

Alte Werte neu entdeckt

Gemeinschaftliches Wohnen im Alter

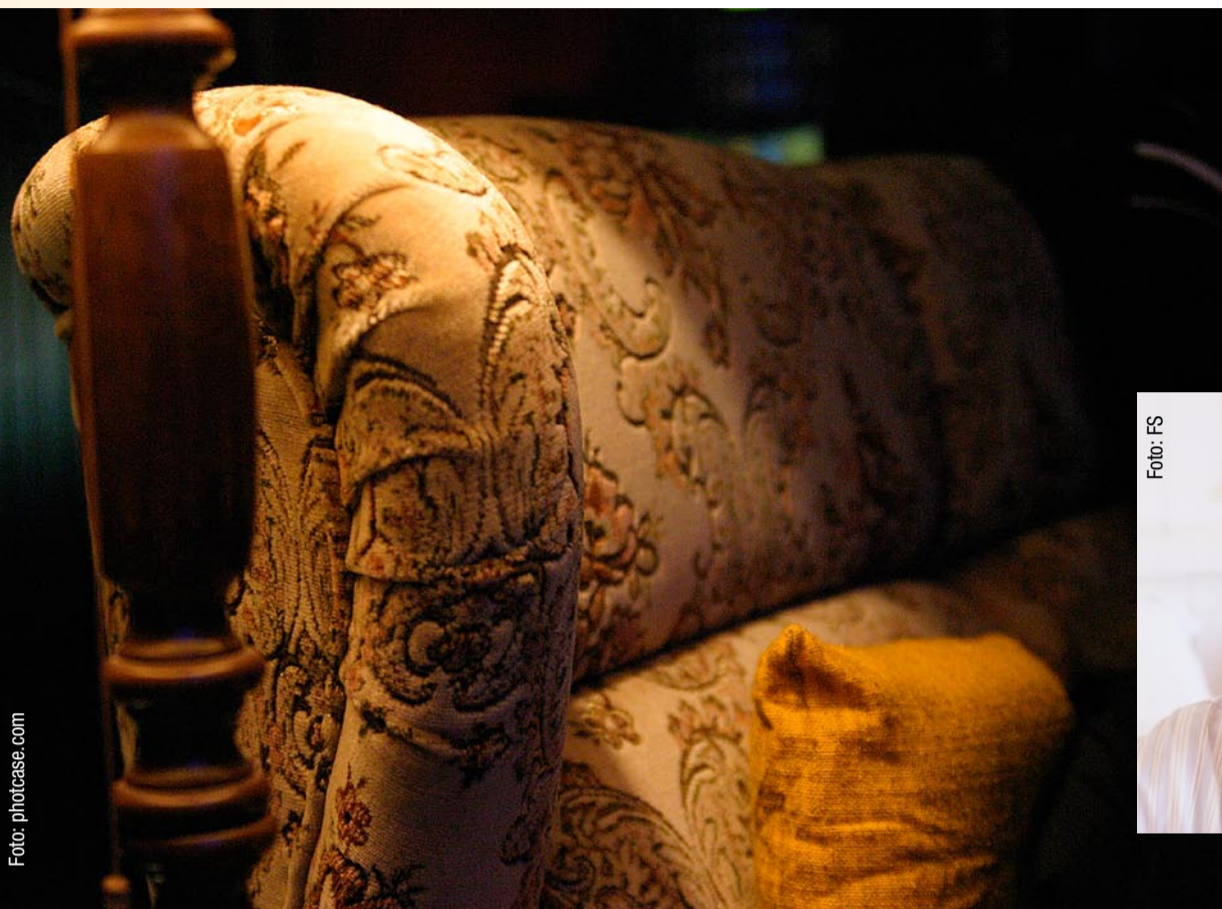


Foto: photocase.com

Immer mehr Menschen machen sich bereits frühzeitig Gedanken darüber, wie sie im Alter leben möchten. Für die meisten ist vor allem eines wichtig: Sie wollen nicht alleine, sondern in Gemeinschaft leben.

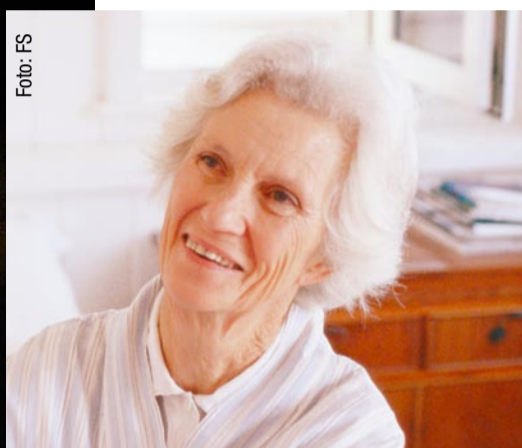


Foto: FS

Frühzeitige Information und Beratung helfen, die richtige Wahl zu treffen.

Im Alter nicht alleine sein: Aus diesem Wunsch heraus entstehen immer häufiger Wohnprojekte, ja selbst Wohngemeinschaften. In einigen Projekten leben junge Familien und ältere Menschen unter einem Dach, andere suchen Gleichgesinnte für ein Leben im Alter in Gemeinschaft mit Tieren (zum Beispiel Arche e.V. in Freiburg). Allen

gemeinsam ist der Wunsch, im Alter die Geborgenheit, den Schutz und die Hilfe einer Gruppe zu haben.

Wer sich für ein Wohnprojekt inter-

essiert, sollte sich Zeit nehmen, um sich umfassend informieren und beraten zu lassen. Ein Wohnungswechsel, häufig verbunden auch mit der Aufgabe des bisherigen Wohn- und Nachbarschaftsumfeldes, will wohlbedacht sein. Zu Spezialangeboten wie Betreutes Wohnen oder Wohngruppen sollten Sie und Ihre Angehörigen sich besonders ausführ-

lich, qualifiziert und vor allem anbieterunabhängig beraten lassen. Vermeiden Sie deshalb unbedingt, dass sich das Thema Wohnen aus einer

Not-Situation heraus und unter Zeitdruck aufdrängt.

Lange bevor es um Pflege geht, brauchen besonders verwirrte alte Menschen, wenn sie nicht mehr alleine oder bei Angehörigen leben können oder wollen, vor allem einen neuen Ort zum Wohnen. Gerade für sie, aber auch für pflegebedürftige Menschen bietet eine Wohngemeinschaft Sicherheit und Geborgenheit. In einer Wohngemeinschaft leben meist sechs bis acht Personen in gemieteten Räumen zusammen und werden von Präsenzkraften und ambulanten Pflegediensten rund um die Uhr betreut. Auch für Angehö-

rige und gesetzliche Betreuer hat eine Wohngemeinschaft für Menschen mit Demenz viele Vorteile:

- Das Einzelzimmer wird mit eigenen Möbeln eingerichtet. Die Ausstattung der Gemeinschaftsräume können Angehörige mitgestalten.
- Angehörige sind nicht rund um die Uhr belastet.
- Angehörige und gesetzliche Betreuer geben jedoch ihre Mitwirkung im Alltag und ihren Einfluss auf Pflege und Betreuung nicht auf. Sie bestimmen auch mit, wer sich einmietet und welcher Pflegedienst beauftragt wird. ■

Hinter die Fassade schauen: Alten-Wohnprojekte prüfen

Ihr Absender: siehe Rückseite



Sage und Schreibe

Wie gefällt Ihnen **Gepflegt zu Hause**? Welche Informationen sind für Sie besonders interessant? Was fehlt Ihnen in dieser Ausgabe? Ihre Meinung ist für uns wichtig. Und: Nennen Sie uns Ihr Wunschthema für die nächste Ausgabe. Durch Ihre Ideen und Anregungen werden wir noch besser.

Adressen, Initiativen, Literatur



Wo gibt's was zum Thema Wohnen im Alter?

Wie möchte ich im Alter wohnen? Welche Nachbarschaft möchte ich haben? Benötige ich ständige Hilfe? Wer sich mit dem Thema „Wohnen im Alter“ beschäftigt, braucht vor allem Information und Beratung.

- Informationen über alternative Wohnprojekte für Senioren bietet das „Forum Gemeinsames Wohnen“ (FGWA) mit Sitz in Bremen. Das FGWA ist ein bundesweites Netzwerk für gemeinschaftliche Wohnprojekte, das bereits Ende der 80er Jahre gegründet wurde. Die Anfragen nach Beratung und Information haben in den vergangenen Jahren sprunghaft zugenommen: Gab es 1999 rund 2.000 Anfragen, waren es im vergangenen Jahr bereits mehr als 10.000.
- www.fgwa.de

Praxis-Tipp

Drinnen und draußen

Terrassen- und Balkontürschwellen überwinden

Balkon- und Terrassentüren haben meist Schwellen, die die Innenräume vor Regenwasser schützen sollen. Für gehbehinderte Menschen oder Rollstuhlfahrer sind aber schon 3 cm hohe Schwellen eine schwer zu überwindende Barriere. Was tun? Die Lösung richtet sich nach den persönlichen Möglichkeiten und den baulichen Vorgaben.

Markieren: Manchmal reicht es schon, die Schwelle deutlich zu markieren, damit man die Stolperkante gut sieht.

Fester Halt: Haltegriffe können für mehr Sicherheit sorgen. Für den Außenbereich sollten Griffe aus Kunststoff oder kunststoffummantelte Metallgriffe gewählt werden, da reine Metallgriffe bei niedrigen Temperaturen kalt werden, so dass sie unangenehm zu greifen sind und keinen festen Zugriff bieten.



dings so großflächig sein, dass jeder samt Gehstock bequem darauf stehen kann.

Boden erhöhen: Ist die Schwelle so hoch, dass zu viele Stufen gesetzt werden müssten, kann der Balkonboden bis zur Schwellenkante durch Lattenroste aus Holz oder andere wasserdurchlässige Konstruktionen erhöht werden. Achtung: Die Höhe des Balkongeländers darf aus Sicherheitsgründen 90 cm nicht unterschreiten, muss also ggf. auch erhöht werden.

Hocker: Wenn die Tür breit genug ist, kann man einen Stuhl ohne Armlehnen oder einen Hocker über die Schwelle stellen. So ist es möglich sich im Zimmer auf den Stuhl zu setzen, im Sitzen die Beine über die Schwelle nach draußen zu heben und draußen wieder aufzustehen. Der Sitz sollte dazu so hoch sein, dass jeder problemlos aufstehen kann.

Rampe: Bleibt innen eine Schwelle, kann entweder eine Zwischenstufe eingesetzt werden oder, zum Beispiel für einen Rollstuhl, eine Rampe. Letztere muss entfernt werden können, um die Tür zu schließen. Jeder sollte also ohne fremde Hilfe in der Lage sein, die Rampe wegzustellen oder hochzuklappen.

Zwischenstufen: Gehbehinderte können oft leichter niedrige Stufen überwinden als über schräge Ebenen oder Rampen gehen. Zwischenstufen, die vor und hinter der Schwelle eingebaut werden, müssen aller-

Überbrückung: Ist die Schwelle niedrig, reichen häufig die handelsüblichen Überbrückungshilfen für Rollstuhlfahrer aus Metall oder Kunststoffstecksätzen.

Quelle: FORUM SOZIALSTATION, Bonn, www.forumsozialstation.de

gratis

Unser Service für Sie

Sturzunfälle vermeiden



Stürze sind mit Abstand die Unfallursache Nummer eins im Leben von Senioren. Aber Sturzunfälle sind gut vermeidbar. Wie es sich in den eigenen vier Wänden sicher

leben lässt, zeigt die Broschüre „Sturzunfälle sind vermeidbar“, die in Zusammenarbeit mit dem Mediziner und Sturzpräventionsexperten Dr. Clemens Becker vom Geriatrischen Zentrum Ulm entstanden ist.

► Senden Sie uns diesen Abschnitt einfach zu. Wir bringen Ihnen die Broschüre dann ins Haus.

Vorname

Nachname

Straße

Plz

Ort

Telefon

→ Über alternative Wohnformen im Alter informiert die Internet-Plattform Neue Wohnformen. Sie wurde in Zusammenarbeit mit dem Landratsamt Enzkreis, dem Evangelischen Diakonissenverein Siloah e.V. Pforzheim, der Karlsruher BauWohnberatung Bed & Roses und anderen Partnern realisiert und bedient vor allem den süddeutschen Raum. Dort gibt es auch eine Checkliste für betreute Wohnprojekte zum Herunterladen und seit Ende Mai eine Online-Kontaktbörse. Ziel ist es, zwischen Wohnwünschen und -projekten zu vermitteln oder Gleichgesinnte für ein neues gemeinsames Wohnprojekt zusammenzuführen. Die Registrierung ist kostenlos.
→ www.neue-wohnformen.de

umfangreiche Materialien bereit. Infos zum Thema Wohnraumanpassung auch bei der Handwerkskooperation Barrierefrei Leben (Dortmund).
→ www.wohnungsanpassung.de
→ www.barrierefreileben.de

→ Ganz neu ist ein Leitfaden für Initiatoren von ambulant betreuten Wohngruppen: Die sehr praxisnahe und informative Arbeitshilfe „Ambulant Betreute Wohngruppen – Arbeitshilfe für Initiatoren“ kostet acht EUR plus Versandkosten und kann beim Kuratorium Deutsche Altershilfe KDA in Köln bestellt werden.
→ www.kda.de

→ Vor rund einem Jahr wurde in Berlin die „Bundesarbeitsgemeinschaft Ambulant betreute Wohngemeinschaften für Menschen mit Demenz“ gegründet. Ansprechpartner der BAG

ist Klaus-W. Pawletko, Geschäftsführer der „Freunde alter Menschen“, Berlin.

→ kpawletko@famev.de

→ Stiftung Warentest: Gemeinsam statt einsam, Testbericht zu Wohnformen im Alter, Heft 10/2005

→ www.stiftung-warentest.de

→ Konzept Neue Wohnformen für ältere Menschen: Übersicht zu unterschiedlichen Wohnformen und deren Besonderheiten, Ministerium für Arbeit und Soziales Baden-Württemberg (2006)

→ www.sozialministerium-bw.de unter Publikationen → Senioren

Quelle: FORUM SOZIALSTATION, Bonn
→ www.forumsozialstation.de