



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

Neues
Wohnen

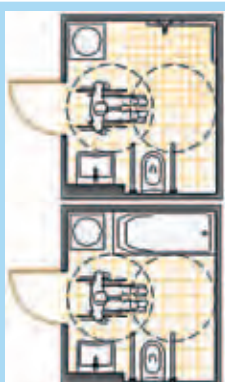
Beratung
und Kooperation
für mehr Lebensqualität
im Alter



Leben und Wohnen für alle Lebensalter

Bedarfsgerecht, barrierefrei,
selbstbestimmt

**Praxisbeispiele und
Handlungsempfehlungen**



Ältere Menschen

Leben und Wohnen für alle Lebensalter

Bedarfsgerecht, barrierefrei,
selbstbestimmt

**Praxisbeispiele
und Handlungsempfehlungen**

Autoren, Information und Kontakt:

**Regiestelle Modellprogramm Neues Wohnen
Kuratorium Deutsche Altershilfe
Ursula Kremer-Preiß und Holger Stolarz
E-Mail: info@modellprogramm-wohnen.de
www.modellprogramm-wohnen.de
www.kda.de**



Inhalt

Einführung	6
I. Worauf kommt es bei der Gestaltung einer altersgerechten Wohnsituation im Alter an?	8
II. Wie kann ich in meiner vertrauten Wohnung bleiben?	11
1. Was ist eine altersgerechte Wohnung?	11
2. Was kann ich tun, um meine Wohnung altersgerecht zu gestalten?..	14
2.1 Kleine Maßnahmen selbst umsetzen	14
2.2 Größere bauliche Maßnahmen gezielt planen.....	15
3. Wer kann mich bei der altersgerechten Gestaltung meiner Wohnung unterstützen?	23
III. Was kann ich tun, um mein Wohnumfeld altersgerecht zu gestalten?	24
1. Wie sollte ein altersgerechtes Wohnumfeld aussehen?.....	24
1.1 Barrierefreie und benutzerfreundliche öffentliche Räume.....	24
1.2 Bessere Kontakte und Kommunikation	25
1.3 Gesicherte Nahversorgung	26
2. Wie kann ich auf die altersgerechte Gestaltung meines Wohnumfeldes Einfluss nehmen?	27
2.1 Verantwortliche Akteurinnen und Akteure sensibilisieren.....	28
2.2 Selbst aktiv werden.....	29
2.3 In Seniorenvertretungen engagieren	30
3. Wo finde ich Unterstützung?	32
IV. Welche Unterstützung gibt es zu Hause?	33
1. Welche Hilfen kann ich mir nach Hause holen?	33
1.1 Hilfen zur Bewältigung des Alltags.....	33
1.2 Hilfen bei gesundheitlichen Einschränkungen	38

2.	Was kann ich selber tun?	41
2.1	In der Nachbarschaftshilfe oder ehrenamtlich engagieren	41
2.2	Sicherheitsruf selbst organisieren	44
2.3	Wohnraum für Hilfeleistungen zur Verfügung stellen	45
2.4	Selbst pflegen lernen.....	45
3.	Wie kann ich geeignete Hilfe finden?.....	46
V.	Welche Möglichkeiten stehen mir offen, wenn ich im Alter noch einmal umziehe?	47
1.	Welche alternativen Wohnmöglichkeiten gibt es?.....	47
1.1	Mit anderen zusammenwohnen: gemeinschaftliche Wohnprojekte	47
1.2	Mit mehr Service wohnen: betreutes Wohnen.....	49
1.3	Mit umfassender Versorgungssicherheit wohnen: Wohnen im Heim	53
1.4	Selbstbestimmt wohnen auch bei Pflegebedarf: betreute Wohn- und Hausgemeinschaften für Pflegebedürftige	55
2.	Was kann ich selber tun?.....	59
2.1	Ein gemeinschaftliches Wohnprojekt selbst realisieren	59
2.2	Eine Pflegewohngemeinschaft mit Unterstützung anderer aufbauen	63
3.	Wo finde ich Unterstützung?	67
VI.	Anhang	70
Anhang I: DIN-Vorschriften zum barrierefreien Bauen und Wohnen im Überblick		70
Anhang II: Informationen und Beispiele für die barrierefreie Gestaltung von Außenanlagen und anderen Bereichen		81

Einführung

Durch eine Reihe von Initiativen und Projekten haben sich in den vergangenen Jahren die Möglichkeiten, die eigene Wohnung und auch das Wohnumfeld an die Bedürfnisse des Alters anzupassen, verbessert. So kann dem Wunsch der meisten älteren Menschen Rechnung getragen werden, dass sie auch im Fall von Hilfe- und Pflegebedürftigkeit in der vertrauten Wohnung leben können. Vor dem Hintergrund veränderter Familienverhältnisse interessieren sich aber auch immer mehr Menschen für andere Wohnformen, als Alternative zum Leben im Heim oder alleine in der bisherigen Wohnung.

Das vorhandene Spektrum an Wohnalternativen und Anpassungsmöglichkeiten ist in der Bevölkerung bisher nur wenig bekannt, obwohl der Bedarf groß ist.

Der vorliegende Leitfaden setzt hier an.

Er will ältere Menschen und deren Familienangehörige informieren und ihnen Entscheidungshilfen an die Hand geben, wie ihre Wohnsituation altersgerecht gestaltet werden kann. Er soll Ihnen helfen

- | bei der altersgerechten Ausstattung der Wohnung
- | bei der Wahl der geeigneten Wohnform
- | bei der Entscheidung für passende Unterstützungs- und Dienstleistungsmöglichkeiten
- | bei Möglichkeiten zur Mitgestaltung des Wohnumfelds und des öffentlichen Nahraums

Der Leitfaden informiert nicht nur über die Möglichkeiten und Alternativen, die Wohnsituation an Ihre Bedürfnisse im Alter anzupassen, sondern er will vor allem auch Wege aufzeigen, wie Sie und Ihre Familienangehörigen selbst aktiv an der altersgerechten Gestaltung der Wohnsituation mitwirken können. Er weist darauf hin, wie Sie Hürden überwinden können, wie Sie sich selbst aktiv einbringen können, und er gibt gezielt Informationen, wo Sie Unterstützung erhalten können. Der Handlungsleitfaden hat deshalb folgende Grundstruktur:

Was gibt es?**Was kann ich selber tun?****Wo finde ich Hilfe?**

Jeder Punkt wird mit einem erklärenden Text mit Praxisbeispielen eingeleitet und abschließend mit Checklisten versehen, die Entscheidungshilfen geben.

Der Leitfaden ist im Rahmen des Modellprogramms „Neues Wohnen – Beratung und Kooperation für mehr Lebensqualität im Alter“ entstanden (Flyer zu dem Programm siehe Abbildung).

Das Modellprogramm erprobt in sieben praxisorientierten Projekten, wie niedrigschwellige Beratung und Hilfe im Stadtteil gestärkt, durch neue Partnerschaften die Qualität des Wohnens verbessert und eine Kultur des Zusammenwirkens von Alt und Jung im Wohnquartier entwickelt werden kann.

Speziell an Kommunen richtete sich bereits der voran gegangene Leitfaden **„Wohnen im Alter: Bewährte Wege – Neue Herausforderungen“**, der ebenfalls im Rahmen des Modellprogramms **„Neues Wohnen“** erarbeitet worden ist. (beide Publikationen sind bestellbar unter www.bmfsfj.de/publikationen)



I.

Worauf kommt es bei der Gestaltung einer altersgerechten Wohnsituation im Alter an?

Da die Wohnqualität gerade im Alter ganz entscheidend die Lebensqualität bestimmt, gehört es zu den wichtigsten Vorbereitungen auf das Alter, sich frühzeitig Gedanken darüber zu machen, wie und wo man später wohnen möchte. Aber worauf kommt es an, wenn man seine Wohnsituation im Alter bedarfsgerecht gestalten will?

Es gibt nicht **die** Wohnform, die für alle älteren Menschen bedarfsgerecht ist. Die Wohnwünsche von älteren Menschen sind genauso unterschiedlich wie die von jüngeren Menschen. Die meisten älteren Menschen bleiben in ihrem angestammten Zuhause und wollen auch dort wohnen bleiben, auch wenn das Haus zu groß geworden ist. Sie nehmen lieber Unbequemlichkeiten und Einschränkungen hin, als ihre gewohnte Umgebung aufzugeben. Es gibt jedoch eine wachsende Zahl von älteren Menschen, die durchaus bereit sind, sich im Alter noch einmal ganz neu zu orientieren. Sie entscheiden sich oft schon frühzeitig, wollen in Gemeinschaft oder mit mehr Versorgungssicherheit im Alter leben, wollen ihre Wohnvorstellungen selbst aktiv umsetzen. Wenn aber umfassende Pflege nötig wird, müssen sich manche ältere Menschen für einen Wohnungswechsel entscheiden, wo eine Rund-um-die-Uhr-Betreuung möglich ist. Dann muss es aber nicht unbedingt ein Heim sein, auch hier haben sich Alternativen entwickelt, die von immer mehr älteren Menschen und ihren Angehörigen nachgefragt werden. Prüfen Sie mit Ihren Angehörigen, welche Wohnwünsche Sie für das Alter haben!

Checkliste: Eigene Wohnwünsche für das Alter erkennen		
	Ja	Nein
Sind Sie zufrieden mit Ihrer jetzigen Wohnsituation?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Möchten Sie auf jeden Fall in Ihrem vertrauten Wohnviertel bleiben?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Haben Sie den Wunsch nach Veränderung?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sehen Sie, z. B. aufgrund von Einschränkungen, die Notwendigkeit sich zu verändern?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Möchten Sie nur die Wohnung wechseln?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Möchten Sie vor allem die Wohnlage verändern?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Möchten Sie im Alter mehr in Gemeinschaft mit anderen leben?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Möchten Sie im Alter mehr in einer Wohnform leben, bei der Sie mehr Versorgungssicherheit haben?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wünschen Sie mit mehr Serviceleistungen zu wohnen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wünschen Sie mehr professionelle Unterstützung in der Wohnung?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Suchen Sie eine möglichst kostengünstige Wohnform?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Suchen Sie mehr soziale Kontakte?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Die Wohnwünsche lassen sich vor allem darin unterscheiden, ob Sie

- auf jeden Fall im Alter in Ihrer vertrauten Wohnumgebung bleiben wollen oder
- bereit sind, sich noch einmal zu verändern.

Je nachdem zu welcher Gruppe Sie gehören, werden Sie unterschiedliche Maßnahmen ergreifen müssen, um Ihre Wohn- und Lebenssituation im Alter bedarfsgerecht zu gestalten. So unterschiedlich diese auch sein mögen, es gibt wichtige Gesichtspunkte, die in beiden Fällen beachtet werden sollten, wenn man sicherstellen möchte, möglichst lange selbstständig und selbstbestimmt zu wohnen:

- Die Wohnung sollte weitgehend barrierefrei gestaltet sein, sodass man sich dort auch bei Geh- und Bewegungsbeschwerden selbstständig bewegen kann.
- Das Wohnumfeld sollte so gestaltet sein, dass man fußläufig und ohne Hindernisse Versorgungsangebote und Haltestellen des ÖPNV erreichen kann, um möglichst lange selbstständig bleiben zu können.

- | Die Wohn- und Lebensform sollte so ausgewählt werden, dass sie auch dann noch trägt, wenn Hilfe und Pflege nötig werden sollten.
- | Die Wohn- und Lebensform sollte sicherstellen, dass soziale Netze tragfähig bleiben oder neu geschaffen werden können, um möglichst lange am Gemeinschaftsleben teilzuhaben und gegenseitige Unterstützung zu erfahren.

Im Folgenden finden Sie Hinweise, wie Sie genau prüfen können, ob Ihre Wohnsituation oder Ihre Wohnwünsche diesen Anforderungen gerecht werden und was Sie selbst tun könnten, um diese Anforderungen umzusetzen. Dabei wird unterschieden, ob Sie unter allen Umständen zu Hause bleiben wollen oder ob Sie sich im Alter noch einmal verändern wollen bzw. verändern müssen.

II.

Wie kann ich in meiner vertrauten Wohnung bleiben?

Um möglichst lange in der persönlichen und vertrauten Umgebung bleiben zu können, ist es wichtig, dass

- die Wohnung entsprechend ausgestattet ist,
- das Wohnumfeld bedarfsgerecht ist und
- bei Bedarf entsprechende Hilfen und soziale Netze im Umfeld verfügbar und nutzbar gemacht werden können.

1. Was ist eine altersgerechte Wohnung?

Es sind meist die berühmten Kleinigkeiten, die das Leben erleichtern oder erschweren. Dies gilt gerade für Baulichkeiten in einer Wohnung. Wenn Sie sich in Ihrer Wohnung ungehindert bewegen können, trägt dies nicht nur zur Komfortsteigerung bei, sondern Sie können dadurch auch Kosten sparen und Gefahrenquellen vermeiden. So ermöglicht eine entsprechende bauliche Gestaltung der Wohnung, dass Sie den Alltag auch ohne professionelle Unterstützung oder Assistenz bewältigen können. Eine solche Wohnung kann auch einen Beitrag zur Vermeidung von Stürzen leisten. Vor allem aber kann es den Erhalt sozialer Kontakte fördern, wenn eine Wohnung nicht durch Stufen und Schwellen zum „Hausarrest“ zwingt oder Bekannte davon abhält, Sie zu besuchen. Für die Aufrechterhaltung Ihres eigenen Haushalts auch bei Bewegungseinschränkungen ist es in aller Regel entscheidend, dass Sie zumindest das WC selbstständig und ohne fremde Hilfe nutzen können.

Eine altersgerecht gestaltete Wohnung leistet also einen erheblichen Beitrag dazu, dass Sie auch im Alter möglichst lange in Ihrer vertrauten Wohnumgebung selbstständig leben können. Aber wie muss eine altersgerechte Wohnung genau aussehen? Eine zentrale bauliche Anforderung an eine altersgerechte Wohnung ist, dass diese weitgehend barrierefrei gestaltet ist. Dies ist eine Wohnung vor allem dann,

- | wenn sie ohne Stufen und Schwellen begehbar ist, sodass sie auch bei Bewegungseinschränkungen ungehindert zugänglich ist,
- | wenn sie eine bodengleiche Dusche oder ein anderweitig sicheres Bad hat, sodass Sie in Ihrer selbstständigen Körperpflege nicht beeinträchtigt werden,
- | wenn die Türbreiten und die Bewegungsflächen im Bad, Flur und in der Küche ausreichend sind, sodass Sie auch mit einem Rollator in der Nutzung nicht beeinträchtigt werden,
- | wenn sie eine gute technische Ausstattung und Beleuchtung hat, sodass Ihre Sicherheit nicht gefährdet ist,
- | wenn sie bei Bedarf über verschiedene Hilfsmittel (z. B. Haltegriffe, Sitz- und Aufstehhilfe) verfügt und dadurch Bewegungseinschränkungen möglichst vermeiden kann.

Die wesentlichen Anforderungen an eine solche Wohnung wurden in einer Normvorschrift, der DIN 18 025 mit der Bezeichnung „Barrierefreie Wohnungen“, zusammengefasst.

- | Die DIN 18 025 Teil 2 umfasst die Planungsgrundlagen für das barrierefreie Wohnen, etwa bei der Küche, dem Badezimmer, bei Bodenbelägen oder der Breite von Türen.
- | Die DIN 18 025 Teil 1 geht darüber hinaus und beschreibt, wie eine Wohnung gestaltet sein sollte, damit es Rollstuhlfahrerinnen und Rollstuhlfahrern ermöglicht wird, von fremder Hilfe weitgehend unabhängig zu wohnen.

Beide Teile der DIN 18 025 sind als Übersicht im Anhang beigefügt, damit Sie sich über die einzelnen Anforderungen im Detail informieren können. Die folgende Checkliste soll Ihnen helfen zu prüfen, ob Ihre Wohnung die zentralen Anforderungen an eine altersgerechte Wohnung im Sinne der DIN 18 025 Teil 2 erfüllt.

Hinweis: Die Vorschriften zum barrierefreien Bauen und Wohnen sollen überarbeitet und in einer neuen Norm DIN 18 040 zusammengefasst werden. Dieser Prozess ist jedoch noch nicht abgeschlossen.

Checkliste: Prüfen, ob die eigene Wohnung altersgerecht ist		
	Ja	Nein
Zugang zur Wohnung		
Ist die Wohnung ohne Stufen und Schwellen zu erreichen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wenn Treppen als Zugang überwunden werden müssen, gibt es einen Aufzug oder andere Lösungen zur Überwindung von Höhenunterschieden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es im Treppenhaus beidseitige Handläufe?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist der Balkon oder die Terrasse ohne Stufen zu erreichen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist der Wohnungsflur mindestens 120 cm breit, damit Sie sich auch mit einem Gehwagen dort bequem bewegen können?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist die Klingel gut hör- bzw. sichtbar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ausstattung des Bades		
Hat das Bad eine bodengleiche Dusche, die leicht begehbar ist? Wenn nicht, gibt es eine Stelle im Bad, wo problemlos eine bodengleiche Dusche nachgerüstet werden kann?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es in der Dusche einen Klappsitz oder einen Hocker?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es Haltegriffe im Bad bzw. sind die Wände so stabil, dass bei Bedarf im Bad Haltegriffe montiert werden können?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist die Rutschgefahr in der Dusche oder Wanne durch Aufkleber oder eine sichere Badematte vermindert?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Können Sie das WC selbstständig benutzen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hat der Toilettensitz die richtige Höhe?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Können Sie sich vor dem Waschtisch bequem setzen und sich dann im Spiegel sehen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Schlägt die Badtür nach außen auf und kann sie im Notfall von außen entriegelt werden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es vor dem WC und dem Waschbecken eine Bewegungsfläche von mindestens 120 mal 120 cm?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ausstattung der Küche		
Hat die Küche eine Sitzgelegenheit?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind die Arbeitsplatte und die Kochstelle unterfahrbar, falls Sie auf den Rollstuhl angewiesen sind?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Haben Sie eine Herdüberwachung mit Abschaltautomatik?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind die Küchengeräte und Schränke gut erreichbar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	Ja	Nein
Ausstattung des Wohn- und Schlafbereiches		
Hat das Bett die richtige Höhe, sodass Sie leicht aufstehen können?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist das Bett von drei Seiten zugänglich, damit im Pflegefall ungehindert Hilfe geleistet werden kann?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Allgemeines		
Haben die Türen eine Breite von 80 cm bzw. 90 cm, damit Sie auch mit mobilen Transportmitteln diese ungehindert passieren können?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind in allen Räumen Fenster, die man leicht öffnen kann?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Liegen die Kabel in einem Kabelkanal, um ein Stolpern zu vermeiden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind die Teppiche rutschfest verlegt, damit sich keine Kanten aufstellen können?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind die wichtigsten Bedienelemente (Lichtschalter, Türgriffe, Steckdosen) in einer Höhe von 85 cm angebracht?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Wenn Sie die meisten Fragen mit „Ja“ beantworten können, dann erfüllt Ihre Wohnung die wichtigsten Anforderungen an eine altersgerechte Ausstattung. Wenn nicht, sollten Sie überlegen, ob Sie durch Veränderungen das Leben in der vertrauten Wohnung erleichtern und Unfallgefahren beseitigen können.

2. Was kann ich tun, um meine Wohnung altersgerecht zu gestalten?

Manchmal reichen schon kleine Veränderungen aus, um Ihre Wohnung für das Alter bedarfsgerechter zu gestalten. In anderen Fällen werden größere bauliche Maßnahmen erforderlich sein.

2.1 Kleine Maßnahmen selbst umsetzen

Auch ohne große Umbaumaßnahmen lässt sich das Leben in den eigenen vier Wänden oft sicherer machen. Hierzu zählen folgende Maßnahmen, die Sie meist ohne größeren finanziellen Aufwand selbst umsetzen können:

- Möbel umstellen und die Zimmer neu aufteilen
- Sich von überflüssigen Einrichtungsgegenständen trennen
- Möbel auf Standsicherheit prüfen
- Spezielle Holzklötze unter dem Sofa, Sessel oder Bett montieren, um die Sitzfläche zu erhöhen und damit das Aufstehen und Hinsetzen zu erleichtern

- | Toilettensitzerhöhung im Bad montieren
- | Haltegriffe im Bad montieren, um das Aufstehen von der Toilette, aus der Wanne oder die Bewegung innerhalb der Dusche zu erleichtern
- | Beidseitige Handläufe im Treppenhaus anbringen
- | Für rutschfeste Bodenbeläge sorgen
- | Hocker in der Dusche positionieren
- | Lose Läufer befestigen
- | Kabel fachgerecht verlegen
- | Für eine gute Ausleuchtung der Räumlichkeiten sorgen
- | In Fachgeschäften altersgerechte Alltagshilfen anschaffen, z. B. Schlüsseldrehhilfe

2.2 Größere bauliche Maßnahmen gezielt planen

Manchmal werden jedoch auch solche kleinen Maßnahmen nicht ausreichen, damit Sie weiterhin selbstständig in Ihrer Wohnung leben können. Bauliche Veränderungen können notwendig werden, weil Sie Stufen nicht mehr überwinden können oder das Bad nicht mehr selbstständig nutzen können. Ein leichter und sicherer Zugang zum Haus kann z. B. durch eine angebaute Rampe ermöglicht werden. Innerhalb der Wohnung können mobile oder fest installierte Rampen die Bewegungsfreiheit verbessern und Menschen mit einer Gehbehinderung den Zugang in alle Räumlichkeiten ermöglichen. Wenn die baulichen Gegebenheiten es zulassen, kann ein Treppenlift eingebaut werden. Ist das Treppensteigen nicht mehr möglich und können keine Umbauten vorgenommen werden, helfen mobile Treppensteighilfen wie das Scalamobil oder die Treppenraupen, die als Hilfsmittel anerkannt sind. Durch Bodenerhöhungen oder den Anbau einer Zwischenstufe können hohe Schwellen zum Balkon überwunden und dessen Nutzung erleichtert werden.

Balkonstufe:

Vorher	Nachher
	

Wenn die eigene Toilette zu niedrig ist, kann eine Toilettensitzerhöhung mit klappbaren Armlehnen an jedem WC angebracht werden. Im Bad können Badewannenlifter das Ein- und Aussteigen in die und aus der Badewanne erleichtern. Reichen diese Hilfen zum Baden nicht mehr aus, sollte geprüft werden, ob eine Badewanne durch eine bodengleiche Dusche ersetzt werden kann.

Badewanneneinstieg:

Schlecht...	Gut...
	

Fachlich beraten lassen

Für solche Wohnungsanpassungen benötigen Sie fachliche Hilfe. Lassen Sie sich in solchen Fällen zunächst beraten, denn einheitliche Lösungen für alle gibt es nicht. Vor Ort sollte geprüft werden, welche Maßnahmen in der persönlichen Situation sinnvoll, notwendig und möglich sind. Dies betrifft nicht nur bauliche Maßnahmen, sondern auch den gezielten Einsatz von Hilfsmitteln, angefangen vom Treppen- oder Badewannenlift über Toilettensitzerhöhungen bis zu Haltegriffen.

Was in Ihrem persönlichen Fall erforderlich ist, können Ihnen die Wohnberatungsstelle Ihrer Gemeinde (Sozial- und Wohnungsamt) oder kirchliche und freie Wohlfahrtsverbände sagen. Auch Handwerkskammern, Krankenkassen, Pflegedienste oder Sozialstationen helfen Ihnen weiter.

Mittlerweile gibt es in Deutschland über 200 spezielle Wohnberatungsstellen. Die Bundesarbeitsgemeinschaft Wohnungsanpassung e.V. www.wohnungsanpassung.de kann Sie über die zuständigen Wohnberatungsstellen vor Ort informieren.

In den Wohnberatungsstellen arbeiten häufig interdisziplinäre Teams, z. B. aus Architektinnen und Architekten, Sozialpädagoginnen und Sozialpädagogen, Ergotherapeutinnen und Ergotherapeuten zusammen. Sie beraten nicht nur zu technischen und baulichen Maßnahmen, sondern geben auch zu Finanzierungs- und Pflegefragen Hilfestellung. Die Beraterinnen und Berater helfen sowohl bei Anträgen an Kostenträger als auch bei der Vermittlung von Handwerkerinnen und Handwerkern. Um möglichst breit gefächerte Hilfestellung zu geben, sind sie in der Regel auch mit anderen Diensten vernetzt.

Aber auch Wohnungsunternehmen bieten solche Beratungsleistungen an und führen Wohnungsanpassungsmaßnahmen durch. Ein schönes Beispiel dafür sind die Aktivitäten der Genossenschaft „Lebensräume Hoyerswerda“. Hier haben die Interessentinnen und Interessenten auch die Möglichkeit, sich in einem Vorführraum Lösungsbeispiele für Maßnahmen der Wohnungsanpassung anzusehen.



Vorführraum in Hoyerswerda

Beispiel: Genossenschaft „Lebensräume Hoyerswerda“ im Rahmen des Modellprogramms „Neues Wohnen – Beratung und Kooperation für mehr Lebensqualität im Alter“:

Hier wird von der Genossenschaft in einer Region mit besonderem Bevölkerungsrückgang und steigendem Anteil älterer Menschen ein generationengerechter Lebensraum geschaffen. Im Mittelpunkt der Aktivitäten stehen bauliche Anpassungsmaßnahmen, Wohnberatung, Gemeinwesenarbeit und andere niedrigschwellige Hilfen. Hierzu gehören auch ein Genossenschaftsstammtisch, ein Hochzeitspark und ein Mehrgenerationenhaus.

www.lebensraeume-hy.de

Qualifizierte Handwerkerinnen und Handwerker finden

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. Es gibt mittlerweile Betriebe, die sich auf seniorengerechte Umbauten spezialisiert haben. Ebenso gibt es Unternehmen, die hierfür eine spezielle Zertifizierung erworben haben. Derartige Zertifizierungen weisen zum Beispiel nach, dass sich ein Unternehmen mit den Normen DIN 18 024 und 18 025 zum barrierefreien Bauen und Wohnen auseinandergesetzt hat und über ein besonderes Wissen über die Bedürfnisse älterer Menschen verfügt. Das DIN-Certco zertifiziert z. B. Architektinnen und Architekten und Handwerkerinnen und Handwerker zu „DIN-geprüften Fachkräften für barrierefreies Bauen“. Eine Adressenliste der zertifizierten Unternehmen finden Sie unter www.dincertco.de. Solche Zertifizierungen werden aber auch z. B. von einzelnen Landesfachstellen für Wohnberatung oder Handwerkskammern durchgeführt, wie das folgende Praxisbeispiel deutlich macht.



Ausstellung nutzungsfreundliche Küchengeräte

Beispiel: „Netzwerk Handwerk“ im Rahmen des Modellprogramms „Neues Wohnen – Beratung und Kooperation für mehr Lebensqualität im Alter“

Gezielt setzt sich dieses Projekt dafür ein, Handwerkerinnen und Handwerker bundesweit für den Aufgabenbereich Wohnen im Alter verstärkt zu sensibilisieren und zu qualifizieren und zudem mit anderen Akteurinnen und Akteuren zu vernetzen. Für die Anpassung von Eigenheimen ist die Entwicklung neuer Finanzierungsmodelle geplant. Ein Informationszentrum zu Wohnen und Handwerk (Finsterwalde, Brandenburg) ist ebenso vorgesehen wie die Entwicklung von Lösungen zur Gestaltung von Einrichtungsgegenständen nach dem Prinzip „Design for all“, also für Jung und Alt (Schreinerhandwerk Stuttgart).

www.hwk-mannheim.de

www.nl-kreishandwerkerschaft.de

Fragen Sie die Handwerkskammer vor Ort nach entsprechenden Adressenlisten zertifizierter Unternehmen. Wenn vor Ort entsprechende Handwerksbetriebe nicht vorhanden sind, sollten Sie bei der Auswahl Firmen ins Auge fassen, die verschiedene Gewerke (Tischlerei, Küchenbau, Badezimmer etc.) aus einer Hand anbieten können. Dies kann Ihnen unter

Umständen viel Organisationsarbeit und Zeit ersparen. Auch die folgende Checkliste soll Ihnen bei der Auswahl der richtigen Handwerkerinnen und Handwerker helfen.

Checkliste: Richtige Handwerkerinnen und Handwerker finden		
	Ja	Nein
Hat das Handwerksunternehmen eine Zertifizierung im Bereich des barrierefreien Bauens?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kann die Handwerkerin oder der Handwerker auf Referenzprojekte im Bereich des barrierefreien Bauens verweisen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wurde Ihnen der Handwerksbetrieb (z. B. von einer Wohnberatungsstelle) empfohlen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Haben Sie umgesetzte Maßnahmen besichtigt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kann die von Ihnen ins Auge gefasste Firma verschiedene Gewerke aus einer Hand anbieten?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Haben Sie das Vorhaben mit einer baulich versierten Person oder mit professionellen Fachkräften besprochen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Haben Sie Vergleichsangebote zu gleichen Posten eingeholt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Wohnungsvermieter informieren

Wenn Sie solche baulichen Maßnahmen in einer Mietwohnung durchführen wollen, sollten Sie das Gespräch mit Ihrem Vermieter suchen und mit ihm eine Vereinbarung treffen. Grundsätzlich müssen Sie als Mieterin oder Mieter beim Auszug den alten Zustand der Wohnung auf eigene Kosten wiederherstellen lassen, es sei denn, Sie haben mit dem Vermieter etwas anderes vereinbart. Sie sollten daher vor aufwendigen Investitionen mit dem Eigentümer einen schriftlichen Vertrag abschließen. Auf jeden Fall müssen Sie die Zustimmung des Eigentümers einholen.

Als Eigentümerin oder Eigentümer Wohnungsanpassungsmaßnahmen möglichst früh angehen

Obwohl in den vergangenen Jahren Planer bei Neubauten in Bezug auf die barrierefreie Gestaltung sensibler geworden sind, werden die meisten Neubauten nicht von vornherein altersgerecht geplant. Dabei wäre es klüger und wirtschaftlicher, wenn man die Anforderungen an einen altersgerechten Wohnungsbau schon bei einem Neubau berücksichtigen würde. Dies betrifft vor allem auch den Bau von Eigenheimen. Gerade hier fehlt es häufig an entsprechenden Informationen über die Standards des barrierefreien Bauens bei den Fachplanern, Baufirmen und Bauherren. So werden im Nachhinein aufwendige Umbauarbeiten erforderlich.

Wenn Sie in Ihrem eigenen Haus bleiben möchten, sollten Sie möglichst frühzeitig mit einer Wohnungsanpassung beginnen. Auf jeden Fall sollten Sie Anpassungsmaßnahmen mit berücksichtigen, wenn ohnehin Umbauarbeiten anstehen. Dafür müssen sehr individuelle Lösungen gefunden werden. Ein schönes Beispiel für die barrierefreie Wohnungsanpassung ist das Beispiel in Eschwege.



**Beispiel: Eschwege: Anpassung von verfallsbedrohter Altbau-
substanz an neue soziale Herausforderungen – das Projekt
„Stadthaus Brühl 6“ im Rahmen des Modellprogramms
„Neues Wohnen – Beratung und Kooperation für mehr
Lebensqualität im Alter“**

Die Stadt Eschwege greift die Herausforderung auf, marode Altbausubstanz zu sanieren und dies mit sozialen Aufgaben zu verbinden. In einem weitgehend stillgelegten Gebäude, nur wenige Meter von Rathaus und Marktplatz entfernt, entstehen kleine Wohnungen und Apartments für Menschen, die nicht den großen Geldbeutel haben. Hierzu haben sich die Stadt Eschwege, die gemeinnützigen Seniorenheime der Stadt und der Verein Aufwind zusammengeschlossen. Das Projekt vermeidet teure Neubauten auf der grünen Wiese und bezieht auch Menschen mit Beeinträchtigungen in das Leben der Gemeinschaft aktiv ein.

www.eschwege.de

www.aufwind-wmk.de



Allerdings schrecken viele Eigentümerinnen und Eigentümer bisher noch vor Wohnungsanpassungen zurück, weil sie finanzielle Belastungen und hohen Aufwand fürchten. Im Rahmen des Modellprogramms „Neues Wohnen – Beratung und Kooperation für mehr Lebensqualität im Alter“ werden u. a. beispielhafte Finanzierungswege für eine Wohnungsanpassung erarbeitet (www.modellprogramm-wohnen.de).

Auch wenn Ihnen die finanziellen Belastungen zu hoch erscheinen, sollten Sie genau abwägen und vergleichen, wie teuer die Umbauarbeiten werden und wie teuer es würde, wenn Sie in eine neue Wohnung umziehen müssten.

Hinweis: Wohnungsverbände engagieren sich

Gerade ältere Mieterinnen und Mieter sind wegen ihrer Zuverlässigkeit und guten Zahlungsmoral bei Vermietern geschätzt. Auch die Wohnungsunternehmen und -verbände erkennen dies als Marktchance und haben sich auf die wachsende Zahl älterer Mieterinnen und Mieter eingestellt. So engagiert sich der Bundesverband Freier Immobilien- und Wohnungsunternehmen BFW mit einem eigenen Arbeitskreis Seniorenimmobilien, und auch der Bundesverband deutscher Wohnungsunternehmen GdW, der die genossenschaftlichen und kommunalen Wohnungen vertritt, setzt sich in seinen Empfehlungen für seniorengerechtes und betreutes Wohnen ein.

www.bfw-bund.de

www.gdw.de

Unterschiedliche Finanzierungsquellen erschließen

Zur Finanzierung von Wohnungsanpassungsmaßnahmen können bei unterschiedlichen Kostenträgern Finanzmittel beantragt werden:

Kranken- und Pflegekassen

Wenn Sie pflegebedürftig sind, können Sie unter Umständen sowohl technische Hilfsmittel (z. B. Gehhilfen, Pflegebett, Hausnotruf) als auch bauliche Maßnahmen von der Pflegekasse finanziert bekommen. Bauliche Maßnahmen zur Verbesserung des individuellen Wohnumfeldes (§ 40 Absatz 4 SGB XI Pflegeversicherungsgesetz) können bis zu einer Höhe von 2.557 Euro finanziert werden. Abhängig vom Einkommen ist ein Eigenanteil von 10 % zu tragen. Neben Baumaßnahmen können auch die Anpassung von Mobiliar sowie der Umzug in eine geeignete Wohnung bezuschusst werden. Wenden Sie sich mit einem formlosen Antrag an Ihre Pflegekasse. Bevor der Antrag bewilligt ist, dürfen Sie mit den Baumaßnahmen nicht beginnen. Kosten für Hilfsmittel, wie zum Beispiel einen Badewannenlift, kann auch die Krankenkasse übernehmen, wenn sie ärztlich verordnet wurden.

Sozialhilfeträger

Wenn Sie sozialhilfeberechtigt sind, können Sie unter bestimmten Voraussetzungen vom Sozialamt finanzielle Hilfen für Anpassungsmaßnahmen bekommen (§§ 53, 61 und 71 des SGB XII). Diese Leistungen bekommen Sie nur, wenn keine anderen Kostenträger infrage kommen und ihre Einkommens- und Vermögenswerte bestimmte Grenzen nicht überschreiten.

Bundesländer

Viele Bundesländer (z. B. Baden-Württemberg, Bayern, Brandenburg, Hessen, Niedersachsen, Nordrhein-Westfalen, Rheinland-Pfalz, Sachsen) stellen Fördermittel zur altersgerechten Umgestaltung des Wohnungsbestandes bei Vorliegen der Voraussetzungen zur Verfügung. Meistens bekommen Sie günstige Darlehen, um solche baulichen Maßnahmen umsetzen zu können. Die Mittel können Sie in der Regel über die kommunalen Bauämter beantragen. Informationen erteilen auch die Bauministerien und die Investitionsbanken der Bundesländer.

Kommunen/Wohnungsunternehmen

Auch manche Kommunen haben spezielle Förderprogramme, die das Wohnen zu Hause unterstützen. Die Gemeindeverwaltung oder das Landratsamt kann Sie über solche Möglichkeiten informieren. Suchen Sie ebenso für die Finanzierung das Gespräch mit dem Eigentümer der Wohnung, wenn Sie Mieterin oder Mieter einer Wohnung sind. Vielleicht ist er bereit, selbst Investitionen im Sinne altersgerechten Wohnens zu tätigen oder zu unterstützen. Denn viele Eigentümer und Vermieter möchten ihre langjährigen Mieterinnen und Mieter möglichst behalten. Und Maßnahmen der Wohnungsanpassung und der Barrierefreiheit sind nicht nur für Seniorinnen und Senioren sinnvoll, sondern nützen allen Altersgruppen – und können damit auch eine Wertsteigerung für die Wohnung insgesamt bedeuten. Viele Wohnungsunternehmen haben dies bereits erkannt und versuchen durch gezielte Beratung ihrer Mieterinnen und Mieter und systematische Wohnungsanpassung ihren Wohnungsbestand an die Bedarfslagen Älterer anzupassen.

KfW Förderbank

Auch die KfW stellt unter Umständen, in der Regel über ein zinsgünstiges Darlehen, Mittel zur Umgestaltung der Wohnung bereit. Ein Beispiel hierfür ist das 2009 gestartete Programm „Wohnraum modernisieren – altersgerecht umbauen“.

www.kfw-foerderbank.de

Tipp:

Einen Überblick zu den verschiedenen Fördermöglichkeiten – von Bundesland bis EU – gibt das Portal www.foerderdatenbank.de.

3. Wer kann mich bei der altersgerechten Gestaltung meiner Wohnung unterstützen?

Wenn Sie Ihre Wohnung altersgerecht gestalten wollen, können Sie unterschiedliche Unterstützung von verschiedenen Institutionen bekommen:

Adressen:

- I Bundesarbeitsgemeinschaft Wohnungsanpassung, Mühlenstr. 48, 13187 Berlin (mit Übersicht der Landesberatungsstellen)
www.wohnungsanpassung.de
- I Barrierefrei Leben, Richardstr. 45, 22081 Hamburg
www.online-wohn-beratung.de

Darüber hinaus ist in jedem Fall Ihr örtliches Sozialamt ein Ansprechpartner.

Weiterführende Literatur:

Albatros e. V./Volkssolidarität Landesverband Berlin e. V. (Hrsg.) 2007: Wohnen im Alter – Wohnberatung – Wohnungsanpassung, Berlin

Reindl, B./Kreuz, D. 2007: Wegweiser Wohnen im Alter, Berlin

Stiftung Warentest/Bertelsmann Stiftung/Kuratorium Deutsche Altershilfe 2006: Leben und Wohnen im Alter, Berlin

III.

Was kann ich tun, um mein Wohnumfeld altersgerecht zu gestalten?

1. Wie sollte ein altersgerechtes Wohnumfeld aussehen?

Damit Sie in Ihrer vertrauten Wohnumgebung verbleiben können, reicht es nicht aus, wenn Sie nur über eine altersgerechte Wohnung verfügen. Wenn das Wohnumfeld erhebliche Barrieren hat und über keine entsprechende Infrastruktur verfügt, kann der Verbleib in der vertrauten Wohnung gefährdet sein. Wohnen Sie z. B. in Hanglage, kann es für Sie im Alter sehr beschwerlich werden, die täglichen Besorgungen zu erledigen. Wohnen Sie im ländlichen Raum oder am Stadtrand, fehlt es häufig an entsprechenden Einkaufsmöglichkeiten. Große Einkaufszentren auf der „grünen Wiese“ sind für Sie auch kein Ersatz, wenn Sie, z. B. durch gesundheitliche Einschränkung, nicht mehr Auto fahren können. Auch die Gesundheitsversorgung ist in ländlichen Regionen häufig nur schwer zu gewährleisten. Sie sollten daher genau prüfen, ob das Wohnumfeld den Anforderungen einer altersgerechten Wohnstruktur entspricht. Dabei sind folgende Aspekte zu prüfen:

1.1 Barrierefreie und benutzerfreundliche öffentliche Räume

Grundvoraussetzung für eine freie Beweglichkeit im Wohnumfeld ist eine sichere Wegegestaltung. Ebene und rutschfeste Bodenbeläge, geringe Steigungen, ausreichende Überquerungshilfen bei stark befahrenen Straßen, gute Beleuchtung, eine Mindestbreite der Wege, um mit Gehhilfen die Wege zu passieren, ausreichende Ruhemöglichkeiten sowie das Vorhandensein öffentlicher Toiletten sind wichtige Anforderungen an die altersgerechte Gestaltung öffentlicher Räume. An den Hauptwegen sollten Sitzmöglichkeiten nicht weiter als 100 Meter voneinander entfernt sein. Auch der ÖPNV sollte fußläufig erreichbar und die Haltestellen sollten barrierefrei zugänglich sein.



Praxisbeispiel: Projekt Luisenhofstiege, Hamburg im Rahmen des Modellprogramms „Neues Wohnen – Beratung und Kooperation für mehr Lebensqualität im Alter“

Im Rahmen der Initiative „Aktive Stadtteilentwicklung“ gestaltet die Stadt Hamburg gemeinsam mit der Arbeiterwohlfahrt einen innerstädtischen Grün- und Freiraum und das dazugehörige Wegenetz barrierefrei um und bezieht die umgebende Wohnbebauung, Versorgungseinrichtungen und Altenwohnanlagen ein. Die Verbesserung von Mobilität und Sicherheitsgefühl der Menschen sind wesentliche Ziele des Projekts. Um Seniorinnen und Senioren für die Mitgestaltung und Nutzung der Freiflächen und Grünanlagen zu aktivieren, wird ein „Seniorenlotse“ eingesetzt, der die baulichen Maßnahmen mit der Gemeinwesenarbeit verknüpft.

www.awo-hamburg.de

www.hamburg.de/neues-wohnen/

www.schau-nach-osten.de



1.2 Bessere Kontakte und Kommunikation

Das Wohnumfeld sollte dazu anregen, dass Sie soziale Kontakte aufrechterhalten können. Damit die Teilhabe älterer Menschen am gesellschaftlichen Leben möglich ist, müssen entsprechende Freizeitmöglichkeiten und Aufenthaltsräume – wie Begegnungsstätten, aber auch Cafés oder Restaurants – zum sozialen Austausch vor Ort vorhanden sein. Die öffentlichen Räume sollten zudem ausreichende und anregende Bewegungsmöglichkeiten bieten. Fußläufig sollten Grünflächen erreichbar sein, deren Wege barrierefrei und durch ausreichende Beleuchtung sicher gestaltet sind.

Aktivitätszonen können als Trainingsangebote zur Koordination und körperlichen Fitness zum Wohlbefinden beitragen. Zudem können Orte der Bewegung und der Aktivitäten, z. B. ein Spiel- und Bewegungsplatz, Menschen zusammenbringen, die sich sonst nicht mehr unbedingt begegnen würden. Sie dienen dem Bedürfnis nach Kontakt und Austausch der Generationen.

1.3 Gesicherte Nahversorgung

Damit Sie möglichst lange selbstständig in Ihrem Haushalt leben können, sollten Versorgungseinrichtungen und Dienstleistungen in Ihrer Wohnumgebung verfügbar sein. Neben Lebensmittelläden, Banken und Post sollten auch der Hausarzt und ein Friseur fußläufig erreichbar sein.

Vielfach können Geschäfte und Einrichtungen zur Deckung des täglichen Bedarfs aufgrund mangelnder Wirtschaftlichkeit nicht mehr kleinräumig erhalten werden. Dies gefährdet eine selbstständige Lebensführung älterer Menschen in besonderer Weise. In der Praxis haben sich alternative Konzepte zum Erhalt oder zur Sicherung der Nahversorgung entwickelt, z. B. rollende Supermärkte, Bringdienste oder sogenannte Ladengemeinschaften, wo mehrere kleine Einzelhändler und Dienstleister gemeinsam eine größere Ladenfläche anmieten, um so Kosten zu sparen.

Praxisbeispiel: Nahversorgungssicherung in Schleswig-Holstein – die „MarktTreffs“

Zur Sicherstellung der Grundversorgung wird seit 1999 in Schleswig-Holstein der Aufbau sogenannter „MarktTreffs“ gefördert. Durch sie sollen ländliche Dienstleistungszentren in Dörfern unter 2.000 Einwohnerinnen und Einwohner durch Unternehmer, Kommunen und Ehrenamtliche geschaffen werden. Sie enthalten ein Kerngeschäft wie Lebensmittelladen oder Gastronomiebetrieb und dazu sollen möglichst viele weitere Dienstleister integriert werden, z. B. Fotoservice, Lotto-Toto, Post, Banken. Darüber hinaus soll der Laden durch die Einbindung aktiver Vereine vor Ort als örtlicher Treffpunkt etabliert werden. Bisher wurden über 20 solcher „MarktTreffs“ in Schleswig-Holstein eingerichtet.

www.markttreff-sh.de

Machen Sie einen Rundgang durch Ihr Wohnviertel und prüfen Sie mit der folgenden Checkliste, inwieweit Ihr Wohnumfeld altersgerecht gestaltet ist.

Checkliste: Ist mein Wohnumfeld seniorenrecht?		
	Ja	Nein
Sind die von Ihnen hauptsächlich genutzten Wege eben?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind Straßenbeläge rutschfest und gut zu begehen (möglichst keine Pflastersteine)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Haben die Gehsteige eine ausreichende Breite – mindestens 150 cm – damit Sie sich auch mit Gehhilfen dort ungehindert bewegen können?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Haben stark befahrene Straßen Schutzinseln, damit Sie diese sicher überqueren können?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Haben die Ampelschaltungen bei großen Straßen eine ausreichende Grünphase?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ermöglichen die Straßenbeleuchtungen auch abends eine sichere Begehung?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es ausreichend Ruhebänke?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es öffentliche Toiletten?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind Haltestellen des ÖPNV fußläufig erreichbar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kann man die Haltestellen ohne Stufen und Schwellen begehen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind Grünflächen fußläufig erreichbar und sicher begehbar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es Begegnungsräume (Aufenthaltsräume, Cafés, Restaurants), die fußläufig erreichbar sind?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es alternative Versorgungsmöglichkeiten, wie rollende Supermärkte oder Bringdienste?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind Lebensmittelläden, Post, Banken, Friseur und Arzt fußläufig erreichbar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Wie kann ich auf die altersgerechte Gestaltung meines Wohnumfeldes Einfluss nehmen?

Wenn Sie feststellen, dass viele Punkte ihres Wohnumfeldes nicht den Anforderungen für das Alter angemessen sind, sollten Sie und Ihre Angehörigen versuchen, Veränderungen zu erzielen, damit ein Wohnen im vertrauten Wohnumfeld gesichert ist. Dabei sind zwei Wege möglich:

- Entweder Sie versuchen bei Ihrer Gemeinde die verantwortlichen Akteurinnen und Akteure für eine bedarfsgerechte Gestaltung des Wohnumfeldes zu sensibilisieren
- oder Sie versuchen sich selbst ehrenamtlich einzubringen und aktiv an einer Verbesserung des Wohnumfeldes mitzuwirken.

2.1 Verantwortliche Akteurinnen und Akteure sensibilisieren

Die altengerechte Gestaltung bzw. Umgestaltung des Wohnumfeldes ist grundsätzlich eine kommunale Aufgabe. Zahlreiche Städte, Landkreise und Gemeinden nehmen sich der Aufgabe in vorbildlicher Weise an und erzielen gute Ergebnisse. Häufig fehlen den kommunalen Planungsstellen aber detaillierte Informationen, wo Defizite in der Wohnumfeldgestaltung die selbstständige Lebensführung der Seniorinnen und Senioren gefährden. Machen Sie gemeinsam mit Bekannten Rundgänge im Wohnumfeld oder führen Sie Befragungen im Quartier durch, um eventuelle Mängel bei der Versorgung feststellen zu können.

Halten Sie die Ihrer Ansicht nach besonders problematischen Stellen bei der Wohnumfeldgestaltung schriftlich fest und übermitteln Sie die Ergebnisse dem Amt für Altenhilfe in Ihrer Kommune. Die Ergebnisse dieser **„Bürgerbegehungen“** oder **„Bürgerbefragungen“** sollten Sie auch den Seniorenvertretungen – Seniorenräten, Seniorenbeiräten, Seniorenbeauftragten – übermitteln, damit diese im politischen Raum entsprechenden Einfluss nehmen können. Wegen der schwierigen finanziellen Situation der Kommunen ist es wichtig, zumindest bei ohnehin anstehenden Maßnahmen im öffentlichen Raum darauf zu achten, dass diese dann auch alters- und generationengerecht durchgeführt werden.

Sensibilisieren Sie auch die Vermieterinnen und Vermieter für Mängel in der Wohnumfeldgestaltung. In Wohnsiedlungen in der Hand von großen Wohnungsunternehmen bietet es sich an, im Rahmen von Anpassungsmaßnahmen der Gebäude das Wohnumfeld gleich mit in Angriff zu nehmen. Manchmal ermöglichen Wohnungsunternehmen bei solchen Umgestaltungsmaßnahmen gezielt eine Bewohnerbeteiligung.

Besondere Ansprechpartner für die Gestaltung eines seniorengerechten Wohnumfeldes sind auch die Anbieter des ÖPNV. Auch diese sollten Sie auf mögliche Mängel bei der Nutzung durch alte Menschen und Familien aufmerksam machen.



Praxisbeispiel: Bahnhof Gladbeck barrierefrei

In Gladbeck hat sich eine Initiative mit Unterstützung des Seniorenbeirats mehrere Jahre dafür eingesetzt, dass der Bahnhof auch für ältere Menschen, Rollstuhlfahrerinnen und -fahrer und Gehbehinderte sowie Eltern mit Kinderwagen ohne fremde Hilfe zugänglich

wurde. Engagiertes Auftreten von Seniorinnen und Senioren gegenüber der Deutschen Bahn und den Verkehrsbehörden brachte schließlich den Durchbruch. Eine Rampe und Aufzüge wurden installiert und die Bahnsteige neu gestaltet.

Seniorinnen und Senioren sowie Menschen mit Behinderung stellen inzwischen auch für die Deutsche Bahn eine bedeutende Kunden- und Zielgruppe dar, die bei der strategischen Ausrichtung, der Produktentwicklung und Serviceorientierung berücksichtigt wird. Beispiele hierfür finden sich in der Broschüre „Mobil mit Handicap“, die in Zusammenarbeit mit dem Deutschen Behindertensportverband erschienen ist.

www.senioren-in-gladbeck.de

www.bahn.de: [Reisen mit Handicap/55 plus](#)

2.2 Selbst aktiv werden

Immer nur auf andere vertrauen bringt manchmal nicht oder nur sehr spät den gewünschten Erfolg. Sie können sich daher auch ganz gezielt für die Umsetzung einzelner Projekte selbst engagieren, um das Wohnumfeld an die Bedarfslage im Alter anzupassen, z. B. durch:

- Initiierung von Stadtbegehungen
- Übernahme von Wege- oder Beetpatenschaften
- Pflege von Mietergärten
- Initiierung von Spendensammlungen für Parkbänke oder Bewegungsgeräte
- Anfragen an mobile Einkaufsdienste, ihre Fahrtrouten auf das eigene Wohnviertel zu erweitern, um die Nahversorgung zu verbessern
- Organisierung von privaten Fahrdiensten, um die Mobilität zu sichern

- I Initiative zur Einführung eines Seniorentaxis, das günstige – eventuell von der Kommune mitfinanzierte – Fahrpreise anbietet, wenn keine öffentlichen Verkehrsmittel mehr fahren.

Praxisbeispiel I: Seniorentaxi im Landkreis Schaumburg

Im ländlichen Raum gibt es inzwischen viele Modelle, das Problem des ÖPNV in verkehrsschwachen Zeiten zu lösen. Ein Beispiel dafür ist das Seniorentaxi im Landkreis Schaumburg. Es kann zu Zeiten angerufen werden, in denen es kein Buslinienangebot im Landkreis mehr gibt. Das Angebot ist für die älteren Menschen günstig, da bis zu 50 % des Taxifahrpreises mit Bons bezahlt werden können, die kostenlos an die Seniorinnen und Senioren abgegeben werden. Diese Bons kann das Taxiunternehmen mit dem Landkreis abrechnen. Die andere Hälfte des Fahrpreises muss durch den Fahrgast bar beglichen werden. Das Seniorentaxi ist auf Initiative von älteren Menschen eingerichtet worden.

www.schaumburg.de

Praxisbeispiel II: Bürgerbus Landkreis Oberhavel

Um den Menschen in ländlicher Region das Leben und Wohnen in vertrauter Umgebung zu sichern und zugleich das bürgerschaftliche Engagement der Menschen zu nutzen, wurde 2004 der Bürgerbusverein Gransee gegründet, 18 ehrenamtliche Busfahrerinnen und Busfahrer sorgen für Mobilität in dem flächenmäßig großen und dünn besiedelten Landkreis.

www.buergerbus-gransee.de

2.3 In Seniorenvertretungen engagieren

Solche Initiativen aus den Praxisbeispielen werden häufig durch das Engagement von Seniorenvertretungen umgesetzt. Seniorenvertretungen arbeiten im vorparlamentarischen Raum als Bindeglied zwischen Politik, Verwaltung und älteren Menschen auf kommunaler Ebene sowie auf Landes- und Bundesebene. Sie ermöglichen und sichern die Teilhabe älterer Menschen und stellen daher eine besonders wichtige Form des bürgerschaftlichen Engagements dar.

Um mehr Einfluss auf die Wohnumfeldgestaltung vor Ort nehmen zu können, prüfen Sie für sich, ob Sie sich nicht selbst in einer Seniorenvertretung engagieren könnten.

Nicht zuletzt wurden die Themen Infrastruktur, Wohnen und Wohnumfeld in das Memorandum „Mitgestalten und Mitentscheiden – Ältere Menschen in Kommunen“ aufgenommen, das durch die Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen mitverfasst und zur Grundlage für das Bundesprogramm „Alter schafft Neues – Aktiv im Alter“ wurde.

www.alter-schafft-neues.de

www.bagso.de

Es gibt mittlerweile über 1.000 Seniorenvertretungen in ganz Deutschland. Erkundigen Sie sich vor Ort bei Ihrer Kommune, ob entsprechende Teilhabemöglichkeiten bestehen. Einen für Sie zuständigen Ansprechpartner können Sie auch über www.ihre-seniorenvertretung.de finden.

Praxisbeispiel: Seniorenbeirat initiiert Sport- und Spielparcours im Freien für ältere Menschen in Schöningen

Auf Initiative des örtlichen Seniorenbeirats in Schöningen wurde erstmals in Deutschland die Idee eines „Seniorenspielplatzes“ umgesetzt. Ziel ist die Förderung der Kontakte der Generationen untereinander, die Förderung des Seniorensports und der gemeinsamen Freizeitgestaltung. Die Idee wurde mittlerweile auch von anderen Städten aufgegriffen, die einen sogenannten „Generationenspielplatz“ eingerichtet haben. In Schöningen stehen für Aktivitäten eine Außenkegelbahn, eine Dartscheibe, eine Basketballübungsanlage, zwei Minigolfanlagen sowie ein Schachspiel zur Verfügung. Der Begriff „Spielplatz“ ist mit einem Augenzwinkern zu verstehen, er steht für Aktivität und Geselligkeit.

www.schoeningen.de

3. Wo finde ich Unterstützung?

Adressen:

I Das Bundesprogramm „Aktiv im Alter“: www.aktiv-im-alter.net

I Die Aktion Gemeinsinn: www.gemeinsinn.de

Auch hier ist Ihr örtliches Sozialamt ein wichtiger Ansprechpartner.

Weiterführende Literatur:

Bundesarbeitsgemeinschaft der Landesseniorenvertretungen (Hrsg.) 2008:
Seniorenvertretungen – Politische Partizipation älterer Menschen in Bund,
Land und Kommune, Berlin

Forschungsgesellschaft Landschaftsentwicklung Landschaftsbau e. V.
(Hrsg.), 2003:
Fachbericht „Freiräume für Generationen“ – zum freiraumplanerischen
Umgang mit den demographischen Veränderungsprozessen, Bonn

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend:
Zivilgesellschaft stärken – Engagement fördern durch generationsübergrei-
fende Freiwilligendienste (erhältlich über die Publikationsstelle des BMFSFJ)

IV.

Welche Unterstützung gibt es zu Hause?

Wenn Sie im Alter möglichst lange in Ihrem vertrauten Wohnquartier verbleiben wollen, reicht es nicht immer aus, eine altersgerechte Wohnung und ein altersgerechtes Wohnumfeld zu haben. Im Bedarfsfall müssen Sie auch auf entsprechende Hilfen durch Angehörige, ehrenamtliche Helferinnen und Helfer oder professionelle Kräfte zurückgreifen können.

1. Welche Hilfen kann ich mir nach Hause holen?

In Deutschland existiert ein breites Hilfenetz für ältere Menschen. Über 80 % der hilfebedürftigen Menschen werden von ihren Angehörigen versorgt oder mitversorgt, von den nach dem Pflegeversicherungsgesetz rund 2,3 Millionen pflegebedürftigen Menschen werden mehr als zwei Drittel zu Hause betreut.

Viele ehrenamtliche Helferinnen und Helfer unterstützen ältere Menschen, wenn sie Hilfe brauchen und es gibt eine weitgehend flächendeckende Versorgung mit professionellen Pflegediensten, die im Bedarfsfall die Pflege in der Wohnung durchführen.

Im Folgenden finden Sie Informationen, welche Hilfen Sie sich nach Hause holen können, wenn Sie im Alltag Unterstützung benötigen oder gesundheitliche Einschränkungen haben.

1.1 Hilfen zur Bewältigung des Alltags

Gewerblich oder karitativ ausgerichtete Dienste und Einrichtungen bieten eine Vielzahl von hauswirtschaftlichen Hilfen an, die Sie gegen entsprechende Bezahlung ordern können.

Einkaufshilfen

Ältere Menschen haben nicht immer die Möglichkeit, die Dinge des täglichen Bedarfs selbst besorgen zu können. Oft gibt es vor allem in ländlichen Regionen keine Geschäfte, um sich mit den notwendigen Dingen des täglichen Bedarfs eindecken zu können. Häufig sind die Geschäfte zu weit entfernt oder Bewegungseinschränkungen machen den Einkauf schwierig. Solche Mängel können ausgeglichen werden, damit Sie auch weiterhin selbstständig haushalten können.

Getränkemärkte liefern z. B. nach Hause, Supermarktketten oder kleine Lebensmittelgeschäfte bieten oft einen Einkaufs- und Bringdienst, wobei Sie die Waren per Telefon bestellen können. Auch Tiefkühlkostketten haben einen Liefer- und Bringdienst. Erkundigen Sie sich bei den örtlichen Einkaufsmöglichkeiten oder großen Tiefkühlketten, ob ein solcher Service angeboten wird und schließen Sie sich mit Nachbarinnen und Nachbarn zusammen, damit die Liefergebühren billiger werden.

Andere Dienste wiederum bieten an, warme Mahlzeiten nach Hause zu bringen. Probieren Sie diese aus und achten Sie darauf, dass Sie den Dienst kurzfristig auch wieder abbestellen können, falls Sie nicht zufrieden sind.

Hauswirtschaftshilfen

Wenn Sie die tägliche Hausarbeit nicht mehr leisten können, suchen Sie die Möglichkeit für eine Hauswirtschaftshilfe, die Sie beim Putzen oder bei der Wäscheversorgung unterstützt sowie kleinere Besorgungen erledigt. Es gibt Agenturen, die entsprechende Kräfte vermitteln oder Sie können auch selbst eine solche Hilfe beauftragen. Dann müssen Sie dieses Beschäftigungsverhältnis bei der Bundesknappschaft anmelden und Sozialversicherungsabgaben sowie Steuern zahlen. Für Gartenarbeiten oder andere notwendige Arbeiten im Haus gibt es Hausmeisterdienste, die auch Schneeräumen im Winter oder kleine Reparaturarbeiten im Haus erledigen.



Praxisbeispiel: Haushalts-Engel in Rheinland-Pfalz

Im Main-Kinzig-Kreis haben verschiedene Kooperationspartner das Projekt „Haushalts-Engel“ ins Leben gerufen. Hier werden Arbeit suchende Menschen in einer 8-wöchigen Qualifizierungsmaßnahme zu Alltagsbegleiterinnen und -begleitern älterer und hilfsbedürftiger Menschen fortgebildet. Ältere Menschen können dann deren Hilfen im Haushalt oder deren Begleitedienste in Anspruch nehmen. Ziel des Projekts ist es, eine bezahlbare Alternative für Hilfesuchende zu schaffen und damit dem immer größer werdenden Problem der Schwarzarbeit in diesem Bereich zu begegnen. Die Leistungen dieser Haushalts-Engel sind kostengünstig, weil das Projekt mit der gemeinnützigen Gesellschaft für Arbeit, Qualifizierung und Ausbildung mbH des Main-Kinzig-Kreises umgesetzt wird, die unter anderem die Fortbildungsmaßnahme für die Haushalts-Engel finanziert. Mehr Informationen hierzu finden Sie unter www.haushaltsengel-mkk.de

Fahr-, Begleit- und Besuchsdienste

Taxiunternehmen oder andere Fahrdienstunternehmen bieten Fahr- und Begleitedienste zum Arzt oder zu Behörden oder Freizeitveranstaltungen an. In manchen Städten gibt es auch berufliche Besuchs- und Begleitedienste, die gegen Entgelt z. B. Vorlesedienste oder Unterstützung bei Behördenangelegenheiten anbieten.

Checkliste: Wie erschließe ich mir die richtigen Alltagshilfen?		
	Ja	Nein
Haben die örtlichen Geschäfte zur Deckung des täglichen Bedarfs einen Liefer- und Bringdienst?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Werden Warenlisten zugestellt, sodass man die Waren telefonisch bestellen kann?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Werden die Zuliefergebühren billiger, wenn mehrere Nachbarinnen und Nachbarn sich an solch einem Lieferservice beteiligen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es Restaurants in der Nähe, die preisgünstige Menüs für Seniorinnen und Senioren anbieten?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Können Menübringdienste kurzfristig abbestellt werden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es Taxiunternehmen, die Fahr- und Begleitdienste speziell für ältere Menschen anbieten?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kann der Hausmeister kleine Dienstleistungen im Haus oder Garten erledigen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Können Nachbarinnen und Nachbarn kleine Dienstleistungen übernehmen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es vor Ort eine organisierte Nachbarschaftshilfe?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es vor Ort Agenturen, die Haushaltskräfte vermitteln?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Es müssen nicht immer professionelle Dienstleister sein

Wenn Sie keine professionellen Anbieter vor Ort haben oder wenn Ihnen deren Preis-Leistungs-Verhältnis nicht zusagt, erkundigen Sie sich, ob es ggf. ehrenamtlich organisierte Nachbarschaftshilfen vor Ort gibt.

In manchen Kommunen gibt es eigens gegründete Vereine der Nachbarschaftshilfe, die alle möglichen Hilfen im Haushalt, aber auch Fahr- und Begleitdienste anbieten. Dabei handelt es sich meist um freiwillig engagierte Bürgerinnen und Bürger, die nicht entlohnt werden, aber oft eine Aufwandsentschädigung erhalten. Erkundigen Sie sich bei Ihrer Kirchengemeinde, beim Sozialamt der Kommune oder bei Ihrem Wohnungsvermieter, ob es entsprechende Nachbarschaftsdienste bei Ihnen gibt.

Tipp:

Eine Liste der Freiwilligenagenturen kann bezogen werden bei der Bundesarbeitsgemeinschaft der Freiwilligenagenturen, Torstraße 231, 10115 Berlin.

www.bagfa.de

Ein schönes Beispiel für eine solche organisierte Nachbarschaftshilfe sind die sogenannten „Lutkis“ (Heinzelmännchen) der Wohnungsgenossenschaft „Lebensräume“ in Hoyerswerda (www.lebensraeume-hy.de).

Noch mehr Sicherheit in den eigenen vier Wänden:
betreutes Wohnen zu Hause

Wenn Ihnen einzelne Dienste nicht mehr ausreichen und Sie gerne regelmäßig einen festen Ansprechpartner zu Hause hätten, der Sie informiert, berät und Ihnen bei Bedarf weitere Dienstleistungen vermittelt, dann können Sie in manchen Gemeinden auch das Angebot des „Betreuten Wohnens zu Hause“ wahrnehmen.

Das Angebot umfasst ein Paket aus professionell organisierten Betreuungs- und Vermittlungsleistungen, aber auch eine Hausnotrufsicherung und ein regelmäßiger Hausbesuch gehören dazu. 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 verbindlich über die einzelnen Leistungen.

Betreutes Wohnen gibt es also nicht nur in speziell dafür vorgesehenen Wohnanlagen, sondern auch in der eigenen Häuslichkeit. Solche Angebote werden von sozialen Einrichtungen, aber auch von Kommunen und Wohnungsgesellschaften angeboten, leider nicht überall. Wenn Sie sich für solche Angebote interessieren, aber kein Dienstleister vor Ort ein solch spezielles Angebot hat, erkundigen Sie sich bei Pflegediensten oder: Wohlfahrtsverbänden oder Wohnungsunternehmen Ihrer Umgebung.

Literaturtipp: Das Bayerische Sozialministerium hat den Leitfaden „Betreutes Wohnen zu Hause“ herausgegeben, der zahlreiche Hinweise und Praxisbeispiele für soziale Dienste und Kommunen bereithält (zu beziehen beim Reinhardt Verlag, Kemnatenstr. 46, 80639 München, info@reinhardt-verlag.de).

Hinweis: Auf Initiative des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend hat der Deutsche Bundestag am 29.5.2009 das Wohn- und Betreuungsvertragsgesetz WBVG verabschiedet. Es stärkt die Rechte älterer, pflegebedürftiger und behinderter Menschen und schafft mehr Rechtssicherheit. Es ist am 1.10.2009 in Kraft getreten.



Praxisbeispiel: Simba – Betreutes Wohnen zu Hause, München-Germering

Ziel des Projektes ist es, Seniorinnen und Senioren und Menschen mit Behinderung ein höchstmögliches Maß an eigenständiger Lebensführung in ihrer Wohnung zu sichern. Dafür schließen die Seniorinnen und Senioren mit dem Sozialdienst Unterpfaffenhofen-Germering einen Betreuungsvertrag ab. Der Betreuungsvertrag garantiert Leistungen, die in Grund- und Wahlleistungen differenziert sind.

Zu den Grundleistungen gehören wöchentliche Besuche durch einen persönlichen, in der Regel ehrenamtlichen „Betreuer“, Bereitstellung eines Hausnotrufs, Beratungsleistungen, Informationen über Freizeitangebote am Ort, Organisation von Dienstleistungen bei Erkrankung und Bereithaltung von ambulanten Pflegeleistungen und Leistungen zur hauswirtschaftlichen Versorgung, Organisation regelmäßiger Treffen der Vertragsteilnehmerinnen und -teilnehmer.

Die Wahlleistungen werden durch den Sozialdienst erbracht. Sie enthalten ein breites Angebot an pflegerischen und hauswirtschaftlichen Leistungen sowie einen Einkaufsservice und „Essen auf Rädern“. Angeboten werden auch Hilfen bei der Wohnungsanpassung und handwerkliche Hilfen in Haus und Garten.

Zu Leistungen und Kosten hat der Träger die Broschüre „Pflege und Betreuung zu Hause“ erstellt. Sie ist erhältlich beim Sozialdienst Germering, Planegger Str. 9, 82110 Germering.
www.sd-germering.de

1.2 Hilfen bei gesundheitlichen Einschränkungen

Notruffsicherung

Wenn Sie befürchten, im Notfall nicht schnell genug die notwendige Hilfe zu bekommen, z. B. weil Sie alleine wohnen, können Sie sich einen „Hausnotruf“ zu Hause installieren lassen. Mit einem Hausnotruf kann von

jedem Zimmer oder über einen sogenannten Funkfinger, den Sie ständig am Körper tragen, Hilfe über Funk gerufen werden. Das ausgelöste Signal wird über ein im Telefon installiertes Zusatzgerät an eine Notrufzentrale weitergeleitet. Diese ist rund um die Uhr besetzt und leitet die notwendige Hilfe unverzüglich ein.

Tipp:

Weitere Informationen über Anbieter, Preise und Funktionsweise sind über den Bundesverband Hausnotruf erhältlich: Bremerhavener Str. 157, 28219 Bremen, www.bv-hausnotruf.de

Pflegedienste

Wenn Sie auf pflegerische Hilfe angewiesen sind, können Sie in Deutschland auf ein weitgehend flächendeckendes Netz an professionellen ambulanten Pflegediensten zurückgreifen. Diese kommen bei Bedarf in die Wohnung und so können Sie trotz Pflegebedürftigkeit zu Hause wohnen bleiben.

Die Pflegedienste bieten grundpflegerische Leistungen – also Körperpflege, Hilfen bei der Ernährung oder Mobilisierung – sowie von der Ärztin oder vom Arzt verordnete medizinische Behandlungspflege an. Sie können von den Diensten aber auch Unterstützung im hauswirtschaftlichen Bereich erhalten und darüber hinaus Beratung bei allen Fragen rund um die häusliche Pflege.

Pflegedienstleistungen werden von den Wohlfahrtsverbänden, aber auch von privat-gewerblichen Anbietern erbracht. Das Angebot ist in vielen Regionen groß und vielfältig – die Qualität jedoch nicht immer gleich.

Prüfen Sie daher die einzelnen Angebote und Kosten vor Ort genau.

- ! Fordern Sie bei den Pflegekassen eine Preisvergleichsliste der ortsansässigen Pflegedienste an und vergleichen Sie die Kosten der einzelnen Leistungsbereiche.
- ! Lassen Sie sich bei Beratungsstellen der Kommunen oder der Wohlfahrtspflege beraten.

Die folgende Checkliste soll Ihnen bei der Auswahl eines Pflegedienstes helfen:

Checkliste: Wie finde ich den richtigen Pflegedienst?		
	Ja	Nein
Hat der Pflegedienst einen Versorgungs- und Vergütungsvertrag mit der Pflegekasse, damit mit dieser die Dienstleistungen abgerechnet werden können?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hat der Pflegedienst mehr Fachkräfte als Hilfspersonal?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Arbeitet der Pflegedienst nach einem Pflegekonzept?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist der Standort des Pflegedienstes in der Nähe Ihrer Wohnung, damit kurze Anfahrtswege sichergestellt sind?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wird ein individueller Pflegeplan erstellt und mit Ihnen oder Ihren Angehörigen besprochen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Werden die Pflegeleistungen ausführlich dokumentiert?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Arbeitet der Pflegedienst mit anderen Einrichtungen zusammen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kann der Pflegedienst auf Ihre individuellen Bedürfnisse eingehen, durch zeitlich flexible Einsätze, z. B. auch an Wochenenden oder in der Nacht, durch Berücksichtigung Ihrer Lebensgewohnheiten?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kann der Pflegedienst gewährleisten, dass möglichst ein gleiches Team Sie versorgt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kann der Pflegedienst alle Leistungsbereiche abdecken, die wichtig für Sie sind?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Informiert der Pflegedienst Sie ausführlich, welche Kosten die Pflegekasse übernimmt und welche Leistungen Sie selbst tragen müssen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Die Kosten für die Leistungen des Pflegedienstes werden zum Teil über die Pflegekasse finanziert, wenn Sie pflegebedürftig nach dem Pflegeversicherungsgesetz eingestuft sind. Die Einstufungen werden durch den Medizinischen Dienst der Krankenkasse vorgenommen, und zwar je nach Vorliegen der Voraussetzungen in

- Pflegestufe 1: erhebliche Pflegebedürftigkeit,
- Pflegestufe 2: schwere Pflegebedürftigkeit,
- Pflegestufe 3: schwerste Pflegebedürftigkeit.

Seit Juli 2008 gewährt die Pflegekasse je nach Pflegestufe folgende monatliche Sachkosten:

Sachkostenmittel der Pflegeversicherung für häusliche Pflegeleistungen:		ab Januar 2010
Pflegestufe I:	420 Euro	440 Euro
Pflegestufe II:	980 Euro	1.040 Euro
Pflegestufe III:	1.470 Euro	1.510 Euro
(Sowie bis zu 2.400 Euro pro Jahr für demenziell Erkrankte)		

– bei Vorliegen der Anspruchsvoraussetzungen –

Die Kosten, die **nicht** durch die Pflegeversicherung abgedeckt sind müssen Sie selber tragen. Wenn Ihr Einkommen dafür nicht ausreicht, können Sie zur Finanzierung solcher Pflege- oder hauswirtschaftlichen Hilfeleistungen Unterstützung bei Ihrem zuständigen Sozialamt beantragen.

Kurzzeit- und Tagespflege

Wenn Sie alleinstehend sind und sich oft einsam fühlen oder wenn sie nach einem Krankenhausaufenthalt besondere Betreuung benötigen, ist die Tagespflege für Sie ein interessantes Unterstützungsangebot. Sie verbringen in solchen Tagespflegeeinrichtungen einen Teil des Tages und werden dann wieder nach Hause gebracht. Durch gezielte Betreuung und Aktivierung durch das Pflegepersonal in der Tagespflegeeinrichtung will man sicherstellen, dass Sie so lange wie möglich selbstständig in Ihrer vertrauten Häuslichkeit leben können.

Wenn Sie für einige Zeit eine Rund-um-die-Uhr-Pflege benötigen, aber diese nicht zu Hause geleistet werden kann – z. B. weil die Angehörigen verhindert sind – können Sie Angebote der Kurzzeitpflege nutzen. Für maximal vier Wochen können Sie in eine Pflegeeinrichtung ziehen und erhalten dort eine umfassende Pflege. Danach kehren Sie in Ihre vertraute Häuslichkeit zurück. Sowohl die Kosten für die Tagespflege als auch die Kosten für die Kurzzeitpflege übernimmt die Pflegekasse bei Vorliegen der Voraussetzungen anteilig.

2. Was kann ich selber tun?

2.1 In der Nachbarschaftshilfe oder ehrenamtlich engagieren

Wenn Sie Unterstützung benötigen, z. B. bei schwerer Gartenarbeit, oder wenn Sie sich selbst einbringen möchten, um anderen zu helfen, beispielsweise bei der Hausaufgabenbetreuung von Kindern, sollten Sie sich in der Nachbarschaftshilfe oder allgemein ehrenamtlich engagieren. Ein schönes Beispiel für dieses Geben und Nehmen ist das folgende Projekt:



Praxisbeispiel: Miteinander Wohnen – Aktiv und geborgen im Alter

Das von bürgerschaftlichem Engagement und Selbsthilfe getragene Projekt hat in Eigeninitiative eine im Ostberliner Wohngebiet Friedrichsfelde-Süd bisher bestehende Versorgungslücke geschlossen. Von Minibusfahrten über begleitetes Wohnen und Hilfen für Kinder bis zu einem Kiezladen – die Vielfalt und die Bürgernähe sind Markenzeichen dieses Quartiersprojektes. Die Angebote werden von hauptamtlichen und einer Vielzahl ehrenamtlicher Personen organisiert und getragen. Der Verein ist in ein Netzwerk vielfältiger Kooperationspartner eingebunden, darunter Wohnungsbaugesellschaften.

www.miteinanderwohnen.de

Nachbarschaftshilfe: sinnstiftend und wertvoll

Vielerorts gibt es Initiativen und Vereine, deren Mitglieder sich für hilfe- und pflegebedürftige Menschen einsetzen. Manchmal machen sie Besuche, viele bieten Unterstützung im Haushalt. Für die meisten ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer bedeutet ihr Einsatz eine sinnvolle Aufgabe, die sie als persönlich befriedigend empfinden und bei der sie selbst viele soziale Kontakte und Erfahrungen hinzugewinnen. Manchmal erhalten sie auch eine finanzielle Anerkennung als Aufwandsentschädigung oder als kleinen Zuverdienst.

Ehrenamtlich Tätige dürfen pro Jahr bis zu 1.848 Euro steuer- und sozialversicherungsfreie Zuwendungen erhalten. Aber auch ohne finanzielle Zuwendung ist ein solches Engagement bereichernd, es hilft aktiv zu bleiben und eine sinnvolle Tätigkeit auszuüben.

Checkliste: Wie baue ich organisierte Nachbarschaftshilfe auf?		
	Ja	Nein
Finde ich Mitstreiterinnen und Mitstreiter, die ein ähnliches Ziel haben?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es besondere Stärken, die die Beteiligten jeweils einbringen können?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es Überlegungen, wie die Zusammenarbeit organisiert werden kann?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es öffentlich zugängliche Räumlichkeiten, wo man sich regelmäßig treffen kann?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wurden Verantwortlichkeiten verteilt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wurde ein Konzept für Einsatzmöglichkeiten von Freiwilligen erstellt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wurde die Öffentlichkeit über die Maßnahme informiert?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wurden Kooperationspartner gefunden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wurden vereinsrechtliche Fragen geklärt, um die Organisationsstruktur sicherzustellen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sollen Aufwandsentschädigungen vereinbart werden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wird ein Versicherungsschutz gewährleistet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Weitere Informationen zum „Geben und Nehmen“ ehrenamtlicher Hilfe, nicht zuletzt im Bereich des Wohnens, finden Sie bei:

- ! Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen BAGSO:
www.bagso.de
- ! Bundesarbeitsgemeinschaft Seniorenbüros: www.seniorenbueros.org
- ! Bundesnetzwerk Bürgerschaftliches Engagement:
www.das-buergernetz.de
- ! Zentrum für zivilgesellschaftliche Entwicklung:
www.zentrum-zivilgesellschaft.de
- ! Programm Aktiv im Alter: www.aktiv-im-alter.net



Praxisbeispiel: Ehrenamtliche engagieren sich für Hilfebedürftige in sogenannten „Wohnwinkeln“ – Modellquartier „Ländliche Region“ im Rahmen des Modellprogramms „Neues Wohnen – Beratung und Kooperation für mehr Lebensqualität im Alter“

Die Region (ehemals Landkreis) Hannover baut beispielhaft für den ländlichen Raum ein tragfähiges Hilfenetz für Alt und Jung auf. Im Mittelpunkt stehen die Einrichtung einer Anlaufstelle und die aufsuchende Beratung pflegebedürftiger Menschen sowie die Förderung bürgerschaftlichen Engagements („Wohnwinkel“). Im Rahmen von Fall- und Netzwerkmanagement werden Wohnen, Pflege, niedrigschwellige Hilfen und spezielle Angebote, unter anderem für Demenzerkrankte und deren Angehörige, miteinander verknüpft. Dabei geht es auch um die einfache Vermittlung von haushaltsnahen Dienstleistungen.

www.hannover.de

www.modellprogramm-wohnen.de

2.2 Sicherheitsruf selbst organisieren

Auch Sicherheitsmaßnahmen können Sie selbst organisieren und müssen nicht immer auf andere Dienstleister zurückgreifen. Eine kommunikative und kostengünstige Form der Notrufsicherung sind von Verwandten, Freunden oder Nachbarn selbst organisierte Telefonrunden, bei denen eine Gruppe sich einmal am Tag reihum in einer festgelegten Reihenfolge anruft. Meldet sich eine Teilnehmerin oder ein Teilnehmer nicht, wird nachgesehen und eventuell ein Hilfsdienst informiert.

Praxisbeispiel: Telefonketten im Bodenseekreis

Um sicherzugehen, dass ältere Menschen, die zu Hause leben, wohlauf sind, gibt es in einigen Gemeinden im Bodenseekreis sogenannte Telefonketten. Dabei schließen sich mehrere Personen zusammen und rufen sich täglich nach einem fest vereinbarten Plan an. Meldet sich ohne ersichtlichen Grund jemand nicht, ist also die Telefonkette unterbrochen, wird herausgefunden, ob bei dem Betroffenen alles in Ordnung ist.

www.bodenseekreis.de

2.3 Wohnraum für Hilfeleistungen zur Verfügung stellen

Sie können auch Teile Ihres Wohnraums gegen Hilfeleistungen tauschen. Wenn Sie Wohnraum zur Verfügung haben, diesen aber nicht mehr selbst nutzen, können Sie ihn auch anderen Personen kostengünstig anbieten, wenn diese Sie dafür im Haushalt, z. B. bei der Gartenarbeit oder bei Fahrdiensten, unterstützen.

Diese Angebote nennt man „Wohnen für Hilfe“. Solche Maßnahmen helfen Ihnen, wenn Sie Unterstützung suchen, sie helfen aber auch den Menschen, die einen günstigen Wohnraum suchen, z. B. Studentinnen und Studenten. Häufiger findet man solche Projekte daher in Universitätsstädten. In der Regel wird eine Stunde Hilfe im Monat für einen kostenlos bewohnten Quadratmeter Wohnfläche angeboten.

Erkundigen Sie sich beim Sozialamt in Ihrer Kommune oder beim Studentenwerk, ob Sie auf solche Angebote zurückgreifen können. Kontakte und Informationen zu Wohnpartnerschaften zwischen Jung und Alt erhalten Sie auch unter: www.wohnenfuerhilfe.info

2.4 Selbst pflegen lernen

Ohne Profis wäre eine Pflege zu Hause sehr oft eine Überforderung für die Angehörigen und kann ihre Gesundheit gefährden. Dennoch ist es – gerade für Angehörige – wichtig, Grundkenntnisse in der Pflege zu erwerben, um so die professionellen Pflegedienste bei der Arbeit zu unterstützen.

Verschiedene Pflegeorganisationen bieten Pflegekurse an, die von den Kranken- und Pflegekassen finanziell gefördert werden können. In den Kursen lernen Sie richtige Handgriffe bei der Pflege und wie Sie Ihren Angehörigen effektiv unterstützen können. Neben praktischen Pflegeanleitungen erhalten Sie viele Informationen rund um die Pflege, z. B. welcher Einsatz von Hilfsmitteln sinnvoll ist oder wie sich das Krankheitsbild „Demenz“ äußert. Fragen Sie die Pflegekasse vor Ort, wo diese Kurse in Ihrer Region angeboten werden.

3. Wie kann ich geeignete Hilfe finden?

Adressen:

Auskunft über Hilfeleistungen

Bundesarbeitsgemeinschaft
Selbsthilfe von Menschen
mit Behinderung
Kirchfeldstr. 149
40215 Düsseldorf

Bundesarbeitsgemeinschaft
Freie Wohlfahrtspflege
Oranienburger Straße 13–14
10178 Berlin

Kommunale Spitzenverbände

Deutscher Landkreistag
Lennéstraße 11
10785 Berlin

Deutscher Städtetag
Straße des 17. Juni 112
10623 Berlin

Deutscher Städte- und Gemeindebund
Marienstraße 6
12207 Berlin

Weiterführende Literatur:

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend:

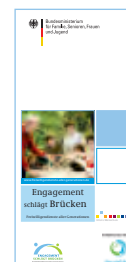
- Alter schafft Neues – Initiativen und Informationen für ältere Menschen
- Miteinander, Füreinander – Initiative Zivilengagement,
- Engagement schlägt Brücken – Freiwilligendienste aller Generationen

www.bmfsfj.de/publikationen

Bundesministerium für Gesundheit:

- Ratgeber Pflege – Alles was Sie zur Pflege wissen müssen

www.bmg.bund.de/publikationen



Hinweis:

Diese Publikationen sind über den Publikationsversand der Bundesregierung, Postfach 4810 09, 18132 Rostock zu bestellen.

V.

Welche Möglichkeiten stehen mir offen, wenn ich im Alter noch einmal umziehe?

1. Welche alternativen Wohnmöglichkeiten gibt es?

Wenn Sie sich im Alter noch einmal verändern wollen oder verändern müssen, weil sich Ihr Gesundheitszustand verschlechtert hat oder Sie einfach noch einmal Lust dazu haben, eine Veränderung einzugehen, steht Ihnen eine Reihe von Alternativen zur Verfügung.

Im Folgenden finden Sie Hinweise,

- welche Wohnkonzepte das sind und
- welche Chancen und Risiken mit Ihnen verbunden sind.

1.1 Mit anderen zusammenwohnen: gemeinschaftliche Wohnprojekte

Seit einiger Zeit wächst die Zahl älterer Menschen, die nach der Berufs- und Familienphase noch einmal etwas Neues ausprobieren wollen. Sie wollen vor allem in Gemeinschaft mit anderen zusammenleben, aber sich gleichzeitig ein hohes Maß an Selbstständigkeit erhalten. Daher entscheiden sie sich für gemeinschaftliche Wohnformen, in denen sie entweder nur mit Älteren oder im Generationenmix zwischen Jung und Alt zusammenleben.



Praxisbeispiel: Wohnen Plus – Alte, Alleinerziehende und Kinder in Nürnberg im Rahmen des Modellprogramms „Neues Wohnen – Beratung und Kooperation für mehr Lebensqualität im Alter“

Zwei spezifische Gruppen stehen im Mittelpunkt dieses in zentraler Lage der Stadt Nürnberg entstehenden Wohnprojekts: Ältere Menschen und Alleinerziehende mit Kindern. 44 barrierefreie Wohnungen bieten Raum für etwa 80 Bewohnerinnen und Bewohner und werden durch eine Kindertagesstätte mit Krippe ergänzt. In Form eines inneren Versorgungsverbundes gibt das Projekt Antworten auf das Spannungsfeld einer lebendigen Hausgemeinschaft einerseits und der Möglichkeit zu Privatheit und Rückzug andererseits. Das besondere Engagement der Bürgerinnen und Bürger setzt einen Akzent zur Aufwertung dieses Standorts im Programmgebiet Soziale Stadt.

www.anderswohnen-eg.de



Bei solchen gemeinschaftlichen Wohnformen geht der Gemeinschaftsaspekt weit über das hinaus, was man von „normalen“ Nachbarschaftsverhältnissen kennt. Oft planen diese Gruppen ihr Wohnprojekt selbst und setzen es in Kooperation mit anderen Akteuren, etwa Wohnungsbaugesellschaften, um. Sie organisieren ihr gemeinschaftliches Zusammenleben selbst und unterstützen sich gegenseitig, wenn kleinere Hilfen notwendig sind.

Die **Chancen** dieser Wohnformen bestehen darin, dass Sie im Alter möglichst lange selbstständig wohnen können und nicht alleine sind. In der Regel haben Sie eine eigene abgeschlossene Wohnung und nutzen gemeinsam mit anderen Gemeinschaftsräume, die Sie anteilig mitfinanzieren müssen. Im Notfall können Sie auf das Hilfenetz der Mitbewohnerinnen und Mitbewohner zurückgreifen, die Sie im Alltag unterstützen. Fachpflegerische Leistungen werden aber von den Bewohnerinnen und Bewohnern nicht erbracht, hierfür kommen bei Bedarf ambulante Pflegedienste ins Haus. Es ist aber mehreren Menschen finanziell leichter möglich, z. B. eine Haushaltshilfe oder Pflegekraft gemeinsam zu beschäftigen.

Das **Risiko** dieser Wohnform besteht darin, dass Sie eventuell wieder ausziehen müssen, wenn Sie schwerstpflegebedürftig werden oder demenziell erkranken. Dann müssen Sie möglicherweise in ein Pflegeheim umziehen. Auch sollten Sie insgesamt überlegen, ob eine solche Wohnge-

meinschaft für Sie die richtige Wohnform ist. Wenn Sie lieber zurückgezogen in der eigenen Wohnung leben wollen, passt diese Wohnform für Sie vielleicht nicht, da hier erwartet wird, dass Sie sich in die Gemeinschaft einbringen – sowohl was die Freizeitgestaltung als auch was gegenseitige Unterstützungsleistungen angeht. Und wenn Sie den Aufbau solcher Wohnprojekte mitplanen, müssen Sie viel Zeit und Energie mitbringen. Prüfen Sie daher mit folgender Checkliste, ob gemeinschaftliche Wohnformen für Sie die richtige Alternative sind:

Checkliste: Wie baue ich organisierte Nachbarschaftshilfe auf?		
	Ja	Nein
Sind Sie offen für neue Kontakte?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind Sie offen für unterschiedliche Lebensstile?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind Sie bereit, sich regelmäßig mit anderen an gemeinschaftlichen Aktivitäten zu beteiligen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind Sie bereit, gemeinsam mit anderen regelmäßig gemeinsame Aktivitäten zu organisieren?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind Sie bereit, kleinere Hilfeleistungen für andere zu erbringen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind Sie bereit, Ihre Zeit in die Planung eines gemeinschaftlichen Projektes einzubringen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind Sie bereit, finanzielle Ressourcen in die Planung und Umsetzung eines solchen Projektes einzubringen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind Sie bereit, bei Konflikten mit anderen diese offen anzusprechen und gemeinsam nach Konfliktlösungen zu suchen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Tipp:

Besondere Akzente des gemeinschaftlichen Lebens und Wohnens bieten auch die Projekte des Programms „Wohnen für (Mehr)Generationen – Gemeinschaft stärken, Quartier beleben“. Eine Übersicht befindet sich unter www.baumodelle-bmfsfj.de

1.2 Mit mehr Service wohnen: betreutes Wohnen

Wenn es Ihnen vor allem darum geht, im Alter mehr Versorgungssicherheit als in einer normalen Wohnung zu haben, sollten Sie prüfen, ob das Leben in einer betreuten Wohnanlage für Sie nicht die richtige Wohnalternative ist. Hier haben Sie eine abgeschlossene – meist barrierefreie – Wohnung, zusätzlich ist regelmäßig ein Ansprechpartner vor Ort, der Sie berät, informiert und bei Bedarf weitere Dienstleistungen vermittelt. Auch eine Notrufsicherung wird in der Regel gewährleistet. Wenn Sie darüber

hinaus weitere Leistungen wünschen, können Sie diese – wie in einer normalen Wohnung auch – nach Bedarf frei wählen. Meistens gibt es auch Gemeinschaftsräume, die einen kommunikativen Austausch mit anderen Bewohnerinnen und Bewohnern und gemeinschaftliche Freizeitveranstaltungen ermöglichen. In Deutschland gibt es mittlerweile über 4.500 Wohnanlagen des betreuten Seniorenwohnens oder Servicewohnens.

Die Kosten für eine Wohnung im betreuten Wohnen schwanken in der Praxis erheblich. Die Spannbreite für die Anmietung der Wohnung beginnt bei ca. 5 Euro/m² und kann je nach Lage, Beschaffenheit und Ausstattung bis zu 30 Euro/m² und mehr reichen. In der Regel liegen die Quadratmeterpreise aber um die 7 bis 8 Euro für die Kaltmiete. Auch hier müssen Sie anteilig die Gemeinschaftsräume mitfinanzieren.

Insgesamt sollten Sie für das Wohnangebot nicht mehr als die ortsübliche Vergleichsmiete plus einen Aufschlag von maximal 20 % für die besondere Ausstattung der Wohnanlage bezahlen. Neben den Kosten für die Wohnung wird in der Regel eine sogenannte Betreuungspauschale erhoben. Auch hierfür schwanken die Kosten in der Praxis beträchtlich. In der Regel liegen sie etwa zwischen 100 und 150 Euro pro Monat für die Leistungen der Ansprechperson und die Notrufsicherung.

Die besonderen **Chancen** in diesem Wohnangebot liegen vor allem darin, dass Sie möglichst lange selbstständig wohnen können. Sie haben eine altersgerechte Wohnung, in der Sie sich auch bei Geh- und Bewegungsbeschwerden selbstständig bewegen können. Sie haben einen Ansprechpartner, der Sie unterstützt und Sie leben nicht alleine, sondern in einer Gemeinschaft mit anderen. Jedoch leben Sie in der Regel nur mit Seniorinnen und Senioren und nicht mit Jung und Alt in einer Wohnanlage.

Das **Risiko**, das mit einem Umzug in ein solches Wohnprojekt verbunden sein kann, ist, dass Sie auch hier eventuell noch einmal ausziehen müssen, wenn Sie schwerpflegebedürftig werden oder demenziell erkranken. Wer sich für das Wohnen in einer betreuten Wohnanlage entscheidet, sollte weitgehend zur selbstständigen Haushaltsführung in der Lage sein. Hier können Sie nicht die volle Versorgungssicherheit wie in einem Heim erwarten. Einige betreute Wohnanlagen bieten die Möglichkeit, in der Wohnanlage zu bleiben, auch wenn Sie schwer pflegebedürftig werden. Es kann jedoch sein, dass Sie dann innerhalb der Anlage noch einmal umziehen müssen.

Ein weiterer Nachteil bei der Nutzung dieser Wohnform könnte darin liegen, dass Sie monatlich die Betreuungspauschale bezahlen müssen, auch wenn Sie die Leistungen gar nicht in Anspruch nehmen. Ein besonderes Risiko besteht auch darin, dass dieses Wohnangebot nicht gesetzlich geschützt ist, d. h. es gibt kein Gesetz, das genau definiert, welche Leistungen eine betreute Wohnanlage vorhalten sollte. Jede Betreiberin und jeder Betreiber kann grundsätzlich für sich selbst die Leistungen festlegen und sie oder er schließt darüber mit Ihnen einen Miet- und Betreuungsvertrag ab. Die vertraglichen Regelungen sind bindend, im Konfliktfall können Sie sich nur auf allgemeine Verbraucherrechtsbestimmungen sowie die in den Verträgen geregelten Vereinbarungen berufen. Daher müssen Sie das Leistungsangebot der Wohnanlage, die Sie für sich ins Auge gefasst haben, sehr genau prüfen.

Weil in der Vergangenheit manche Wohnanlagen den Bedürfnissen der Seniorinnen und Senioren nicht gerecht wurden, hat man sich um mehr Qualitätssicherung bemüht. So wurde neben der Vorlage eines Wohn- und Betreuungsvertragsgesetzes WBVG (siehe Seite 37) die DIN 77800 „Betreutes Wohnen für ältere Menschen“ entwickelt, die festlegt, welche Mindestleistungen eine betreute Wohnanlage enthalten sollte. Bei Anbietern, die sich nach dieser DIN-Norm zertifizieren lassen, haben Sie die Gewissheit, dass diese über ein entsprechendes Leistungsangebot verfügen. Bisher haben aber noch nicht viele Wohnanlagen ein solches Zertifikat erworben. Die folgende Checkliste soll Ihnen bei der Auswahl der richtigen betreuten Wohnanlage helfen.

Checkliste: Prüfen, ob eine betreute Wohnanlage in Betracht kommt		
	Ja	Nein
Wohnumfeld		
Liegt die Wohnanlage in zentraler Lage?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Können Sie fußläufig Einkaufsmöglichkeiten, einen Arzt, eine ÖPNV-Haltestelle und Grünanlagen erreichen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wohnanlage		
Ist der Eingang ebenerdig und gut beleuchtet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind alle Räume ohne Treppen erreichbar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind Wege zu Mülltonnen, Parkplätzen und Grünflächen barrierefrei zugänglich?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es Gemeinschaftsräume?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wohnung		
Ist die Wohnung stufenlos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Fortsetzung:	Ja	Nein
Gibt es in den Räumen ausreichend Bewegungsfreiheit, um sich dort mit Gehhilfen zu bewegen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es im Bad eine bodengleiche Dusche?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Können bei Bedarf im Bad Haltegriffe montiert werden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Geht die Badtür nach außen auf und kann sie von außen entriegelt werden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind die Türen breit genug, um diese mit Gehhilfen zu passieren?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist der Balkon oder die Terrasse stufenlos erreichbar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es eine Sitzmöglichkeit in der Küche?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dienstleistungen		
Ist regelmäßig eine Ansprechperson im Haus?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist bei Bedarf eine Terminvereinbarung außerhalb üblicher Sprechzeiten möglich?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wurde die Ansprechperson entsprechend ihrer/seiner Aufgaben qualifiziert?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist ein Hausmeister regelmäßig erreichbar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es ein Notrufsicherungssystem und kann dieses innerhalb von 24 Stunden freigeschaltet werden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist die Notrufzentrale rund um die Uhr besetzt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Besteht für weitere Dienstleistungen Wahlfreiheit?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kann man Probe wohnen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Besteht die Möglichkeit, bei längerer schwerer Pflegebedürftigkeit in der Wohnung zu bleiben?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vertragliche Regelungen		
Ist im Mietvertrag zugesichert, dass die Wohnanlage und die Wohnung barrierefrei gemäß DIN 18025 Teil 2 sind?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Orientiert sich die Miethöhe an der ortsüblichen Vergleichsmiete?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist ein Kündigungsrecht der Vermieterin oder des Vermieters wegen Eigenbedarfs ausgeschlossen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind die Leistungen für den Grundsservice in einem separaten Betreuungsvertrag detailliert beschrieben?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist der Preis für den Grundsservice benannt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind Preiserhöhungen für den Grundsservice nur im Rahmen von Kostensteigerungen nach dem allgemeinen Lebenshaltungsindex möglich?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wird zugesichert, dass bei Bedarf Pflege- und hauswirtschaftliche Versorgungsleistungen sowie kleine technische Hilfen vermittelt werden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Können die Dienstleister außerhalb des Grundsservice frei gewählt werden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Wohnstifte und Seniorenresidenzen bieten ein ähnliches Angebot, jedoch meist im hochpreisigen Bereich. Auch hier haben Sie eine abgeschlossene barrierefreie Wohnung und können auf vielfältige Dienstleistungsangebote zurückgreifen. Jedoch werden Sie hier meist verpflichtet, neben der Beratung und der Notrufsicherung weitere Leistungen regelmäßig abzunehmen, z. B. die Wohnungsreinigung und die Essensversorgung. Diese müssen Sie monatlich bezahlen, haben hierfür also keine Wahlfreiheit wie in einfachen betreuten Wohnanlagen. Deshalb sind diese Wohnangebote rechtlich betrachtet oft Heimeinrichtungen und fallen in der Regel unter die Bestimmungen des Heimrechts.

1.3 Mit umfassender Versorgungssicherheit wohnen: Wohnen im Heim

Wenn Sie bereits umfassende Pflege und Betreuung benötigen und Ihre Angehörigen Sie nicht mehr ausreichend unterstützen können, dann bleibt vielfach als Alternative nur noch das Heim. Die Angst vor dem Verlust der persönlichen Freiheit, die hohen Kosten sowie die Berichterstattung über Negativbeispiele in einzelnen Heimen haben in den vergangenen Jahren mit dazu beigetragen, dass eine Heimunterbringung als Wohnmöglichkeit im Alter deutlich an Akzeptanz verloren hat.

Jedoch kann für ältere Menschen, für die trotz Unterstützung durch Angehörige und ambulante Hilfen das selbstständige Haushalten zu beschwerlich geworden ist, eine Versorgung in einem guten Heim eine große Erleichterung bedeuten. Medizinische und pflegerische Unterstützung sind rund um die Uhr gewährleistet, Kontakt- und Freizeitmöglichkeiten werden geboten und Sie müssen sich mit den Belastungen des Alltags nicht mehr abgeben. In den meisten Heimen leistet das Personal engagierte Arbeit und die älteren Menschen finden gute Lebens- und Wohnbedingungen vor.

Damit das Heim auch Ihren Anforderungen gerecht wird, sollten Sie die Angebote vor der Auswahl sehr genau prüfen. Und prüfen Sie dies rechtzeitig, damit Sie nicht in einer Notsituation ohne Ihr Zutun in einem Heim untergebracht werden, das gar nicht Ihren Vorstellungen entspricht. Nutzen Sie die Gelegenheit zum Probewohnen, z. B. bei einem Kurzzeitpflegeaufenthalt. Die Stadtverwaltung, die Wohlfahrtsverbände sowie die Pflegekassen können weitere wichtige Informationsquellen zum Heimangebot in Ihrer Umgebung liefern. Die folgende Checkliste soll Ihnen eine Orientierung geben, worauf Sie bei der Auswahl eines Heimes achten sollten:

Checkliste: Wie finden Sie das richtige Heim?		
	Ja	Nein
Liegt das Heim in einem Stadtteil, der Ihnen vertraut und erwünscht ist?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es eine gute Verkehrsanbindung?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wirkt das Haus wohnlich, hat es eine offene und lebendige Atmosphäre?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind die Flure hell?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es einen barrierefrei zugänglichen Garten oder Balkone?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist der Speiseraum gemütlich und einladend?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es überwiegend Einzelzimmer? Steht Ihnen ein solches zur Verfügung?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Haben die Zimmer eigene Duscbäder und WC?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Können eigene Möbel und Haustiere mitgebracht werden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Erfolgt die Pflege in menschlich warmer Atmosphäre?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wird auf individuelle Bedürfnisse, z. B. beim Aufstehen oder Essen, eingegangen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bekommen Sie einen eigenen Haus- und Zimmerschlüssel?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Haben die Pflegekräfte genügend Zeit?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist nachts ausreichend Personal im Haus?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es ein verständliches Pflegekonzept?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es einen festen Ansprechpartner für Bewohnerinnen und Bewohner und ihre Angehörigen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hat mindestens die Hälfte des Personals eine abgeschlossene Pflegeausbildung?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es besondere Angebote für Menschen mit demenziellen Erkrankungen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Werden die Bewohnerinnen und Bewohner auch fachärztlich versorgt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es tägliche Beschäftigungsangebote für die Bewohnerinnen und Bewohner?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es Möglichkeiten für Angehörige, sich in den Heimalltag einzubringen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Stehen Getränke unentgeltlich bereit?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es einen Heimbeirat?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind die Preise offen und detailliert erläutert?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Besteht eine Pflegesatzvereinbarung mit den Kassen, damit diese die vollen möglichen Beträge zahlen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Für die Unterbringung in einem Heim müssen Sie Kosten für Unterkunft und Verpflegung, Betreuung und Pflege sowie sogenannte Investitionskosten bezahlen. Je nach Bundesland und Region können sich große Kostenunterschiede ergeben. Durchschnittlich müssen Sie pro Monat (bei 10 Euro Investitionskosten pro Tag) mit folgenden Kosten für all diese Leistungen rechnen:

Durchschnittliche Kosten für das Wohnen im Heim	
Pflegestufe I:	2.160 Euro
Pflegestufe II:	2.585 Euro
Pflegestufe III:	3.000 Euro

Zur Finanzierung dieser Kosten können Sie die Mittel der Pflegeversicherung einsetzen. Diese ist jedoch nur als „Teilkaskoversicherung“ angelegt. Für die darüber hinaus gehenden Kosten können Sie auch Unterstützung bei den Sozialhilfeträgern erhalten, wenn Ihre Einkünfte nicht ausreichen.

Sachkostenmittel der Pflegeversicherung für stationäre Pflegeleistungen	ab Januar 2010
Pflegestufe I:	1.023 Euro
Pflegestufe II:	1.279 Euro
Pflegestufe III:	1.510 Euro
– bei Vorliegen der Anspruchsvoraussetzungen –	

Das Leben im Heim bietet insgesamt die **Chance** einer umfassenden Versorgungssicherheit und der Entlastung von Aufgaben und Besorgungen des Alltags. Das **Risiko** liegt in einer möglichen Einschränkung von persönlichen Freiheiten, Autonomie und Selbstbestimmung.

1.4 Selbstbestimmt wohnen auch bei Pflegebedarf: betreute Wohn- und Hausgemeinschaften für Pflegebedürftige

Viele ältere Menschen und ihre Angehörigen suchen nach Alternativen, die auch bei schwerer Pflegebedürftigkeit mehr Alltagsnormalität und ein hohes Maß an Selbstbestimmung ermöglichen. Solche Alternativen zum Heim haben sich in Form von betreuten Wohn- und Hausgemeinschaften für Pflegebedürftige entwickelt. Hier leben in der Regel 6–12 Menschen zusammen. Die Wohnform hat sich vor allem für demenzkranke Menschen herausgebildet.

Jeder hat sein eigenes Zimmer oder ein kleines Apartment, das er mit eigenen Möbeln einrichten kann. Gemeinsam nutzt man eine geräumige Wohnküche und Sanitäreinrichtungen. Den Haushalt und das Gruppenleben organisieren Betreuungskräfte, die bei Bedarf rund um die Uhr im Haushalt anwesend sein können. Zusätzlich erbringen Pflegekräfte die individuell notwendigen Pflegeleistungen.

Solche Wohnkonzepte können sowohl in normalen Wohnungen, oft durch bauliche Zusammenlegung mehrerer Wohnungen, als auch in Heimeinrichtungen umgesetzt werden. Leider gibt es in der Praxis noch nicht so viele von diesen Wohnprojekten, jedoch wächst die Anzahl kontinuierlich. Schätzungen gehen von ca. 500 ambulant betreuten Wohngemeinschaften und ca. 200 stationär betreuten Hausgemeinschaften in Deutschland aus. Das Amt für Altenhilfe bei Ihrer Kommune und die Wohlfahrtsverbände können Sie darüber informieren, ob es ein solches Wohnangebot bei Ihnen vor Ort gibt.



Praxisbeispiel: Ambulant betreute Wohngemeinschaft – insbesondere für Menschen mit Demenz der Arbeiterwohlfahrt in Rostock

Acht schwer pflegebedürftige oder an Demenz erkrankte Menschen leben in der ambulant betreuten Wohngemeinschaft der Arbeiterwohlfahrt inmitten des Stadtteils Rostock-

Schmarl zusammen. Sie finden dort eine ihren Bedürfnissen entsprechende betreute Wohnform, unweit ihrer bisherigen Wohnung. Jedem Mitglied steht ein Einzelzimmer zur Verfügung, das individuell möbliert werden kann. Ziel des Betreuungskonzepts ist es, die Selbstständigkeit und gegenseitige Hilfe und Unterstützung innerhalb der Wohngemeinschaft zu fördern. Das Projekt wurde gemeinsam mit einer Wohnungsgesellschaft und einem Stadtteilverein konzipiert.

www.awo-rostock.de

www.baumodelle-bmfsfj.de

Diese Wohnform bietet als **Chance** ein hohes Maß an Alltagsnormalität und Selbstbestimmung auch bei schwerstem Hilfe- und Pflegebedarf. Nicht die Pflege bestimmt den Rhythmus des Tages, sondern normale Alltagshandlungen, wie sie sonst auch in jedem Haushalt üblich sind. Die Bewohnerinnen und Bewohner bestimmen was gegessen wird, mit wem sie zusammenleben wollen, wie die Wohnung eingerichtet ist und von wem sie Hilfeleistungen bekommen. Und wenn die Dienstleister nicht ihren Vorstellungen entsprechen, können sie diesen auch kündigen, ohne wieder aus der Wohnung ausziehen zu müssen.

Darüber hinaus werden alle, die in einer solchen Wohn- oder Hausgemeinschaft arbeiten, in die Betreuung eingebunden. Es gibt keine zentralen Empfangsbereiche mehr oder eine zentrale Essens- oder Wäscheversorgung. Während gekocht wird, wird auch gleichzeitig betreut. Dadurch ergibt sich eine sehr individuelle Betreuung. Das Personal kann sich intensiver um die Bewohnerinnen und Bewohner kümmern und so mehr auf deren individuelle Bedürfnisse eingehen.

Vorteile der betreuten Wohngemeinschaften sind darüber hinaus deren Kleinteiligkeit und Überschaubarkeit, die gerade auch bei demenziell erkrankten Bewohnerinnen und Bewohnern eine leichtere Orientierung ermöglichen als in großen stationären Einrichtungen.

Diese Kleinteiligkeit birgt auch **Risiken**. Sie leben sehr intensiv und relativ eng mit den anderen Wohngemeinschaftsmitgliedern zusammen und müssen sich mit diesen über die Gestaltung des Gemeinschaftslebens einigen. Weiterhin gibt es hier kein breites Beschäftigungs- und Freizeitangebot wie in größeren stationären Einrichtungen. Die gemeinsame Gestaltung des Alltags steht im Vordergrund. Sie und Ihre Angehörigen bleiben zusammen mit den anderen Bewohnerinnen und Bewohnern verantwortlich für die Gestaltung des Wohn- und Dienstleistungsangebots.

Sie können also nicht die gesamte Verantwortung einem Einrichtungsträger, wie bei einer Heimunterbringung, übergeben. In der Regel werden Sie bei dieser Aufgabenbewältigung aber von ambulanten Pflegediensten, Angehörigen oder Vereinen unterstützt. Zur Finanzierung der Leistungen stehen Ihnen unter Umständen nur die geringeren Sätze der ambulanten

Pflegeversicherung zu. Auch gibt es oft keinen gesetzlichen Schutz durch das Heimrecht oder durch die Heimaufsichtsbehörde.

Das heißt, auch hier müssen Sie genau prüfen, ob die Wohnung und die Betreuungsleistungen Ihren Anforderungen und Wünschen entsprechen. Die folgende Checkliste soll Ihnen dabei helfen.

Checkliste: Was muss ich bei einem Umzug in eine ambulant betreute Wohngemeinschaft beachten?		
	Ja	Nein
Wohnen nicht mehr als 12 Pflegebedürftige in der Wohngemeinschaft?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist das Wohnangebot barrierefrei?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hat jede Bewohnerin/jeder Bewohner ein eigenes Zimmer?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Können die Bewohnerinnen und Bewohner ihr Zimmer selbst möblieren?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind die Gemeinschaftsräume großzügig bemessen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind die Gemeinschaftsbäder barrierefrei?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es einen Garten oder eine Terrasse?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dürfen die Bewohnerinnen und Bewohner über die Auswahl der Mitbewohnerinnen und Mitbewohner bestimmen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dürfen die Bewohnerinnen und Bewohner die Gestaltung des Alltags bestimmen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es vertragliche Vereinbarungen darüber, wie entschieden wird, wer für was zuständig ist?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es eine externe Moderatorin/einen externen Moderator für Konfliktfälle?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist jede Mieterin/jeder Mieter stimmberechtigt bei Entscheidungen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es ein Gremium, das mit dafür Sorge trägt, dass die individuellen Interessen der Bewohnerinnen und Bewohner gewahrt werden, z. B. ein Angehörigengremium?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wird eine Rund-um-die-Uhr-Versorgung sichergestellt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist mindestens eine ausgebildete Fachkraft im Betreuungsteam?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hat der Pflegedienst einen Versorgungsvertrag mit den Kassen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Können die Leistungen der Pflege- und Betreuungsanbieter frei gewählt und auch wieder gekündigt werden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind Miet- und Pflege-/Betreuungsvertrag getrennt voneinander und können unabhängig voneinander gekündigt werden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Was kann ich selber tun?

Viele der alternativen Wohnformen sind noch nicht so verbreitet, dass Sie eine freie Auswahl haben. Vielerorts ist das Interesse an solchen Wohnformen groß, dem steht aber nur eine geringe Zahl von realisierten Projekten gegenüber. Daher werden Seniorinnen und Senioren aktiv und versuchen – teils unterstützt von Angehörigen – selbst solche Wohnalternativen umzusetzen.

2.1 Ein gemeinschaftliches Wohnprojekt selbst realisieren

Wenn Sie im Alter mit anderen zusammenleben und ein gemeinschaftliches Wohnprojekt bilden wollen, dann müssen Sie zunächst einmal eine Gruppe Gleichgesinnter finden. Einige Projekte haben damit begonnen, dass sie in den örtlichen Zeitungen inseriert haben, um Interessierte mit einem ähnlichen Anliegen zu finden. Auch über das Internet oder Beratungsstellen können Sie Gleichgesinnte finden, wenn Sie in Ihrem Bekanntheitskreis nicht genügend Interessentinnen und Interessenten gewinnen können. Einige Kommunen unterstützen solche Selbsthilfeinitiativen, indem sie ihnen entsprechende Räumlichkeiten zur Verfügung stellen.

Auch das **Forum Gemeinschaftliches Wohnen e. V.** in Hannover – die Bundesorganisation für gemeinschaftliche Wohnprojekte – kann Ihnen bei der Suche nach Gleichgesinnten über Kontaktbörsen bei den Regionalbüros helfen: www.fgw-ev.de. Vielleicht gibt es vor Ort auch schon ein Projekt, das Ihnen zusagt und dem Sie sich anschließen können.

Haben Sie Gleichgesinnte gefunden, müssen Sie sich mit diesen über ein Konzept verständigen. Die folgende Checkliste soll Ihnen helfen, die zentralen Fragen für die gemeinsame Umsetzung eines Projekts zu beachten:

Checkliste: Was ist bei der Umsetzung eines gemeinschaftlichen Wohnprojekts zu beachten?		
	Ja	Nein
Gibt es Vorgaben zur Größe (Personenzahl) des Projekts?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es eine Vorentscheidung „Jung und Alt“ oder „nur Ältere“?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Soll ein Träger (z. B. Wohnungsgesellschaft, Wohlfahrtsverband) eingebunden werden oder sogar das Projekt führen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kann jeder eigene Hilfe einbringen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es schon sichere Eckpunkte der Finanzierung?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es Wünsche beim Standort (eher zentral, eher naturnah)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es Überlegungen, ein Gebäude entweder anzumieten, zu pachten oder Eigentum daran zu erheben?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Soll es Mieterinnen/Mieter und/oder Eigentümer in dem Wohnprojekt geben?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es Überlegungen zur Rechtsform (z. B. Verein, Gesellschaft bürgerlichen Rechts, Genossenschaft)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Insbesondere sollte vor der Umsetzung eines gemeinsamen Projekts geklärt werden, zu wie viel Einsatz sich jeder bereit erklärt und in der Lage fühlt, wenn eine Mitbewohnerin oder ein Mitbewohner auf Hilfe und Pflege angewiesen ist oder später angewiesen sein wird.

Der gesamte Prozess der Einigung kann sehr langwierig sein, Mitglieder verlassen mitunter die Gruppe und einige Gruppen lösen sich während des Prozesses sogar auf. Um schneller zu einer Projektrealisierung zu kommen, hat es sich bewährt, eine Moderatorin oder einen Moderator mit der Gruppenbegleitung zu beauftragen. Viele Schwierigkeiten lassen sich vermeiden, wenn die Gruppe von Anfang an eine projektbegleitende Beratung in Anspruch nimmt und auch eine professionelle Moderation ist hilfreich, um Streitigkeiten bei der gemeinsamen Arbeit zu schlichten. Anregungen zu solchen Hilfen kann Ihnen auch das folgende Praxisbeispiel vermitteln:



Praxisbeispiel: Mobile Beratungsteams des „Kompetenznetzwerks Wohnen“ im Rahmen des Modellprogramms „Neues Wohnen – Beratung und Kooperation für mehr Lebensqualität im Alter“

Im Mittelpunkt des Projekts steht die Schaffung von mobiler Wohnberatung und einer onlinegestützten Informationsbörse rund um das gemeinschaftliche und altengerechte Wohnen. Mobile Wohnberaterinnen und Wohnberater werden – zunächst in Erprobungsregionen – schrittweise aufgebaut und geschult und können von Interessierten, die etwa eine Wohngemeinschaft gründen möchten, angefordert werden. Besonderen Stellenwert erfährt das Projekt durch die Einbindung von Seniorenbüros, des dortigen Erfahrungswissens und Engagements. Beteiligt an dem Projekt sind

- | die Bundesarbeitsgemeinschaft Seniorenbüros
- | das Forum Gemeinschaftliches Wohnen
- | die Volkssolidarität Neubrandenburg/Neustrelitz
- | das Institut Empirica

www.kompetenznetzwerk-wohnen.de

Wenn die Gruppenbildung abgeschlossen ist und das gemeinsame Konzept steht, beginnt die Suche nach der geeigneten Organisationsform, nach dem Grundstück und nach Finanzierungsmodellen und eventuell Kooperationspartnern. Möglichst bald sollten Sie auch eine gemeinsame Rechtsform auswählen, z. B. eine Genossenschaft, eine Gesellschaft bürgerlichen Rechts oder einen Verein, denn um Verhandlungen mit Kooperationspartnern und Behörden führen zu können und Verträge abzuschließen, bedarf es einer entsprechenden rechtlichen Sicherheit. Lassen Sie sich hierbei beraten, was für Sie die geeignete Rechtsform ist. Es gibt eine Fülle von Literatur, etwa zum Vereins- oder Genossenschaftsrecht.

Der Weg ist nicht leicht, aber gangbar

Wenn noch kein Gebäude vorhanden ist und Sie sich mit den Gruppenmitgliedern auf die Suche machen, sollten Sie darauf achten, dass das ins Auge gefasste Wohnobjekt nach Möglichkeit barrierefrei oder zumindest barriere-

rereduziert ist und über ausreichende Gemeinschaftsräume verfügt. Dies dürfte in Städten mit eher teurem Wohnungsangebot schwieriger sein als in Regionen mit viel leer stehendem Wohnraum. Dort haben Sie auch bessere Chancen mit dem Vermieter oder Eigentümer zu verhandeln.

Bei Neubauten oder Umbauten sollten Sie sich Bauträger und Architektinnen und Architekten suchen, die bereits Erfahrung mit Gruppenwohnprojekten haben. Vertraglich sollte jede Mitbewohnerin oder Mitbewohner ihre/seine Wohnung sowie anteilig die Gemeinschaftsflächen anmieten, so sind Sie sicher, dass bei einem Auszug nicht die restlichen Gemeinschaftsmitglieder eventuelle Mietausfälle tragen müssen. Es ist aber auch möglich, dass ein Wohngemeinschaftsmitglied als Hauptmieterin/Hauptmieter eintritt und mit den anderen Bewohnerinnen und Bewohnern einen Untermietvertrag abschließt. Ebenso kann auch der von den Gemeinschaftsmitgliedern gegründete Verein die Gemeinschaftsräume anmieten und bewirtschaften.

Kommunen bei der Grundstücksfrage einbinden

Wenn Sie kein passendes Mietobjekt finden und überlegen selbst zu bauen, erkundigen Sie sich bei Ihrer Kommune, ob diese solche gemeinschaftlichen Wohnprojekte fördert. In einzelnen Kommunen wird ein bestimmter Anteil an kommunalen Grundstücken gezielt nur für solche Baugemeinschaften bereitgestellt, oft kostengünstig, manchmal sogar kostenlos. Denn die Kommune spart in der Regel später an Sozialhilfe, wenn gemeinschaftliche Wohnprojekte zunehmend Alternativen zum – zumeist kostenaufwendigeren – Pflegeheim bieten.

Häufig werden auch von den Bauministerien der Länder im Rahmen der sozialen Wohnungsbauförderung Mittel für den Bau von Gemeinschaftseinrichtungen zur Verfügung gestellt. Bei der Inanspruchnahme von öffentlichen Mitteln im Rahmen der sozialen Wohnungsbauförderung kann es Schwierigkeiten mit der Belegungsbindung geben. Bei geförderten Wohnungen gibt es Einkommensgrenzen und oft bestimmt die Kommune, wer diese Wohnung anmieten darf, d. h. die Gruppe hat unter Umständen kein Mitbestimmungsrecht bei der Erstbelegung und bei Mieterwechsel. Jedoch ist es in der Praxis vielen Projekten gelungen, hier individuelle Regelungen zu finden.

Auch das Zusammenleben im realisierten Projekt braucht Vereinbarungen. Man sollte sich auf eine bestimmte Form der hausinternen Verständigung einigen – wie „Schwarzes Brett“ oder Rundmail. Die Dinge, die das Zusammenleben im Haus betreffen, wie die Nutzung und Pflege der Gemeinschaftsräume, sollten eindeutig geregelt sein. Verantwortlichkeiten sollten festgelegt und regelmäßig Treffen organisiert werden.

2.2 Eine Pflegewohngemeinschaft mit Unterstützung anderer aufbauen

Möglicherweise wollen Sie nicht für sich selbst, sondern für Ihren pflegebedürftigen Angehörigen ein altersgerechtes Wohnprojekt gründen, damit Ihr Verwandter nicht in ein Heim umziehen muss. Hierzu kommt die Errichtung einer sogenannten ambulant betreuten Pflegewohngruppe in Betracht.

Bei ihr gibt es in der Regel keinen Träger, der eine Einrichtung, ihren Aufbau und den gesamten Betrieb steuert, sondern hier handelt es sich um privates Wohnen. Die Bewohnerinnen und Bewohner treffen selbstständig ihre Entscheidungen und übernehmen Eigenverantwortung – mit Unterstützung der Angehörigen oder der gesetzlichen Betreuerinnen und Betreuer.

Bei der Planung und Umsetzung eines solchen Projekts ist es jedoch grundsätzlich sinnvoll, sich Unterstützung von Fachleuten zu holen, denn es erfordert hohe sozial- und ordnungsrechtliche Kenntnisse. Vielfach unterstützen ambulante Pflegedienste, zum Beispiel Sozialstationen, Bewohnerinnen und Bewohner sowie deren Angehörige. Wenden Sie sich daher an Pflegedienste oder Wohlfahrtsverbände und erkundigen Sie sich, ob diese bereits solche Wohnprojekte umgesetzt haben und Sie bei der Realisierung unterstützen können.

Tipp:

- | In einigen Städten und Gemeinden gibt es auch spezielle Vereine, die Selbsthilfeinitiativen bei der Umsetzung begleiten, z. B. der Verein Freunde alter Menschen in Berlin (www.freunde-alter-menschen.de)
- | Auf Bundesebene stehen Informationen bei der Deutschen Alzheimer Gesellschaft bereit: www.deutsche-alzheimer.de

Auch größere Wohnungsunternehmen haben manchmal Projektberaterinnen und -berater, die Ihnen bei der Umsetzung eines solchen Projektes zur Seite stehen. Ein schönes Beispiel dafür, wie Angehörige für ihre pflegebedürftigen Angehörigen ein Wohnprojekt mit Unterstützung der Wohnungswirtschaft umgesetzt haben, ist das Praxisbeispiel „Nascha Kwartihra“



Praxisbeispiel: „Nascha Kwartihra“ – Gründung einer Pflegewohngemeinschaft mit Unterstützung aus der Wohnungswirtschaft

2006 wurde in Köln eine betreute Wohngemeinschaft gegründet, in der russischsprachige Frauen und Männer zusammenwohnen, die als Spätaussiedlerinnen und Spätaussiedler nach Deutsch-

land eingewandert sind („Nascha Kwartihra“ ist russisch und bedeutet „Unsere Wohnung“). Die Bewohnerinnen und Bewohner bzw. ihre Angehörigen und gesetzlichen Betreuerinnen und Betreuer haben sich zu einer Gesellschaft bürgerlichen Rechts GbR zusammengeschlossen, gemeinsam eine Wohnung angemietet und einen Pflegedienst beauftragt, der eine 24-Stunden-Versorgung sicherstellt. Die Kölner Wohnungsbaugesellschaft GAG hat für dieses Projekt eine großzügige Wohnung zur Verfügung gestellt und die Gesellschafter auch bei der Gründung der Wohngemeinschaft unterstützt. Es wurde ein Projektentwickler beauftragt, der den Gründungsprozess des Wohngemeinschaftsprojektes moderiert hat. Leben und Betreuung in der WG orientieren sich an den individuellen Gewohnheiten und Bräuchen des gemeinsamen Kulturkreises der Bewohnerinnen und Bewohner.

www.nascha-kwartihra.de

Maßgeblich für diese Wohnform ist, dass die Bewohnerinnen und Bewohner selbst bestimmen, wie der Alltag geregelt wird und die Pflegedienste nur „Gäste“ in der Wohngemeinschaft bleiben. Um dieses Selbstbestimmungsrecht zu sichern, sollte eine Bewohnerversammlung oder ein anderes Gremium gebildet werden, in dem jede Mieterin und jeder Mieter stimmberechtigt vertreten ist. Für Bewohnerinnen und Bewohner, die ihre Angelegenheiten nicht mehr selbstständig entscheiden können, handelt in diesem Gremium deren gesetzliche Betreuerin oder gesetzlicher Betreuer oder Angehörige.

Das Gremium trifft hinsichtlich seiner Struktur und Aufgabenstellung möglichst in schriftlicher Form – z. B. einer Satzung – klare und eindeutige Vereinbarungen. Welche Punkte in einer solchen Satzung geregelt sein sollten, können Sie der folgenden Checkliste entnehmen:

Checkliste: Was müssen die Mitglieder einer ambulant betreuten Pflegewohngruppe untereinander vereinbaren?		
	Ja	Nein
Ist geklärt, welche Lebens- und Wohnphilosophie Grundlage des Projekts ist?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist definiert, in welchem Rhythmus sich die Bewohnerinnen und Bewohner bzw. ihre gesetzlichen Vertreter treffen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wird geklärt, dass jedes Mitglied stimmberechtigt ist?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wurden die Aufgabenbereiche definiert, für die Entscheidungen getroffen werden müssen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wurde eine Aufgabenverteilung vorgenommen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist sichergestellt, dass ausschließlich die Mitglieder der Wohngemeinschaft die Entscheidungen treffen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist ein Verfahren beschlossen, wie bei Entscheidungen abgestimmt wird und welche Mehrheiten erforderlich sind?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist klar, dass Beschlüsse für alle verbindlich sind?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wurde geklärt, ob Vertreter von Dienstleistungen (z. B. Pflegedienste) an Sitzungen teilnehmen können und inwieweit diese stimmberechtigt sind?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wurde ein Verfahren bestimmt, ob und wie eine Sprecherin oder ein Sprecher zur Außenvertretung gewählt wird?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Tipp:

Die *Alzheimer-Gesellschaft Brandenburg* hat ein Musterbeispiel für eine solche Vereinbarung zwischen den Mitgliedern einer Wohngemeinschaft erarbeitet: www.alzheimer-brandenburg.de

Die Bewohnerinnen und Bewohner bzw. ihre Angehörigen oder Betreuerinnen und Betreuer schließen zusätzlich zum Mietvertrag in der Regel einzelvertragliche Regelungen über die Pflege und Betreuung mit den Dienstleistern. Die Angehörigen können auch weiterhin Eigenleistungen erbringen, z. B. Einkaufen, Putzen oder Wäscheversorgung. Auch hierüber sollten Vereinbarungen in der Gruppe getroffen werden.

Weitere Aspekte, die von den Bewohnerinnen und Bewohnern für die Umsetzung eines solchen Wohnprojekts geklärt werden müssen, macht die folgende Checkliste deutlich:

Checkliste: Welche Fragen müssen bei der Organisation einer ambulant betreuten Pflegewohngemeinschaft geklärt werden?		
	Ja	Nein
Wurden vorbereitende Gespräche mit der Heimaufsicht geführt, um zu prüfen, welche rechtlichen Voraussetzungen vorliegen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wurden Gespräche mit dem örtlichen Sozialhilfeträger geführt, um zu klären, inwieweit Leistungen finanziert werden, die über die Pflegeversicherung hinausgehen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wurde mit den Pflegeversicherungen geklärt, ob und welche Leistungen „gepoolt“, d. h. zusammengelegt werden können?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wurde geklärt, wie hoch das Haushaltsgeld als Gemeinschaftskosten einzuplanen ist?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wurde geklärt, in welcher Form Eigenleistungen von Angehörigen oder Ehrenamtlichen kostensparend eingesetzt werden können?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wurde geklärt inwieweit Rücklagen gebildet werden sollen, um eventuelle notwendige Neuanschaffungen bestreiten zu können?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wurde geklärt, inwieweit eventuell notwendige Umbauten zur Sicherung der Barrierefreiheit durch Fördermittel finanziert werden können?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wurde mit dem Vermieter geklärt, inwieweit die Bewohnerinnen und Bewohner ein Mitspracherecht bei Neubelegungen haben?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. Wo finde ich Unterstützung?

Allgemeine Informationen über neue Wohnformen

Internetadressen:

- | Gemeinsam statt einsam – Informationsportal zu neuen Wohnformen
www.neue-wohnformen.de
- | Bundesmodellprogramm Neues Wohnen – Beratung und Kooperation für mehr Lebensqualität im Alter
www.modellprogramm-wohnen.de

Weiterführende Literatur:

Kuratorium Qualitätssiegel Betreutes Wohnen NRW (Hrsg.):
Gemeinsam statt einsam – Gemeinschaftliche Wohnprojekte für Ältere

Reindl, B./Kreuz, D. 2007:
Wegweiser Wohnen im Alter, Berlin

Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen BAGSO:
Wohnen im Alter, München 2009

Stiftung Warentest/Bertelsmann Stiftung/Kuratorium Deutsche
Altershilfe 2006: Leben und Wohnen im Alter, Berlin

Gemeinschaftliches Wohnen

- | Bundesvereinigung Forum Gemeinschaftliches Wohnen:
www.fgw-ev.de
- | Initiative Neues Wohnen im Alter:
www.nwia.de

Betreutes Wohnen

Verbraucherzentrale NRW 2008:
Betreutes Wohnen – Was Sie über Leistungen, Kosten und Verträge
wissen müssen, Düsseldorf

Alten- und Pflegeheim

Adressen:

- I Bundesinteressenvertretung der Nutzerinnen und Nutzer von Wohn- und Betreuungsangeboten im Alter und bei Behinderungen (BIVA e.V.), www.biva.de
- I Beschwerdemöglichkeiten, Beispiele:
 - I Informations- und Beschwerdetelefon Pflege Rheinland-Pfalz
Tel.: 0 6131/28 48 41
www.verbraucherzentrale-rlp.de
 - I Handeln statt Mißhandeln, Bonn
Tel.: 02 28/69 68 68
www.hsm-bonn.de
- I Auflistung von Pflegeheimen und Wohnstätten:
www.heimverzeichnis.de
www.altenheim-adressen.de
www.domizilsuche.de

Weiterführende Literatur:

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend:

- I Auf der Suche nach der passenden Wohn- und Betreuungsform – Ein Wegweiser für ältere Menschen (erscheint in Kürze)
- I Bauen und Wohnen für ältere Menschen – Programme und Fördermöglichkeiten
- I Ihre Rechte als Heimbewohnerinnen und Heimbewohner
- I Der Heimbeirat
- I Das intelligente Heim



Hinweis:

Diese Publikationen sind über den Publikationsversand der Bundesregierung, Postfach 4810 09, 18132 Rostock zu bestellen oder als Download unter www.bmfsfj.de/publikationen verfügbar.

Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen (BAGSO):
Das richtige Heim, München 2009

Pflegewohngruppen

Internetadressen:

I Verein für Selbstbestimmtes Wohnen im Alter SWA e.V., Berlin
www.swa-berlin.de

I Freunde alter Menschen e.V., Berlin
www.freunde-alter-menschen.de

Weiterführende Literatur:

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (Hrsg.):
Ambulant betreute Wohngemeinschaften für demenziell erkrankte
Menschen, Berlin (www.bmfsfj.de/publikationen)

Bayerisches Staatsministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie und
Frauen (Hrsg.):
Praxisleitfaden für die Qualitätssicherung in ambulant betreuten Wohn-
gemeinschaften, München, o. J.

Bertelsmann Stiftung/Kuratorium Deutsche Altershilfe (Hrsg.):
Ambulant betreute Wohngruppen – Arbeitshilfe für Initiatoren – Leben
und Wohnen im Alter, Band 6, Köln 2006

Alzheimer-Gesellschaft Brandenburg e.V. (Hrsg.):
Ambulante Betreuung von Menschen mit Demenz in Wohngemein-
schaften, Leitfaden zur Struktur- und Prozessqualität 2006

VI.

Anhang

Anhang I: DIN-Vorschriften zum barrierefreien Bauen und Wohnen im Überblick

18025 Teil 2 „Planungsgrundlagen für barrierefreie Wohnungen“	18025 Teil 1 „Wohnungen für Rollstuhlbenutzer“	18024 Teil 2 „Öffentlich zugängliche Gebäude“
<p>Bewegungsflächen</p> <p>150 cm breit</p> <ul style="list-style-type: none"> zwischen Wänden außerhalb der Wohnung neben Treppenauf- und -abgängen <p>150 cm x 150 cm</p> <ul style="list-style-type: none"> auf dem Freisitz vor Fahrschachttüren <p>120 cm x 120 cm</p> <ul style="list-style-type: none"> vor Einrichtungen im Sanitärraum im schwellenlos begehbaren Duschbereich <p>120 cm breit</p> <ul style="list-style-type: none"> zwischen Wänden innerhalb der Wohnung vor Kücheneinrichtungen auf Wegen innerhalb der Wohnanlage 	<p>Bewegungsflächen</p> <p>150 cm breit</p> <ul style="list-style-type: none"> zwischen Wänden außerhalb der Wohnung neben Treppenauf- und -abgängen <p>150 cm x 150 cm</p> <ul style="list-style-type: none"> als Wendemöglichkeit in jedem Raum als Duschplatz vor dem Klosettbecken vor dem Waschtisch auf dem Freisitz <p>150 cm tief</p> <ul style="list-style-type: none"> vor einer Längsseite des Bettes des Rollstuhlbenutzers vor Schränken vor Kücheneinrichtungen vor der Einstiegsseite der Badewanne vor dem Rollstuhlstellplatz vor einer Längsseite des Kfz <p>120 cm breit</p> <ul style="list-style-type: none"> entlang der Möbel auf Wegen innerhalb der Wohnanlage 	<p>Bewegungsflächen</p> <p>150 cm breit</p> <ul style="list-style-type: none"> in Fluren auf Hauptwegen neben Treppenauf- und -abgängen <p>150 cm x 150 cm</p> <ul style="list-style-type: none"> als Wendemöglichkeit in jedem Raum am Anfang und am Ende einer Rampe vor Serviceschaltern vor Durchgängen, Kassen, Kontrollen vor Dienstleistungsautomaten <p>150 cm tief</p> <ul style="list-style-type: none"> vor Therapieeinrichtungen (z. B. Badewanne, Liege) vor dem Rollstuhlstellplatz neben der Längsseite des Kfz auf Pkw-Stellplätzen <p>120 cm breit</p> <ul style="list-style-type: none"> entlang der Einrichtung, die der Rollstuhlbenutzer seitlich anfahren muss zwischen Radabweisern einer Rampe neben Bedienungsvorrichtungen <p>90 cm breit</p> <ul style="list-style-type: none"> in Durchgängen neben Kassen und Kontrollen und auf Nebenwegen

18025 Teil 2 „Planungsgrundlagen für barrierefreie Wohnungen“	18025 Teil 1 „Wohnungen für Rollstuhlbenutzer“	18024 Teil 2 „Öffentlich zugängliche Gebäude“
<p>Bewegungsflächen</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Die Bewegungsflächen vor Einrichtungen im Sanitärraum müssen mindestens 150 cm breit und 150 cm tief sein. ■ Bewegungsflächen können sich überlagern. ■ Bewegungsflächen dürfen nicht in ihrer Funktion eingeschränkt sein, z. B. durch Rohrleitungen, Mauervorsprünge, Heizkörper, Handläufe. 	<p>Bewegungsflächen</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Die Bewegungsflächen vor Einrichtungen im Sanitärraum müssen mindestens 150 cm breit und 150 cm tief sein. ■ Bewegungsflächen können sich überlagern. ■ Bewegungsflächen dürfen nicht in ihrer Funktion eingeschränkt sein, z. B. durch Rohrleitungen, Mauervorsprünge, Heizkörper, Handläufe. 	<p>Bewegungsflächen</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Die Bewegungsflächen vor Einrichtungen im Sanitärraum müssen mindestens 150 cm breit und 150 cm tief sein. ■ Bewegungsflächen können sich überlagern. ■ Bewegungsflächen dürfen nicht in ihrer Funktion eingeschränkt sein, z. B. durch Rohrleitungen, Mauervorsprünge und Einrichtungen, insbesondere auch in geöffnetem Zustand. ■ Bewegliche Geräte und Einrichtungen an Arbeitsplätzen und in Therapiebereichen dürfen die Bewegungsflächen nicht einschränken.
<p>Rampen</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Die Steigung einer Rampe darf nicht mehr als 6 % betragen. ■ Bei einer Länge von mehr als 600 cm ist ein Zwischenpodest von mind. 150 cm Länge erforderlich. ■ An Rampe und Zwischenpodest sind beidseitig Handläufe anzubringen. 	<p>Rampen</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Die Steigung einer Rampe darf nicht mehr als 6 % betragen. ■ Bei einer Länge von mehr als 600 cm ist ein Zwischenpodest von mind. 150 cm Länge erforderlich. ■ An Rampe und Zwischenpodest sind beidseitig Handläufe anzubringen. 	<p>Rampen</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Die Steigung einer Rampe darf nicht mehr als 6 % betragen. ■ Bei einer Länge von mehr als 600 cm ist ein Zwischenpodest von mind. 150 cm Länge erforderlich. ■ An Rampe und Zwischenpodest sind beidseitig Handläufe anzubringen. ■ In Verlängerung der Rampe darf keine abwärtsführende Treppe angeordnet werden.

18025 Teil 2 „Planungsgrundlagen für barrierefreie Wohnungen“	18025 Teil 1 „Wohnungen für Rollstuhlbenutzer“	18024 Teil 2 „Öffentlich zugängliche Gebäude“
<p>Aufzug</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Lichte Breite: mindestens 110 cm ■ Lichte Tiefe: mindestens 140 cm ■ Ein Spiegel sollte gegenüber der Fahrkorbtür zur Orientierung beim Rückwärtsfahren angebracht werden. ■ Bewegungsfläche vor der Fahrschachttür: 150 cm x 150 cm 	<p>Aufzug</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Lichte Breite: mindestens 110 cm ■ Lichte Tiefe: mindestens 140 cm ■ Ein Spiegel sollte gegenüber der Fahr- korbtür zur Orientie- rung beim Rückwärts- fahren angebracht werden. ■ Bewegungsfläche vor der Fahrschachttür: 150 cm x 150 cm 	<p>Aufzug</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Lichte Breite: mindestens 110 cm ■ Lichte Tiefe: mindestens 140 cm ■ Im Fahrkorb sollte ein Klappsitz und gegen- über der Fahrkorbtür ein Spiegel zur Orien- tierung beim Rück- wärtsfahren angebracht werden. ■ Die Bewegungsfläche vor Fahrschachttüren muss so groß sein wie die Grundfläche des Aufzugfahrkorbs, min- destens aber 150 cm breit und mindestens 150 cm tief. ■ Sie darf sich mit anderen Verkehrswegen und anderen Bewegungsflä- chen nicht überlagern.

18025 Teil 2 „Planungsgrundlagen für barrierefreie Wohnungen“	18025 Teil 1 „Wohnungen für Rollstuhlbenutzer“	18024 Teil 2 „Öffentlich zugängliche Gebäude“
<p>Treppen</p> <ul style="list-style-type: none"> ▮ Der Hauseingang und eine Wohnebene müssen stufenlos erreichbar sein, es sei denn, nachweislich zwingende Gründe lassen dies nicht zu. ▮ Alle zur Wohnung gehörenden Räume und die gemeinschaftlichen Einrichtungen der Wohnanlage sollten stufenlos erreichbar sein. ▮ Beidseitig müssen Handläufe mit 3 bis 4,5 cm Durchmesser angebracht sein. ▮ Die Handläufe haben eine Höhe von 85 cm und ragen 30 cm waagrecht über den Anfang und das Ende der Treppe hinaus. ▮ Der Treppenlauf sollte nicht gewandelt sein. ▮ Stufenunterschneidungen sind unzulässig. 	<p>Treppen</p> <ul style="list-style-type: none"> ▮ Alle zur Wohnung gehörenden Räume und die gemeinschaftlichen Einrichtungen der Wohnanlage müssen stufenlos erreichbar sein. 	<p>Treppen</p> <ul style="list-style-type: none"> ▮ Alle Gebäudeebenen müssen stufenlos, gegebenenfalls mit einem Aufzug oder einer Rampe, erreichbar sein. ▮ Beidseitig müssen Handläufe mit 3 bis 4,5 cm Durchmesser angebracht sein. ▮ Die Handläufe haben eine Höhe von 85 cm und ragen 30 cm waagrecht über den Anfang und das Ende der Treppe hinaus. ▮ Notwendige Treppen dürfen nicht gewandelt sein. ▮ Stufenunterschneidungen sind unzulässig.

18025 Teil 2 „Planungsgrundlagen für barrierefreie Wohnungen“	18025 Teil 1 „Wohnungen für Rollstuhlbenutzer“	18024 Teil 2 „Öffentlich zugängliche Gebäude“
<p>Türen</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Türen müssen eine lichte Breite von mindestens 80 cm (Hauseingangstüren 90 cm) und sollten eine lichte Höhe von 210 cm haben. ■ Die Tür darf nicht in den Sanitärraum schlagen. ■ Untere Türanschläge und -schwellen sind grundsätzlich zu vermeiden. Soweit sie technisch unbedingt erforderlich sind, dürfen sie nicht höher als 2 cm sein. ■ Der Türdrücker ist in 85 cm Höhe anzubringen. ■ Die Tür des Sanitärraumes muss abschließbar und im Notfall von außen zu entriegeln sein. ■ <i>Im Bedarfsfall sollten Türen mit Schließhilfen ausgestattet werden können.</i> 	<p>Türen</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Türen müssen eine lichte Breite von mindestens 90 cm und sollten eine lichte Höhe von 210 cm haben. ■ Die Tür darf nicht in den Sanitärraum schlagen. ■ Untere Türanschläge und -schwellen sind grundsätzlich zu vermeiden. Soweit sie technisch unbedingt erforderlich sind, dürfen sie nicht höher als 2 cm sein. ■ Der Türdrücker ist in 85 cm Höhe anzubringen. ■ Der Türdrücker muss einen seitlichen Abstand zur Wand oder zu bauseits anzubringenden Einrichtungen von mindestens 50 cm haben. ■ Die Tür des Sanitärraumes muss abschließbar und im Notfall von außen zu entriegeln sein. 	<p>Türen</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Türen müssen eine lichte Breite von mindestens 90 cm und sollten eine lichte Höhe von 210 cm haben. ■ Die Tür darf nicht nach innen schlagen. ■ Untere Türanschläge und -schwellen sind grundsätzlich zu vermeiden. Soweit sie technisch unbedingt erforderlich sind, dürfen sie nicht höher als 2 cm sein. ■ Der Türdrücker ist in 85 cm Höhe anzubringen. ■ Der Türdrücker muss einen seitlichen Abstand zur Wand oder zu bauseits anzubringenden Einrichtungen von mindestens 50 cm haben. ■ Die Tür des Sanitärraumes und/oder der Toilettenkabine muss abschließbar und im Notfall von außen zu entriegeln sein. ■ Schalter für kraftbetätigte Türen sind bei frontaler Anfahrt mindestens 250 cm vor der aufschlagenden Tür und auf der Gegenseite 150 cm vor der Tür anzubringen.

18025 Teil 2 „Planungsgrundlagen für barrierefreie Wohnungen“	18025 Teil 1 „Wohnungen für Rollstuhlbenutzer“	18024 Teil 2 „Öffentlich zugängliche Gebäude“
<p>Wände und Decken</p> <ul style="list-style-type: none"> ▮ Wände der Küche sind tragfähig auszubilden. ▮ Brüstungen in mindestens einem Aufenthaltsraum der Wohnung und von Freisitzen sollten ab 60 cm Höhe durchsichtig sein. 	<p>Wände und Decken</p> <ul style="list-style-type: none"> ▮ Wände und Decken sind zur bedarfsgerechten Befestigung von Einrichtungs-, Halte-, Stütz- und Hebevorrichtungen tragfähig auszubilden. ▮ Brüstungen in mindestens einem Aufenthaltsraum der Wohnung und von Freisitzen sollten ab 60 cm Höhe durchsichtig sein. 	<p>Wände und Decken</p> <ul style="list-style-type: none"> ▮ Wände und Decken sind zur bedarfsgerechten Befestigung von Einrichtungs-, Halte-, Stütz- und Hebevorrichtungen tragfähig auszubilden.
<p>Küche</p> <ul style="list-style-type: none"> ▮ Herd, Arbeitsplatte und Spüle müssen für die Belange des Nutzers in die ihm entsprechende Arbeitshöhe montiert werden. ▮ Herd, Arbeitsplatte und Spüle sollten nebeneinander mit Beinfreiraum angeordnet werden. 	<p>Küche</p> <ul style="list-style-type: none"> ▮ Herd, Arbeitsplatte und Spüle müssen uneingeschränkt unterfahrbar sein. ▮ Sie müssen für die Belange des Nutzers in die ihm entsprechende Arbeitshöhe montiert werden. ▮ Herd, Arbeitsplatte und Spüle sollten über Eck angeordnet werden können. 	<p>Küche</p> <p><i>Keine spezifischen Anforderungen in dieser DIN-Vorschrift</i></p>

18025 Teil 2 „Planungsgrundlagen für barrierefreie Wohnungen“	18025 Teil 1 „Wohnungen für Rollstuhlbenutzer“	18024 Teil 2 „Öffentlich zugängliche Gebäude“
<p>Waschtisch</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Unter dem Waschtisch muss Bein- freiraum vorhanden sein; ein Unterputz- oder Flachaufputzsiphon ist vorzusehen. ■ Die Bewegungs- flächen vor Einrich- tungen im Sanitär- raum müssen mindestens 120 cm breit und 120 cm tief sein. Bewegungs- flächen können sich überlagern. 	<p>Waschtisch</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Der Waschtisch muss flach und unterfahrbar sein; ein Unterputz- oder Flachaufputzsiphon ist vorzusehen. ■ Der Waschtisch muss für die Belange des Nutzers in die ihm entsprechende Höhe montiert werden können. ■ Sanitärarmaturen sind als Einhebel-Misch- batterien mit Tempe- raturbegrenzung und schwenkbarem Aus- lauf vorzusehen. ■ Die Bewegungsflächen vor Einrichtungen im Sanitärraum müssen mindestens 150 cm breit und 150 cm tief sein. Bewegungsflä- chen können sich überlagern. 	<p>Waschtisch</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Der Waschtisch muss voll unterfahrbar sein; ein Unterputz- oder Flachaufputzsiphon ist vorzusehen. ■ Die Oberkante des Waschtisches darf höchstens 80 cm hoch montiert sein. Kniefrei- heit muss in 30 cm Tiefe und in mindestens 67 cm Höhe gegeben sein. ■ Der Waschtisch ist mit einer Einhebel- standarmatur oder mit einer berührungslosen Armatur auszustatten. ■ Vor dem Waschtisch ist eine mindestens 150 cm tiefe und mindestens 150 cm breite Bewe- gungsfläche vorzuse- hen.
<p>Spiegel</p> <p><i>Keine spezifischen Anforderungen in dieser DIN-Vorschrift</i></p>	<p>Spiegel</p> <p><i>Keine spezifischen Anforderungen in dieser DIN-Vorschrift</i></p>	<p>Spiegel</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Über dem Waschtisch ist ein Spiegel anzuordnen, der die Einsicht sowohl aus der Steh- als auch aus der Sitzposition ermöglicht.
<p>Seifenspender</p> <p><i>Keine spezifischen Anforderungen in dieser DIN-Vorschrift</i></p>	<p>Seifenspender</p> <p><i>Keine spezifischen Anforderungen in dieser DIN-Vorschrift</i></p>	<p>Seifenspender</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Ein Einhandseifen- spender muss über dem Waschtisch im Griffbereich auch mit eingeschränkter Hand- funktion nutzbar sein. Die Entnahmehöhe darf nicht unter 85 cm und nicht über 100 cm ange- ordnet sein.

18025 Teil 2 „Planungsgrundlagen für barrierefreie Wohnungen“	18025 Teil 1 „Wohnungen für Rollstuhlbenutzer“	18024 Teil 2 „Öffentlich zugängliche Gebäude“
<p>Handtrockner</p> <p><i>Keine spezifischen Anforderungen in dieser DIN-Vorschrift</i></p>	<p>Handtrockner</p> <p><i>Keine spezifischen Anforderungen in dieser DIN-Vorschrift</i></p>	<p>Handtrockner</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Der Handtrockner muss anfahrbar sein. Die Handtuchentnahme oder der Luftaustritt sind in 85 cm Höhe anzuordnen. Die Bewegungsfläche vor dem Handtrockner muss 150 cm tief und 150 cm breit sein.
<p>Dusche</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Der Sanitärraum (Bad, WC) ist mit einem stufenlos begehbaren Duschplatz auszustatten. ■ Das nachträgliche Aufstellen einer Badewanne im Bereich des Duschplatzes sollte möglich sein. 	<p>Dusche</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Der Sanitärraum (Bad, WC) ist mit einem rollstuhlbefahrbaren Duschplatz auszustatten. ■ Das nachträgliche Aufstellen einer mit einem Lifter unterfahrbaren Badewanne im Bereich des Duschplatzes muss möglich sein. 	<p>Dusche</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Der schwellenfreie Duschplatz, 150 cm breit und 150 cm tief, kann als seitliche Bewegungsfläche des Klosettbeckens angeordnet werden. ■ Die Seifenschale bzw. -ablage muss aus der Sitzposition in 85 cm Höhe erreichbar sein. ■ Eine Einhebel-Duscharmatur, auch mit Handbrause, muss aus der Sitzposition seitlich in 85 cm Höhe erreichbar sein. ■ Ein 40 cm breiter und 45 cm tiefer Duschklappsitz mit Rückenlehne muss vorhanden sein. Die Sitzhöhe muss 48 cm betragen. ■ Neben dem Klappsitz muss eine Bewegungsfläche von 95 cm Breite und 70 cm Tiefe (gemessen von der Vorderkante des Klappsitzes) verfügbar sein. ■ Beidseitig des Klappsitzes müssen waagerechte, hochklappbare Haltegriffe vorhanden sein.

18025 Teil 2 „Planungsgrundlagen für barrierefreie Wohnungen“	18025 Teil 1 „Wohnungen für Rollstuhlbenutzer“	18024 Teil 2 „Öffentlich zugängliche Gebäude“
<p>Toilette</p> <p><i>Keine spezifischen Anforderungen in dieser DIN-Vorschrift</i></p>	<p>Toilette</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Die Sitzhöhe des Klosettbeckens, einschließlich Sitz, muss 48 cm betragen. Im Bedarfsfall muss eine Höhenanpassung vorgenommen werden können. ■ Die Bewegungsfläche muss links oder rechts neben dem Klosettbecken mindestens 95 cm breit und 70 cm tief sein. Auf einer Seite des Klosettbeckens muss ein Abstand zur Wand oder zu Einrichtungen von mindestens 30 cm eingehalten werden. 	<p>Toilette</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Die Sitzhöhe des Klosettbeckens, einschließlich Sitz, sollte 48 cm betragen. ■ Links und rechts neben dem Klosettbecken sind mindestens 95 cm breite und 70 cm tiefe Bewegungsflächen vorzusehen. Vor dem Klosettbecken ist eine mindestens 150 cm tiefe und mindestens 150 cm breite Bewegungsfläche vorzusehen. ■ Auf jeder Seite des Klosettbeckens sind klappbare, 15 cm über die Vorderkante des Beckens hinausragende Haltegriffe zu montieren, die in der waagerechten und senkrechten Position selbsttätig arretieren. Sie müssen am äußersten vorderen Punkt für eine Druckbelastung von 100 kg geeignet sein. Der Abstand zwischen den Klappgriffen muss 70 cm, ihre Höhe 85 cm betragen. ■ Je ein Toilettenpapierhalter muss an den Klappgriffen im vorderen Griffbereich des Sitzenden angeordnet sein. ■ 55 cm hinter der Vorderkante des Klosettbeckens muss sich der Benutzer anlehnen können. ■ Die Spülung muss beidseitig mit Hand und Arm zu betätigen sein, ohne dass der Benutzer die Sitzposition verändern muss.

18025 Teil 2 „Planungsgrundlagen für barrierefreie Wohnungen“	18025 Teil 1 „Wohnungen für Rollstuhlbenutzer“	18024 Teil 2 „Öffentlich zugängliche Gebäude“
<p>Armaturen</p> <ul style="list-style-type: none"> ▮ Bedienvorrichtungen dürfen nicht versenkt und scharfkantig sein. 	<p>Armaturen</p> <ul style="list-style-type: none"> ▮ Bedienvorrichtungen müssen ein sicheres und leichtes Zugreifen ermöglichen. ▮ Bedienvorrichtungen dürfen nicht versenkt und scharfkantig sein. ▮ Sanitärarmaturen sind als Einhebel-Mischbatterien mit Temperaturbegrenzung und schwenkbarem Auslauf vorzusehen. 	<p>Armaturen</p> <ul style="list-style-type: none"> ▮ Bedienungsvorrichtungen müssen auch mit eingeschränkter Greiffähigkeit leicht benutzbar sein. ▮ Bedienvorrichtungen dürfen nicht versenkt und scharfkantig sein. ▮ Sanitärarmaturen mit Warmwasseranschluss sind mit Einhebelmischbatterien oder berührungslosen Armaturen und mit schwenkbarem Auslauf vorzusehen; die Wassertemperatur darf an der Auslaufarmatur maximal 45 °C betragen.
<p>Heizung</p> <ul style="list-style-type: none"> ▮ Die Beheizung muss nach individuellem Bedarf ganzjährig möglich sein, z. B. durch eine Zusatzheizung. 	<p>Heizung</p> <ul style="list-style-type: none"> ▮ Die Beheizung muss nach individuellem Bedarf ganzjährig möglich sein, z. B. durch eine Zusatzheizung. 	<p>Heizung</p> <p><i>Keine spezifischen Anforderungen in dieser DIN-Vorschrift</i></p>
<p>Bodenbeläge</p> <ul style="list-style-type: none"> ▮ Bodenbeläge müssen rutschhemmend, rollstuhlgeeignet und fest verlegt sein. Sie dürfen sich nicht elektrostatisch aufladen. 	<p>Bodenbeläge</p> <ul style="list-style-type: none"> ▮ Bodenbeläge müssen rutschhemmend, rollstuhlgeeignet und fest verlegt sein. Sie dürfen sich nicht elektrostatisch aufladen. 	<p>Bodenbeläge</p> <ul style="list-style-type: none"> ▮ Bodenbeläge müssen rutschhemmend, rollstuhlgeeignet und fest verlegt sein. Sie dürfen sich nicht elektrostatisch aufladen.

18025 Teil 2 „Planungsgrundlagen für barrierefreie Wohnungen“	18025 Teil 1 „Wohnungen für Rollstuhlbenutzer“	18024 Teil 2 „Öffentlich zugängliche Gebäude“
<p>Notrufschalter</p> <p><i>Keine spezifischen Anforderungen in dieser DIN-Vorschrift</i></p>	<p>Notrufschalter</p> <p><i>Keine spezifischen Anforderungen in dieser DIN-Vorschrift</i></p>	<p>Notrufschalter</p> <p>■ Notrufschalter in Sanitärräumen oder Toilettenräumen müssen zusätzlich vom Boden aus (z. B. Zugschnur) erreichbar sein.</p>
<p>Fernmeldeanlagen</p> <p>■ In der Wohnung ist zur Haustür eine Gegensprechanlage mit Türöffner vorzusehen.</p> <p>■ Ein Fernsprechanchluss muss vorhanden sein.</p>	<p>Fernmeldeanlagen</p> <p>■ In der Wohnung ist zur Haustür eine Gegensprechanlage mit Türöffner vorzusehen.</p> <p>■ Ein Fernsprechanschluss muss vorhanden sein.</p>	<p>Fernmeldeanlagen</p> <p><i>Keine spezifischen Anforderungen in dieser DIN-Vorschrift</i></p>

Anhang II:

Informationen und Beispiele für die barrierefreie Gestaltung von Außenanlagen und anderen Bereichen

Beispiel 1: Sichere Treppenmarkierung im Außenbereich

Treppenantritt und Treppenaustritt sind durch Aufmerksamkeitsfelder – AMF – besonders gekennzeichnet.

Das Aufmerksamkeitsfeld für den Antritt befindet sich direkt vor der untersten Setzstufe.

Das Aufmerksamkeitsfeld für den Austritt beginnt hinter der obersten Trittstufe.

Stufenunterscheidungen sind unzulässig. An freien seitlichen Stufen ist eine 2 cm hohe Aufkantung nötig.

Die Durchgangshöhe unter Treppen beträgt 230 cm. Die Unterseite des untersten Treppenlaufes muss bis zu einer Höhe von mindestens 230 cm geschlossen sein.

Im Übrigen gilt:

- Treppen dürfen nicht gewandelt sein.
- Beidseitig sind Handläufe (Durchmesser 3–4,5 cm) in 85 cm Höhe anzubringen. Anfang und Ende des Treppenlaufs sind rechtzeitig und deutlich erkennbar zu machen (z. B. durch taktile Kennzeichnung an den Handläufen).
- Der äußere Handlauf muss 30 cm waagrecht über Anfang und Ende der Treppe hinausragen, der innere Handlauf am Treppenauge darf nicht unterbrochen werden. Orientierungssicherheit muss durch taktile Geschoss- und Wegebezeichnungen gegeben sein.
- Treppenläufe mit mehr als 3 Stufen müssen auf der ersten und letzten Stufe über die gesamte Trittbreite durch einen 50 mm bis 80 mm breiten kontrastierenden Streifen gekennzeichnet werden. Bei Treppen bis zu 3 Stufen gilt dies für alle Stufen. Stufenunterschiede sind nicht zulässig.

Beispiel 2: Begegnungsflächen für Rollstuhlbenutzer im öffentlichen Bereich

Begegnungsflächen für Rollstuhlbenutzer mindestens 200 cm breit und 250 cm tief bei:

- | Verweilplatz
- | Hauptgehwegen in Sichtweite, höchstens in Abständen von 18 m
- | Geh- und Nebengehwegen in Sichtweite

Begegnungsflächen für Rollstuhlbenutzer mindestens 180 cm breit und 180 cm tief:

- | neben Baustellensicherungen in Sichtweite

Oberflächenbeschaffenheit von Bewegungs- und Begegnungsflächen:

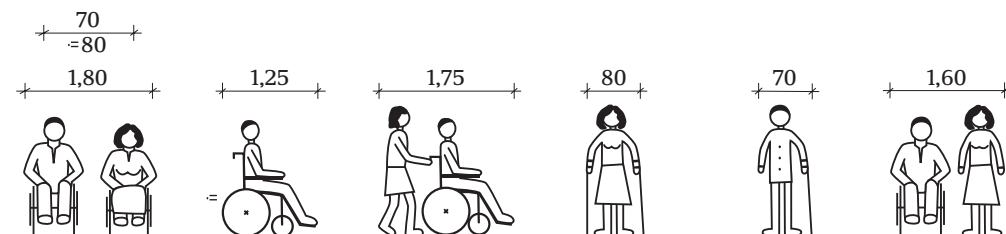
- | bei jeder Witterung leicht, erschütterungsarm und gefahrlos begeh- und befahrbar
- | Orientierungshilfen bieten

Türen

- | lichte Breite mindestens 90 cm
- | lichte Höhe mindestens 210 cm



Weitere Beispiele und Richtwerte für Platzmessungen:



Quellenhinweis:

DIN-Vorschriften, Erläuterungen und Abbildungen mit Genehmigung des Deutschen Instituts für Normung DIN und von www.nullbarriere.de



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
11018 Berlin
www.bmfsfj.de

Bezugsstelle:

Publikationsversand der Bundesregierung
Postfach 48 10 09
18132 Rostock
Tel.: 0 18 05/77 80 90*
Fax: 0 18 05/77 80 94*
E-Mail: publikationen@bundesregierung.de
www.bmfsfj.de

Stand: Dezember 2009, 2. Auflage

Gestaltung: www.avitamin.de

Druck: DruckVogt GmbH, Berlin

Für weitere Fragen nutzen Sie unser
Servicetelefon: 0 18 01/90 70 50**
Fax: 0 30 18/5 55 44 00
Montag–Donnerstag 9–18 Uhr
E-Mail: info@bmfsfj-service.bund.de

* jeder Anruf kostet 14 Cent pro Minute aus dem deutschen Festnetz,
abweichende Preise aus den Mobilfunknetzen möglich

** nur Anrufe aus dem Festnetz,
3,9 Cent pro angefangene Minute