

Neues Wohnen im Alter

Selbstständig, gemeinsam,
mit Service oder Pflege

CARINA FREY
GABRIELE MEISTER



→ Für den schnellen Einstieg

Wie kann und will ich im Alter leben und was hilft mir bei der Entscheidung? → Seite 17

Was muss ich tun, um meine eigene Immobilie möglichst barrierefrei zu gestalten?

→ Seite 29

Ich möchte selbstständig leben, aber bei Bedarf Unterstützung bekommen. Welche Wohnformen bieten sich dafür an?

→ Seite 97

Wie könnte Technik meinen Alltag erleichtern? → Seite 128

Welche Angebote gibt es, wenn es ohne Pflege nicht mehr geht? → Seite 137

**Neues
Wohnen im Alter**

Neues Wohnen im Alter

CARINA FREY
GABRIELE MEISTER

verbraucherzentrale

17

Umziehen oder
bleiben?



Inhalt



62 Mehrgenerationenwohnen –
Gemeinschaftliches Wohnen

5 Über dieses Buch

8 Die wichtigsten Fragen und Antworten

14 Neues Wohnen im Überblick

17 Umziehen oder bleiben?

17 Wie kann und will ich im Alter leben?

18 Wie zukunftstauglich
ist mein Zuhause?

23 Wohnwünsche – Wohnträume

25 Rat und Hilfe

29 Selbstständig wohnen

29 Barrierefrei leben in der
eigenen Immobilie

48 Barrierefreie Wohnungen

62 Mehrgenerationenwohnen –
Gemeinschaftliches Wohnen

90 Auswandern

97 Wohnen mit Unterstützung

97 Betreutes Wohnen

120 Seniorenresidenzen

128 Technische Assistenzsysteme

137 Wohnen mit Pflege

137 Das Pflegeheim

171 Pflege-WGs

181 Wohnen mit Demenz

189 Adressen

190 Stichwortverzeichnis

192 Impressum



Über dieses Buch

Glückwunsch! Wenn Sie dieses Buch in den Händen halten, sind Sie vielen anderen Menschen einen großen Schritt voraus. Denn Sie stellen sich Fragen, die sonst gerne verdrängt werden: Wie will ich in Zukunft leben und wohnen? Und was ist, wenn ich irgendwann nicht mehr so kann wie früher?

Sich die Zukunft in einem neuen Zuhause vorzustellen, kann aufregend, schön und – ja, auch befreiend sein, wenn das Haus oder die Wohnung zu groß geworden sind und das Leben darin, nüchtern betrachtet, mehr Arbeit als Freude macht. Vielleicht haben Sie aber bloß den Wunsch, etwas zu verändern, nachdem Sie jahrelang durch Kinder, Schule oder Job an einen Ort gebunden waren. Ein Umzug bietet die Möglichkeit, es sich noch einmal richtig schön zu machen, andere Menschen kennenzulernen, etwas Neues auszuprobieren.

Die Frage: „Wie werde ich künftig leben?“ kann aber auch Angst machen. Finde ich etwas Neues, was mir gefällt? Werde ich mich dort wohlfühlen, wird es mein Zuhause? Schaffe ich das überhaupt: Die Suche, den Umzug, den Neuanfang? Diese Fragen kann das Buch nicht beantworten. Aber wir lassen viele Menschen zu Wort kommen, die den Umzug gewagt haben – weil sie ihr Haus an die eigenen Kinder weitergeben wollten, ihnen das Leben dort zu mühsam wurde, sie Lust hatten, in einer Gemeinschaft zu wohnen, oder weil sie mehr Unterstützung suchten. Sie erzählen, wie es Ihnen ergangen ist und wie sie heute wohnen.

Dieses Buch stellt Ihnen verschiedene Wohnformen vor. Wir beschreiben, was bei der Suche nach einer barrierefreien Wohnung wichtig ist und was hinter dem Begriff Betreutes

Wohnen steht. Wir stellen das Mehrgenerationenwohnen vor und erklären, welche Schritte notwendig sind, um ein solches Projekt auf die Beine zu stellen. Sie erfahren, woran Sie ein gutes Pflegeheim erkennen und was Pflege-Wohngemeinschaften leisten. Und wir haben uns nach Möglichkeiten umgeschaut, das eigene Haus oder die Wohnung so umzubauen, dass das Leben darin komfortabler wird.

Doch wir müssen auch unangenehme Wahrheiten ansprechen. Nicht alle Wohnformen eignen sich für jede Lebensphase. Wer trotz Vorzeichen so lange in seinem bisherigen Zuhause ausharrt, bis der Alltag nur noch mit fremder Hilfe zu bewältigen ist, muss sich nicht um ein Mehrgenerationenwohnen bemühen: Solche Projekte erfordern Engagement, selbst wenn man sie nicht gründet, sondern in eine bestehende Hausgemeinschaft einzieht. Im Betreuten Wohnen gibt es mitunter lange Wartelisten, und auch hier wird vorausgesetzt, dass die Bewohner ein weitgehend selbstständiges Leben führen können. Wenn Sie sich für solche Wohnformen interessieren, dürfen Sie nicht zu lange warten.

Weil nicht jede Wohnform zu jeder Lebenssituation passt, haben wir das Buch in vier Abschnitte eingeteilt. Den Anfang macht ein allgemeines Kapitel, indem wir auf grundle-

gende Fragen zum Wohnen eingehen. Kapitel 2 beschäftigt sich mit Wohnformen, die eine **selbstständige Lebensführung** voraussetzen. In Kapitel 3 werden Angebote vorgestellt für Menschen, die ganz gut im Alltag zurechtkommen, aber sich **mehr Unterstützung** wünschen oder sichergehen möchten, dass sie in einem Notfall schnell Hilfe bekommen. Kapitel 4 rückt die **Pflege und Betreuung** in den Mittelpunkt. Selbst wenn Sie keine Unterstützung oder Pflege benötigen, lohnt es sich, auch in diese Kapitel zu blättern.

Niemand stellt sich gerne vor, wie das Leben mit Einschränkungen aussieht. Der Gedanke, einmal in höherem Maße auf Hilfe angewiesen zu sein, schreckt viele. Wir lügen uns dann selbst in die Tasche – und vergeben damit Chancen. Dabei gibt es heute kluge Wohnkonzepte, etwa für Menschen mit einer Demenz: Wohngruppen, kleine Dörfer, Höfe, die regelmäßigen Kontakt zu Tieren ermöglichen. Pflegeheime mit einem durchdachten Konzept und engagierten Mitarbeitern bieten eine gute Versorgung und schaffen es, dass sich (viele) Bewohner dort wirklich wohlfühlen. Nur leider kann es auch ganz anders sein. Sich einen Überblick zu verschaffen und gute Angebote zu finden, braucht Zeit. Wer von jetzt auf gleich auf eine Versorgung angewiesen ist, muss mit dem nächstbesten vorlieb nehmen. Deshalb unser Rat: Schauen Sie sich

um, gehen Sie zu einem Tag der offenen Tür in den Pflegeeinrichtungen am Ort, sprechen Sie mit anderen über ihre Erfahrungen. Und lassen Sie sich – wenn Ihnen eine Einrichtung gut gefällt – ganz unverbindlich vormerken. Absagen können Sie immer noch. So haben Sie gute Chancen, dass Sie nicht irgendwo landen, wo Sie nie hinwollten.

Dieses Buch kann nicht alle Fragen beantworten. Aber wir wollen Sie neugierig machen, Möglichkeiten aufzeigen und Ihnen Hilfsmittel an die Hand geben, um gute Wohnangebote von eher mittelmäßigen zu unterscheiden. Damit Sie ein neues Zuhause finden, von dem sie ehrlich sagen können: „Ich fühle mich wohl.“



Die wichtigsten Fragen und Antworten

- Jährlich beantworten wir in unseren bundesweit rund 200 Beratungsstellen, am Telefon oder per E-Mail viele Fragen und helfen bei der Lösung von Problemen, die Verbraucherinnen und Verbraucher an uns herantragen. Aus dieser täglichen Praxis wissen wir, wo der Schuh drückt und wie konkrete Unterstützung aussehen muss.
- Diese Erfahrungen sind Grundlage unserer Ratgeber, mit präzisen, verbraucherorientierten Informationen, zahlreichen Tipps und Hintergrundinformationen zum besseren Verständnis. Während unsere Ratgeber die besten Empfehlungen für Sie zusammenfassen, finden Sie auf unserer Webseite Kommentare und Kritiken zu aktuellen Trends und Themen. Sollte für eine individuelle Frage weiterer Besprechungsbedarf bestehen, hilft unsere Beratung weiter. Eine Übersicht über unser umfassendes Beratungsangebot finden Sie unter:

www.verbraucherzentrale.de

Profitieren Sie von unserer Beratungspraxis!

Was heißt bei Wohnungen eigentlich „altersgerecht“?

Rein rechtlich gesehen gar nichts. Begriffe wie „altersgerecht“, „behindertengerecht“ oder „barrierearm“ sind weder definiert noch geschützt. Theoretisch kann jede Erdgeschosswohnung so bezeichnet werden, und tatsächlich verwenden Vermieter diese Begriffe großzügig. Wenn Sie sicher gehen möchten, dass eine Wohnung keine Stufen oder Schwellen aufweist und genug Bewegungsflächen bietet, fragen Sie unbedingt, ob sie die Vorgaben für Barrierefreiheit der DIN 18040–2 erfüllt. Die DIN gilt allerdings nur für Neubauten oder bei Umbauten. Bei älteren Wohnungen sollten die Technischen Mindestanforderungen aus dem KfW-Programm „Altersgerecht umbauen“ berücksichtigt worden sein. Wenn der Vermieter diese Fragen nicht beantworten kann, bleibt Ihnen nur eins: Überprüfen Sie selbst, ob die Wohnung Stufen, Schwellen und Engstellen hat. → [Seite 30 und 48](#)

Darf ich meine Wohnung überhaupt barrierefrei umbauen?

Das hängt davon ab, ob Sie Mieter oder Eigentümer sind, und was genau Sie verändern möchten. Als Mieter müssen Sie grundsätzlich den Vermieter um Erlaubnis bitten, die Wohnung umzubauen. Ist der Umbau notwendig, muss er seine Zustimmung geben, es sei denn, gravierende Gründe sprechen dagegen. Das wäre etwa dann, wenn Sie im Treppenhaus einen Lift einbauen möchten, der wiederum andere Bewohner behindert. Oder wenn aus baurechtlichen Gründen die gewünschte Veränderung nicht vorgenommen werden darf. → [Seite 37 ff.](#)

Eigentümer müssen vor einem Umbau prüfen, ob Gemeinschaftseigentum betroffen ist. Dazu gehören zum Beispiel alle tragenden Wände oder das Treppenhaus. Soll daran etwas verändert werden, müssen die Miteigentümer ihre Erlaubnis geben. Auch hier gilt: Bei einem notwendigen Umbau haben Sie Anspruch auf Duldung soweit der Umbau den baulichen Regelungen genügt. Anders gesagt: Die Miteigentümer müssen zustimmen. Der Haken: Egal ob Mieter oder Eigentümer, Sie müssen alle Umbauten selbst bezahlen und bei Auszug wieder zurückbauen. → [Seite 35 ff.](#)

Für welches Alter sind gemeinschaftliche Wohnprojekte geeignet?

Theoretisch gibt es keine Altersbeschränkungen für den Einzug in Gemeinschaftswohnprojekte, Begriffe wie „gemeinschaftliches Wohnen“ oder „Mehrgenerationenwohnen“ sind weder genau definiert noch rechtlich geschützt. In der Praxis werden Sie es aber eher schwer haben, mit Mitte 70 oder in späteren Jahren ein Projekt zu finden, das Sie aufnimmt. Gemeinschaftliches Wohnen ist ein Geben und Nehmen. Ab einem gewissen Alter besteht immer das Problem, dass das Nehmen das Geben überwiegt. Außerdem schließen viele Gemeinschaften Pflegetätigkeiten für Nachbarn explizit aus. Sollten Sie pflegebedürftig werden, müssten Sie also noch einmal umziehen oder aber – wie in einem herkömmlichen Wohnhaus – einen Pflegedienst engagieren. Auch für die Gründung eines Gemeinschaftswohnprojektes sollten Sie besser nicht älter als 70 Jahre sein. Denn von der anfänglichen Planung bis zum Einzug vergehen bei vielen Gruppen zehn Jahre oder sogar noch mehr.

→ Seite 62 ff.

Zahlen Krankenkasse und Pflegeversicherung auch, wenn ich ins Ausland ziehe?

Grundsätzlich ist ein Umzug ins Ausland im Rentenalter möglich. Entscheidend ist, ob Sie nur wenige Monate im Jahr außerhalb von Deutschland verbringen oder ob Sie dauerhaft im Ausland leben möchten, wie viele Jahre Sie insgesamt im Ausland leben und welche Vereinbarungen das Gastland mit Deutschland in Bezug auf Kranken- und Pflegeversicherung geschlossen hat. Regelungen zu Steuern und Renten gilt es zu beachten. Als Faustformel lässt sich merken: Aufenthalte bis zu sechs Monaten sind problemlos möglich, auch in Ländern außerhalb des Europäischen Wirtschaftsraums. Bei längeren Aufenthalten kann die Planung kompliziert und das Leben teuer werden, möglicherweise verlieren Sie Ansprüche auf Leistungen der gesetzlichen Kassen – auch, wenn Sie bereits nach Deutschland zurückgekehrt sind – sowie Teile Ihrer gesetzlichen Rente. Bankgebühren für Überweisungen können sich enorm summieren.

Mehr zum Thema Ausland → Seite 90 ff.

Ist im Betreuten Wohnen rund um die Uhr jemand da, der mir helfen kann?

Nein, in aller Regel nicht. Betreutes Wohnen meint üblicherweise, dass ein Ansprechpartner an bestimmten Tagen zu festen Uhrzeiten in der Wohnanlage ist und den Bewohnern bei Alltagsfragen weiterhilft. Kommt es zu einem Notfall – stürzt zum Beispiel ein Bewohner – kann über einen 24-Stunden-Hausnotruf Hilfe angefordert werden. Diese Leistungen sind im Grundpreis enthalten. Wer mehr Unterstützung im Alltag braucht, kann Wahlleistungen wie Mittagessen oder einen Reinigungsservice in Anspruch nehmen – muss dafür aber extra bezahlen. Der Begriff Betreutes Wohnen ist nicht geschützt. Deshalb unterscheiden sich die Angebote mitunter deutlich. → Seite 97 ff.

Ich wohne in einer großen Wohnung. Wird es für mich teurer, wenn ich in eine kleine, barrierefreie Wohnung umziehe?

Tendenziell ja. Zwischen 2005 und 2017 sind die Angebotsmieten im Schnitt um 30 Prozent gestiegen. Hinzu kommt: Barrierefreie Wohnungen liegen häufig in Neubauten, für die vergleichsweise hohe Mieten verlangt werden. Eine Studie des Deutschen Instituts für Wirtschaftsforschung zeigt: Der Umzug in eine kleinere Wohnung bedeutet häufig keine Ersparnis. Doch Geld ist nicht alles. Wenn Sie in einer neuen Wohnung komfortabler wohnen und dank eines Aufzugs auch mit Geheinschränkungen ohne fremde Hilfe das Haus verlassen können, bedeutet das einen klaren Gewinn an Lebensqualität.

→ Seite 55 ff.

Inwiefern könnte Technik meinen Alltag erleichtern?

Sobald Sie merken, dass Ihr Leben zunehmend beschwerlicher wird oder dass es einen Ihrer Angehörigen trifft, der oder die längst auf viel Unterstützung angewiesen ist, bieten technische Assistenzsysteme oft eine große Hilfe. Sie tragen dann dazu bei, dass Sie länger in den eigenen vier Wänden leben können, oder dass Pflegekräfte entlastet werden. Zum Beispiel verhindern automatische Herdabschaltungen einen Hausbrand, eine Klingelmatte gibt ein akustisches Signal, wenn eine Person mit Demenz das Haus verlassen will. Bei vielen Hilfsmitteln braucht es keinerlei technisches Verständnis, um sie korrekt zu benutzen. Sie werden von den gesetzlichen Kassen bezahlt, wenn sie im Hilfsmittelkatalog gelistet sind und mindestens ein Pflegegrad vorliegt. Leider ist das erst bei wenigen Hilfsmitteln der Fall. Dennoch sollte man immer einen Antrag auf Kostenerstattung stellen, am besten mithilfe einer Beratungsstelle. → [Seite 128 ff.](#)

Meine Mutter muss rund um die Uhr betreut werden. Hat sie Anspruch auf einen Platz in einem Pflegeheim?

Nein, ein solcher rechtlicher Anspruch besteht nicht. Die Pflegekassen haben zwar einen Versorgungsauftrag. Letztlich entscheiden aber die Betreiber, wo sie ein Pflegeheim eröffnen und wie viele Plätze sie dort anbieten. Die Kommunen ermitteln Bedarfe und greifen steuernd ein, dennoch passiert es, dass manche Regionen sehr gut versorgt sind, andere aber eher dürrtig. Zurzeit ist die Nachfrage nach Plätzen hoch, gleichzeitig fehlen Pflegekräfte. Darum können manche Einrichtungen keine neuen Bewohner aufnehmen. Wer dringend einen Platz benötigt, muss damit rechnen, keine große Auswahl zu haben. Entweder Sie nehmen dann einen Platz, der sofort frei ist. Oder Sie versuchen, Ihren Angehörigen erstmal in einer Kurzzeitpflegeeinrichtung versorgen zu lassen, und suchen in dieser Zeit weiter. Aber: Auch Plätze in der Kurzzeitpflege sind begehrt. Deshalb raten wir, sich frühzeitig umzuschauen und bei Wunsch-Heimen unverbindlich auf die Warteliste setzen zu lassen. → [Seite 137 ff.](#)

Sind diese Seniorenresidenzen nur etwas für Gutbetuchte?

Der Begriff Seniorenresidenz ist nicht geschützt und deshalb kann sich jedes Pflegeheim so nennen, wenn es will. Daneben gibt es die Edelhäuser, die eher einem Hotel als einem Heim ähneln. Dort bezieht man eine Wohnung, bekommt mittags ein Mehrgänge-Menü gekocht und kann umfangreiche Serviceleistungen oder Hilfe bei vorübergehender Krankheit in Anspruch nehmen. Viele Seniorenresidenzen verfügen über ein eigenes Schwimmbad, eine Bibliothek, Theater- sowie Mehrzweckräume und bieten ein buntes Freizeitangebot etwa mit Sprachkursen, Gymnastik oder Lesungen an. Das alles hat seinen (hohen) Preis.

→ Seite 120 ff.

Meine Mutter würde sich auf einem Bauernhof wohlfühlen. Wo finden wir einen Hof, der Menschen mit Demenz betreut?

Auch, wenn die mediale Berichterstattung anderes vermittelt: Bauernhöfe, auf denen Menschen mit Demenz tatsächlich leben, gibt es in Deutschland nur etwa drei, vier. Die Bezeichnung „Demenzbauernhof“ ist nicht geschützt, deshalb ist die Zahl unklar. Einrichtungen, die mit Bauernhöfen zusammenarbeiten gibt es aber durchaus mehr, und in zahlreichen „herkömmlichen Einrichtungen“ für Ältere kann man mittlerweile eigene Haustiere mitbringen oder Ehrenamtliche kommen zum Beispiel mit Hunden zu Besuch. Wenn Ihre Mutter Tiere mag, könnte so eine herkömmliche Einrichtung infrage kommen, auch wenn es sich nicht um einen Bauernhof handelt.

→ Seite 187 ff.

Neues Wohnen im Überblick

Diese Möglichkeiten kommen infrage





..., wenn es zu Hause beschwerlich wird

Pflegeheim

Betreutes Wohnen

Seniorenresidenz

Pflege-WG

Die eigene Wohnung/Haus barrierefrei umbauen und mit technischen Assistenzsystemen ausstatten



..., wenn es allein nicht mehr geht

Pflegeheim

Betreutes Wohnen

Angebote, speziell für Menschen mit Demenz

Pflege-WG

Seniorenstift



Umziehen oder bleiben?

„Hier bleiben wir“, „Das ist jetzt unser Zuhause“ – solche Gedanken haben wahrscheinlich die meisten Menschen, wenn sie endlich eine schöne Bleibe gefunden und vielleicht sogar gekauft haben. Das eigene Zuhause wird für viele Jahre zum Fixpunkt. Man richtet sich ein, zieht vielleicht Kinder darin groß. Doch irgendwann merkt man: Es ist doch nicht so perfekt, und wir fangen an, heute über das Leben und Wohnen von morgen nachzudenken.

Wie kann und will ich im Alter leben?

Rita Reimann wohnt in einer barrierefreien Wohnung:

„Als wir 1978 unser Reihenhaus kauften, hätte ich nie gedacht, dass wir nochmal ausziehen werden. Aber mit der Zeit sieht man das realistischer.“

Wer einen Umzug in Erwägung zieht, tut das in der Regel, weil die bisherige Wohnung oder das Haus zu groß geworden ist, nicht mehr den Bedürfnissen entspricht, oder weil man sich fragt: „Wie kann und will ich eigentlich im Alter leben?“

Lange Zeit war es selbstverständlich, dass sich Kinder um ihre Eltern kümmern, wenn diese mehr Unterstützung im Alltag brauchen. Man wohnte nah beieinander, die (Schwieger-) Töchter kümmerten sich um die Versorgung der Alten. Manchmal zogen die Jüngeren ins Haus mit ein, oder sie bekamen die Immobilie als Gegenleistung für Hilfe und Pflege übertragen. Dieses Modell gibt es immer noch, und viele Familien fahren gut damit. Aber es wird seltener, und das hat vielfältige Gründe. Die Gesellschaft ist mobiler geworden – Kinder ziehen für die Ausbildung weit weg, finden anderswo einen guten Job oder die Liebe. Es gibt mehr Singles und Kinderlose. Frauen sind immer häufiger berufstätig. Und schließlich hat sich auch die Einstel-

lung in den Familien geändert: Viele Eltern wollen gar nicht, dass sich ihre Kinder um sie kümmern. „Die sollen ihr eigenes Leben leben“, sagen sie.

Auch das Wohnen hat sich verändert. Wir sind anspruchsvoller geworden und leben auf immer mehr Platz. 1960 lag die durchschnittliche Wohnfläche pro Kopf bei knapp 20 Quadratmeter, 2018 bei nahezu 47 Quadratmeter. Die Kinder ziehen bei den Eltern ein und alle rücken zusammen – dieses Modell scheint immer weniger Familien zu reizen.

Das mag man alles schlecht finden oder auch gut. Man kann mangelnde Solidarität in den Familien beklagen – oder die größeren Freiheiten loben. Denn machen wir uns nichts vor: Für manche Familien ist es ein Segen, dass sie auf (großer) Distanz leben. Egal wie man selbst zu diesen Entwicklungen steht, eine Frage bleibt: Wie kann das Wohnen in fünf, zehn, zwanzig Jahren aussehen, wenn vielleicht mehr Unterstützung notwendig wird?

Diese Frage ist zwar zentral, aber sie lässt sich wunderbar verdrängen, solange das Leben zu Hause funktioniert – und das ist glücklicherweise bei vielen Älteren immer länger der Fall. Die Menschen werden im Durchschnitt nicht nur älter, sondern sie leben auch länger eigenständig und gesund. Für die jungen,

fitten Alten besteht erstmal keine Notwendigkeit, irgendetwas zu verändern. Trotzdem spricht vieles dafür, über das Wohnen in der Zukunft nachzudenken. Denn je früher man damit beginnt, desto größer ist der Gestaltungsspielraum.

Umfragen zeigen immer wieder, dass Menschen so lange wie möglich zu Hause wohnen möchten. Ist das im jetzigen Zuhause eigentlich realistisch? Dieser Frage gehen wir im folgenden Abschnitt nach. Falls Sie beim Lesen Zweifel bekommen, stellen wir Ihnen in den weiteren Kapiteln viele gute Alternativen vor.

Wie zukunftstauglich ist mein Zuhause?

Das hängt davon ab, wie viel Handlungsspielraum es bietet? Gemeint ist, dass man dort so leben kann, wie man es möchte. In jungen Jahren ist das in aller Regel der Fall, sonst würde man nicht einziehen. Aber wie sieht es aus, wenn das Treppensteigen sehr anstrengt oder eine Gehhilfe benötigt wird. Kann ich mich dann in meinem Zuhause immer noch frei bewegen und ein selbstständiges Leben führen? Wie gut kann ich mich dort versorgen und am gesellschaftlichen Leben teilhaben, wenn der Bewegungsradius kleiner wird, weil zum Beispiel das Auto abgeschafft werden muss? Mit diesen Fragen wer-