Gewichte zwischen den Altersgruppen verschieben, ist es umso wichtiger, dass Jüngere und Ältere Kontakt haben, einander helfen und zusammenhalten. Das Wohnviertel spielt dabei eine entscheidende Rolle.

Das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend will mit seinen Programmen und Maßnahmen die Auswirkungen des demografischen Wandels gestalten und die darin liegenden Chancen nutzen.

### **Denn Chancen gibt es**

Ein längeres Leben verschafft mehr gesunde Jahre, und viele Ältere – gerade wenn sie schon lange in einem Wohnviertel leben – tragen aktiv dazu bei, Zusammenhalt und Lebensqualität dort zu erhalten. Ziel ist es, dass alle Generationen in Deutschland gute Lebens- und Wohnverhältnisse haben. Ältere Menschen sollen möglichst lange selbstständig und unabhängig wohnen und am gemeinschaftlichen Leben teilhaben können.



# 3

## Bauliche, technische und soziale Aspekte des Wohnens

Mit vierzig Jahren überlegen, wie man mit siebzig wohnen will? Kaum jemand macht sich in der Mitte des Lebens Gedanken darüber, wie sie oder er später einmal leben will. Dennoch lohnt es sich, die Vorbereitungen auf das eigene Alter und die Wohnbedingungen möglichst früh zu treffen. Wer sich rechtzeitig mit dem Thema beschäftigt, hat ausreichend Zeit, die jetzige Wohnung den künftigen Bedürfnissen anzupassen oder sich neu zu orientieren.

Im folgenden Kapitel möchten wir Ihnen nützliche Hinweise geben, wie Sie sich auf das Leben im Alter in den eigenen vier Wänden vorbereiten können. Vieles ist kostengünstig und leicht umsetzbar.

Für größere Veränderungen finden Sie professionelle Beratung und Unterstützung häufig ganz in Ihrer Nähe.

### 3.1 Barrierefrei leben und wohnen im Alter

#### **Barrieren können in bestimmten Fällen sinnvoll sein und Schutz bieten**

So verhindert ein Balkongeländer Abstürze oder eine rote Ampel verhindert den Zusammenstoß von Fahrzeugen im Verkehr. Die meisten Barrieren jedoch schränken die Selbstständigkeit, die Beweglichkeit und die Freiheit im Alltag ein.



Mit einer barrierefreien – oder zumindest barrierearmen – Wohnung ist ein Zuhause ohne Hindernisse und Stolperfallen gemeint. Gerade Treppenstufen, Türschwelle und schmale Türen können im Alter zu Barrieren werden. Aber sie sind nicht unüberwindbar: Nach entsprechenden Umbauten können Sie sich auch im Alter ungehindert in Ihrer Wohnung bewegen und den Alltag ohne fremde

Hilfe bewältigen. Eine bedarfsgerechte, barrierefreie Wohnung erhöht nicht nur den Komfort, sondern trägt auch dazu bei, Verletzungen durch Stürze zu vermeiden. Auch soziale Kontakte lassen sich leichter pflegen: Eine Wohnung ohne Stufen und Schwellen ist nämlich nicht nur für Sie komfortabler, sondern auch für Bekannte, die Sie besuchen – ob im Rollstuhl oder mit Kinderwagen.

## 3.2 Worauf kommt es bei der Gestaltung einer altersgerechten Wohnung an?

Weitgehend barrierefrei ist eine Wohnung vor allem dann,

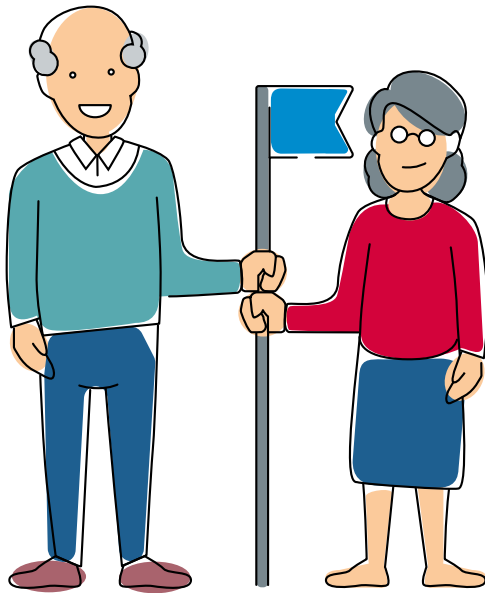
- wenn sie ohne Stufen und Schwellen begehbar und auch bei Bewegungseinschränkungen ungehindert zugänglich ist,
- wenn sie eine bodengleiche Dusche oder ein anderweitig sicheres und bedarfsgerechtes Bad hat,
- wenn die Türen eine Breite von mindestens 80 cm haben und die Bewegungsflächen im Bad, Flur und in der Küche mindestens 120 cm x 120 cm betragen (für die Nutzung mit Rollstuhl 150 cm x 150 cm),

- wenn sie eine gute technische Ausstattung und Beleuchtung hat,
- wenn sie über Haltegriffe, Sitz- und Aufstehhilfen verfügt, die bei eingeschränkter Beweglichkeit Unterstützung leisten.

Genauere Bestimmungen von Barrierefreiheit für alle Bereiche der Wohnung, für öffentliche Gebäude sowie öffentliche Verkehrs- und Freiräume sind in der DIN 18040 festgelegt. Neubauten sollten heute so geplant werden, dass sie dieser Norm entsprechen. Für bestehende Häuser und Wohnungen bieten die technischen Mindestanforderungen des KfW-Programms „Altersgerecht Umbauen“ Anhaltspunkte und Anregungen, was mit vertretbarem Aufwand möglich ist.

### **Tipp**

Internetseite zum KfW-Programm „Altersgerecht Umbauen“: <https://www.kfw.de/inlandsfoerderung/Privatpersonen/Bestandsimmobilien/Barrierereduzierung/>



#### **i** Hilfreiche Tipps zur barrierefreien Gestaltung der Wohnung

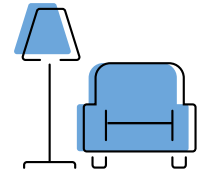
Eine Reihe von praktischen Maßnahmen in den eigenen vier Wänden lässt sich meist leicht und ohne großen Aufwand umsetzen.

Gehen Sie gedanklich Ihren Tagesablauf durch und überlegen Sie, auf welche Hindernisse Sie während des Tages in Ihrer Wohnung stoßen und was Ihnen Probleme bereitet.

Viele Hindernisse in Ihrer Wohnung können Sie mit etwas Geschick oder der Hilfe eines qualifizierten Handwerksbetriebs rasch und kostengünstig beseitigen.

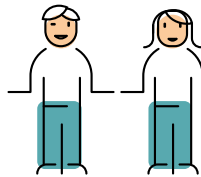
#### **i** Das können Sie alleine tun ...

- Trennen Sie sich von überflüssigen Einrichtungsgegenständen und teilen Sie die Zimmer neu auf.
- Stellen Sie Möbel um, damit alle Einrichtungsgegenstände und Fenster leicht zugänglich sind.
- Sorgen Sie für rutschfeste Bodenbeläge und befestigen Sie Teppichläufer, um Stolperfallen zu vermeiden.
- Stellen Sie eine stabile Sitzgelegenheit für das An- und Ausziehen von Schuhen bereit.
- Ein rutschfester Duschhocker zum Hinsetzen erleichtert das selbstständige Duschen und mindert das Unfallrisiko.



**i** Dafür benötigen Sie die Hilfe von Angehörigen, aus dem Freundeskreis, aus der Nachbarschaft oder von Fachpersonal ...

- Montieren Sie Holzklötze unter dem Sofa, Sessel oder Bett, um die Sitzfläche auf mindestens 60 cm zu erhöhen – das erleichtert das Aufstehen und Hinsetzen.
- Befestigen Sie beidseitige Handläufe im Treppenhaus.
- Haltegriffe erleichtern das Aufstehen und Hinsetzen in der Badewanne und bieten zusätzliche Sicherheit am WC.
- Ersetzen Sie herkömmliche Einlegeböden in Oberschränken durch Glasböden und verschaffen sich so einen leichten Überblick in die oberen Fächer.



**i** Dafür benötigen Sie einen professionellen Handwerksbetrieb ...

- Verlegen Sie häufig gebrauchte Steckdosen in eine bequeme Greifhöhe von mindestens 85 cm. Das erleichtert Hausarbeiten, wie beispielsweise Staubsaugen.
- Wenn ausreichend Platz vorhanden ist, lässt sich ein Teil der Arbeitsplatte in der Küche tiefer montieren und durch das Entfernen von Unterschränken Beinfreiheit schaffen. So können Sie auch im Sitzen kochen.



### 3.3 Größere bauliche Maßnahmen gezielt planen

Manchmal werden kleine Maßnahmen nicht ausreichen, damit Sie weiterhin selbstständig in Ihrer Wohnung leben können. Bauliche Veränderungen können notwendig werden, beispielsweise weil Sie Stufen nicht mehr überwinden können oder das Bad nicht mehr selbstständig nutzen können. Ein leichter und sicherer Zugang zum Haus kann zum Beispiel durch eine angebaute Rampe ermöglicht werden. Innerhalb der Wohnung verbessern mobile oder fest installierte **Rampen** die Bewegungsfreiheit und den Zugang in alle Räume. Wenn die baulichen Gegebenheiten es zulassen, kann ein **Treppenlift** eingebaut werden. Wenn solche Umbauten nicht möglich sind, gibt es mobile Treppensteighilfen wie Treppenraupen und Treppenrollstühle, die als Hilfsmittel anerkannt sind und auch gemietet werden können.

Durch **Bodenerhöhungen** oder den Anbau einer Zwischenstufe können hohe Schwellen zum Balkon überwunden werden.

### 3.4 Wie finde ich eine qualifizierte Wohnberatung?

Für Wohnungsanpassungen ist fachliche Hilfe ratsam. Dies betrifft nicht nur bauliche Maßnahmen, sondern auch den gezielten Einsatz von Hilfsmitteln, angefangen von Toilettensitzerhöhungen über Haltegriffe bis zu Treppen- oder Badewannenlift. Da es auf die individuelle Umgebung ankommt, sollte immer vor Ort geprüft werden, was für Ihre persönliche Situation sinnvoll, möglich und notwendig ist. Informationen und Beratung zum altersgerechten Umbau erhalten Sie bei

- Ihrer Kommune (Wohnberatungsstelle, Sozial- und Wohnungsamt),
- kirchlichen und freien Wohlfahrtsverbänden,
- Handwerkskammern,
- Krankenkassen, Pflegestützpunkten,
- Pflegediensten oder Sozialstationen.

Über diese Anlaufstellen hinaus gibt es in Deutschland über 200 spezielle Wohnberatungsstellen. Die Bundesarbeitsgemeinschaft Wohnungsanpassung e. V. kann Sie über die zuständigen Wohnberatungsstellen in Ihrer Nähe informieren.

Wohnberaterinnen und Wohnberater wissen nicht nur über technische und bauliche Maßnahmen Bescheid, sondern bieten auch Hilfestellung zu Finanzierungs- und Pflegefragen. Viele Wohnberatungsstellen helfen bei Anträgen an Kostenträger und empfehlen geeignete Handwerksbetriebe. Um möglichst breit gefächert beraten zu können, sind sie in der Regel auch mit anderen Diensten vernetzt.



### Tip

Eine professionelle Wohnberatungsstelle in Ihrer Nähe finden Sie auch im Internet unter: [www.bag-wohnungsanpassung.de](http://www.bag-wohnungsanpassung.de).

Weitere Wohnberatungsstellen finden Sie auf der Website der Landesarbeitsgemeinschaft Wohnberatung Nordrhein-Westfalen:

[www.wohnberatungsstellen.de](http://www.wohnberatungsstellen.de).

Qualifizierte Wohnberatungsstellen bieten zudem einen „aufsuchenden“ Service an. Eine Beraterin oder ein Berater besucht Sie in Ihrer Wohnung. Das hat den Vorteil, dass man sofort einen konkreten Eindruck erhält: In welchem Zustand ist die Wohnung, wie ist sie geschnitten und ausgestattet? Die Beratung wird dadurch individueller und zielgenauer. Ein solches Angebot macht zum Beispiel die Niedersächsische Fachstelle für Wohnberatung, die über 800 haupt- und ehrenamtliche Wohnberaterinnen und Wohnberater in Hannover und vor Ort geschult hat. Auch einige Seniorenbüros bieten mobile Wohnberatung an.

Schließlich stellen sich viele Wohnungsunternehmen bereits auf älter werdende Mieterinnen und Mieter ein, bieten Beratungsleistungen an und führen Wohnungsanpassungsmaßnahmen durch.

## 3.5 Wie finde ich qualifizierte Handwerkerinnen und Handwerker?

Eine Schlüsselrolle beim altersgerechten Umbau spielt das Handwerk, denn es sind meist Handwerksbetriebe, die die Arbeiten durchführen. Dabei sind die unterschiedlichsten Handwerkszweige betroffen: Nicht nur Maler-, Tischler-, Maurer- und Klempnerbetriebe, sondern auch Orthopädietechnik- und Metallbauunternehmen sind bei der altersgerechten Wohnraum- anpassung mit ihrem Know-how gefragt.

Es gibt mittlerweile Handwerksbetriebe, die sich auf seniorengerechte Umbauten spezialisiert haben und dafür ein Zertifikat erworben haben. Solche Zertifikate weisen zum Beispiel nach, dass sich ein Unternehmen mit der DIN-Norm 18040 zum barrierefreien Bauen und Wohnen auseinandergesetzt hat und über ein besonderes Wissen hinsichtlich der Bedürfnisse älterer Menschen verfügt.

### Tipp

Wenn Sie gezielt Handwerkerinnen und Handwerker suchen, die sich mit seniorengerechter Gestaltung auskennen, so wenden Sie sich an Ihre regionale Handwerkskammer bzw. an die Innungen der einzelnen Handwerke.

### Tipp

Informationen über maßgebliche DIN-Vorschriften finden Sie auf der Internetseite: [www.nullbarriere.de](http://www.nullbarriere.de).







#### Tip

Eine Liste mit Adressen zertifizierter Unternehmen finden Sie unter:

[www.dincertco.de](http://www.dincertco.de).

Das DIN CERTCO, die Zertifizierungsgesellschaft der TÜV Rheinland Group und des DIN Deutsches Institut für Normung e. V., vergibt ebenso wie verschiedene Architektenkammern und Akademien (zum Beispiel Akademie der Ingenieure) an Architektinnen und Architekten sowie Handwerkerinnen und Handwerker das Zertifikat „DIN-geprüfte Fachkraft für barrierefreies Bauen“. Handwerksbetriebe, die generationenfreundliche Produkte und Dienstleistungen anbieten, können mit dem Markenzeichen „Generationenfreundlicher Betrieb – Service + Komfort“ ausgezeichnet werden. Träger des Markenzeichens ist der Zentralverband des Deutschen Handwerks. Das Marken-

zeichen wird an Betriebe verliehen, die sich durch eine Schulung qualifiziert oder auf andere Weise besonderes Fachwissen erworben haben.

Bei der Suche nach der geeigneten Handwerkerin oder dem geeigneten Handwerker für die barrierefreie Anpassung Ihrer Wohnung können die Fragen der folgenden Checkliste hilfreich sein. Die meisten Fragen sollten Sie mit Ja beantworten können.



#### Tip

Informationen zum Markenzeichen finden Sie unter:

[www.generationenfreundlicher-betrieb.de](http://www.generationenfreundlicher-betrieb.de).



## Checkliste:

### Geeignete Handwerkerinnen und Handwerker finden

- Kann die Handwerkerin oder der Handwerker auf Referenzprojekte im Bereich des barrierefreien Bauens verweisen?
- Wurde Ihnen der Handwerksbetrieb zum Beispiel von einer Wohnberatungsstelle empfohlen?
- Haben Sie umgesetzte Maßnahmen besichtigt?
- Kann die von Ihnen ins Auge gefasste Firma verschiedene Handwerkszweige (Gewerke) aus einer Hand anbieten?
- Haben Sie das Vorhaben mit jemandem aus Ihrem Bekanntenkreis, der sich mit Bauen auskennt, oder mit professionellen Fachkräften besprochen?
- Haben Sie Vergleichsangebote zu gleichen Posten eingeholt?

## 3.6 Hilfreiche Technik

Neben der baulichen Gestaltung einer Wohnung bietet auch die Technik zahlreiche Möglichkeiten, um Lebensqualität im Alter zu erhalten. Es muss oft nicht die „große Lösung“ sein. Schon kleine technische Hilfsmittel, die nicht teuer sein müssen und häufig nur geringe bauliche Veränderungen nach sich ziehen, erlauben es, den Alltag auch bei Einschränkungen und Handicaps selbstbestimmt zu gestalten. Darüber hinaus können technische Hilfsmittel dazu beitragen, Unfällen und Verletzungen vorzubeugen. Auch die moderne Informations- und Kommunikationstechnik – insbesondere das Internet – bietet vielfältige Nutzungsmöglichkeiten, die Ihren Alltag erleichtern und bereichern können.



### Tip

Informationen zum Bereich Ambient Assisted Living (AAL, Alltagsunterstützung durch Technik) finden Sie unter:  
[www.innovationspartnerschaft.de](http://www.innovationspartnerschaft.de).



### Den „Wegweiser durch die digitale Welt“

... mit nützlichen Tipps für ältere Menschen zum Umgang mit dem Internet erhalten Sie bei der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO) e.V. (Kontakt Daten siehe Kapitel 9 „Nützliche Kontakte“).

### 3.6.1 Für zuhause und unterwegs: Alltagshilfen

Diese nützlichen Helfer für den Alltag sind zumeist Gebrauchsgegenstände, die das selbstständige Durchführen von alltäglichen Tätigkeiten erheblich erleichtern können.

Hierzu zählen beispielsweise:

- › Greifhilfen,
- › Geh- und Mobilitätshilfen,
- › Lese- und Schreibhilfen,
- › spezielle Flaschen- und Dosenöffner,
- › Schuh- und Strumpfanzieher,
- › Fenstergriffverlängerungen,
- › Großtastentelefone für jedes Alter.

Darüber hinaus erhalten Sie in örtlichen Sanitätshäusern weitere Informationen zu Alltagshilfen.

### 3.6.2 Hilfe per Knopfdruck: der Hausnotruf

Ein Hausnotrufsystem besteht aus einer Basisstation, die an das Telefon angeschlossen ist, und einem Notrufsender (auch „Funkfinger“ genannt), der an einer Kette um den Hals oder wie eine Uhr getragen wird. Damit löst man im Notfall Alarm aus. Das eigene Gerät stellt automatisch eine Verbindung zur Notrufzentrale her. Dort erscheinen auf einem Computerbildschirm die Daten, die notwendig sind, um sofort helfen zu können: Hausarztpraxis, Medikamente, Krankheiten, Personen, die zu benachrichtigen sind.



#### Tipp

Die Online-Wohnberatung des Vereins Barrierefrei Leben e.V. bietet im Internet unter [www.online-wohn-beratung.de](http://www.online-wohn-beratung.de). Informationen zu unterstützender Technik zuhause und berät Sie kostenlos per E-Mail.

Über eine Freisprecheinrichtung kann man zudem persönlich mit der Notrufzentrale sprechen. Wenn es nötig ist, benachrichtigt die Notrufzentrale schnell Angehörige oder Personen in der Nachbarschaft und schickt gegebenenfalls einen Rettungsdienst.



 **Tipp**

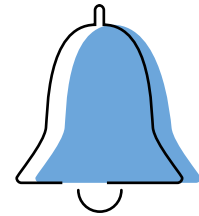
Informationen zum Hausnotruf erhalten Sie bei der Initiative Hausnotruf unter: [www.initiative-hausnotruf.de](http://www.initiative-hausnotruf.de)

oder über den Bundesverband Hausnotruf unter: [www.bpa-hausnotruf.de](http://www.bpa-hausnotruf.de).

### 3.6.3 Vergessen möglich: Herdüberwachung für Elektroherde

Wer kennt das nicht: den Schreck, ob man vergessen hat, den Herd auszuschalten. Eine automatische Herdüberwachung kann in jedem Alter sinnvoll sein. Sie lässt sich für alle Elektroherde leicht installieren und kontrolliert die Laufzeit und Temperatur von Elektro-Kochfeldern.

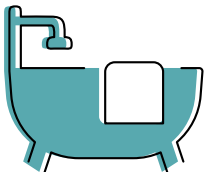
Die Zeitüberwachung beginnt automatisch, wenn der Herd angeschaltet wird, und schaltet ihn nach einer vorher festgelegten Zeit wieder ab. Die Hitzewache kontrolliert die Temperatur während des Betriebs und schaltet das Kochfeld bei Überschreitung einer kritischen Temperatur ab. Mit eingeschalteten akustischen oder optischen Signaltönen ist die Herdüberwachung auch dann ein sinnvolles Hilfsmittel, wenn man nicht gut sehen kann.



### 3.6.4 Ohne fremde Hilfe baden: Badewannenlifte

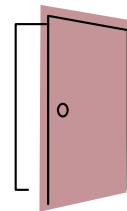
Wer ein warmes Bad schätzt, weiß, dass er ein Stück Lebensqualität verliert, wenn er nicht mehr mühelos in die Badewanne hineinsteigen, sich ausstrecken und nachher wieder aussteigen kann. Doch Technik kann hier Abhilfe schaffen: Für die Badewanne gibt es unterschiedliche Ein- und Ausstiegshilfen, die sicheren Halt geben.

Für Sicherheit und Komfort sorgen beispielsweise Badewannenlifte, deren hydraulische Sitze mit Haftsaugnäpfen befestigt werden. Sie sind in der Regel in allen gängigen Badewannen einsetzbar und brauchen nicht umständlich installiert zu werden. So können Sie im Lift sitzend per Knopfdruck in die Wanne hinein und nach dem Bad wieder sicher aufrecht nach oben fahren. Zu Fragen der Finanzierung ist es ratsam, mit Ihrer Krankenkasse und Ihrer Hausärztin oder Ihrem Hausarzt zu sprechen.



### 3.6.5 Leicht begehbar: Automatiktüren

Besonders wenn Sie auf eine Gehhilfe oder auf einen Rollstuhl angewiesen sind, ist es manchmal schwierig, Türen zu öffnen und wieder zu verschließen. Aber auch schon mit schweren Einkaufstaschen in den Händen ist es oft umständlich, durch eine Tür zu kommen. Haus- und Wohnungstüren wie auch die Türen innerhalb der Wohnung lassen sich mit automatischen Antrieben nachrüsten. Dabei können sogar Offenhaltezeiten individuell eingestellt werden. Je nach Bedarf gibt es die Möglichkeit, den Öffner per Schalter oder Fernbedienung zu steuern.



So können Sie alle Türen wieder problemlos passieren.

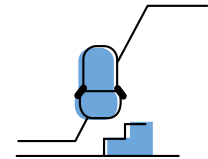
### 3.6.6 Wieder hoch hinaus: Treppenlifte

Wenn sich Ihre Wohnung über mehrere Etagen erstreckt, sind die Treppen nicht selten steil und gewunden. Häufig besteht aus Platz- oder Kostengründen auch nicht die Möglichkeit, einen Aufzug einzubauen. Doch selbst wenn Sie auf einen Rollstuhl angewiesen sind, müssen Sie nicht darauf verzichten, alle Räume begehen und nutzen zu können. Denn für fast jede Treppe, jede Steigung und selbst bei sehr schmalen Treppen lassen sich Lösungen durch Sitz- und Plattformlifte finden.

Sitzlifte kommen vor allem für Menschen in Betracht, die noch selbst laufen können, aber Probleme mit dem Treppensteigen haben. Der Sitzlift ist in der Regel mit einer Arm- und Rückenlehne, mit Fußstützen und Sicherheitsgurten ausgestattet. Moderne Sitzlifte lassen sich bei Bedarf in einen Rollstuhllift umrüsten.

Plattformlifte bieten eine feste Bodenkonstruktion und kommen auch für den Außenbereich, etwa beim Zugang zum Haus, infrage.

Weitere Informationen können die Wohnberatungsstellen oder Handwerkskammern erteilen. Fragen zu einer eventuellen Finanzierung oder Bezuschussung sollten frühzeitig mit den Hauptfürsorgestellen oder Integrationsämtern, den Berufsgenossenschaften oder im Fall der Pflegebedürftigkeit mit den Pflegekassen erörtert werden.





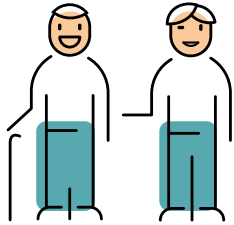
## 3.7 Wie kann ich lange in meinem gewohnten Umfeld bleiben?

Wer darüber nachdenkt, wie sie oder er im Alter wohnen will, tut gut daran, sich nicht nur auf die Wohnung zu konzentrieren. Auch das Wohnumfeld ist wichtig. Wenn Sie also im Alter in Ihrer vertrauten Umgebung, Ihrer langjährigen Mietwohnung oder dem Eigenheim bleiben möchten, sollten Sie Ihre Umgebung vorausschauend prüfen:

- Barrierefreiheit gilt auch für die Wohnumgebung. Sie sollte so gestaltet sein, dass man die wichtigsten Geschäfte, Arztpraxen und die Haltestellen des öffentlichen Nahverkehrs zu Fuß und ohne Hindernisse erreichen kann.

- Vielleicht werden Sie irgendwann Hilfe brauchen – Unterstützung im Haushalt, beim Einkaufen oder sogar Pflege. Dann ist es gut, wenn solche Dienste in Ihrer Umgebung angeboten werden, gegen Geld oder (zumindest teilweise) ehrenamtlich.
- Die Menschen machen den Unterschied: Bekannte, mit denen man einen Schwatz hält, eine nette Nachbarschaft, Freundinnen und Freunde in der Nähe. Soziale Netze im Wohnumfeld sind Gold wert und ein guter Grund, in einem Wohnviertel zu bleiben. Denn sie sichern Kontakte und Möglichkeiten gegenseitiger Unterstützung.

Einen Eindruck darüber, ob Ihr Wohnumfeld altersgerecht ist, können Sie sich mit der nachfolgenden Checkliste verschaffen. Auf die meisten Fragen sollten Sie dabei mit Ja antworten können.



## Checkliste:

### Ist mein Wohnumfeld altersgerecht?

- Sind die von Ihnen hauptsächlich genutzten Wege eben?
- Sind Straßenbeläge rutschfest und gut zu begehen (möglichst keine Pflastersteine)?
- Haben die Gehsteige eine ausreichende Breite – mindestens 120 cm –, damit Sie sich auch mit Gehhilfen oder einer Begleitperson dort ungehindert bewegen können?
- Ermöglichen die Straßenbeleuchtungen auch abends eine sichere Begehung?
- Gibt es ausreichend Ruhebänke?
- Sind Haltestellen des ÖPNV fußläufig erreichbar?
- Kann man die Haltestellen des ÖPNV ohne Stufen und Schwellen begehen?
- Sind Grünflächen fußläufig erreichbar und sicher begehbar?
- Haben Sie Kontakt zu den Nachbarinnen und Nachbarn? Können Sie bei kleineren Problemen im Alltag auf ihre Unterstützung zählen?

## 3.8 Mit Nachbarschaftshilfe länger in den eigenen vier Wänden bleiben

- Gibt es Begegnungsräume (Aufenthaltsräume, Cafés, Restaurants), die fußläufig erreichbar sind?
- Gibt es alternative Versorgungsmöglichkeiten wie rollende Supermärkte oder Bringdienste?
- Gibt es Hilfsangebote (Besuchsdienste, Haushaltshilfen, Sozialstationen, Pflegedienste) in der Umgebung?
- Sind Lebensmittelläden, Post, Banken, Friseursalon und Arztpraxen fußläufig erreichbar?

Gute Freundschaften kann man sich aussuchen – eine gut funktionierende Nachbarschaft nicht. Doch beide wollen gepflegt werden, vor allem, wenn Sie im Alter von diesem Zusammenhalt profitieren möchten. Wenn Sie Unterstützung benötigen, zum Beispiel im Haushalt oder bei schwerer Gartenarbeit, oder wenn Sie sich selbst einbringen möchten, um anderen zu helfen, beispielsweise bei der Hausaufgabenbetreuung von Kindern, dann sind Nachbarinnen und Nachbarn oft die ersten, die Hilfe geben oder Hilfe gebrauchen können.

Abgesehen von der gegenseitigen Unterstützung, die sich einfach ergibt, engagieren sich vielerorts Initiativen und Vereine für hilfe- und pflegebedürftige Menschen.

Ihre Mitglieder machen Besuche, viele bieten Unterstützung im Haushalt. Man findet solche Angebote in Kirchengemeinden oder bei Wohlfahrtsverbänden, manchmal aber auch bei Wohnungsgesellschaften und oft als selbst organisierte Nachbarschaftsinitiative. Wo es in einer Wohngegend Gelegenheiten gibt, sich zu engagieren, erfährt man bei der Stadt- oder Gemeindeverwaltung und bei Anlaufstellen für bürgerschaftliches Engagement: Freiwilligenagenturen, Seniorenbüros, Mehrgenerationenhäusern. Für die meisten ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer bedeutet ihr Einsatz eine sinnvolle Aufgabe, die sie als persönlich befriedigend empfinden und bei der sie selbst soziale Kontakte und Erfahrungen hinzugewinnen. Manchmal erhalten sie eine finanzielle Anerkennung als Aufwandsentschädigung oder als kleinen Zuverdienst. In jedem Fall ist ein solches Engagement bereichernd, gerade wenn man selbst schon älter, aber noch fit ist: Engagement hilft, aktiv zu bleiben und am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen.

#### **Tipps für eine gute Nachbarschaft – so knüpfen Sie ein festes Netz mit Ihrer Nachbarschaft**

Manchmal sind es nur kleine Dinge, die das Netz unter Nachbarinnen und Nachbarn festigen und aus einem höflichen Nebeneinander ein hilfsbereites Miteinander machen. Nachbarschaftsinitiativen fördern Kontakte und Begegnungen, stärken die Zusammenarbeit vor Ort, ermöglichen bürgerschaftliches Engagement und Teilhabe, leisten gegenseitige Hilfe und Unterstützung. Ganz wichtig: Vertrauen und Gemeinsamkeiten bilden die Basis guter Nachbarschaft. Ein Gespräch im Flur oder am Gartenzaun, eine Einladung zum Grillen – solche Kleinigkeiten sind notwendige Voraussetzungen für eine Nachbarschaft, die dann auch funktioniert, wenn man einen größeren Gefallen oder regelmäßige Unterstützung braucht. Viele Ideen können Sie selber in die Tat umsetzen; manches mit mehr, manches schon mit sehr wenig Aufwand.



### Telefonkette

Eine kommunikative und kostengünstige Form der Notruf-sicherung sind von Verwandten, im Freundeskreis oder in der Nachbarschaft selbst organisierte Telefonrunden, bei denen sich alle Beteiligten regelmäßig in einer festgelegten Reihenfolge anrufen. Meldet sich eine Teilnehmerin oder ein Teilnehmer nicht, wird nachgesehen und eventuell ein Hilfsdienst informiert.



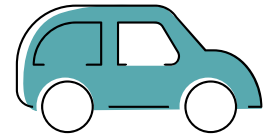
### Einkaufsgemeinschaften

Wer gemeinsam einkauft, spart vor allem Zeit, manchmal sogar Geld. Probieren Sie es mit Ihren Nachbarinnen und Nachbarn doch aus! Sie werden schnell auf den Geschmack kommen. Doch gerade zu Anfang sollte die Mitgliederzahl überschaubar sein. Die Beteiligten sollten sich kennen und Vertrauen zueinander haben. Schließlich werden Bestellungen und Kaufentscheidungen auch gemeinsam getroffen.



### Hol- und Bringdienste

Nachbarschaftlich organisierte Hol- und Bringdienste sind vor allem für ältere Menschen, die selber nicht mehr Auto fahren können oder in ländlichen Regionen leben, eine gute Alternative zum öffentlichen Nahverkehr. Diesen einfachen Service kann man für Fahrten zum Einkaufen oder zur Arztpraxis nutzen oder für die Teilnahme an kulturellen Veranstaltungen. Wenn Sie selber noch fit am Steuer sind, überlegen Sie, ob Sie die Familien in Ihrer Nachbarschaft nicht mit Fahrten zur Schule, zum Musikunterricht, zum Sport oder zu sonstigen Aktivitäten der Kinder entlasten können.



## Tauschbörsen

Biete Gartenarbeit, brauche Hilfe am Computer: Talent- oder Tauschbörsen sind eine bewährte Form der organisierten Nachbarschaftshilfe. Sie übersetzen die unkomplizierte Hilfe von Tür zu Tür in einen größeren Zusammenhang des Gebens und Nehmens.

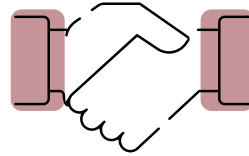
### Das Prinzip

Alle Teilnehmenden bieten etwas an, was sie gut können – zum Beispiel Kochen, Gartenarbeit oder Tapezieren.

Für ihre Leistung erhalten sie im Tausch andere Hilfsangebote, die sie selbst gut gebrauchen können. Solche Netze können sich über kleine Nachbarschaften oder über ganze Stadtteile und Städte erstrecken.

### Wichtig

Jede und jeder kann mitmachen; nicht nur diejenigen, die genug Geld haben, um sich Hilfe zu kaufen.



### ✓ Tipp

Weitere hilfreiche Tipps zum Aufbau einer organisierten Nachbarschaft bieten das Netzwerk Nachbarschaft im Internet unter: [www.netzwerk-nachbarschaft.net](http://www.netzwerk-nachbarschaft.net).

oder der Verein Dein Nachbar e.V. unter: [www.deinnachbar.de](http://www.deinnachbar.de).

### ✓ Tipp

Eine Liste der Freiwilligenagenturen erhalten Sie bei der Bundesarbeitsgemeinschaft der Freiwilligenagenturen unter: [www.bagfa.de](http://www.bagfa.de).

# 4

## Besondere Wohnformen für das Alter

Die meisten älteren Menschen wollen auch im Alter in der vertrauten Wohnung bleiben. Das spiegelt sich auch in Zahlen wider: Die Hälfte der über 70-Jährigen zum Beispiel lebt seit mehr als 30 Jahren in derselben Wohnung. Gleichzeitig gibt es einen Trend zu neuen Wohnformen, ob mit besonderen Serviceangeboten oder im Zusammenleben von Alt und Jung.

Es gibt also nicht DIE Wohnform, die für alle älteren Menschen die beste ist. Ein frühzeitiger Umzug kann sinnvoll sein, um an einem Ort neue Netze zu knüpfen, bessere Voraussetzungen zu finden, eigene Wohnwünsche zu verwirklichen. Der erste Schritt ist immer, sich – am besten auch im Gespräch mit der Partnerin oder

dem Partner, Angehörigen, Freundinnen und Freunden, Gleichaltrigen – über die eigenen Wünsche klar zu werden.

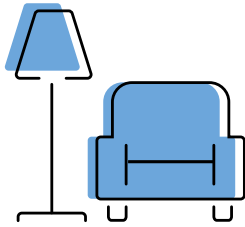
Wenn Sie sich im Alter noch einmal verändern wollen oder verändern müssen, steht Ihnen eine Reihe von Alternativen zur Verfügung. Die folgenden Kapitel geben eine Übersicht.



### Tip

Informieren Sie sich über zahlreiche vom Bund geförderte, altersgerechte Bau- und Wohnprojekte in ganz Deutschland in unserer Praxisdatenbank unter: [www.serviceportal-zuhause-im-alter.de](http://www.serviceportal-zuhause-im-alter.de).





## Checkliste:

### Eigene Wohnwünsche für das Alter erkennen

- Sind Sie zufrieden mit Ihrer jetzigen Wohnsituation?
- Möchten Sie auf jeden Fall in Ihrem vertrauten Wohnviertel bleiben?
- Sehen Sie die Notwendigkeit, sich zu verändern (zum Beispiel aufgrund von Einschränkungen)?
- Möchten Sie vor allem die Wohnlage verändern?
- Möchten Sie im Alter in Gemeinschaft mit anderen leben?
- Möchten Sie im Alter mehr Versorgungssicherheit haben (zum Beispiel im Falle von Krankheit)?
- Wünschen Sie mehr Serviceleistungen (zum Beispiel beim täglichen Einkauf)?
- Wünschen Sie mehr professionelle Unterstützung in der Wohnung (zum Beispiel bei der Haushaltsführung)?
- Suchen Sie mehr (oder neue) soziale Kontakte?



## 4.1 Gemeinsam mit anderen: Gemeinschaftliche Wohnformen

Wollen Sie mit anderen zusammenleben und trotzdem ein hohes Maß an Selbstständigkeit erhalten, können Sie sich für eine gemeinschaftliche Wohnform entscheiden. Ähnlich wie in den Wohngemeinschaften aus Studentenzeiten wird in Wohnprojekten mit älteren Menschen das gemeinschaftliche Zusammenleben selbst organisiert. Allerdings hat in der Regel jede und jeder eine Wohnung für sich; für Individualität und Privatsphäre ist also gesorgt. Trotzdem kann der Gemeinschaftsgedanke auch weit über das hinausgehen, was man von herkömmlichen Nachbarschaftsverhältnissen kennt. Oft werden die Wohnprojekte zum Beispiel von der Gruppe der Beteiligten selbst geplant und in Kooperation mit anderen Akteurinnen und Akteuren umgesetzt. Darüber hinaus unterstützen die Bewohnerinnen und Bewohner einander, wenn kleinere Hilfen notwendig sind.

Der Vorteil dieser Wohnformen besteht darin, dass Sie im Alter lange selbstständig wohnen können und nicht alleine sind. Sie haben Kontakt mit anderen und können bei Bedarf im Alltag auf die Hilfe der Mitbewohnerinnen und Mitbewohner zurückgreifen. Oft wird bereits bei der Planung daran gedacht, dass, wenn nötig, auch ein ambulanter Pflegedienst zur Verfügung steht.

Wer in einem gemeinschaftlichen Wohnprojekt leben will, muss bereit sein, ein Stück des Lebens mit anderen zu teilen und anderen zu helfen. Außerdem besteht das Risiko, dass Sie eventuell wieder ausziehen müssen, wenn Sie schwer pflegebedürftig werden oder demenziell erkranken.



### Tipp

Informationen zu gemeinschaftlichen Wohnprojekten finden Sie beim Forum Gemeinschaftliches Wohnen e. V., Bundesvereinigung, [www.fgw-ev.de](http://www.fgw-ev.de) und über den Informationsdienst der Stiftung trias [www.wohnprojekte-portal.de](http://www.wohnprojekte-portal.de).

## 4.2 Service in den eigenen vier Wänden: Betreutes Wohnen zuhause

Wenn Ihnen einzelne Hilfsdienste zuhause nicht mehr ausreichen und Sie gerne regelmäßig eine feste Ansprechperson hätten, die Sie umfassend informiert, berät und Ihnen bei Bedarf weitere Dienstleistungen vermittelt, dann können Sie in manchen Gemeinden das Angebot eines „Betreuten Wohnens zuhause“ finden. Betreutes Wohnen zuhause umfasst ein Paket aus professionell organisierten Unterstützungsleistungen, eine Hausnotrufsicherung und einen regelmäßigen Hausbesuch. Wichtig ist: All diese Unterstützung kommt in Ihre angestammte Wohnung – Sie brauchen nicht umzuziehen. Dafür schließen Sie mit den Anbietern einen sogenannten Betreuungsvertrag ab und zahlen eine Betreuungspauschale. Diese kann je nach Größe des Leistungspakets erheblich schwanken. Informieren Sie sich daher vorab verbindlich über die einzelnen Leistungen.

Angebote des Betreuten Wohnens zuhause werden – nicht an allen Orten – von sozialen Einrichtungen, aber auch von Kommunen und Wohnungsgesellschaften angeboten. Informationen erhalten Sie bei Pflegediensten, Wohlfahrtsverbänden oder Wohnungsunternehmen in Ihrer Umgebung.

## 4.3 Leben mit Service: Betreutes Wohnen in einer Wohnanlage

Wenn es Ihnen darum geht, im Alter mehr Versorgungssicherheit als in der eigenen Wohnung zu haben, und Sie sich mehr soziale Kontakte und Begegnung wünschen, sollten Sie prüfen, ob der Umzug in eine betreute Wohnanlage für Sie eine Alternative ist. Das Betreute Wohnen bietet umfassende Dienstleistungen bei immer noch weitgehender Selbstständigkeit. Je nach Wohnanlage und Vertragsgestaltung werden Mahl-

zeiten, Pflegedienste, Reinigungsdienste oder auch Freizeitaktivitäten angeboten. Dabei wohnen Sie in Ihren eigenen, individuell und meist barrierefrei gestalteten Wohnräumen. Häufig ist auch eine Ansprechperson vor Ort, die Sie berät und informiert. Darüber hinaus gibt es häufig Gemeinschaftsräume, in denen man sich treffen und Freizeit gemeinsam gestalten kann.

Die Kosten für Betreutes Wohnen sind sehr unterschiedlich. Es ist daher wichtig, die Leistungen im Detail genau zu vergleichen. Die Miete variiert je nach Lage, Beschaffenheit und Ausstattung, wie bei anderen Wohnungen auch. Neben den Kosten für die Wohnung wird in der Regel eine sogenannte Betreuungspauschale, etwa für die Leistungen der Ansprechperson und die Notrufsicherung, erhoben.

Die Vorteile dieser Wohnform liegen vor allem darin, dass sie eine hohe Versorgungssicherheit mit selbstständigem Wohnen verbindet. Sie haben eine altersgerechte Wohnung, Sie können verschiedene Dienstleistungen in Anspruch neh-

men und haben Kontakt mit anderen in ähnlicher Lebenssituation.

Dennoch kann es passieren, dass Sie auch hier noch einmal ausziehen müssen, wenn Sie zum Beispiel schwer pflegebedürftig werden oder an Demenz erkranken. Anders gesagt: Betreutes Wohnen setzt voraus, dass Sie Ihren Haushalt größtenteils noch selbst führen können.



### Tipp

Weitere Informationen zum Thema „Betreutes Wohnen“ bietet auch die Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen im Internet unter: [www.bagso.de/wohnen/betreutes-wohnen.html](http://www.bagso.de/wohnen/betreutes-wohnen.html).

Wichtig zu wissen ist auch, dass die Begriffe „Betreutes Wohnen“ und „Service-Wohnen“ gesetzlich nicht definiert sind. Beide Bezeichnungen können daher für vielfältige Wohn- und Betreuungsangebote verwendet werden. Daher ist es ratsam, bei jedem Angebot und noch vor Einzug oder Vertragsabschluss genau hinzuschauen,

- › welche Leistungen im Preis inbegriffen sind,
- › welche weiteren Leistungen man hinzu- und auch wieder abwählen kann,
- › wie hoch die Kosten am Ende tatsächlich sind
- › und ob die Wohnsituation wirklich den eigenen Wünschen und Bedürfnissen entspricht.

### 4.4 Selbstbestimmt wohnen auch bei hohem Pflegebedarf: Wohn- und Hausgemeinschaften für Pflegebedürftige

Betreute Wohn- und Hausgemeinschaften erlauben auch bei schwerer Pflegebedürftigkeit ein hohes Maß an Alltagsnormalität und Selbstbestimmung. In der Regel leben zwischen sechs und zwölf Menschen in einer Pflege-Wohngemeinschaft zusammen. Das eigene Zimmer oder Apartment wird mit eigenen Möbeln eingerichtet, die Wohnküche und die Sanitäreinrichtungen werden gemeinschaftlich genutzt. Betreuungskräfte und Pflegepersonal sind bei Bedarf rund um die Uhr anwesend; sie organisieren den Haushalt für die ganze Gruppe. Die Pflegeleistungen werden, jeweils individuell zugeschnitten, durch Pflegekräfte erbracht.

Diese Wohnform bietet auch bei schwerstem Hilfe- und Pflegebedarf eine Alternative zu einer Pflegeeinrichtung.

Der Tagesrhythmus wird nicht durch die Pflege, sondern durch das normale Geschehen, wie es in jedem Haushalt üblich ist, vorgegeben. Die Bewohnerinnen und Bewohner bestimmen selbst über ihre Zeiteinteilung, die Mahlzeiten, über die Wohnungseinrichtung und darüber, von wem sie zusätzliche Hilfeleistungen bekommen. Das Personal kann sich intensiver als in einem Heim um die Bewohnerinnen und Bewohner kümmern und auf ihre Bedürfnisse eingehen.

Allerdings ist es wie beim gemeinschaftlichen Wohnen: Man lebt intensiv und eng mit anderen Menschen zusammen und muss bei der Gestaltung des Alltagslebens immer wieder kompromissbereit sein. Anders als in großen stationären Einrichtungen gibt es kein breites Freizeitangebot. Die Bewohnerinnen und Bewohner und ihre Angehörigen bleiben verantwortlich für Dienstleistungen und Pflege.

Zur Finanzierung der Leistungen stehen Ihnen unter Umständen nur die geringeren Sätze der ambulanten Pflegeversicherung zu. Auch gibt es häufig Fragen der rechtlichen Einordnung, sodass es sich empfiehlt, frühzeitig Kontakt mit der zuständigen Heimaufsichtsbehörde zur Beratung aufzunehmen.

## 4.5 Umfassend versorgt sein: Leben in einer Pflegeeinrichtung

Für ältere Menschen, denen das selbstständige Haushalten – trotz Unterstützung durch Angehörige und ambulante Hilfen – zu beschwerlich geworden ist, kann eine Versorgung in einer guten Senioren- und Pflegeeinrichtung eine große Erleichterung darstellen. Medizinische und pflegerische Unterstützung durch professionelles Personal sind gewährleistet, Kontakt- und Freizeitmöglichkeiten werden geboten und Sie sind

in Ihrem Alltag entlastet. In den meisten Pflegeeinrichtungen finden Sie engagiertes Personal und gute Lebens- und Wohnbedingungen vor, auch wenn Sie die vertraute Wohnung und den selbstbestimmten Tagesrhythmus aufgeben müssen.

Damit eine Senioren- und Pflegeeinrichtung Ihren Anforderungen und Erwartungen gerecht wird, sollten Sie die Angebote vorher genau prüfen. Nutzen Sie die Gelegenheit zum Probewohnen, zum Beispiel bei einem Kurzaufenthalt.

Nach der Übertragung des Heimrechts auf die Bundesländer im Zuge der Föderalismusreform haben diese eigene Gesetze zu diesem Themenbereich erlassen.

Informieren Sie sich beim Sozialministerium Ihres Bundeslandes, welche Regelungen und Besonderheiten das Landesrecht zu den jeweiligen Wohnformen enthält.

#### Tipp

Eine lohnenswerte Orientierungshilfe bei der Suche nach Senioren-Pflegeeinrichtungen in ganz Deutschland bietet im Internet das Portal [www.heimverzeichnis.de](http://www.heimverzeichnis.de).

#### Tipp

Achten Sie bei der Wahl einer Pflegeeinrichtung auch auf eine unabhängige Bewertung wie beispielsweise durch [www.pflegenoten.de](http://www.pflegenoten.de).



# 5

## Praxisbeispiele

### 5.1 Selbstbestimmt zuhause wohnen

Zentrum für Jung und Alt, Langen

#### **Die Idee**

Die Initiatoren des Projekts in Langen, das Mütterzentrum und die Seniorenhilfe, vereinen mit dem Zentrum für Jung und Alt vielfältige, miteinander vernetzte Angebote unter einem Dach. Ziel ist es, vorrangig Frauen, Mütter und Familien zu entlasten und zu unterstützen. So organisiert und vermittelt die Seniorenhilfe Langen im Rahmen einer Tauschbörse die nötigen Hilfeleistungen für ältere Menschen.

Wer andere unterstützt, erhält Punkte gutgeschrieben, die bei eigenem Bedarf wieder in Hilfeleistungen umgesetzt werden können.

Das Mütterzentrum steht vor allem jungen Familien offen und hilft Müttern und auch Vätern, Beruf und Familie besser zu vereinbaren. Beratung und Kurse, aber auch familienentlastende Dienste wie Kinderbetreuung werden dafür angeboten. Der Elternservice vermittelt beispielsweise Babysitting, Kinderfrauen oder Tagesmütter. Diese können sich im Mütterzentrum fortbilden und qualifizieren.

## 5 Praxisbeispiele



### Das Haus

- › Zweigeschossiger barrierefreier Neubau mit 62 m<sup>2</sup> offener Fläche im Erdgeschoss für einen „offenen Treff“, den Räumen der Seniorenhilfe, Mehrzweck- und Seminarräumen
- › Das erste Obergeschoss ist zu einem großen Teil den Kindern vorbehalten mit Betreuungs-, Ruhe- und Hausaufgabenräumen. Des Weiteren verfügt das Mütterzentrum über vier unterschiedlich große Räume, die als Büro, für Seminare und Schulungen dienen.



### Adresse

Zimmerstraße 5, 63225 Langen

 **Weitere Informationen**

[www.serviceportal-zuhause-im-alter.de](http://www.serviceportal-zuhause-im-alter.de)

[www.zenja-langen.de](http://www.zenja-langen.de)

## EhrenamtlicheR SeniorenberaterIn

Im Landkreis Weißenburg-Gunzenhausen (Bayern) wurden ehrenamtliche Seniorenberatende zu mobilen Anlaufstellen ausgebildet. Die Koordination der Einsätze, die Vernetzung und die regelmäßige Weiterqualifizierung sind hauptamtlich organisiert. Die Seniorenberatenden sind in den Kommunen bekannt und werden landkreisweit von Einrichtungen und Privatpersonen für Beratungen angefragt und eingesetzt. Informationsveranstaltungen zu altersrelevanten Themen, wie Wohnen und Wohnformen, Nachbarschaftshilfe, Pflegeversicherung oder ambulante Dienste, werden durchgeführt. Zudem gibt es in Kooperation mit verschiedenen Akteurinnen und Akteuren weiterführende Angebote; darunter organisierte Nachbarschaftshilfen, ein Bürgerhaus, Freizeit- und Mittagsangebote. Da es im Landkreis keinen Pflegestützpunkt gibt, bieten die Anlaufstellen wichtige Informationspools für Ältere und deren Angehörige.



Mit der Umsetzung eines Seniorenforums im Landkreis werden immer wieder neue Projekte rund um den demografischen Wandel angestoßen.

### Weitere Informationen

[www.serviceportal-zuhause-im-alter.de](http://www.serviceportal-zuhause-im-alter.de)

### Wohnortnahe Altenhilfe in Schwäbisch Gmünd – Generationenbüros in den Stadtteilen

Die Stadt Schwäbisch Gmünd (Baden-Württemberg) arbeitet seit 2006 an breit aufgestellten Unterstützungsstrukturen für Seniorinnen und Senioren. Ein zentrales Ergebnis ist der Aufbau von Versorgungsnetzwerken in den verschiedenen Stadtteilen, um das Wohnen älterer Menschen in der eigenen Häuslichkeit zu erleichtern. Darauf aufbauend haben sich Generationenbüros als Anlaufstellen für

Ältere vor allem im ländlichen Raum etabliert. Hier helfen insbesondere Ehrenamtliche mit ihrem hohen Bekanntheitsgrad, ein Nachbarschaftsnetzwerk in der Fläche aufzubauen. Sie werden engmaschig durch Hauptamtliche begleitet und machen sich auch für eine gute Zusammenarbeit mit örtlichen Vereinen und Ortsvorsteherinnen bzw. Ortsvorstehern stark. Die Generationenbüros bieten Einkaufsunterstützung, Hilfestellung beim Ausfüllen von Formularen und Anträgen, weiterführende Informationen oder Weitervermittlung zu Dienstleistungen Dritter.



Schwäbisch Gmünd

### Weitere Informationen

[www.serviceportal-zuhause-im-alter.de](http://www.serviceportal-zuhause-im-alter.de)

## Anlaufstellen für ältere Menschen auf dem Betzenberg

In dem Kaiserslautener Quartier Betzenberg (Rheinland-Pfalz) wurde die Errichtung einer Anlaufstelle konzeptionell begleitet. Dafür wurde zunächst eine Öffentlichkeitskampagne unter Einbindung verschiedener Medien und in Begleitung einer Werbeagentur gestartet.

Die Organisation und Durchführung einer Zukunftswerkstatt bildete darauf aufbauend das zentrale Element der Konzepterstellung und wurde von der Universität Kaiserslautern (FB Stadtsoziologie) ausgearbeitet.

In der Folge fanden regelmäßig Treffen mit den Bürgerinnen und Bürgern statt, die moderiert und öffentlichkeitswirksam begleitet worden sind. Daraus wurden dann erste Projekte abgeleitet und umgesetzt.



The poster features a top image of several hands stacked together in a circle, with a yellow exclamation mark inside a speech bubble above them. Below the image, the text reads: 'ZUKUNFTS WERKSTATT BETZENBERG'. The main body of the poster is green and contains the following text: 'Ihre Erfahrung und Ideen sind wichtig!' followed by 'Hier können Sie ... anregen ... sich einbringen ... verbessern ... gestalten ... mitarbeiten'. Below this, it states 'Ob alt oder jung – Ihre Meinung zählt!'. The event details are '29. März 2014, 14 – 17 Uhr' at 'Prof. Gemeindezentrum | Kantstr. 93 | 67663 Kaiserslautern'. At the bottom, it says 'Wir auf dem Betzenberg Unser Zuhause – heute und morgen'. Logos for 'Verein der Zukunftswerkstatt', 'Kooperation mit', 'Lehrstuhl Stadtsoziologie', 'Gefördert von', and 'ZUKUNFTS WERKSTATT' are at the very bottom.

### Weitere Informationen

[www.serviceportal-zuhause-im-alter.de](http://www.serviceportal-zuhause-im-alter.de)



## 5.2 Gemeinschaftliche Wohnformen

Gegenseitige Unterstützung von Jung und Alt: andersWOHNEN, Nürnberg

### Das Haus

Der genossenschaftlich organisierte Neubau eines Mehrfamilienhauses in der Nürnberger Innenstadt ist ein Generationenwohnprojekt für ältere Menschen und Alleinerziehende. Die Idee: Gerade Menschen in diesen Lebenssituationen können einander unterstützen und von

der Unterstützung der anderen profitieren. Die Gemeinschaftsräume stehen sowohl den Hausbewohnerinnen und Hausbewohnern als auch, bei kulturellen Veranstaltungen, dem Stadtteil offen.

### Informationen

- › 4 Ein-Zimmer-, 19 Zwei-Zimmer-, 17 Drei-Zimmer-Wohnungen und 4 Vier-Zimmer-Wohnungen mit jeweils unterschiedlichen Grundrissen zwischen 40 m<sup>2</sup> und 98 m<sup>2</sup> Größe. Gebäude und Wohnungen sind barrierefrei gebaut.
- › Im ersten Geschoss befindet sich eine 65 m<sup>2</sup> große rollstuhlgerechte Wohnung.

### Adresse

Karl-Bröger-Platz  
90459 Nürnberg

### Weitere Informationen

[www.serviceportal-zuhause-im-alter.de](http://www.serviceportal-zuhause-im-alter.de)  
[www.anderswohnen-eg.de](http://www.anderswohnen-eg.de)



### Mehr-Generationen-Wohnen am Bärenhof, Hamburg-Langenhorn

#### Das Haus

Das Bauprojekt an Hamburgs Stadtrand ist mit vorbildlichen Betreuungsangeboten ausgestattet und mithilfe von bürgerschaftlichem Engagement aus genossenschaftlicher Selbsthilfe entstanden. Es ist speziell auf die Wohnbedürfnisse älterer Menschen und Familien zugeschnitten.

Die beiden nebeneinander liegenden Mehrparteienhäuser bieten vielseitig nutzbare Gemeinschaftsflächen und ergänzende Serviceangebote. In der Anlage befindet sich auch eine ambulant betreute Wohngemeinschaft für Demenzerkrankte.

### Informationen

- › 22 Zwei- bis Drei-Zimmerwohnungen bis 70 m<sup>2</sup>, alle mit Balkon oder Terrasse für Seniorinnen und Senioren
- › 25 Drei- bis Fünf-Zimmerwohnungen bis über 100 m<sup>2</sup>, alle mit Balkon oder Terrasse für Familien mit Kindern

### Adresse

Langenhorner Chaussee 675  
22419 Hamburg-Langenhorn

### Weitere Informationen

[www.serviceportal-zuhause-im-alter.de](http://www.serviceportal-zuhause-im-alter.de)  
[www.fluwog.de](http://www.fluwog.de)

### Weitere Informationen

[www.serviceportal-zuhause-im-alter.de](http://www.serviceportal-zuhause-im-alter.de)  
[www.werkpalast.de](http://www.werkpalast.de)

## Wohngemeinschaft „Werkpalast“ in Berlin-Lichtenberg, Berlin

### Das Projekt

Ziel ist die Wiederbelebung eines früher als Kindergarten genutzten Plattenbaugebäudes für ein generationenübergreifendes Wohnprojekt. Das Gebäude stand von etwa 2004 bis 2008 leer.

Um das Gemeinschaftsleben im Haus zu fördern, gibt es Räume, die von allen genutzt werden. Auch der Garten steht allen Bewohnerinnen und Bewohnern zur Verfügung. Die Bereitschaft zu gegenseitiger Hilfe und Unterstützung im Alltag, zum Beispiel bei der Betreuung von Kindern oder der Hilfe für die Älteren, ist wichtiger Bestandteil des Zusammenlebens. Mit dem Werkpalast zieht wieder Leben in ein lange verlassenes Haus ein, und mehr noch: Das Engagement der Bewohnerinnen und Bewohner wird auch das Miteinander im Bezirk Lichtenberg beleben. Seit seiner Fertigstellung 2011 ist das Haus sowohl architektonisch als auch durch seine integrative Wirkung ein Anziehungsort im Quartier.





### Das Vorhaben

- › 22 Wohnungen verschiedener Größen (30 bis 190 m<sup>2</sup>)
- › Langfristig sozialverträgliche Mieten (4,50 bis 6,50 Euro kalt)
- › Integrativ im Kiez und gemeinschaftlich im Haus

### Adresse

Alfred-Jung-Straße 6-8  
10367 Berlin

## 5.3 Wohnen mit Technik in einer Genossenschaft

Hoyerswerda – mehr als gewohnt

### Das Projekt

Die Wohnungsgenossenschaft „Lebensräume“ verfügt über rund 8.000 Wohnungen. Sie hat sich zum Ziel gesetzt, nicht nur die Lebens- und Wohnbedingungen

der Genossenschaftsmitglieder zu verbessern, sondern auch Angebote für alle Bürgerinnen und Bürger in der Nachbarschaft zu machen.

Die Genossenschaft begegnet damit aktiv den besonderen und für ostdeutsche Regionen typischen Herausforderungen des demografischen Wandels. Dazu zählt die sinkende Bevölkerungszahl, aber auch die Vereinzelung insbesondere älterer Menschen.

### Die Umsetzung

Ein Ausstellungs- und Besucherzentrum steht den Genossenschaftsmitgliedern, aber auch anderen Bürgerinnen und Bürgern offen.

### Gezeigt werden hier unter anderem:

- › platz- und kraftsparende Küchentechnik
- › barrierefreie/ebenerdige Sanitärausstattung
- › elektronische Steuerung der Wohnungsfunktionen (Licht, Heizung etc.)
- › kombinierte Dusch-Wanne mit Einstiegstür und Verschlusstechnik



- › Hausnotrufsystem
- › Verringerung der Balkon-Austrittsbarrieren

Die Maßnahmen sind einfach, leicht bedienbar, zweckmäßig und effizient. Sie zeigen, dass Technik für ältere Menschen auch Kindern und jungen Familien zugutekommen kann. Die Wohnungstechnik ist besonders auf das Bauen und Wohnen im Bestand zugeschnitten und bildet damit ein wichtiges Element des „Betreuten Wohnens zu Hause“ das ein größtmögliches Maß an Selbstständigkeit und Vertrautheit mit dem nötigen Maß an Hilfe und Unterstützung verbindet.

### Weitere Informationen

[www.serviceportal-zuhause-im-alter.de](http://www.serviceportal-zuhause-im-alter.de)  
[www.lebensraeume-hy.de](http://www.lebensraeume-hy.de)

## Generationenwohnen Sredzki 44 Gemeinschaft erlebbar machen – Alt und Jung mitten im Quartier

Die Berliner Mietergenossenschaft Selbst-Bau e. G. hat mit Förderung des BMFSFJ ein beispielgebendes Projekt des gemeinschaftlichen, altersgerechten und inklusiven Bauens und Wohnens geschaffen. Mitten im Prenzlauer Berg entstand durch den Umbau eines der letzten unsanierten Häuser ein modernes, aus elf Wohnungen bestehendes Wohnangebot, das Raum für ein selbstbestimmtes Leben, für gesellschaftliche Teilhabe und soziale Kontakte eröffnet. Ein Teil der Wohnungen ist für Menschen mit Behinderung bestimmt und entsprechend barrierefrei gestaltet. Das Projekt versteht sich auch als Zeichen gegen Verdrängung, da den bisherigen Bewohnerinnen und Bewohnern ein Verbleib zu fairen Mietpreisen ermöglicht werden konnte. Kernelement des Projekts ist ein Informations- und Ausstellungszentrum, das interessierte Bürgerinnen und Bürger, aber auch Wohnungsunternehmen, Schulklassen und andere Interessierte

## 5 Praxisbeispiele



### Stadtteilbüro Markt 1-3 in Luckenwalde

praxisnah und anschaulich über das altersgerechte Bauen und Wohnen informiert und zugleich als Gemeinschaftsraum innerhalb des Hauses und für Veranstaltungen im Quartier dienen soll.

#### Weitere Informationen

[www.serviceportal-zuhause-im-alter.de](http://www.serviceportal-zuhause-im-alter.de)

[www.sredzki44.de](http://www.sredzki44.de)

[www.selbstbau-eg.de](http://www.selbstbau-eg.de)

Das unmittelbar im Stadtzentrum von Luckenwalde (Brandenburg) gelegene Objekt Markt 1-3 wurde von der kommunalen Wohnungsgesellschaft „DIE LUCKENWALDER“ als Geschäftsstelle mit einem integrierten Schauraum für altersgerechte Wohnlösungen umgebaut. Damit wurden die Voraussetzungen für einen Wissenstransfer sowie Beratungsleistungen zu den Themen Barrierefreiheit und altersgerechtes Wohnen geschaffen.



Die neu entstandene Dauerausstellung „Zuhause im Alter“ zeigt unter anderem, wie ein Treppenlift funktioniert oder welche Vorteile eine altersgerechte Ausstattung des Badezimmers bietet. Vor Ort sind zudem Beratungen zu Finanzierungsmöglichkeiten und konkreten Umbaumaßnahmen in Kooperation mit der zertifizierten Handwerkerschaft möglich. Die bereits etablierte, enge Zusammenarbeit zwischen der Stadt Luckenwalde und der städtischen Wohnungsgesellschaft hat zum Erfolg dieses Projektes beigetragen.



## Weitere Informationen

[www.serviceportal-zuhause-im-alter.de](http://www.serviceportal-zuhause-im-alter.de)  
[www.die-luckenwalder.de](http://www.die-luckenwalder.de)

## 5.4 Selbstbestimmt wohnen auch bei Pflegebedarf

### Wunschnachbarn Köln

Auf einer revitalisierten Industriebrache realisiert die Planungsgemeinschaft Wunschnachbarn GbR ein selbst organisiertes, generationenübergreifendes Wohnprojekt. Speziell für ältere Menschen entsteht eine „CoHousing-Etage“ mit vier kleinen, in sich abgeschlossenen Wohnungen, die zugleich über einen gemeinsamen Flur verbunden sind und zusätzlich über eine Gemeinschaftsküche verfügen. Nachbarschaftliche Aktivitäten und gegenseitige Unterstützung im Alltag sollen das Zusammenleben prägen. Das Modellprojekt sieht sich als gemeinschaftliche Wohnform mit besonderen Akzenten für eine altersmäßige und soziale Mischung.

#### Projektbausteine

- Insgesamt elf Wohneinheiten mit variablen Grundrissen zwischen 38,5 m<sup>2</sup> und 123 m<sup>2</sup> im Eigentum
- Davon fünf Familienwohnungen für zwei bis vier Personen
- Preis durchschnittlich 3.700 Euro/m<sup>2</sup>, Zu-/Abschläge von -6 bis +6,5 Prozent in Abhängigkeit von der Lage der einzelnen Wohnungen
- CoHousing-Etage mit vier kleineren Wohneinheiten zwischen 38,5 m<sup>2</sup> und 46,5 m<sup>2</sup>, jeweils mit Balkon, Duschbad und einer kleinen offenen Küche sowie einer Gemeinschaftsküche (20,5 m<sup>2</sup>)
- Der effektive m<sup>2</sup>-Preis für die Wohnungen in der CoHousing-Etage liegt durchschnittlich rund 12 Prozent niedriger als für die anderen Wohnungen (auf die vier WE entfällt jeweils nur ein Viertel der Finanzierungskosten, die pro Wohneinheit für die Gemeinschaftsflächen aufgebracht werden müssen).

- Gemeinschaftsraum (36 m<sup>2</sup>), Gemeinschaftsgarten und gemeinschaftliche Dachterrasse (15 m<sup>2</sup>)
- Gästezimmer (24 m<sup>2</sup>) der Hausgemeinschaft

### Versorgungssetting

Bei dauerhaftem Unterstützungsbedarf kann das Gästezimmer als Wohnmöglichkeit für Pflegepersonal genutzt werden, sodass auch bei Hilfe- und Unterstützungsbedarf ein möglichst langer Verbleib in der eigenen Räumlichkeit gewährleistet ist.

### Kooperation

Die Mitglieder der Baugemeinschaft bilden eine GbR, die nach Fertigstellung zur WEG wird. Die Gesellschafterinnen und Gesellschafter haben frühzeitig im GbR-Vertrag eine Kostenobergrenze vereinbart, um Kosten- und Planungssicherheit vor allem für Personen mit niedrigerem Einkommen zu gewährleisten. Nach innen bildet die CoHousing-Gemeinschaft eine Binnen-GbR mit einem Sondernutzungsrecht an den wohnungsbezogenen Gemeinschaftsflächen Flur und Küche.



### Weitere Informationen

[www.serviceportal-zuhause-im-alter.de](http://www.serviceportal-zuhause-im-alter.de)  
[www.wunschnachbarn.de](http://www.wunschnachbarn.de)

## Quartiersoffensive gemeinschaftliches Wohnen Speyer-West

Das städtische Wohnungsunternehmen GEWO wohnen GmbH schafft mit dem Projekt „am liebsten daheim“ altersgerechten Wohnraum durch Nachverdichtung in einem gemischten Quartier, mit dem Ziel, bezahlbares gemeinschaftliches Wohnen zu realisieren. Älteren Bestandmieterinnen und -mietern wird ein Umzug in kleinere Neubauwohnungen ermöglicht, ohne das Quartier verlassen zu müssen. Zugleich werden größere Wohnungen für Familien mit Kindern frei.



### Projektbausteine

- 36 altersgerechte Wohneinheiten im Neubau, verteilt auf drei Punkthäuser mit Aufzug
- Drei barrierefreie Erdgeschosswohnungen
- Sämtliche Wohneinheiten mit bodengleichen Duschen und schwellenfreiem Austritt auf den Balkon
- 7,70 Euro pro m<sup>2</sup> Nettokaltmiete, mittelbare Belegungsbindung

### Versorgungssetting

Das Konzept orientiert sich am Bielefelder Modell. Zur Einrichtung eines Begegnungs- und Beratungszentrums „Quartiersmensa plus St. Hedwig“ (Q+H) erwarb die GEWO Wohnen GmbH das 1.800 m<sup>2</sup> umfassende Kirchengebäude mit Pfarrhaus und Räumlichkeiten für das Gemeindeleben von der Kirchengemeinde St. Hedwig. Im verkleinerten Kirchenraum entstand die Quartiersmensa, das Pfarrhaus wurde zu einem kleinen



Gemeindezentrum umgebaut, das zusammen mit der verkleinerten Kirche von der Pfarrgemeinde wieder angemietet wurde. In den Räumlichkeiten des Begegnungs- und Beratungszentrums ist ein Pflegedienst mit seinen Büros sowie einer Tagespflegeeinrichtung angesiedelt. Der Pflegedienst ist 24 Stunden am Tag abrufbar und erhebt keine Betreuungspauschale. Über die Begegnungsstätte „Quartiersmensa plus“ sowie die Kirchengemeinde St. Hedwig (Q+H) können Bewohnerinnen und Bewohner mit Unterstützungs- und Hilfebedarf Angebote wie Essen, Beratung, das Mieterbüro, die sogenannte Taschengeldbörse und ein Repair-Café in Anspruch nehmen.

### Kooperation

Die GEWO Leben gGmbH betreibt als Tochtergesellschaft der GEWO Wohnen GmbH die „Q+H“ und vermietet die verbleibenden Flächen an den kooperierenden ambulanten Dienstleister, das Kinderzentrum KEKS und für Angebote wie die Hausaufgabenbetreuung, das Repair-Café etc. Der Pflegedienst mietet



eine Bestandswohnung an, die er als Übergangswohnung nutzt, Belegungsrechte wurden für zwei Wohnungen vereinbart.

### Weitere Informationen

[www.serviceportal-zuhause-im-alter.de](http://www.serviceportal-zuhause-im-alter.de)  
[www.gewo-wohnen.de](http://www.gewo-wohnen.de)  
[www.gewo-leben.de](http://www.gewo-leben.de)



### Allengerechtes Wohnen Burgrieden

In der Ortsmitte der Gemeinde Burgrieden entsteht das neue Quartier „Allengerechtes Wohnen“. Das Projekt zeichnet sich durch eine intensive Bürger- und Kommunalbeteiligung in der Planungs- und Umsetzungsphase aus. Partnerschaftlich realisieren die Bürgerstiftung Burgrieden und die Gemeinde ein Mehrgenerationenwohnprojekt im Eigentum, eine Pflegewohngruppe, eine Beratungsstelle sowie ein Café und Gemeinschaftsräume.

### Projektbausteine

- 44 barrierefreie Eigentumswohnungen, verteilt auf vier Baukörper
- Verkaufspreis der Wohnungen zwischen 2.500 Euro und 2.800 Euro pro m<sup>2</sup>
- 40 Prozent der WE werden von den Anlegerinnen und Anlegern vermietet, zu 7,50 Euro pro m<sup>2</sup>
- Sämtliche EG-Wohnungen sind rollstuhlgerecht

- › Nettokaltmiete, zuzüglich 45 Euro für den Tiefgaragenstellplatz und 35 Euro für die Einbauküche; Nebenkosten-vorauszahlung zwei Euro pro m<sup>2</sup>
- › Pflege-Wohn-Gemeinschaft im Eigentum der Bürgerstiftung Burgrieden mit acht Ein-Zimmer-Appartements mit Pantryküche und gemeinschaftlichem Ess-/Aufenthaltsbereich

### **Versorgungssetting**

Leistungen zur Unterstützung oder Pflege sind bei den vermieteten WE nicht an den Mietvertrag gekoppelt, sodass im Bedarfsfall individuell ein Pflegedienst beauftragt werden muss. Der lokale Verein Lebensqualität Burgrieden e.V. hat im sogenannten Atriumhaus die Anlaufstelle „Kontakt und Rat“ (KoRa) eingerichtet, die Versorgungs- und Unterstützungsleistungen auf ehrenamtlicher Basis anbietet.

Die Finanzierung der Dienstleistungen erfolgt über einen Unkostenbeitrag der Leistungsempfängerinnen und -empfänger, der derzeit bei acht Euro liegt. Die Angebote stehen allen Dorfbewohnerin-



nen und -bewohnern offen, wobei eine Vereinsmitgliedschaft vorausgesetzt wird. Die KoRa ist wöchentlich zehn Stunden geöffnet. Die Bewohnerinnen und Bewohner der Pflege-Wohn-Gemeinschaft werden rund um die Uhr ambulant betreut.

### **Kooperation**

Um das Bauvorhaben zu realisieren, haben die Bürgerstiftung Burgrieden (Gesellschafteranteile von 85 Prozent) und die Gemeinde (Gesellschafteranteile von 15 Prozent) die „Burgrieden baut GmbH“ gegründet. Das Stimmrecht haben die Gesellschafter je zur Hälfte. Die Geschäftsführung der GmbH übernehmen der Bürgermeister und der Vorsitzende der Bürgerstiftung ehrenamtlich. Die Gemeinde Burgrieden trägt

die Kosten für eine Minijobkraft, die die Koordination der ehrenamtlichen Hilfen übernimmt. Für die Pflege-Wohn-Gemeinschaft beauftragen die Mieterinnen und Mieter gemeinsam einen ambulanten Dienstleister. Die Bürgerstiftung kauft und vermietet, neben der Pflege-Wohn-Gemeinschaft, zwei WE, von denen eine als Gästewohnung genutzt werden kann.

### Weitere Informationen

[www.serviceportal-zuhause-im-alter.de](http://www.serviceportal-zuhause-im-alter.de)  
[www.buergerstiftung-burgrieden.de](http://www.buergerstiftung-burgrieden.de)

### Tipp

Weitere Praxisbeispiele finden Sie im Internet unter:  
[www.serviceportal-zuhause-im-alter.de](http://www.serviceportal-zuhause-im-alter.de).

## 5.5 Wohnen in einer Pflegeeinrichtung

### Haus am Kappelberg, Fellbach

#### Das Haus

Das 1962 gegründete Haus am Kappelberg entsprach nicht mehr den heute gültigen baulichen Standards. Für eine Neustrukturierung des stationären Pflegebereichs mit Schwerpunkt auf der Betreuung von Demenzkranken waren daher der Abriss des veralteten Pflegeheimtrakts und ein Neubau notwendig geworden. Ziel des Neubaus an gleicher Stelle war es, bessere Bedingungen und Wahlmöglichkeiten für Pflegebedürftige und für Pflegende zu eröffnen. Patientinnen und Patienten sowie Angehörige sollen Leistungspakete schnüren können, die sich am individuellen Bedarf orientieren. Dabei stehen nicht die Arbeitsprozesse in der Pflege, sondern die Wohnbedürfnisse der Menschen im Mittelpunkt. Wohnen vor Pflege: Dieses Prinzip lässt sich sogar in einer Pflegeeinrichtung zur Geltung bringen!



### Informationen

- › 124 Plätze, davon 98 stationäre Pflege, 11 Kurzzeitpflege, 3 Nachtpflege und 12 Tagespflege
- › 93 Appartements für betreutes Wohnen, 9 Plätze in einer externen Wohngemeinschaft
- › Zusätzliche Angebote: ambulanter Dienst, Menü Mobil, Mittagstisch, Beratungsstelle, Kurse für pflegende Angehörige

- › Betreuungsangebot „Kappelzwerge“ für Kinder unter drei Jahren in Kooperation mit einer Elterninitiative

### Adresse

Stettener Straße 23–25, 70735 Fellbach

### Weitere Informationen

[www.serviceportal-zuhause-im-alter.de](http://www.serviceportal-zuhause-im-alter.de)  
[www.wohlfahrtswerk.de](http://www.wohlfahrtswerk.de)

# 6

## Hilfsdienste – mit Unterstützung länger zuhause wohnen

2017 gab es 3,41 Millionen pflegebedürftige Menschen in Deutschland nach dem Pflegeversicherungsgesetz. Gut drei Viertel von ihnen wurden zuhause betreut. 1,76 Millionen pflegebedürftige Menschen wurden in der Regel nur von Angehörigen gepflegt. Auch wenn die Bereitschaft der Menschen, sich für Angehörige einzusetzen, ungebrochen hoch ist, führen kleiner werdende Familien und größer werdende Mobilität dazu, dass diese Versorgungsleistungen in Zukunft nicht mehr in gleichem Maße zur Verfügung stehen werden.

*(Quelle: Statistisches Bundesamt)*

Fast überall in Deutschland gibt es ein breites Hilfenetz für ältere Menschen. So machen verschiedene Dienste und Einrichtungen eine Vielzahl von hauswirtschaftlichen Angeboten, die bei der Erledigung täglicher Arbeiten helfen. Ambulante Pflegedienste kommen in die Wohnung, um zu pflegen. Außerdem bieten viele Organisationen mit ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern ihre Unterstützung an, wenn Hilfe benötigt wird. Die folgenden Seiten geben Ihnen eine Übersicht, welche sozialen Dienstleistungen es Ihnen leichter machen können, im Alter länger in der eigenen Wohnung zu bleiben.

## 6.1 Welche Hilfe brauchen Sie wirklich?

Bevor Sie darüber nachdenken, wer für Hilfe, Pflege oder Unterstützung infrage kommt, sollten Sie sich überlegen, welchen Bedarf Sie bereits haben oder welcher Bedarf sich für die Zukunft abzeichnet. Sprechen Sie auch mit Angehörigen oder anderen vertrauten Personen darüber. Auch die Checkliste auf Seite 72 kann Ihnen dabei behilflich sein.



### Tipp

#### **Machen Sie den „1-Wochen-Test“:**

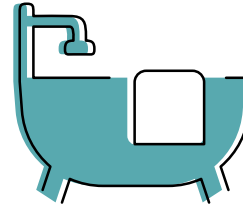
Notieren Sie täglich, wann Sie bei welchen Tätigkeiten wie stark Unterstützung benötigen. Seien Sie bei der „Selbstbefragung“ offen und ehrlich. Falls Sie sich bei der Bewertung unsicher fühlen, beraten Sie sich mit Menschen, die die Situation gut einschätzen können und denen Sie vertrauen.

## 6.2 Mit Unterstützung den Alltag meistern – diese Hilfen können Sie sich nach Hause holen

Wenn die Verrichtung alltäglicher Tätigkeiten zunehmend Kraft kostet, man ansonsten aber noch gut alleine zurechtkommt und nicht auf Pflege angewiesen ist, kann man auf viele verschiedene Dienste zurückgreifen, die einem das Leben erleichtern. Manchmal ist es nur der Einkauf oder das Putzen, das große Mühe bereitet, oder die Fahrt zur Arztpraxis, die umständlich organisiert werden muss. Im Bedarfsfall müssen Sie entsprechende Hilfen durch Angehörige, ehrenamtliche Helferinnen und Helfer oder professionelle Kräfte in Anspruch nehmen können. Es gibt jedoch ein breites Spektrum an Angeboten, die Sie sich direkt nach Hause holen können.

## Checkliste:

### Welche Hilfe brauche ich wirklich?



- Benötigen Sie Entlastung bei hauswirtschaftlichen Tätigkeiten (zum Beispiel Wohnungsreinigung, Waschen und Bügeln der Wäsche, Essen kochen etc.)?
- Brauchen Sie Unterstützung bei individuellen Verrichtungen (zum Beispiel Waschen, Baden oder Duschen, An- und Auskleiden etc.)?
- Können eventuell Familienmitglieder oder andere vertraute Personen diese Tätigkeiten übernehmen bzw. Ihnen dabei helfen?

Anhand eigener Notizen verschaffen Sie sich einen konkreten Überblick über Ihren Hilfe- und Pflegebedarf. Gehen Sie gedanklich einen typischen Tagesablauf durch oder notieren Sie beispielsweise über den Zeitraum einer Woche, zu welchen Zeiten Sie welche Art der Unterstützung benötigen. Denken Sie auch an Serviceleistungen wie zum Beispiel Einkaufsservice, Begleitung beim Arztbesuch etc. Überlegen Sie gleichzeitig auch, wobei Ihnen Angehörige und Bekannte behilflich sind oder künftig sein könnten und wo Sie eher professionelle Hilfe benötigen.



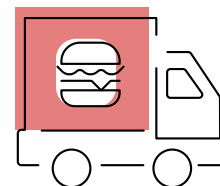
### 6.2.1 Shopping vom Sofa aus: Einkaufshilfen

Die Möglichkeit, alle Dinge des täglichen Bedarfs selbst zu besorgen, ist manchmal nicht nur in ländlichen Regionen beschwerlich. Häufig sind die Geschäfte zu weit entfernt oder Bewegungseinschränkungen machen den Einkauf schwierig. Damit Sie auch weiterhin selbstständig haushalten und sich mit den notwendigen Dingen des täglichen Bedarfs eindecken können, gibt es Dienste, die Sie dabei unterstützen. Getränkemärkte, Supermarktketten, Tiefkühlkostketten wie auch kleine Lebensmittelgeschäfte liefern nach Hause und bieten oft einen Einkaufs- und Bringdienst an, wo Sie telefonisch bestellen können. Fragen Sie nach! Wenn ein solcher Service angeboten wird, können Sie sich mit Nachbarinnen und Nachbarn zusammenschließen und dadurch bei den Liefergebühren sparen.



### 6.2.2 Service für den Magen: Essen auf Rädern

Fällt Ihnen das Kochen schwer, können Menübringdienste Ihnen komplette warme Mahlzeiten nach Hause liefern. Die meisten Wohlfahrtsverbände haben einen solchen Service im Angebot. Häufig können Sie zwischen verschiedenen Gerichten wählen; darunter sind auch vegetarische Gerichte oder Schonkost. Wenn Sie den Service testen, achten Sie darauf, dass Sie den Dienst auch kurzfristig wieder ab- oder umbestellen können, falls Sie nicht zufrieden sind oder wenn Sie krank werden.



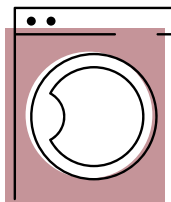
### 6.2.3 Helfende Hände: Hauswirtschaftshilfen

Wenn die tägliche Hausarbeit alleine nicht mehr zu leisten ist, können Sie sich durch eine Hauswirtschaftshilfe beim Putzen oder bei der Wäscheversorgung unterstützen lassen. In Absprache mit Ihnen kann eine solche Hilfe auch kleinere Besorgungen erledigen. Hierfür gibt es Agenturen, die entsprechende Kräfte vermitteln. Sie können auch selbst solche Hilfe beauftragen, müssen dann aber dieses Beschäftigungsverhältnis bei der Bundesknappschaft anmelden und Sozialversicherungsabgaben sowie Steuern zahlen. Für schwierige Arbeiten im Garten oder kleinere Reparaturarbeiten im Haus werden Hausmeisterdienste angeboten, die im Winter auch den Schnee räumen.



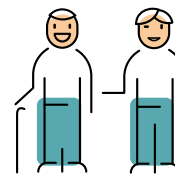
#### Tipp

Informationen rund um haushaltsnahe Dienstleistungen erhalten Sie auf dem Portal [www.hilfe-im-haushalt.de](http://www.hilfe-im-haushalt.de).



### 6.2.4 Nicht alleine unterwegs: Fahr-, Begleit- und Besuchsdienste

Wer einmal versucht hat, mit Krücken in einen vollen Bus zu steigen, hat bereits eine ungefähre Vorstellung davon, wie schwierig es sein kann, im hohen Alter, bei Krankheit oder eingeschränkter Beweglichkeit zum Arzt zu kommen oder einen Termin wahrzunehmen. Ganz zu schweigen von Freizeit- und Kulturveranstaltungen, auf die man nicht verzichten möchte. Nicht immer stehen dann Angehörige, Freundinnen und Freunde oder Nachbarinnen und Nachbarn mit einem Pkw zur Verfügung.



Und das öffentliche Verkehrsnetz ist – etwa in ländlichen Regionen – auch nicht überall dicht genug. Taxiunternehmen oder andere Fahrdienstunternehmen bieten für all diese Fälle Fahr- und Begleitdienste an. In manchen Städten gibt es ehrenamtlich organisierte Dienste („Bürgerbusse“), aber auch geschäftliche Besuchs- und Begleitdienste, die gegen Entgelt zum Beispiel auch Unterstützung bei Behördenangelegenheiten leisten. Weitere Informationen können Sie bei Ihrer Kommune, beim Nahverkehrsunternehmen oder auch bei ehrenamtlichen Organisationen, etwa Seniorenbüros, erhalten.

 **Tipp**

Sowohl die Kosten für die Tagespflege als auch die Kosten für die Kurzzeitpflege übernimmt die Pflegekasse bei Vorliegen der Voraussetzungen anteilig. Weitere Informationen erhalten Sie bei Ihrer Pflegekasse vor Ort.

## 6.3 Hilfe bei gesundheitlicher Einschränkung – so bleiben Sie sicher und betreut mit pflegerischer Hilfe

Auch bei gesundheitlichen Einschränkungen gibt es zahlreiche Möglichkeiten, in der eigenen Wohnung versorgt und betreut zu werden.

### 6.3.1 Tages- und Kurzzeitpflege

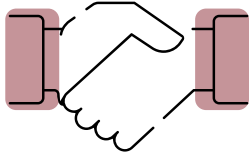
Wenn Sie nach einem Krankenhausaufenthalt besondere Betreuung benötigen oder pflegebedürftig sind, allein leben und sich einsam fühlen, können Sie sich an eine Tagespflegeeinrichtung wenden. Sie verbringen dort einen Teil des Tages und werden danach wieder nach Hause gebracht. Neben der Pflege im engeren Sinne erhalten Sie dort Ihre Mahlzeiten und können an Freizeitangeboten teilnehmen.

Sie benötigen für einige Tage oder Wochen eine Rund-um-die-Uhr-Betreuung, zum Beispiel weil Ihre Angehörigen im Urlaub sind? Nutzen Sie die Angebote einer Kurzzeitpflege. Für maximal vier Wochen können Sie in eine Pflegeeinrichtung ziehen und erhalten dort die erforderliche Versorgung. Danach kehren Sie in Ihre vertraute Häuslichkeit zurück.

### 6.3.2 Regelmäßige Pflege und Betreuung

Nicht immer, nicht jederzeit und nicht allen Pflegebedürftigen können die Angehörigen unter die Arme greifen. Die familiäre Pflege zu ergänzen und Pflege zuhause zu organisieren, ist das Arbeitsfeld ambulanter Pflegedienste. Sie erbringen Leistungen der Grundpflege (Körperpflege, Ernährung, Mobilisierung) und der medizinischen Behandlungspflege (ärztlich verordnete Pflege aufgrund einer

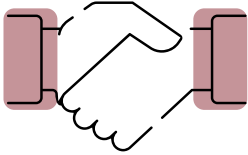
Erkrankung). Darüber hinaus unterstützen die Dienste häufig auch im hauswirtschaftlichen Bereich (Essen auf Rädern, Hausnotruf etc.) und beraten bei allen Fragen rund um die häusliche Pflege. Pflegedienstleistungen werden von gemeinnützigen Organisationen (zum Beispiel den Wohlfahrtsverbänden), aber auch von gewerblichen Anbietern erbracht. Um den richtigen Pflegedienst zu finden, können folgende Fragen für Sie hilfreich sein. Sie sollten die meisten Fragen mit Ja beantworten können.



## Checkliste:

### Wie finde ich den richtigen Pflegedienst? (Teil 1)

- Hat der Pflegedienst einen Versorgungs- und Vergütungsvertrag mit der Pflegekasse, um die Dienstleistungen direkt abrechnen zu können?
- Hat der Pflegedienst mehr Fachkräfte als Hilfspersonal?
- Arbeitet der Pflegedienst nach einem Pflegekonzept?
- Ist der Standort des Pflegedienstes in der Nähe Ihrer Wohnumgebung, damit kurze Anfahrtswege sichergestellt sind?
- Wird ein individueller Pflegeplan erstellt und mit Ihnen oder Ihren Angehörigen besprochen?
- Werden die Pflegeleistungen ausführlich dokumentiert?
- Arbeitet der Pflegedienst mit anderen Einrichtungen zusammen?
- Kann der Pflegedienst auf Ihre individuellen Bedürfnisse eingehen und Ihre Lebensgewohnheiten berücksichtigen, zum Beispiel durch zeitlich flexible Einsätze an Wochenenden oder in der Nacht?



## Checkliste:

### Wie finde ich den richtigen Pflegedienst? (Teil 2)

- Kann der Pflegedienst gewährleisten, dass Sie möglichst von den gleichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern versorgt werden und sich nicht immer wieder auf neue Pflegekräfte einstellen müssen?
- Kann der Pflegedienst alle Leistungsbereiche abdecken, die wichtig für Sie sind?
- Informiert der Pflegedienst Sie ausführlich, welche Leistungen die Pflegekasse übernimmt und welche Kosten Sie selbst tragen müssen?

# 7

## Finanzierung

Welche finanzielle Unterstützung Sie erhalten können, hängt von Ihrer persönlichen Situation ab. Die Antworten auf die wichtigsten Fragen zum Thema „Finanzierung der Wohnsituation im Alter“ haben wir für Sie zusammengestellt.

### Tipp

Weitere Informationen zu den Programmen der KfW finden Sie im Internet unter: [www.kfw.de](http://www.kfw.de). Über weitere Fördermöglichkeiten im Bereich „Bauen und Wohnen“ informieren folgende Internetportale: [www.baufoerderer.de](http://www.baufoerderer.de), [www.foerderdatenbank.de](http://www.foerderdatenbank.de).

### 7.1 Wo kann ich finanzielle Förderung für den altersgerechten Umbau meiner Wohnung erhalten?

Bevor Sie Wohnungsanpassungsmaßnahmen in Auftrag geben, sollten Sie prüfen, wo Sie möglicherweise Finanzmittel beantragen können. Zinsgünstige Darlehen und Zuschüsse zur Wohnungsanpassung vergibt beispielsweise die KfW im Rahmen des Programms „Altersgerecht Umbauen“.

Falls Sie in einer Mietwohnung bauliche Veränderungen vornehmen möchten, müssen Sie vorher dazu Ihre Vermieterin oder Ihren Vermieter ansprechen und eine Zusage einholen!

Wenn Sie laut Mietvertrag verpflichtet sind, beim Auszug den ursprünglichen Zustand auf eigene Kosten wiederherzustellen, sollten Sie schriftlich vereinbaren, dass auf einen Rückbau verzichtet wird.

 **Tipp**

Das Hilfsmittelverzeichnis der gesetzlichen Krankenversicherungen listet alle Produkte auf, deren Kostenübernahme durch die Versicherungen möglich ist. Zu finden im Internet unter: [www.gkv-spitzenverband.de](http://www.gkv-spitzenverband.de).

## 7.2 Welche Kosten für Umbau oder Pflegehilfsmittel übernimmt die Kranken- oder Pflegekasse?

In manchen Situationen übernehmen die Kranken- oder Pflegekassen die Kosten für den altersgerechten Umbau oder bestimmte Pflegehilfsmittel:

- Die Kosten für beispielsweise einen Badewannenlift, ein Pflegebett oder Hygieneartikel übernimmt die Krankenkasse, wenn sie ärztlich verordnet wurden.
- Wenn Sie nach dem Pflegeversicherungsgesetz als pflegebedürftig eingestuft sind, können unter bestimmten Voraussetzungen technische Hilfsmittel wie Gehhilfen, ein Pflegebett oder ein Hausnotruf, aber auch bauliche Maßnahmen von der Pflegekasse finanziert werden. Zuschüsse sind



ebenso für die Anpassung von Mobiliar und sogar für den Umzug in eine geeignete Wohnung möglich.

- Bis zu 4.000 Euro kann die Pflegekasse als Zuschuss für Wohnungsanpassungsmaßnahmen gewähren, die die häusliche Pflege erleichtern oder ermöglichen. Der Zuschuss muss vor Beginn der Maßnahme mit einem Kostenvoranschlag bei der Pflegekasse beantragt werden. Am besten setzen Sie sich frühzeitig mit der Pflegekasse in Verbindung, um auszuloten, ob eine solche Fördermöglichkeit in Ihrem Fall besteht.

Wenn Sie eine anerkannte Behinderung haben, können Sie unter bestimmten Voraussetzungen vom Sozialamt finanzielle Hilfen für Anpassungsmaßnahmen bekommen. Diese Leistungen bekommen Sie jedoch nur, wenn keine anderen Kostenträger infrage kommen.



### Tipp

Nähere Informationen erhalten Sie beim Bundesministerium für Gesundheit unter der Telefonnummer 030 340606602 oder im Internet unter: [www.bmg.bund.de](http://www.bmg.bund.de).

## 7.3 Leistungen für Pflegebedürftige

Die Kosten für die Leistungen eines Pflegedienstes werden zum Teil über die Pflegekasse finanziert, wenn Sie nach dem Pflegeversicherungsgesetz als pflegebedürftig eingestuft sind. Um einen Pflegebedarf festzustellen, ist ein Antrag an Ihre Kranken- bzw. Pflegekasse erforderlich. Diese beauftragt den Medizinischen Dienst der Krankenversicherung mit der Begutachtung der Pflegebedürftigkeit.

Mit dem zweiten Pflegestärkungsgesetz werden bei der Begutachtung zur Feststellung der Pflegebedürftigkeit körperliche Einschränkungen auf der einen Seite und geistige bzw. seelisch bedingte Einschränkungen auf der anderen Seite gleichermaßen erfasst.

Das bisherige System der Pflegestufen und der zusätzlichen Feststellung von erheblich eingeschränkter Alltagskompetenz (insbesondere Demenz) wurde durch fünf Pflegegrade ersetzt.

Auf der Grundlage eines Gesprächs mit dem Medizinischen Dienst der Krankenversicherung und einer Prüfung bei Ihnen zuhause wird der für Ihre Situation angemessene Pflegegrad festgestellt.

Je nach Pflegegrad können unterschiedliche Leistungsansprüche geltend gemacht werden. Im häuslich-ambulanten Bereich gewährt die Pflegekasse pro Monat je nach Pflegegrad folgende Leistungen (in Euro):

|                                         | PG 1 | PG 2 | PG 3  | PG 4  | PG 5  |
|-----------------------------------------|------|------|-------|-------|-------|
| <b>Pflegegeld</b><br>(ambulant)         | —    | 316  | 545   | 728   | 901   |
| <b>Pflegesachleistung</b><br>(ambulant) | —    | 689  | 1.298 | 1.612 | 1.995 |
| <b>Entlastungsbetrag</b><br>(ambulant)  | 125  | 125  | 125   | 125   | 125   |

Stand: Pflegestärkungsgesetz III, Januar 2017

Pflegebedürftige können statt der Sachleistungen Pflegegeld in Anspruch nehmen oder sich für eine Kombination von Pflegegeld und Sachleistungen entscheiden. Über die Verwendung des Pflegegelds können Pflegebedürftige grundsätzlich frei entscheiden und es regelmäßig an die sie versorgenden und betreuenden Personen als Anerkennung weitergeben. Die Höhe des Pflegegeldes ist ebenfalls gestaffelt und liegt je nach Pflegegrad zwischen 316 Euro und 901 Euro im Monat.

Darüber hinaus gibt es neben der direkten Stärkung der Pflege weitere Erleichterungen für pflegebedürftige Menschen:

- Für bestimmte Hilfsmittel wie etwa Gehhilfen müssen Pflegebedürftige zukünftig keinen separaten Antrag mehr stellen, wenn das im Pflegegutachten des Medizinischen Dienstes empfohlen wird.
- Allen Pflegebedürftigen wird das Gutachten des Medizinischen Dienstes grundsätzlich automatisch zugesandt.



### Tip

Weitere Informationen erhalten Sie beim Bundesministerium für Gesundheit unter der Telefonnummer 030 340606602 oder im Internet:

[www.bmg.bund.de](http://www.bmg.bund.de),  
[www.pflegestaerkungsgesetz.de](http://www.pflegestaerkungsgesetz.de).

### **Die Leistungen der Pflegeversicherung sind grundsätzlich als „Teilkaskoversicherung“ angelegt**

Die Kosten, die nicht durch die Pflegeversicherung abgedeckt werden können, müssen als „Selbstbeteiligung“ von den pflegebedürftigen Menschen selbst getragen werden. Wenn auch dies in der Summe nicht ausreicht, um die notwendigen Pflegeleistungen zu finanzieren, kann unter bestimmten Voraussetzungen Unterstützung beim örtlichen Sozialamt beantragt werden.

## 7.4 Leistungen für pflegende Angehörige

### Kurzzeitpflege/Verhinderungspflege

Wenn pflegende Angehörige krank sind oder selbst Urlaub machen wollen, können sie über einen Zeitraum von sechs Wochen eine Vertretung in Anspruch nehmen. Für die sogenannte Verhinderungspflege stehen jährlich bis zu 1.612 Euro zur Verfügung. Zusätzlich hierzu können jetzt bis zu 50 Prozent des Kurzzeitpflegebetrags als häusliche Verhinderungspflege genutzt werden. Das bedeutet, dass bis zu 2.418 Euro pro Jahr für die Verhinderungspflege eingesetzt werden können.

Durch eine größere Flexibilität bei der Inanspruchnahme verschiedener Leistungen können die individuellen Bedürfnisse pflegender Angehöriger besser einbezogen werden. So können beispielsweise bis zu 40 Prozent der Mittel für ambulante Sachleistungen für niedrighschwellige Betreuungs- und Entlastungsangebote umgewidmet werden.

Beschäftigte, die kurzfristig die Pflege eines nahen Angehörigen organisieren müssen, können nach dem Pflegezeitgesetz bis zu zehn Arbeitstage der Arbeit fernbleiben. Seit 2015 kann eine Lohnersatzleistung, das Pflegeunterstützungsgeld, beantragt werden – ebenfalls für bis zu zehn Arbeitstage.

Nach dem Pflegezeitgesetz haben Beschäftigte die Möglichkeit, sich bis zu sechs Monate vollständig oder teilweise von der Arbeit freistellen zu lassen, um einen nahen Angehörigen in häuslicher Umgebung zu pflegen (Pflegezeit). Zur Begleitung in der letzten Lebensphase ist eine Freistellung von bis zu drei Monaten möglich. Zudem haben Angehörige nach dem Familienpflegezeitgesetz einen Anspruch darauf, ihre Arbeitszeit bis zu 24 Monate auf eine Mindestarbeitszeit von bis zu 15 Wochenstunden zu reduzieren (Familienpflegezeit). Um Einkommensverluste im Zeitraum der Freistellungen abzufedern, kann beim Bundesamt für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben (BAFzA) ein zinsloses Darlehen beantragt werden.

# 8




## Weiterführende Informationen

### 8.1 Broschüren des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

Alle Broschüren des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend finden Sie im Internet unter: **[www.bmfsfj.de](http://www.bmfsfj.de)** und dort unter „**Publikationen**“ zum kostenlosen Download.

Alternativ können Sie diese auch per Post, telefonisch oder per E-Mail bestellen unter:

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, 11018 Berlin

-  [info@bmfsfj-service.bund.de](mailto:info@bmfsfj-service.bund.de)
-  Servicetelefon: 030 20179130,
-  Montag bis Donnerstag von 9.00–18.00 Uhr

### **Ausgewählte Broschüren des BMFSFJ zum Thema Wohnen:**

- 📄 „Wohnen für (Mehr)Generationen. Gemeinschaft stärken – Quartier beleben“
- 📄 „Charta der Rechte hilfe- und pflegebedürftiger Menschen“
- 📄 „Auf der Suche nach der passenden Wohn- und Betreuungsform. Ein Wegweiser für ältere Menschen“ (nur online verfügbar)

## **8.2 Literatur**

Hier finden Sie weiterführende Literaturempfehlungen zu verschiedenen Themen im Bereich Wohnen im Alter.

### **Wohnen im Alter**

#### **FORUM Gemeinschaftliches Wohnen e.V. Bundesvereinigung**

- 📍 Hildesheimer Straße 15  
30169 Hannover
- ☎ Telefon: 0511 165910-0
- 🖱 Internet: [www.verein.fgw-ev.de/service-und-informationen/publikationen.html](http://www.verein.fgw-ev.de/service-und-informationen/publikationen.html)
- 📄 „Genossenschaftliche Trägerstrukturen für Wohnprojekte – Potenziale und Grenzen genossenschaftlicher Kooperationen“
- 📄 „Kommunale Grundstücksvergabe für gemeinschaftliches Wohnen“

Zahlreiche Informationen und Checklisten in der vorliegenden Broschüre gehen auf eine Veröffentlichung zurück, die in Zusammenarbeit mit dem Kuratorium Deutsche Altershilfe (KDA) erstellt wurde:

**Kuratorium Deutsche Altenhilfe (KDA)  
Wilhelmine-Lübke-Stiftung e. V.**

🚩 Michaelkirchstraße 17–18  
10179 Berlin

☎ Telefon: 030 2218298-0

🖱 Internet: [www.kda.de](http://www.kda.de)

📄 „Leben und Wohnen für alle Lebensalter. Bedarfsgerecht, barrierefrei, selbstbestimmt. Praxisbeispiele und Handlungsempfehlungen“

🖱 Internet: [www.bmfsfj.de/bmfsfj/service/publikationen/leben-und-wohnen-fuer-alle-lebensalter/](http://www.bmfsfj.de/bmfsfj/service/publikationen/leben-und-wohnen-fuer-alle-lebensalter/)

Weitere Broschüren des Kuratoriums Deutsche Altenhilfe (KDA):

📄 Monitor „Leben zu Hause“/ Wohnatlas

🖱 Internet: <https://www.serviceportal-zuhause-im-alter.de/service/publikationen/wohnen-im-alter.html>

📄 „Handreichung Quartiersentwicklung – praktische Umsetzung sozialraumorientierter Ansätze in der Altenhilfe“ (Jahr 2016)

Folgende Broschüren stehen Ihnen als Downloadversion zur Verfügung beim **Ministerium der Finanzen Rheinland-Pfalz**.

🚩 Kaiser-Friedrich-Straße 5  
55116 Mainz

☎ Telefon: 06131 160

📠 Fax: 06131 164331

✉ E-Mail: [poststelle@fm.rlp.de](mailto:poststelle@fm.rlp.de)

📄 „Barrierefrei Bauen – Empfehlungen für den Wohnungsbestand“  
(Stand 09/2017)

🖱 Internet: [https://fm.rlp.de/fileadmin/fm/PDF-Datei/Service/Broschueren/Barrierefrei\\_Bauen\\_-\\_Empfehlungen\\_fuer\\_den\\_Wohnungsbestand.pdf](https://fm.rlp.de/fileadmin/fm/PDF-Datei/Service/Broschueren/Barrierefrei_Bauen_-_Empfehlungen_fuer_den_Wohnungsbestand.pdf)

📄 „Barrierefrei Bauen – Leitfaden für die Planung“ (Stand 09/2017)

🖱 Internet: [https://fm.rlp.de/fileadmin/fm/PDF-Datei/Service/Broschueren/Barrierefrei\\_Bauen\\_-\\_Leitfaden\\_fuer\\_die\\_Planung\\_2017.pdf](https://fm.rlp.de/fileadmin/fm/PDF-Datei/Service/Broschueren/Barrierefrei_Bauen_-_Leitfaden_fuer_die_Planung_2017.pdf)

Folgende Broschüren sind vom **Bundesinstitut für Bau-, Stadt- und Raumforschung (BBSR)** zu beziehen:

**Bundesinstitut für Bau-, Stadt- und Raumforschung (BBSR) im Bundesamt für Bauwesen und Raumordnung (BBR)**

📍 Deichmanns Aue 31–37, 53179 Bonn

☎ Telefon: 0228 994010

🖱 Internet: [www.bbsr.bund.de](http://www.bbsr.bund.de)

📄 „Zukunft Bauen. Forschung für die Praxis, Band 01 ready, vorbereitet für altersgerechtes Wohnen, hrsg. vom Bundesinstitut für Bau-, Stadt- und Raumforschung“

🖱 Internet: [https://www.bbsr.bund.de/BBSR/DE/Veroeffentlichungen/ZukunftBauenFP/ZukunftBauenFP\\_node.html](https://www.bbsr.bund.de/BBSR/DE/Veroeffentlichungen/ZukunftBauenFP/ZukunftBauenFP_node.html)

Kostenfreie Bestellung: [zb@bbr.bund.de](mailto:zb@bbr.bund.de)  
(Stichwort: Zukunft Bauen: ready)

📄 „Zukunft Bauen. Forschung für die Praxis, Band 05 ready, Planungsgrundlagen zur Vorbereitung von altengerechten Wohnungen“

🖱 Internet: [https://www.bbsr.bund.de/BBSR/DE/Veroeffentlichungen/ZukunftBauenFP/ZukunftBauenFP\\_node.html](https://www.bbsr.bund.de/BBSR/DE/Veroeffentlichungen/ZukunftBauenFP/ZukunftBauenFP_node.html)

Kostenfreie Bestellung: [zb@bbr.bund.de](mailto:zb@bbr.bund.de)  
(Stichwort: ready kompakt)

**Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO) e. V.**

Zu bestellen über den Publikationsversand der Bundesregierung:

📍 Postfach 48 10 09, 18132 Rostock

☎ Telefon: 030 182722721

✉ E-Mail: [publikationen@bundesregierung.de](mailto:publikationen@bundesregierung.de)

📄 „Zu Hause gut versorgt – Informationen und Tipps für ältere Menschen“



### **Niedersächsisches Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung**

- 🚩 Hannah-Arendt-Platz 2  
30159 Hannover
- ☎ Telefon: 0511 1200
- 🖱 Internet: [www.ms.niedersachsen.de/  
service/publikationen](http://www.ms.niedersachsen.de/service/publikationen)
- 📄 „Wohnen im Alter – am liebsten zu  
Hause“

### **Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie des Landes Rheinland-Pfalz**

- 🚩 Bauhofstraße 9, 55116 Mainz
- ☎ Telefon: 06131 162027
- ✉ E-Mail: [poststelle@msagd.rlp.de](mailto:poststelle@msagd.rlp.de)
- 📄 „Gut Leben im Alter – den demografi-  
schen Wandel gemeinsam gestalten“

### **Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO) e.V.**

- 🚩 Thomas-Mann-Straße 2–4  
53111 Bonn
- ☎ Telefon: 0228 2499930
- 🖱 Internet: [https://www.bagso.de/  
publikationen.html](https://www.bagso.de/publikationen.html)
- 🖱 Internet: [https://www.bagso.de/  
themen/pflege/qualitaet/geras-preis/](https://www.bagso.de/themen/pflege/qualitaet/geras-preis/)
- 📄 „Engagement für Menschen im Heim“

### **Hilfreiche Technik/ altersgerechtes (Um-)Bauen**

### **Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz und nukleare Sicherheit**

- 🚩 Robert-Schuman-Platz 3, 53175 Bonn
- 🖱 Internet: [www.bmu.de](http://www.bmu.de)
- 📄 „Altersgerecht Umbauen. Pass-  
genaue Bausteine für Ihr Zuhause –  
Erläuterungen und Praxisbeispiele  
zum Förderprogramm“  
(Herausgeber ehemals BMVBS)  
(nur online verfügbar)

## Spezielle Wohnformen

- 📄 „Neue Wohnformen – gemeinschaftlich und genossenschaftlich: Erfolgsfaktoren im Entstehungsprozess gemeinschaftlichen Wohnens“; Prof. Dr. Anette Spellerberg; Taschenbuch: 197 Seiten, Verlag: Springer VS (1. Auflage 2018)

### **Bundesministerium für Gesundheit**

- 🚩 Rochusstraße 1, 53123 Bonn
- 🖱 Internet: [www.bmg.bund.de](http://www.bmg.bund.de)

- 📄 „Ambulant betreute Wohngruppen-Bestandserhebung, qualitative Einordnung und Handlungsempfehlungen“

### **Bayerisches Staatsministerium für Arbeit und Soziales, Familie und Integration**

- 🚩 Winzerstraße 9, 80797 München
- 🖱 Internet: [www.stmas.bayern.de](http://www.stmas.bayern.de)

- 📄 „Praxisleitfaden für die Qualitätssicherung in ambulant betreuten Wohngemeinschaften“

### **Ministerium für Soziales, Gesundheit, Jugend, Familie und Senioren des Landes Schleswig-Holstein**

- 🚩 Adolf-Westphal-Straße 4, 24143 Kiel
- 🖱 Internet: [www.wg-qualitaet.de](http://www.wg-qualitaet.de)

- 📄 „Gepflegt alt werden – selbstbestimmt und privat leben“  
Qualitätsempfehlungen und Planungshilfen für ambulant betreute Wohn-Pflege-Gemeinschaften in Schleswig-Holstein

**Hamburger Koordinationsstelle für  
Wohn-Pflege-Gemeinschaften STATTBAU  
HAMBURG – Stadtentwicklungsgesell-  
schaft mbH**

🚩 Sternstraße 106, 20357 Hamburg  
🖱️ Internet: [www.wg-qualitaet.de](http://www.wg-qualitaet.de)

📄 „Journal für Wohn-Pflege-Gemein-  
schaften“ 2015 ff. (Qualitätssicherung  
in ambulant betreuten Wohngemein-  
schaften für Menschen mit Demenz)

**Freie und Hansestadt Hamburg Behörde  
für Gesundheit und Verbraucherschutz  
(BGV)**

🚩 Billstraße 80, 20539 Hamburg  
🖱️ Internet: [www.hamburg.de/bgv](http://www.hamburg.de/bgv)

📄 „Wohnen mit Demenz in Hamburg –  
ambulant betreute Wohngemein-  
schaften für Menschen mit Demenz“

**Bundesarbeitsgemeinschaft der  
Senioren-Organisationen (BAGSO) e.V.**

🚩 Thomas-Mann-Straße 2–4  
53111 Bonn  
☎️ Telefon: 0228 249993-0  
🖱️ Internet: [www.bagso.de](http://www.bagso.de)

📄 „Das richtige Pflege- und  
Seniorenheim“

**Stiftung trias (Hrsg.) – Gemeinnützige  
Stiftung für Boden, Ökologie und Wohnen**

🚩 Martin-Luther-Straße 1  
45525 Hattingen  
☎️ Telefon: 02324 9022213  
✉️ E-Mail: [info@stiftung-trias.de](mailto:info@stiftung-trias.de)  
🖱️ Internet: [www.stiftung-trias.de/  
publikationen/](http://www.stiftung-trias.de/publikationen/)

📄 „Rechtsformen für Wohnprojekte“

### **Arbeitsgemeinschaft für zeitgemäßes Bauen e. V.**

- 🚩 Walkerdamm 17, 24103 Kiel
- ☎ Telefon: 0431 66369-0
- 🖱 Internet: <https://arge-ev.de/arge-ev/publikationen/sonderveroeffentlichungen/62/>
- 📄 „Leitfaden für Gruppenwohnprojekte“

### **Bertelsmann Stiftung**

- 🚩 Carl-Bertelsmann-Straße 256  
33311 Gütersloh
- ☎ Telefon Vertrieb: 05241 81-81175
- 🖱 Internet:  
[www.bertelsmann-stiftung.de](http://www.bertelsmann-stiftung.de)
- 📄 „Zukunft Quartier – Lebensräume zum Älterwerden: 5 Themenhefte im Rahmen des Netzwerks SONG – Soziales neu gestalten“

### **Gesund leben und wohnen**

#### **Deutsches Institut für Urbanistik**

- 🚩 Zimmerstraße 13, 10969 Berlin
- ☎ Telefon: 030 390010
- 🖱 Internet: <https://difu.de/node/10663>
- 📄 „Gesund älter werden in der Kommune – bewegt und mobil“

#### **Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO) e. V.**

- 🚩 Thomas-Mann-Straße 2-4  
53111 Bonn
- ☎ Telefon: 0228 2499930
- 🖱 Internet: [www.bagso.de](http://www.bagso.de)
- 📄 Praxishandbuch „Länger gesund und selbstständig im Alter – aber wie? Potenziale in Kommunen aktivieren“

#### **Tipp**

Weitere Literaturhinweise finden Sie in den Bereichen „Publikationen“ und „Literaturhinweise“ unter:  
**[www.serviceportal-zuhause-im-alter.de](http://www.serviceportal-zuhause-im-alter.de)**

# 9

## Nützliche Kontakte

Folgende Kontakte zu Einrichtungen und Institutionen können für Ihre weitere Planung für das Wohnen im Alter hilfreich sein:

### Wohnberatung

Bei der Bundesarbeitsgemeinschaft Wohnungsanpassung e.V. erhalten Sie Auskunft über die Wohnberatungsstellen in Ihrer Nähe:

- 🚩 Mühlenstraße 48, 13187 Berlin
- ☎️ Telefon: 030 47474700
- 🖱️ Internet: [www.bag-wohnungsanpassung.de](http://www.bag-wohnungsanpassung.de)

Die Online-Wohnberatung des Vereins Barrierefrei Leben e.V. bietet Informationen zu unterstützender Technik zuhause und berät Sie kostenlos per E-Mail: **[info@online-wohn-beratung.de](mailto:info@online-wohn-beratung.de)**.




Barrierefrei Leben e.V.  
Wohnberatungsportal

- 🚩 Richardstraße 45, 22081 Hamburg
- ☎️ Telefon: 040 2999560
- 🖱️ Internet: [www.online-wohn-beratung.de](http://www.online-wohn-beratung.de)

Informationen unter anderem über die sichere Gestaltung Ihrer Wohnung finden Sie bei:


### **Aktion DAS SICHERE HAUS**

Deutsches Kuratorium für Sicherheit in Heim und Freizeit e. V. (DSH)




-  Holsteinischer Kamp 62  
22081 Hamburg
-  Telefon: 040 298104-61
-  Internet: [www.das-sichere-haus.de](http://www.das-sichere-haus.de)

### **Qualifizierte Handwerksbetriebe**

Auskünfte zu zertifizierten Handwerksunternehmen für den altersgerechten Aus- und Umbau finden Sie im Internetangebot der GGT – Deutsche Gesellschaft für Gerontotechnik unter der Rubrik „Verbraucher“:

-  Max-Planck-Bauhofstraße 5  
58638 Iserlohn
-  Telefon: 02371 65950
-  Internet: [www.gerontotechnik.de](http://www.gerontotechnik.de)





Sowie am besonderen Beispiel von Rheinland-Pfalz beim Umweltzentrum für Energie und Nachhaltigkeit der Handwerkskammer Trier:

-  Loebstraße 18, 54292 Trier
-  Telefon: 0651 207-257
-  Internet: [www.barrierefrei-bauen.de](http://www.barrierefrei-bauen.de)

### **Finanzielle Förderung bei der Wohnungsanpassung und der Schaffung von Gemeinschaftsräumen**

Informationen zu zinsgünstigen Darlehen und Zuschüssen im Rahmen des Programms „Altersgerecht Umbauen“ bietet die KfW:

KfW Bankengruppe  
(Hauptsitz Frankfurt am Main)

-  Palmengartenstraße 5–9  
60325 Frankfurt am Main
-  Telefon: 069 7431-0
-  Internet: [www.kfw.de](http://www.kfw.de)
-  Internet: <https://www.kfw.de/inlandsfoerderung/Privatpersonen/Bestandsimmobilien/>

Über die verschiedenen Fördermöglichkeiten im Bereich des Wohnens und Bauens informieren zudem folgende Internetportale:

- 📍 Internet: [www.baufoerderer.de](http://www.baufoerderer.de)
- 📍 Internet: [www.foerderdatenbank.de](http://www.foerderdatenbank.de)

### Spezielle Wohnformen

Informationen zum Thema „Betreutes Wohnen“ finden Sie bei der Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen (BAGSO) e.V.:

- 📍 Thomas-Mann-Straße 2–4  
53111 Bonn
- ☎ Telefon: 0228 2499930
- 📍 Internet: [www.bagso.de/wohnen/betreutes-wohnen.html](http://www.bagso.de/wohnen/betreutes-wohnen.html)

Informationen zum gemeinschaftlichen Wohnen und zum Programm „Gemeinschaftlich wohnen, selbstbestimmt leben“ erhalten Sie beim Forum Gemeinschaftliches Wohnen e. V. Bundesvereinigung

- 📍 Hildesheimer Straße 15  
30169 Hannover
- ☎ Telefon: 0511 1659100
- 📍 Internet: [www.wohnprogramm.fgw-ev.de](http://www.wohnprogramm.fgw-ev.de)

Eine Orientierungshilfe bei der Suche nach Senioren-Pflegeeinrichtungen in ganz Deutschland bietet Heimverzeichnis gGmbH – Gesellschaft zur Förderung der Lebensqualität im Alter und bei Behinderung:




- 📍 Vorgebirgsstraße 1, 53913 Swisttal
- ☎ Telefon: 069 264865-15
- ✉ E-Mail: [info@heimverzeichnis.de](mailto:info@heimverzeichnis.de)
- 📍 Internet: [www.heimverzeichnis.de](http://www.heimverzeichnis.de)

Über die Kriterien und Anforderungen der Qualität von Pflegediensten und Pflegeeinrichtungen sind weitere Informationen erhältlich beim GKV-Spitzenverband der Kranken- und Pflegekassen:




- 📍 Reinhardtstraße 28, 10117 Berlin
- ☎ Telefon: 030 2062880
- 📍 Internet: [www.pflegenoten.de](http://www.pflegenoten.de)

### Sonstige Adressen und Links zum Thema Wohnen und Pflege




Über maßgebliche DIN-Vorschriften, etwa wie DIN 18 040 zum barrierefreien Bauen oder DIN 77 800 „Betreutes Wohnen für ältere Menschen“, informieren der Internetdienst **www.nullbarriere.de** und die Bundesfachstelle Barrierefreiheit:

-  Wilhelmstraße 139, 10963 Berlin
-  Telefon: 030 25936780
-  Internet: [www.bundesfachstelle-barrierefreiheit.de/DE/Home/home\\_node.html](http://www.bundesfachstelle-barrierefreiheit.de/DE/Home/home_node.html)

Informationen über Wohnungsanpassung, Hilfsmittel und finanzielle Hilfen: Barrierefrei Leben e.V.:

-  Richardstraße 45 (Richardhof)  
22081 Hamburg
-  Telefon: 040 29995658
-  Internet: [www.barrierefrei-leben.de](http://www.barrierefrei-leben.de)

Informationen über Entwicklungen und Projekte im Bereich Ambient Assisted Living (AAL, Alltagsunterstützung durch Technik) aus der Förderung des Bundesministeriums für Bildung und Forschung:

-  Kapelle-Ufer 1, 10117 Berlin
-  Telefon: 030 285400
-  Internet:  
[www.innovationspartnerschaft.de](http://www.innovationspartnerschaft.de)



Der GKV-Spitzenverband listet im Hilfsmittelverzeichnis alle Produkte auf, deren Kostenübernahme durch die Versicherung möglich ist:

🚩 Reinhardtstraße 28, 10117 Berlin

☎ Telefon: 030 2062880

🖱 Internet: [www.gkv-spitzenverband.de](http://www.gkv-spitzenverband.de)

Informationen zu allen Themen des Wohnens im Alter hält das Kuratorium Deutsche Altershilfe (KDA) bereit:

🚩 An der Pauluskirche 3, 50677 Köln

☎ Telefon: 0221 9318470

🖱 Internet: [www.kda.de](http://www.kda.de)

Bundesinteressenvertretung der Nutzerinnen und Nutzer von Wohn- und Betreuungsangeboten im Alter und bei Behinderung (BIVA) e.V.:

🚩 Siebenmorgenweg 6–8, 53229 Bonn

☎ Telefon: 0228 909048-0

✉ E-Mail: [info@biva.de](mailto:info@biva.de)

🖱 Internet: [www.biva.de](http://www.biva.de)

## Hilfe im Alltag

Informationen rund um haushaltsnahe Dienstleistungen unter:  
**[www.hilfe-im-haushalt.de](http://www.hilfe-im-haushalt.de)**.

Weitere Informationen zu wohnortnahen Dienstleistungen und unterstützenden Angeboten im Alltag geben Kommunen, Einrichtungen der Wohlfahrtsverbände ([www.bagfw.de](http://www.bagfw.de)) oder andere Beratungsstellen sowie die regionalen Pflegestützpunkte (Kontaktadressen über die Sozialministerien der Bundesländer) heraus.

Zahlreiche weitere Informationen bieten die Verbraucherzentralen im Internet an, zum Beispiel Ratgeber „Pflegefall – was tun?“. Bundesverband der Verbraucherzentralen und Verbraucherverbände-Verbraucherzentrale Bundesverband e.V.:

🚩 Markgrafenstraße 66, 10969 Berlin

☎ Telefon: 030 25800-0

🖱 Internet: [www.vzbv.de](http://www.vzbv.de)

### Bestellung Broschüren:

- ☎ Telefon: 0211 3809-555
- 🖱 Internet: <https://www.ratgeber-verbraucherzentrale.de/>

Eine Liste der Freiwilligenagenturen gibt es bei der Bundesarbeitsgemeinschaft der Freiwilligenagenturen e.V.:

- 🚩 Potsdamer Straße 99, 10785 Berlin
- ☎ Telefon: 030 20453366
- ✉ E-Mail: [bagfa@bagfa.de](mailto:bagfa@bagfa.de)
- 🖱 Internet: [www.bagfa.de](http://www.bagfa.de)

### Nachbarschaftshilfe

#### Dein Nachbar e.V.:

- 🚩 Agnes-Bernauer-Straße 90  
80687 München
- ☎ Notfalltelefon: 01515 1018830
- 🖱 Internet: [www.deinnachbar.de](http://www.deinnachbar.de)

### Netzwerk Nachbarschaft

- 🚩 c/o AMG Hamburg  
Goernestraße 30, 20249 Hamburg
- ☎ Telefon: 040 48065018
- ✉ E-Mail: [info@netzwerk-nachbarschaft.net](mailto:info@netzwerk-nachbarschaft.net)
- 🖱 Internet: [www.netzwerk-nachbarschaft.net](http://www.netzwerk-nachbarschaft.net)






- [nebenan.de](http://nebenan.de)
- 🖱 Internet: [www.nebenan.de](http://www.nebenan.de)

### Forum Seniorenarbeit NRW Kuratorium Deutsche Altershilfe (kda)



- 🚩 Regionalbüro Köln  
Gürzenichstraße 25, 50667 Köln
- ☎ Telefon: 030 2218298-0
- 🖱 Internet: [www.kda.de](http://www.kda.de)

## Pflege

Informationen zu allen Fragen rund um die Pflege älterer Menschen bietet das Serviceportal „Wege zur Pflege“ des Bundesfamilienministeriums:

-  Pflegetelefon: 030 20179131
-  Internet: [www.wege-zur-pflege.de](http://www.wege-zur-pflege.de)
-  „Die Pflegestärkungsgesetze – das Wichtigste im Überblick“
-  Broschüre „Bessere Vereinbarkeit von Familie, Pflege und Beruf“
-  Internet: <https://www.bmfsfj.de/bmfsfj/service/publikationen/broschuere--bessere-vereinbarkeit-von-familie--pflege-und-beruf/76070>



Bundesministerium für Gesundheit

-  Rochusstraße 1, 53123 Bonn
-  Internet: [www.bmg.bund.de](http://www.bmg.bund.de)

Das Bürgertelefon des Bundesgesundheitsministeriums beantwortet Fragen zur Pflegeversicherung:



-  Telefon: 030 3406066-02
-  Internet: [www.bmg.bund.de](http://www.bmg.bund.de)

Informationen zur Einstufung pflegebedürftiger Menschen in die verschiedenen Pflegegrade gibt es beim Bundesministerium für Gesundheit:

-  Rochusstraße 1, 53123 Bonn
-  Internet: [www.bmg.bund.de](http://www.bmg.bund.de)



## Hausnotruf

Informationen über Anbieter, Preise und Funktionsweise von Notrufsicherungen sind erhältlich bei: Initiative Hausnotruf




-  c/o Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.  
Bundesgeschäftsstelle  
Lützowstraße 94, 10785 Berlin
-  Internet:  
[www.initiative-hausnotruf.de](http://www.initiative-hausnotruf.de)

## Teilhabe und Inklusion/ ehrenamtliche Hilfe



Programm „Mehrgenerationenhäuser“  
des Bundesfamilienministeriums unter:  
**[www.mehrgenerationenhaeuser.de](http://www.mehrgenerationenhaeuser.de)**

-  Service-Hotline: 0221 3673-4045
-  E-Mail: [info@bmfsfj.service.bund.de](mailto:info@bmfsfj.service.bund.de)

Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-  
Organisationen e. V. (BAGSO)

-  Thomas-Mann-Straße 2-4  
53111 Bonn
-  Telefon: 0228 2499930
-  Internet: [www.bagso.de](http://www.bagso.de)





Bundesarbeitsgemeinschaft  
Seniorenbüros e. V. (BaS)

-  Thomas-Mann-Straße 2-4  
53111 Bonn
-  Telefon: 0228 614074
-  Internet: [www.seniorenbueros.org](http://www.seniorenbueros.org)

Der „Wegweiser Bürgergesellschaft“  
wird herausgegeben von der Stiftung  
Mitarbeit – Bundesgeschäftsstelle:

-  Ellerstraße 67, 53119 Bonn
-  Telefon: 0228 60424-0
-  E-Mail: [info@wegweiser-buergergesellschaft.de](mailto:info@wegweiser-buergergesellschaft.de)
-  Internet: [www.buergergesellschaft.de](http://www.buergergesellschaft.de)

Zentrum für zivilgesellschaftliche  
Entwicklung

-  Bugginger Straße 38, 79114 Freiburg
-  Telefon: 0761 47812-14
-  E-Mail: [info@zze-freiburg.de](mailto:info@zze-freiburg.de)
-  Internet: [www.zze-freiburg.de](http://www.zze-freiburg.de)

## **Bildnachweise**

Titelbild: © Westend61  
Seite 3: Foto von Dr. Franziska Giffey:  
Bundesregierung / Jesco Denzel  
Seite 9: © Westend61  
Seite 12: © Michal Krakowiak  
Seite 14: © Birgit Betzelt  
Seite 18: © Fred Froese  
Seite 25: © Wavebreakmedia  
Seite 37: © Eva Katalin Kondoros  
Seite 42: © Cecilie\_Arcurs  
Seite 50: © Mütterzentrum Langen e. V.  
Seite 51: © Freiwilligenagentur altmühlfranken  
Seite 52: © Schwäbisch Gmünd  
Seite 53: © Stadt Kaiserslautern  
Seite 54: © andersWOHNEN eG  
Seite 55: © FLUWOG-NORDMARK eG  
Seite 57: © Mietergenossenschaft SelbstBau eG  
Seite 58: © LebensRäume Hoyerswerda eG  
Seite 60: Hausfoto: © Jörg Schischke/BAFzA  
Fotorechte Infozentrum: © Thomas Imo/photothek  
Seite 61: Fotos © Die Luckenwalder-Westphal  
Seite 63: Fotos © Baugemeinschaft Wunschnachbarn, Köln  
Seite 64: Foto © gewo Wohnen GmbH, Speyer  
Seite 65: Foto © gewo Wohnen GmbH, Speyer  
Seite 66: Foto © Bürgerstiftung, Burgrieden  
Seite 67: Foto © Bürgerstiftung, Burgrieden  
Seite 69: Foto © Wohlfahrtswerk Baden-Württemberg

## Impressum

Diese Broschüre ist Teil der Öffentlichkeitsarbeit der Bundesregierung; sie wird kostenlos abgegeben und ist nicht zum Verkauf bestimmt.

### Herausgeber:

Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen und Jugend  
Referat Öffentlichkeitsarbeit  
11018 Berlin  
www.bmfsfj.de



### Bezugsstelle:

Publikationsversand der Bundesregierung  
Postfach 48 10 09, 18132 Rostock  
Tel.: 030 18 272 2721  
Fax: 030 18 10 272 2721  
Gebärdentelefon: gebaerdentelefon@sip.bundesregierung.de  
E-Mail: publikationen@bundesregierung.de  
www.bmfsfj.de

Für weitere Fragen nutzen Sie unser  
Servicetelefon: 030 20 179 130  
Montag–Donnerstag: 9–18 Uhr  
Fax: 030 18 555-4400  
E-Mail: info@bmfsfjservice.bund.de

Einheitliche Behördennummer: 115\*

**Artikelnummer:** 3BR53

**Stand:** November 2019, 10. Auflage

**Gestaltung:** www.zweiband.de

**Bildnachweis Dr. Franziska Giffey:** Bundesregierung/Jesco Denzel

**Druck:** MKL Druck GmbH & Co. KG

\* Für allgemeine Fragen an alle Ämter und Behörden steht Ihnen auch die einheitliche Behördenrufnummer 115 zur Verfügung. In den teilnehmenden Regionen erreichen Sie die 115 von Montag bis Freitag zwischen 8 und 18 Uhr. Die 115 ist sowohl aus dem Festnetz als auch aus vielen Mobilfunknetzen zum Orts- und damit kostenlos über Flatrates erreichbar. Gehörlose haben die Möglichkeit, über die SIP-Adresse 115@gebaerdentelefon.d115.de Informationen zu erhalten. Ob in Ihrer Region die 115 erreichbar ist und weitere Informationen zur einheitlichen Behördenrufnummer finden Sie unter <http://www.d115.de>.



 Engagement

 Familie

 Ältere Menschen

 Gleichstellung

 Kinder und Jugend