



DPV/KOM-Senioren

Ratgeber
zu Wohnformen im Alter

***Stark.
Kompetent.
Erfolgreich.***

***Wir sind
#FuerDichDa***

DPV/KOM
DIE FACHGEWERKSCHAFT

Bonn, im Januar 2022

Herausgeber:

Kommunikationsgewerkschaft DPV (DPVKOM) • Fränkische Str. 3 • 53229 Bonn

Telefon 0228.911400

Telefax 0228.91140-98

E-Mail info@dpvkom.de

Internet www.dpvkom.de

Verantwortlich für den Inhalt:

Manfred Schiller

Telefon 0151 12701827

E-Mail manfred.schiller@dpvkom.de

Bildnachweis:

Titelbild Photographiee.eu/Fotolia; Fotolia.com, Foto S. 24 DPVKOM

Quellennachweis:

BAGSO, Wolfgang Wieschenkämper (DSTG)

Inhalt:

Impressum / Quellennachweis	2
Inhaltsverzeichnis	3
Vorwort	5
Allgemeine Hinweise	6
Einführung in das Thema	7
Wohngemeinschaft	9
Mehrgenerationenhaus	11
Das Seniorenheim	12
Das eigenes Heim	
• Infrastruktur	14
• Sind Haus oder Wohnung altersgerecht?	15
• Barrierefrei allgemein	16
• Barrierefreie Küche.....	16
• Barrierefreies Badezimmer, Dusche.....	17
• Schränke, Stau- und Abstellräume.....	18
• Licht und elektrische Maschinen	18
• Sonstiges auf das geachtet werden sollte	18
• Fördermöglichkeiten und Infos	19
Positionspapier der BAGSO	20
Kontaktdaten.....	21
Leistungen.....	22





Manfred Schiller
Bundesseniorenvorsitzender

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

irgendwann wird jeder einmal vor die Frage gestellt, wie und wo will ich, eventuell mit Partnerin oder Partner, im Alter leben. Diese Frage schieben wir zwar gerne vor uns her, wir sollten damit aber nicht zu lange warten, sonst kann es passieren, dass andere Personen diese Entscheidung für uns treffen müssen.

Bedingt durch Krankheit oder Unfall kann es dazu kommen, dass man nicht mehr in der Lage ist selbst zu entscheiden, wo man seinen Lebensabend verbringen möchte.

In diesem Ratgeber haben wir verschiedene Wohnformen aufgelistet. Daher kann Ihnen dieser Ratgeber als Entscheidungshilfe dienen, wenn Sie Ihren Wohnsitz für den Ruhestand planen.

*Viel Spaß beim Lesen wünscht Ihnen
Ihr*

Manfred Schiller

Vorsitzender der Bundessenioren der DPVKOM



Allgemeine Hinweise

Wir möchten Sie nun über die verschiedenen Formen des „Wohnens im Alter“ informieren und Sie damit vertraut machen.

Bevor Sie sich Gedanken darüber machen, wie Sie im Alter wohnen wollen, müssen Sie Ihre finanziellen Möglichkeiten prüfen.

Davon ist vieles, fast alles abhängig. Wie steht es um Ihre Finanzen, wenn sie plötzlich alleinstehend sind? Können Sie dann mit den geringeren finanziellen Mitteln die laufenden Belastungen aufbringen?

Sind Rücklagen vorhanden?

Wo gibt es Hilfe oder Zuschüsse?

Gibt es Unterstützung durch Kinder oder andere Verwandte?

Haben Sie Anspruch auf Leistungen aus der Pflegeversicherung?

Um diese Fragen alle abzuklären, dürfen Sie sich nicht scheuen, gemeinsam mit Ihrer Familie Ihre finanzielle Situation zu überprüfen.

In vielen Familien sind Finanzen häufig ein Tabuthema. Wenn Sie sich aber für eine Wohnform entscheiden, die Sie nicht allein finanzieren können, werden Angehörige vor riesigen Problemen gestellt, wenn diese unerwartet „zur Kasse gebeten werden“.

Näheres dazu können Sie in unserem „Ratgeber zur Pflege“ nachlesen.

Sobald Sie alle finanziellen Fragen und eventuelle Probleme geklärt haben, können Sie sich mit den verschiedenen Wohnformen beschäftigen.

Altenheim

Pflege WG

Einführung

Ihren Lebensabend in ihrer gewohnten Umgebung, Nachbarschaft oder idealer Weise in und mit der Familie zu verbringen, ist der Wunsch der meisten Menschen (Statistiken sprechen hier von ca. 80 %).

Dieser Wunsch ist nur zu verständlich. Jeder von uns kennt bestimmt das: „sich zu Hause wohl fühlen“. Dieser Wunsch ist im Alter oftmals aber nur mit Einschränkungen zu erfüllen.

Jede Wohnform für die ich mich entscheide bietet nicht nur Vorteile, sondern hat auch mehr oder weniger Nachteile.

Wie komme ich nun zu einer für mich richtigen Entscheidung, wie ich im Alter leben will.

Diese drei Schritte empfehlen wir:

1. Schritt: Holen Sie sich möglichst viele Informationen über die verschiedenen Wohn- und Betreuungsformen ein.
2. Schritt: Entscheiden Sie sich für eine Wohn- und/oder Betreuungsform.
3. Schritt: Wählen Sie das für Sie am besten geeignete Angebot aus.





Wohngemeinschaft

Vorteile

- Es ist immer jemand da
- Keine Alterseinsamkeit
- Arbeitsteilung
- Kostengünstig

Nachteile

- Hohe Toleranz nötig
- Nichts für Eigenbrötler

Das Leben in einer Wohngemeinschaft beugt in hohem Maße der Alterseinsamkeit vor, denn es ist fast immer jemand da.

Die Kehrseite der Medaille aber ist, dass man ein großes Maß an Toleranz aufbringen muss, um mit den Marotten und Eigenheiten der Mitbewohner klar zu kommen.

Senioren Wohngemeinschaften gibt es auch in betreuter Form. Dann sind Angestellte von Pflegediensten im Haus und kümmern sich um die Bedürfnisse der Bewohner. Hierdurch entstehen zusätzliche Kosten.

Eine Wohngemeinschaft ist gegenüber einem Heimplatz aber deutlich kostengünstiger.

Sie sollten sich vorab informieren (Internet, Gespräche mit Bewohnern), ob die Betreuung und medizinische Versorgung Ihren Ansprüchen genügt.

Wenn Sie oder Ihre Angehörigen kein gutes Gefühl haben, dann schauen Sie sich nach einer anderen Wohngemeinschaft um.





Mehrgenerationenhaus

Vorteile

- Zusammengehörigkeit
- Arbeitsteilung
- Gegenseitige Unterstützung
- Kostenteilung
- Jung und Alt profitieren vom Erfahrungsaustausch

Nachteile

- Toleranz erforderlich
- Übernahme verschiedener Aufgaben
- Wenig Privatsphäre

Wie der Name schon sagt, wohnen hier mehrere Generationen, wie in früheren Jahren üblich, unter einem Dach.

Verwandschaftliche Beziehungen sind dabei heute nicht mehr Voraussetzung.

Neben den Bereichen in einem Mehrfamilienhaus, die allen offen sind, sollte man darauf achten, dass es getrennte Bereiche gibt in denen man seine Privatsphäre hat.

Die Vorteile und Nachteile eines Mehrgenerationenhauses sind denen einer Wohngemeinschaft sehr ähnlich.



Das Seniorenheim

Vorteile

- Bessere medizinische und Notfallversorgung
- 24 Stunden Pflege täglich
- Keine Alterseinsamkeit sofern Gemeinschaftsräume vorhanden sind
- Gemeinschaftserlebnisse
- Altersgerechte Ernährung

Nachteile

- Hohe Kosten durch Eigenanteil
- Gefilterte Informationen für Angehörige

Die Gründe, die für einen Umzug in ein Senioren- oder Pflegeheim sprechen, sind die erheblich bessere medizinische Versorgung und Pflegeleistungen, notfalls 24 Stunden täglich.

Aber auch hier gilt: vorher umfassend informieren. Da trotz umfassender Leistungen der Pflegekassen bei entsprechenden Pflegegraden ein oftmals nicht unerheblicher Eigenanteil zu leisten ist.

Daher ist stets darauf zu achten, dass die Kosten auch getragen werden können (nähere Informationen erhalten Sie in unserem Ratgeber zur Pflege).

Bei der Auswahl eines Seniorenheims muss man auch darauf achten, dass sich viele Heime auf bestimmte Erfordernisse spezialisiert haben. Man sollte sich also kein Heim aussuchen, das auf Alzheimer und Demenz ausgerichtet ist, wenn man pflegerische Hilfe bei der Ernährung oder der Körperpflege benötigt.

Achten Sie auch auf die Pflegenoten, die vom medizinischen Dienst der Krankenkassen (MDK) bis 30.06.2020 und dem Prüfdienst der Privatversicherungen vergeben werden.

Sie sind zwar nicht immer aussagekräftig, können aber hilfreich bei der Entscheidungsfindung sein.

Nutzen Sie auch einen der Pflege-Navigatoren im Internet. Finden Sie mehrere für Sie interessante Einrichtungen, schauen Sie sich deren Seiten im Internet an.

Die Heime, die dann noch für Sie in Frage kommen, sollten Sie persönlich aufsuchen. Sprechen Sie mit der Heimleitung und der Pflegedienstleitung. Wenn möglich reden Sie auch mit dem Küchenpersonal und der Haustechnik. Falls es erlaubt ist, informieren Sie sich auch noch bei Bewohnern.

Sagen Sie nicht gleich bei dem ersten Haus zu, sondern schauen Sie sich auch noch die anderen von Ihnen in Betracht kommenden Häuser an, bevor Sie sich entscheiden wo Sie in Zukunft leben möchten.

Das eigene Heim

Infrastruktur

Der Wunsch der überwiegenden Mehrheit der Menschen in Deutschland ist es, den Lebensabend in der eigenen Wohnung oder dem eigenen Haus zu verbringen. Damit dies möglich ist, gilt es vorab einiges zu beachten.

Wie sieht es mit der Infrastruktur in ihrem Ort oder Stadtteil aus?

Gibt es für Sie erreichbar Lebensmittelgeschäfte, Ärzte, Apotheken, Post, Bank und eventuell einen Wochenmarkt?

Liefern diese Geschäfte auch ins Haus, wenn es mit Ihrer Mobilität einmal nicht mehr so gut bestellt ist?

Inzwischen gibt es immer mehr Geschäfte, die gekaufte oder auch im Internet bestellte Waren zu Ihnen nach Hause liefern.

Sollte das nicht möglich sein, sind dann Kinder, Verwandte oder Nachbarn bereit diese Versorgung zuverlässig zu übernehmen?

Viele Menschen fahren im Alter nicht mehr gerne mit dem eigenen Auto, weil es an der nötigen Sicherheit (Schulterblick beim Abbiegen u. a.) fehlt.

Wie steht es mit dem öffentlichen Personennahverkehr?

Können Sie die Haltestellen von Bus und Bahn von zu Hause aus bequem erreichen, oder sind diese für Sie zu weit entfernt?

Sind die Fahrzeuge notfalls behindertengerecht?

Denken Sie doch einmal darüber nach, wie viel Geld Sie sparen können, wenn Sie kein eigenes Fahrzeug mehr unterhalten müssen. Selbst die gelegentliche Nutzung eines Taxis kann billiger sein als der Unterhalt eines eigenen Wagens.

Sind Haus oder Wohnung altersgerecht?

Zunächst stellt sich die Frage: Können Sie in Ihrem Zuhause bequem und komfortabel alt werden, oder wird es auf längere Sicht beschwerlich?

Müssen schwere Einkaufstaschen viele Treppen hoch getragen werden?

Hat die Dusche einen ebenerdigen Einstieg, wenn es zu schwierig wird in die Badewanne zu steigen?

Wenn es sich bei Ihrem Heim um eine Mietwohnung handelt, dann sind die Möglichkeiten zu einer baulichen Veränderung meist deutlich eingeschränkt. Hier ist der Umbau nur mit einer schriftlichen Genehmigung des Vermieters gestattet.

Wesentlich besser sieht es da schon bei einer Eigentumswohnung aus, wobei auch hier unter Umständen erst die Eigentümerversammlung über bauliche Maßnahmen befinden muss.

Bei Einstufung in Pflegegrade gibt es einmalige Zuschüsse für eine notwendige Umgestaltung des Wohnraums (siehe Ratgeber zur Pflege).



Barrierefrei allgemein

Barrierefrei bedeutet zunächst einmal: rollstuhlgerecht.

Dazu gehören nicht nur Auffahrampen zum Eingang, sondern auch elektronische Drücker zum Türöffnen auf beiden Seiten.

Des Weiteren darf es in der Wohnung keine Schwellen geben.

Die Standardtüren, die bisher eine Breite von 73 Zentimetern hatten, reichen keinesfalls aus, um mit einem Rollstuhl hindurch zu kommen.

Rollstuhlgerecht setzt eine Mindestbreite von 90 cm bei Türen voraus.

Türgriffe und Türschlösser müssen bequem erreichbar und leicht zu bedienen sein.

Heutzutage verlangt das Baurecht, dass Neubauwohnungen im öffentlichen Wohnungsbau barrierefrei gebaut werden.

Wenn Sie also einen Umzug planen, achten Sie bereits heute darauf, dass Ihre neue Wohnung rollstuhlgerecht eingerichtet ist. Sie leben dann im Alter komfortabler und sicherer.

Barrierefreie Küche

Genauso wichtig ist eine barrierefreie Küche.

Können Sie notfalls auch von einem Rollstuhl aus Backofen, Mikrowelle und andere Küchengeräte bedienen?

Sind alle Schalter und Steckdosen gut erreichbar alle Anzeigen für Sie gut und deutlich erkennbar?

Ist die Arbeitsplatte in der richtigen Höhe angebracht?

Barrierefreies Badezimmer, Dusche

Im Badezimmer und in der Dusche sind viele Dinge zu beachten. Helfen kann Ihnen dabei der folgende Fragenkatalog:

Sind Armaturen und Wasserhähne gut und einfach zu bedienen?

Kommen Sie bequem in Ihre Wanne oder benötigen Sie eine Wanne mit Türeinstieg?

Können Sie gut in Ihre Dusche steigen oder benötigen Sie einen ebenerdigen Einstieg?

Sind Badewanne und Dusche rutschfest?

Gibt es Sitzmöglichkeiten für Wanne und Dusche?

Sind die Handtuchhalter stabil genug, um sich eventuell festzuhalten?

Ist die Dusche einfach höhenverstellbar?

Ist der Waschtisch ergonomisch, kann man davor sitzen?

Ist der Spiegel ergonomisch und höhenverstellbar?

Gibt es ausreichend Ablagemöglichkeiten für Utensilien?

Sind die Armaturen mit Schutz vor Verbrühungen versehen?

Sind scharfe Kanten und Ecken gepolstert?

Gehen die Türen nach außen auf, damit sie bei einem Sturz nicht blockiert werden?

Hat Ihre Toilette die richtige Höhe oder muss die Sitzhöhe individuell anpassbar sein?

Sind ausreichend Haltegriffe vorhanden, ist der Boden rutschfest?

Schränke, Stau- und Abstellräume

Sind die Griffe und Schlösser der Schränke in der richtigen Höhe angebracht?

Sind die Schränke leicht zu öffnen?

Sind die Regale und die Stangen für die Bügelwäsche in der richtigen Höhe?

Licht und elektrische Maschinen

Sind die Lichtschalter bequem erreichbar?

Sind ausreichend Lichtquellen vorhanden?

Sind Nachtlichter, besonders im Flur oder Bad angebracht?

Ist das Telefon gut und schnell erreichbar?

Ist die Türklingel überall gut zu hören?

Sind Verlängerungskabel so gelegt, dass sie keine Stolperfallen sind?

Sind Waschmaschine und Trockner leicht zu erreichen und zu bedienen?

Sonstiges auf das geachtet werden sollte

Sind an den Treppen, auf den Fluren und den Räumen Handläufe angebracht?

Gibt es farbige oder tastbare (haptische) Orientierungsmöglichkeiten?

Ist die Länge der Treppenstufen der Länge der Füße angepasst?

Ist der Eingangsbereich ausreichend beleuchtet?

Gibt es für das Garagentor eine Fernbedienung und ist sie griffbereit?

Tragen Sie einen Notfallknopf für den Hausnotruf?

Sind dicke Teppiche oder Läufer entfernt, damit sie nicht zu Stolperfallen werden?

Ist die Unterbringung von Rollstühlen/Rollatoren, die nur außerhalb der Wohnung genutzt werden, bequem möglich?

Wie sieht es mit Ihrem Schutz vor Kriminalität (Enkeltrick usw) aus?

Hervorragende Flyer mit vielen wichtigen Tipps und Verhaltensweisen bekommen Sie bei allen Polizeidienststellen. Auch auf den Seniorenseminaren der DPVKOM werden Sie u. a. darüber informiert, wie Sie sich vor Betrügern schützen können und wie Sie möglichst sicher durch den Straßenverkehr kommen.

Fördermöglichkeiten und Infos

Pflegeversicherung

Hier kann man einen einmaligen Zuschuss in Höhe von bis zu 4000 € für Umbaumaßnahmen erhalten, sobald ein Pflegegrad erreicht ist.

KfW

Hier bekommt man bis zu 10 % Investitionszuschuss oder ein zinsgünstiges Darlehen (>1% Zinsen).

Pflegekasse/Sozialhilfeträger

Menschen mit einem Grad der Behinderung oder geringem Einkommen können Beihilfen zur Ausstattung und Erhaltung der Wohnung bekommen. Informationen hierzu gibt es bei den Sozialämtern der Kommunen.



www.nullbarriere.de

Hier erhalten Sie praktische Hinweise zur barrierefreien Gestaltung Ihrer Wohnung.

www.wohnungsanpassung-bag.de

Hier bekommen Sie Adressen von Wohnungsberatungsstellen.



Positionspapier der BAGSO

(Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen)

„Wohnen im Alter: Wie wollen wir morgen leben?“

1. *Bezahlbares Wohnen im Alter*

Da im Alter das verfügbare Einkommen sinkt, müssen Bund, Länder und Kommunen dafür sorgen, dass qualitativ gutes Wohnen auch im Alter bezahlbar bleibt.

2. *Mehr barrierearme Häuser und Wohnungen*

Selbst günstige Darlehen sind für Ältere häufig uninteressant, weil sie sich nicht verschulden wollen und kaum noch Kredite bekommen.

Die BAGSO fordert daher Zuschüsse und die Entbindung von der Rückbauverpflichtung von Mietwohnungen. Weiterhin werden gesetzliche Grundlagen gefordert, die barrierefreies Wohnen bereits bei Neubauten oder bei Kernsanierungen fördern.

3. *Vielfalt unterstützender Wohnformen*

Der Wunsch, im eigenen Heim alt zu werden, lässt sich nur dann dauerhaft realisieren, wenn nachbarschaftliche und organisierte Hilfe vorhanden sind. Das Pflegeheim darf nicht die einzige Alternative sein.

4. *Entwicklung und Verbreitung technischer Assistenzsysteme*

Eine Vielzahl technischer Hilfsmittel kann das Leben im Alter erleichtern: Bewegungsmelder, Notrufsysteme, Panikschalter, Sturzmelder, Steuerung für Heizung, Beleuchtung, Rollläden usw. vom Smartphone.

5. *Barrierefreies und barrierearmes Bauen muss Pflichtfach werden für Architekten, Ingenieure, Stadtplaner und Handwerker*

Dazu müssen Studien und Ausbildungsordnungen geändert werden.

6. *Informationen, Beratung und Begleitung zu „Wohnen im Alter“*

Viele Menschen scheuen sich davor, sich mit dem Thema „Wohnen im Alter“ zu beschäftigen. Nur 22 % der Eigentümer und 31 % der Mieter können sich einen Umzug in eine altersgerechte Wohnung vorstellen. Noch weniger sind bereit ihre Wohnung entsprechend umzubauen. Hier wäre ein flächendeckendes niedrigschwelliges Informationsangebot dringend nötig.

7. *Präventive Gestaltung des Wohnumfelds*

Viele ältere Menschen werden durch Stürze pflegebedürftig. Das kann durch eine barrierearme Gestaltung des Wohnquartiers oftmals vermieden werden. Breite gut ausgeleuchtete Gehwege, abgesenkte Bordsteine sowie optische, haptische und akustische Vorrichtungen sind unabdingbar.

8. *Schaffung neuer sozialer und kultureller Treffpunkte und Erhaltung bestehender Angebote*

Grünanlagen mit Toilettenanlagen und seniorengerechten Sitzmöglichkeiten, Bewegungsparcours und andere Möglichkeiten der Aufnahme sozialer Kontakte in unmittelbarer Nähe der Wohnung. Schaffung sozialer Netzwerke, die das nachbarschaftliche Miteinander fördern.

9. *Funktionierender öffentlicher Personennahverkehr*

Aufrechterhaltung der Mobilität im Alter ermöglicht selbstbestimmtes Leben, selbstständige Versorgung und Teilhabe. Dazu gehören barrierefreie Haltestellen, behindertengerechte Fahrzeuge, deutlich lesbare Fahrpläne und leicht zu bedienende Automaten. In abgelegenen Wohngebieten auch so genannte Ruftaxis.

10. *Wohnortnahe Versorgung mit Gütern des täglichen Bedarfs und Dienstleistungen*

Überall dort, wo die Versorgung nicht mehr gewährleistet ist, müssen Hol- und Bringdienste die Versorgung sicher stellen.

Diese und weitere Forderungen der BAGSO können Sie detaillierter nachlesen unter:

www.bagso.de

Kontaktdaten

... des Vorstandes der DPVKOM-Bundessenioren:

Vorsitzender	Manfred Schiller
Telefon	0511 4732789 oder 0151 12701827
E-Mail	manfred.schiller@dpvkom.de
Stellvertreterin	Gabriele Wilhelm
Telefon	06103 3011865 oder 0151 11243093
E-Mail	gabriele_wilhelm@t-online.de
Stellvertreter	Günter Spiersch
Telefon	030 66461766 oder 0163 3343260
E-Mail	guenter.spiersch@web.de
Stellvertreter	Georg Schmidt
Telefon	09183 901837
E-Mail	senioren@dpvkom-bayern.de
Stellvertreter	Bernhard Zarmstorf
Telefon	02575 1855 oder 0175 4130139
E-Mail	bernhard.zarmstorf@t-online.de

... der Ansprechpartner im Seniorenbereich der Regional/Landesverbände:

RV Nord:	Manfred Schiller
Telefon	(siehe oben)
E-Mail	
RV Ost:	Günter Spiersch
	(siehe oben)
LV NRW:	Bernhard Zarmstorf
	(siehe oben)
RV Mitte:	Reinhard Müller
Telefon	
E-Mail	rmuellerbe@gmx.de
RV Südwest:	Rolf Waschbusch
Telefon	06835 4693
E-Mail	r.waschbusch@web.de
Bayern:	Georg Schmidt
	(siehe oben)

Speziell für Senioren bieten wir:

- ✓ **Aktive Seniorenarbeit**
- ✓ **Kompetente Ansprechpartner**
(z. B. Hilfestellung bei Anträgen, Beratung in Seniorenangelegenheiten, Begleitung bei besonderen Terminen o. ä.)
- ✓ **Beratung zu Versorgungsansprüchen**
- ✓ **Freizeitunfallversicherung inkl. Krankenhaustagegeld**
- ✓ **DPVKOM Magazin**
(erscheint 6-mal pro Jahr)
- ✓ **Themenflyer, Broschüren und weitere Publikationen, in denen interessante Senioren-Themen aufgegriffen werden, z. B. „Wir wollen Ihnen helfen“**
- ✓ **Rechtsberatung in sozialen Angelegenheiten**
- ✓ **Spezielle Senioren-Seminare**



DPVKOM - Senioren – Aktiv älter werden



„Ich bin DPVKOM-Mitglied, weil ich auch im Ruhestand optimal von meiner Gewerkschaft informiert und betreut werde. Schließlich zählt die DPVKOM uns Senioren noch lange nicht zum ‚alten Eisen‘.“

DPVKOM – die Interessenvertretung für Jung und Alt!

Liselotte „Zenzi“
Neubauer,
ehemalige Beschäftigte
der Briefniederlassung
Dortmund und seit
2011 im Ruhestand



Wir bieten ...

- ✓ Kompetente Vertretung der Interessen älterer Menschen
- ✓ Umfangreiches Informationsmaterial zu Themen, die nicht nur Senioren betreffen
- ✓ Interessante Seminare und Schulungen
- ✓ Zahlreiche Freizeitaktivitäten unter Gleichgesinnten
- ✓ Möglichkeiten des ehrenamtlichen Engagements