

WOHNEN UND PFLEGE IM ALTER

Beilage in Kooperation mit der Gesundheitsstadt Berlin e.V.



Unbeschwert im Ruhestand. Wer sich früh genug Gedanken darüber macht, wie er im Alter und im Pflegefall leben und wohnen möchte, kann den goldenen Lebensabschnitt entspannter genießen.

Foto: Fotolia

Zu Hause ist es am schönsten

Die Deutschen wollen auch im Alter ein selbstbestimmtes Leben führen – neue Wohn- und Betreuungsformen entstehen

VON BEATRICE HAMBERGER

Noch keine zehn Jahre ist es her, da waren Begriffe wie „altengerechte Quartiere“ und „Pflege-WG“ Fremdwörter. Inzwischen ist ein nahezu unüberschaubarer Markt an neuen Wohn-, Betreuungs- und Pflegemodellen entstanden.

Zugegeben, kein ganz „pflegeleichter“ Markt. Seine Konsumenten sind alt. Vielfach zwar noch gesund und rüstig, aber zum Teil eben doch pflegebedürftig, vereinsamt oder geistig nicht mehr auf der Höhe. Vielen fehlt es obendrein am nötigen Kleingeld. Wohnen und Pflege in luxuriösen Seniorenresidenzen kann sich nur eine verschwindende Minderheit leisten. Ob im Jahr 2050 nun tatsächlich ein Drittel der Gesellschaft älter als 65 ist und 4,5 Millionen Menschen zu pflegen sind, wie es Demografen voraussagen, oder ein paar mehr oder weniger – klar ist, dass etwas passieren muss. Die Frage ist nur: was?

NRW Gesundheitsministerin Barbara Steffens hat für ihren Vorstoß, den Bau von Altenheimen zu stoppen, kaum Kritik geerntet. Dafür gab es viel Lob für ihren „Masterplan altengerechte Quartiere“. Der Plan sieht vor, Menschen so zu unterstützen, dass sie möglichst lange in den eigenen vier Wänden wohnen bleiben können. Engagement von Ehrenamtlichen ist dabei genauso gefragt wie die Vernetzung von Pflegediensten und anderen Hilfeleistungen.

Derartige Konzepte werden momentan in der gesamten Republik diskutiert. „Es kommt jetzt darauf an, vor Ort Versorgungsangebote zu schaffen, die auch im Pflegefall ein selbstbestimmtes Wohnen ermöglichen“, sagt Sybille Klotz, Stadträtin für Gesundheit, Soziales und Stadtentwicklung in Tempelhof-Schöneberg. Das was Klotz, Steffens und viele andere fordern, kommt den Deutschen gerade recht. Umfragen ergeben nämlich ein eindeutiges Bild: Die meisten möchten ihren Lebensabend in den eigenen vier Wänden verbringen – und das auch im Pflegefall. Nur sieben Prozent der Menschen im erwerbsfähigen Alter wollen laut einer Studie der Krankenversicherung DKV im Fall der Pflegebedürftigkeit in ein Pflegeheim. Ein Drittel wäre bereit, in eine Pflege-WG zu ziehen, alle anderen wollen zu Hause gepflegt werden.

Experten überraschen die Ergebnisse wenig. „Nichts fürchten die Menschen mehr, als abhängig zu sein und nicht mehr selbst entscheiden zu können, weiß

Professor Frieder Lang, der am Institut für Psychogerontologie der Universität Erlangen-Nürnberg über das Alter forscht. „Und das Pflegeheim wird nun mal mit dem Verlust der Selbstbestimmung assoziiert, auch wenn dieses Vorurteil nicht immer ganz berechtigt ist.“

Selbstbestimmung ist kein einfacher Begriff. Lang zufolge bleibt die Fähigkeit, eigenständige Entscheidungen zu treffen, bis in die letzten Lebensjahre erhalten, dennoch passen Menschen ihre Ansprüche aber in der Regel den Umständen an. Mit dem Phänomen der „Passung“ erklärt der Altersforscher auch, warum alte Menschen im Durchschnitt nicht unzufriedener sind als junge. „In dem Maß, in dem es uns gelingt, unsere Erwartungshaltung an unsere Fähigkeiten anzupassen, sind wir auch zufrieden.“

Diese Strategie bringt Menschen offenbar auch dazu, sich im Alter Neuem zu öffnen. So bestätigen Untersuchungen des Nürnberger Instituts, dass die meisten Menschen bis zu ihrem Tod in den eigenen vier Wänden leben möchten. Allerdings fanden die Altersforscher heraus, dass bei der Generation 50 plus die Bereitschaft umzuziehen wächst, wenn eine bessere Versorgung, die Nähe zur Familie oder mehr Geselligkeit in Aussicht gestellt werden.

Mit anderen Worten: Je beschwerlicher oder einsamer das Leben zu Hause wird, desto eher lassen sich Ältere auf eine neue Wohnsituation ein. „Gerade für vereinsamte Menschen kann der Umzug in eine altersgerechte Umgebung die bes-

sere Alternative sein“, meint Gabriele Schilling vom St. Josefsheim der Caritas Altenhilfe.

Wie viele ältere Menschen heute in einer „altersgerechten“ Umgebung leben, lässt sich schwer sagen. Fakt ist, dass von den 2,5 Millionen Pflegebedürftigen ein Drittel in einer Pflegeeinrichtung lebt. Fest steht auch, dass das Angebot an altersgerechten Wohnungen weitaus kleiner ist als der Bedarf. Laut Bundesinitiative Daheim statt Heim e.V. ist nur ein Prozent aller Wohnungen altersgerecht gestaltet. „Statt Altenheime sollte die Politik stärker den Bau altersgerechter Wohnungen fördern“, fordert Vereinsvorsitzende Silvia Schmitt.

Nichtsdestotrotz lassen sich derzeit rund 1,76 Millionen Menschen in ihrer bevorzugten Lebensform pflegen, nämlich zu Hause. Größtenteils übernehmen das Angehörige, bei einem knappen Drittel springen Pflegedienste ein. Über eine 24-Stunden-Betreuung durch osteuropäische Pflegekräfte spricht man in Deutschland nur mit vorgehaltener Hand. Das Modell ist zwar beliebt, schrammt aber aus arbeits- und sozialversicherungsrechtlichen Gründen am Rande der Legalität.

Sie wollte nicht allein sein. Darum zog sie mit 68 Jahren in eine Alters-WG

Man kann sich auch Unterstützung holen. In Berlin beraten zum Beispiel die Stattbau GmbH und ihre „Netzwerkagentur Generationen Wohnen“ Menschen, die in einer Wohn- oder Hausgemeinschaft leben wollen. Darunter sind nach Auskunft von Geschäftsführer Theo Killewald junge Familien, die mit Mitte Dreißig eine Hausgemeinschaft gründen möchten. Und dann ist da noch die Generation 55 plus. „Mit dem Ruhestand bricht bei vielen das soziale Gefüge weg“, sagt Killewald. „Der Wunsch, in einer Hausgemeinschaft zu leben, wird dann immer größer.“

Killewald hat zum Beispiel Sina van Dyck in eine Alters-WG vermittelt. Eigentlich wollte die 68-Jährige das gar nicht. Da eine Hausgemeinschaft aber kurzfristig nicht machbar war, hat sie dann doch mal Probe gewohnt. Seit Januar wohnt Sina van Dyck in der Senioren-WG am Gasometer. Auch sie wollte

im Alter nicht allein sein, gleichzeitig aber autark bleiben. „Sich auf ein Leben in einer Alters-WG einzulassen, setzt viel Toleranz und Lernbereitschaft voraus“, sagt die promovierte Kunsthistorikerin. „Aber Lernen ist notwendig und hält jung.“ Dass im selben Haus eine Pflege-WG, eine Demenz-WG, eine Tagespflege und ein Pflegedienst untergebracht sind, interessiert sie derzeit wenig, andererseits „weiß man ja nie, was noch kommt.“

Das Seniorenhaus am Gasometer in Schöneberg ist ein Modellprojekt der Stiftung Leben in Berlin und eines von unzähligen, die man unter dem Begriff „alternative Wohnformen“ subsumiert. Als alternativ wird praktisch alles bezeichnet, was nicht dem klassischen Altenheim entspricht. Betreutes Wohnen, Mehrgenerationenhäuser, generationenübergreifendes Wohnen, Nachbarschaftsheime, Alters-WG, Quartierslösungen – die Liste ist lang.

Psychogerontologe Lang findet die Angebotsvielfalt wichtig. „Wir sollten alten Menschen nicht vorschreiben, wie sie ihr Leben gestalten sollen, wir sollten ihnen stattdessen Anreize setzen.“ Was das wichtigste sei? „Ansprache“, sagt Lang. „Wer soziale Kontakte hat, bleibt vielleicht nicht länger jung, aber länger gesund.“

Ansprache hat Brigitte W. in der Tagespflege des Nachbarschaftsheim Schöneberg gefunden. Dort wird miteinander geredet, gemeinsam gegessen und ein abwechslungsreiches Tagesprogramm geboten. Und weil die 73 Jahre alte Dame nach eigenen Angaben schlecht rumsitzen kann, fasst sie auch gerne mit an: hilft beim Kochen, Bügeln und Tisch decken. „Ich wollte nicht den ganzen Tag alleine in der Wohnung sitzen“, sagt die Witwe. „Das Nachbarschaftsheim gibt meinem Leben einen Sinn.“

Andere bekommen mit 65 noch Flügel. Spanien, Österreich, Schweiz, USA, Kanada heißen die Top-Länder, in die deutsche Rentner in ihrem goldenen Lebensabschnitt zieht. Von den 22 Millionen Renten überweist die Deutsche Rentenversicherung derzeit 214 000 an im Ausland lebende Rentner. Seit 1992 hat sich diese Zahl fast verdoppelt. Trotz dieses Trends stellt das Senioren-Domizil „unter Palmen“ bislang nur für einen Bruchteil der deutschen Rentner eine ernsthafte Alternative dar. Die meisten leben dort, wo es dem Volksmund nach am schönsten ist: zu Hause.

5. September 2013
9.30–11 Uhr Community Care – alt werden in Nachbarschaft, Georg Zinner, Geschäftsführer, Nachbarschaftsheim Schöneberg e.V., Berlin
11.30–13 Uhr Was kann Reha leisten? Thomas Wessinghage, Ärztlicher Direktor, Chefarzt Orthopädie und Sportmedizin, Medical Park AG, Amerang Tsp

Wandel – Stand und Perspektiven
Oda Scheibelhuber, Leiterin der Abteilung Raumordnung, Stadtentwicklung, Wohnen, öffentliches Baurecht, Bundesministerium für Verkehr, Bau und Stadtentwicklung, Berlin
Bürgerschaftliches Engagement in Deutschland – Überblick und Perspektiven
Dieter Hackler, Leiter der Abteilung „Ältere Menschen“, Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend
Ehrenamt und Menschen mit

Migrationshintergrund
Rita Süßmuth, Bundestagspräsidentin a.D.

AUSZUG AUS DEM PROGRAMM

Demografiekongress am 4. und 5. September 2013

„Wohnen und Pflege im Alter“ ist ein zentrales Thema des Demografiekongresses, bei dem mehr als 100 Referenten vorgetragen werden. Weitere Schwerpunkte sind: Konzepte gegen Altersarmut, Medizin und Rehabilitation im Alter, Nachbarschaften und Ehrenamt, Arbeit und Fachkräftemangel. Die Veranstaltung findet statt im Hotel Intercontinental, Budapester Straße 2, 10787 Berlin und ist kostenpflichtig. Anmeldung unter: www.demografiekongress.de

4. September 2013
10–11.30 Uhr Konzepte gegen Altersarmut
Bert Rürup, Präsident, Handelsblatt Research Institut, Düsseldorf; Heiner Geißler, Bundesminister a.D.; Karl-Josef Laumann, MdL, Minister a.D., Fraktionsvorsitzender, CDU, Landtag Nordrhein-Westfalen; Annelie Buntenbach, Mitglied des Geschäftsführenden Bundesvorstands, Deutscher Gewerkschaftsbund, Berlin
15.45–17.15 Uhr Wohnraumanpassung im demografischen

Wandel – Stand und Perspektiven
Oda Scheibelhuber, Leiterin der Abteilung Raumordnung, Stadtentwicklung, Wohnen, öffentliches Baurecht, Bundesministerium für Verkehr, Bau und Stadtentwicklung, Berlin
Bürgerschaftliches Engagement in Deutschland – Überblick und Perspektiven
Dieter Hackler, Leiter der Abteilung „Ältere Menschen“, Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend
Ehrenamt und Menschen mit

Migrationshintergrund
Rita Süßmuth, Bundestagspräsidentin a.D.
5. September 2013
9.30–11 Uhr Community Care – alt werden in Nachbarschaft, Georg Zinner, Geschäftsführer, Nachbarschaftsheim Schöneberg e.V., Berlin
11.30–13 Uhr Was kann Reha leisten? Thomas Wessinghage, Ärztlicher Direktor, Chefarzt Orthopädie und Sportmedizin, Medical Park AG, Amerang Tsp

Wir werden gesund älter!

Im Jahre 2010 konnte ein 60-jähriger Mann in Deutschland damit rechnen, dass er noch etwa 21 Jahre lebt. Zum Vergleich: 1970 waren es nur 15 zusätzliche Lebensjahre. Bei den 60-jährigen Frauen lag die Lebenserwartung 2010 bei 25 weiteren Jahren. 2060 können die 60-Jährigen noch mit rund 27 bis 30 weiteren Lebensjahren rechnen. Wir leben immer länger – und in der Regel immer länger gesund!

Gesund altern bedeutet, dass wir im Leben später pflegebedürftig werden. Bereits heute liegt das Alter bei Eintritt in ein Pflegeheim bei rund 84 Jahren. Wir können nach der Erwerbstätigkeit 15 oder 20 Jahre aktiv sein und uns vielfältig engagieren – in der Familie, in der Nachbarschaft oder in der Arbeitswelt. Jedes gewonnene gesunde Lebensjahr, so eine Studie von Nicholas Eberstadt, führt zu einem Zuwachs beim Bruttoinlandsprodukt von sieben bis acht Prozent pro Kopf. Der Wohlstand eines Landes hängt nicht vom Altersaufbau der Bevölkerung, sondern von der Gesundheit der Menschen ab. Gesundheit und Wohlstand bedingen einander!

Nach der Erwerbstätigkeit wird die Wohnung zum Lebensmittelpunkt. Häufig sind Anpassungen erforderlich: Schwellen reduzieren, Türen verbreitern, Bad und Küche altersgerecht modernisieren. Sensoren können sicherstellen, dass Bügeleisen oder Herd automatisch abgestellt werden und ein Touch-Screen-PC hilft, Heizung und Türöffner zu bedienen. Bei Hilfebedürftigkeit sorgen ein intelligenter Hausnotruf und ein elektrischer Türöffner für zusätzliche Sicherheit.

Wenn die Wohnung zum zentralen Lebensort im Alter wird, kann soziale Isolation und Einsamkeit die Folge sein. Dies zu verhindern, ist die größte Herausforderung der alternden Gesellschaft. Wir müssen verlässliche soziale Netzwerke fördern sowie die Integration der Menschen in Nachbarschaften und Quartieren sicherstellen. Neue Wohnformen, wie Alters-Wohngemeinschaften, Senioren-genossenschaften oder Mehrgenerationenhäuser, helfen sehr. Sie stehen für gemeinschaftliches Erleben und gegenseitige Unterstützung. Im Übrigen: Wer über viele soziale Kontakte im Alter verfügt, lebt nachweislich länger gesund.

Auch eine Zunahme der Pflegebedürftigkeit kann durch ein intaktes soziales Umfeld vermindert werden. Die Menschen möchten bei Pflegebedürftigkeit in den eigenen vier Wänden versorgt werden. Dies gelingt nur durch die Zusammenarbeit von Ehrenamtlichen, Wohnungsbaugesellschaften, Pflegediensten und sozialen Netzwerken vor Ort. Wie diese wohnortnahen Hilfe- und Unterstützungsnetze sinnvoll gestaltet und nachhaltig gesichert werden können, ist eine wesentliche Aufgabe in der alternden Gesellschaft.

Die vorliegende Beilage, die in bewährter Kooperation zwischen Gesundheitsstadt Berlin und dem Tagesspiegel entstanden ist, beleuchtet Themen rund um Wohnen und Pflege im Alter. Ich wünsche Ihnen viel Spaß bei der Lektüre. Ulf Fink

— Der Autor ist Senator a. D. und Vorstandsvorsitzender Gesundheitsstadt Berlin e. V.

INHALT

- DESIGN OHNE HINDERNISSE B2
Wohnungen barrierefrei umbauen.
- FIT WIE NIE ZUVOR B3
Wohnungswirtschaftsexpertin Maren Kern über unternehmungslustige Senioren und neue Wohnbedürfnisse
- NETZWERKER VON NEBENAN B4
Ehrenamtliche und lokale Initiativen entlasten die Pflegebranche.
- EINE FRAGE DES ALTERS B5
Mit steigender Lebenserwartung müssen mehr Menschen ins Pflegeheim.
- SMARTES HANDY B6
Senioren lassen sich von unauffälliger Technik begeistern.
- HILFE AUF KNOPFDRUCK B7
So lebt man gut und sicher zu Hause.
- IN DER KIEZSTUBE B8
Ein Wohnungsunternehmen bringt die Generationen ins Gespräch.



Ulf Fink

BAUEN FÜR DIE ZUKUNFT Architektur für Jung und Alt

Design ohne Hindernisse

Im Alter steckt die Wohnung plötzlich voller Tücken – damit der Umbau nicht an den Kosten scheitert, bietet die KfW ein Förderprogramm an

VON ECKHARD FEDDERSEN

Haben Sie eigentlich schon mal kritisch geprüft, ob Ihre Wohnung auch für das Alter geeignet ist? Oder haben Sie etwa schon Ihr Badezimmer altersgerecht umbauen lassen? Spätestens jetzt werden die meisten den Kopf schütteln: „Altersgerecht? Das hat doch wirklich noch Zeit! Und wer weiß, ob ich das jemals brauchen werde.“ Die Reaktion ist nachvollziehbar, aber zu kurz gedacht. Natürlich kann niemand wissen, wann der Badebännenrand zum unüberwindlichen Hindernis wird. Mehr Komfort bietet eine bodengleiche Dusche aber auf jeden Fall – nicht nur im Alter. Und was heute einfach nur bequem ist, kann später im wahrsten Sinn des Wortes notwendig sein. Denn im Alter steckt die Wohnung plötzlich voller Tücken. Die Gleichung „Heute mehr Komfort, übermorgen mehr Sicherheit“ gilt für alle Anpassungen, die Wohnräume für die Unwägbarkeiten des längeren Lebens vorbereiten.

Barrierefrei ist im Bestand kaum machbar

Wie stark man dafür in die Substanz eingreifen muss, hängt vom Grundriss und der Bauweise des Hauses ab. Lassen sich Türen in einem Mauerwerksbau der 50er Jahre vergleichsweise einfach verbreitern, sind die Betonwände mancher Häuser aus den 70er Jahren nur mit hohem Aufwand zu verändern. Völlige Barrierefreiheit ist im Bestand nur schwer oder gar nicht zu erreichen. Um in der Abwägung von Kosten, Nutzen und Gestaltungsqualität ein gutes Ergebnis zu erreichen, hilft es, sich an den Prinzipien des Universal Designs zu orientieren. Das Ziel von Universal Design



Zu kurz gedacht. Eine barrierearme Wohnung nützt wenig, wenn der Zugang vom Bürgersteig bis zur Hauseingangstür beschwerlich bleibt.

Foto: Fotolia

sign ist es, Menschen ein selbstbestimmtes Leben zu ermöglichen, unabhängig von ihrem Alter oder Gesundheitszustand. Hierzu benötigen sie eine Umwelt, die für jeden nutzbar ist, von der Türklinke bis zum Wohnumfeld.

Der größte Handlungsbedarf für einen Umbau besteht meist im Badezimmer. Es ist für viele Menschen ein intimer Ort, an dem man sich so lange wie möglich alleine pflegen möchte. Allerdings ist das Bad von allen Räumen einer Wohnung oft am wenigsten alterstauglich. Neben

schwefelfreier Duschkabine fehlt es an Fläche, um sich zum Beispiel auch mit einem Rollator gut zwischen Waschbecken, Toilette und Dusche bewegen zu können. Dabei hilft es schon, die Badewanne zu entfernen und die Objekte neu anzuordnen. Idealerweise ist der Waschtisch unterfahrbar und verfügt über einen Spiegel, in dem man sich auch im Sitzen gut sehen kann.

Ein entscheidender Schlüssel für mehr Komfort ist die Ausleuchtung. Statt einer zentralen Deckenleuchte in der Mitte des

Raumes können verteilte Lichtquellen punktuell Dusche, Badewanne, Toilette und Waschbecken optimal erhellen. Nicht nur Menschen mit einer verminderten Sehfähigkeit finden sich so besser zurecht, das Badezimmer wirkt dadurch auch größer.

Unauffällig, komfortabel und schön – dieser Dreiklang gilt besonders für alle Hilfsmittel wie Duschklappitze oder Haltegriffe. Oft reicht es aus, diese für den Fall der Fälle konstruktiv vorzusehen, indem eine Wand verstärkt ausgefüllt

wird. Die knallrote Haltestange auf weißen Fliesen sollte allerdings generell tabu sein: Kein Mensch möchte jeden Morgen von klinischen Accessoires begrüßt werden, die ihm seine Hilfsbedürftigkeit immer wieder neu vor Augen führen.

Nach den gleichen Prinzipien lassen sich Küchen, Wohnräume und natürlich auch Flure, Treppenhäuser sowie Wege zum Gebäude umgestalten. Denn auch eine barrierearme Wohnung ist nur die halbe Miete, wenn der Weg vor die Haustür beschwerlich bleibt. Bereits der Zu-

gang zum Gebäude vom Bürgersteig bis zur Hauseingangstür sollte schwellenfrei sein. Sitzgelegenheiten ermöglichen bei längeren Strecken kleine Pausen.

Finanzielle Unterstützung bei der Anpassung bietet die staatliche Förderbank KfW. Mit ihrem Programm „Altersgerecht Umbauen“ setzt sie für Wohnungseigentümer, Mieter, Wohnungsunternehmen und Wohnungsgenossenschaften nicht nur finanzielle Anreize mit zinsverbilligten Darlehen. Das Programm definiert auch bauliche Standards, die bei einem Umbau einzuhalten sind. So unterschiedlich die Situationen im Bestand sind, so stark variieren die Kosten. Als erste Orientierung sollte man für eine Anpassung eines Bades zwischen 6000 und 10000 Euro veranschlagen.

Anpassung des Badezimmers beginnt bei 6000 Euro

Rat und Tat erhalten Umbauwillige bei Beratungsstellen wie etwa der Bundesarbeitsgemeinschaft Wohnungsanpassung e.V. Bei Architektenkammern können Adressen spezialisierter Planer erfragt werden, die bei der Begutachtung des Bestandes und der Planung behilflich sind. Know-how ist inzwischen ausreichend vorhanden, nun gilt es vorausschauend zu handeln. Denn auch wenn das Alter gefühlt noch in weiter Ferne liegt: Es gibt keinen Grund, sich den Komfort einer barrierearmen Umgebung vorzuenthalten. Und wenn man sie später nicht unbedingt braucht, sondern einfach nur genießen kann – umso besser. Schönheit und Sicherheit gehören im Alter zusammen.

— Der Autor ist Inhaber des Architekturbüros Feddersenarchitekten in Berlin

Jeder nach seiner Fassung Standardwohnung ist ein Auslaufmodell

Die Modernisierung des Gebäudebestandes gehört zu den wichtigsten Aufgaben von Immobilienunternehmen. Nur wer hier regelmäßig aktiv wird und gezielt in Umbau und Anpassung der Immobilien an die Bedürfnisse der Menschen investiert, hat auch zufriedene Mieter. Und das für viele Jahre in naturgemäß langfristig angelegten Vermietungsgeschäft.

Aber wie wollen die Menschen eigentlich wohnen? Wir wissen, dass die Standardwohnung mittlerweile ein Auslaufmodell ist. Die GdW Wohntrends 2020 offenbaren, dass verschiedene Bevölkerungsgruppen unterschiedliche Wohnkonzepte favorisieren. Wohnraum muss daher zielgruppengerecht angeboten werden, jeweils angepasst an Alter, Milieu und Lebensphase.

Doch nicht jeder Mensch braucht zwangsläufig im Alter eine barrierefreie Wohnung. Fußläufige Einkaufsmöglichkeiten, Ärzte und Apotheken, das vertraute Café um die Ecke oder eine gute Anbindung an den öffentlichen Nahverkehr sind häufig viel entscheidender als schwellenfreie Räume. Zumal sich laut der jüngsten Altersstudie von Generali viele 65- bis 85-Jährige keineswegs gebrechlich fühlen. Sie verbringen im Durchschnitt fünf Tage in der Woche außer Haus, Autonomie ist für sie ein zentrales Thema.

Das barrierefreie Umbauen ganzer Wohnungsbestände ist daher gar nicht notwendig. Hohe Investitionskosten würden sich auch anteilig in den Mieten widerspiegeln. Entscheidender sind individuelle Lösungen, wie elektronische Unterstützungssysteme. Auch Kooperationen mit Wohlfahrtsverbänden können Unternehmen helfen.

Die Caritas hat zum Beispiel drei Objekte der GSW Immobilien AG mit rund 150 Wohnungen gemietet, um sie gezielt an ältere Menschen weiter zu vermieten, inklusive aller Serviceleistungen aus dem Leistungsspektrum der Caritas. Obwohl in dem GSW-Wohnungsbestand vermutet rund 35 Prozent Senioren leben, registrieren wir keine große Nachfrage nach solchen Angeboten, was ebenfalls gegen einen flächendeckenden Umbau von Wohnanlagen spricht. Vielmehr muss Wohnraum künftig zielgruppengerecht mit separaten Lösungen angeboten werden.

JÖRG SCHWAGENSCHIEDT
— Der Autor ist Vorstand der GSW Immobilien AG

Wo Generationen zusammenrücken

Genossenschaften investieren in barrierearmes Wohnen – auch jüngere Mieter können davon profitieren

Wer heute in einer Genossenschaft wohnt, wünscht sich mehr als nur ein Dach über dem Kopf. Faire Mieten, moderner Komfort in energetisch sanierten, altersgerecht ausgestatteten Wohnungen sowie Freizeitangebote und soziale Beratungen werden von den Mitgliedern erwartet. Die Wohnungsbaugenossenschaften stellen die Wünsche der Mitglieder in den Mittelpunkt ihres Serviceangebotes und bieten zahlreiche Leistungen über das Wohnen hinaus.

Ob beim Aufbau von nachbarschaftlichen Netzwerken, der Unterstützung im Krankheitsfall oder dem Sparen in einer eigenen Spareinrichtung – Genossenschaften können auch hier mit Angeboten aufwarten. So ist es nicht verwunderlich, dass der überwiegende Teil der Mitglieder das genossenschaftliche Wohnen schätzt und so lange wie möglich ein unabhängiges Leben in den eigenen vier Wänden führen möchte. Mit einem ganzen Maßnahmenbündel kommen Genossenschaften wie der Beamten-Wohnungs-Verein zu Köpenick (BWV) diesem Wunsch nach und erleichtern ihren älteren Wohnungsnutzern das Leben im Alltag.

Die demografische Entwicklung mit einer weiteren Zunahme der älteren Generation hält an. Bereits heute spiegelt der hohe Mitgliederanteil der Senioren die gesellschaftliche Veränderung auch in den

Wohnungsbaugenossenschaften wider: 44 Prozent der Mitglieder des BWV sind über 60 Jahre alt. Mit dem Sonderprogramm „Barrierearmes Wohnen“ passt die Genossenschaft seit 2008 ihren Wohnungsbestand an die besonderen Bedürfnisse der älteren Bewohner an.

Dielenschwellen in der Wohnung stellen für Menschen mit Gehbehinderung eine ständige Stolpergefahr dar, ebenso Kanten und Stufen im Badbereich. Für betagte Menschen erscheint die vierte Etage in einem Altbau ohne Fahrstuhl schon fast unerreichbar, wenn keine Verweilmöglichkeit zum Sitzen besteht. Auch Hauseingangsbereiche mit hohen Stufen und unebenem Pflaster werden zur gefährlichen Hürde. Im Rahmen des Programms werden deshalb die Bäder einschließlich der Duschen umgebaut, WC-Sitze erhöht, Haltegriffe angebracht und Schwellen entfernt. Im Treppenhaus werden Klappsitze eingebaut, Aufzüge erneuert und auch der Hauseingangsbereich wird barrierefrei umgestaltet.

Durch die Umgestaltung des Wohnfeldes macht der BWV das Wohnen sicherer und angenehmer für seine älteren Bewohner. Aber auch jüngere Bewohner profitieren von einem Alltag ohne Barrieren: Familien mit Kinderwagen und Einkaufstrolleys sowie Roller- und Fahrradfahrer freuen sich über ein zügiges und

sicheres Vorwärtskommen auf stufenlosen Wegen und breiten Zugängen.

Ermöglicht wird die Umsetzung des Projektes „Barrierearmes Wohnen“ durch den Verzicht der Vertreterversammlung auf die Ausschüttung einer Dividende in Höhe von 400 000 Euro jährlich. Seit 2008 hat die Genossenschaft zwei Millionen Euro in das Projekt investiert, ohne dass die Mitglieder hierüber eine Mieterhöhung erhielten. Der Ausschüttungsbetrag kommt so durch bestandsaufwertende und lebenserleichternde Maßnahmen im vollen Umfang den Mitgliedern zu Gute.

Jede Wohnung ist schwellenlos zu erreichen

Die barrierearme Umgestaltung der Wohnungen und des Wohnfeldes ist ein wichtiger Schritt auf dem Weg zur Förderung des lebenslangen Wohnens und zur Anpassung des Wohnungsbestandes an strukturell bedingte Nachfrageveränderungen. Die umfangreichsten Möglichkeiten zur Gestaltung von Wohnraum an die Anforderungen von morgen bieten sich allerdings beim Neubau.

Bei der Konzeption des Neubaus „Wohnpark am Wuhle-Ufer“ in Köpenick

flossen von Beginn an Überlegungen zum generationsübergreifenden Wohnen ein. Wie die gegenseitige Unterstützung von Jung und Alt gefördert und gemeinschaftliche Wohnformen im Familienverbund oder Haus- und Nachbarschaftsgemeinschaften realisiert werden können, waren wichtige Überlegungen bei der Planung der Wohnanlage.

Von der Tiefgarage über die extra breiten Aufzüge bis zu den Eingangstüren ist jede Wohnung schwellenlos zu erreichen. Unterschiedliche Wohnungsgrößen, bodengleiche Duschen, große Terrassen und Balkone, großzügige Grünflächen sowie ein Nachbarschaftstreff und ein Kinderladen schaffen attraktiven Wohnraum für Alt und Jung.

Die Entwicklung von nachhaltigen Wohnformen für das „Zusammenrücken der Generationen“ ist eine Herausforderung, die sich allen Unternehmen der Wohnungswirtschaft heute stellt. Dabei befinden sich viele Genossenschaften bereits auf einem guten Weg: Hier werden zukunftsweisende Lösungen so konzipiert, dass sie nicht nur für Einzelne offen stehen, sondern bei bezahlbaren Mieten für alle Mitglieder erschwinglich sind.

HILDEGARD SCHUMANN
— Die Autorin ist Vorstand des Beamten-Wohnungs-Vereins zu Köpenick eG

Service-Wohnen mit traumhaftem Wasserblick

Die Johanniter-Quartiere in Potsdam und Altenhof versprechen herrliche Aussichten für das Leben im Alter, Wasserblick inklusive.

Beratung, Information und Besichtigungstermine unter ☎ 0800 3233 800 (gebührenfrei)

www.johanniter-quartier.de

DIE JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben

Wir pflegen Menschlichkeit.

Ihr starker Partner rund um die Pflege

Michael Bethke UNTERNEHMENSGRUPPE
20 Jahre Erfahrung & Beständigkeit

- Wir haben das passende Angebot für Sie. In derzeit 5 Bundesländern bieten wir Hauskrankenpflege, Seniorenwohnungen, Wohnen in Wohngemeinschaften und vollstationäre Pflege an.
- Wir sind besonders. Bei uns erleben Sie Seniorenwohnen mal anders, denn jedes unserer Häuser hat sein eigenes Thema, vom kurfürstlichen Leben im Barock bis zum Tag am Meer.
- Langeweile war gestern. Vielfältige Freizeitaktivitäten und innovative pflegfachliche Schwerpunkte wie Homöopathie sorgen für Ihr Wohlbefinden.

www.michaelbethke.com

Unternehmensgruppe Michael Bethke • Auguste-Viktoria-Allee 12-13 • 13403 Berlin • ☎ 030 814 001 00

HILFSBEDÜRFTIGKEIT Angebote für Betroffene und ihre Familien

Netzwerker von nebenan

Die Pflegebranche kämpft mit Personalmangel – Ehrenamt und lokale Initiativen können die Lücke schließen

VON CAROLA SCHAAF-DERICH

„Ich möchte möglichst lange gesund und fit bleiben!“, sagt Frau Iren (Name geändert). „Deshalb engagiere ich mich so gerne und so lange ich es irgendwie kann.“ Frau Iren, 46 Jahre alt, kam zur Beratung in die Landesfreiwilligenagentur Berlin und hat die Angebote im Bereich „Hilfe für ältere Menschen“ nach ihren Auswahlkriterien geprüft, bis sie fündig wurde. „Die ‚Freunde alter Menschen‘ in Kreuzberg haben ein neues Programm, da kann ich direkt bei mir um die Ecke tätig werden.“

Frau Iren ist eine von 30 000 Interessierten, die es jedes Jahr auf die Internetplattform der Landesfreiwilligenagentur Berlin zieht und die sich ihrer Bedeutung für die Gesellschaft bewusst sind. Und diese ändert sich – der demografische Wandel findet bereits statt. Nun muss sich einiges in unserem Zusammenleben

Sie kommen mit Menschen im Quartier ins Gespräch und bieten Hilfe an

ändern, damit nicht zwei Extreme entstehen: einerseits „Privilegierte“, die sich mit eigener Kraft helfen können, und andererseits „Gefährdete“, denen diese Ressourcen nicht zur Verfügung stehen.

Sogenannte „Stadtteilkümmerner“ sind deshalb seit drei Jahren in Ingelheim in Rheinland-Pfalz als Lotsen und Vermittler für Senioren im Quartier unterwegs. Sie schaffen Kontakte, bieten Hilfen an, kommen mit Menschen auf der Straße über die Probleme im Stadtteil ins Gespräch. Oberbürgermeister Ralf Claus gefällt das. Geschult wurden die Kümmerner im Mehrgenerationenhaus, das vom Seniorenbüro unterstützt wird.

Das Migrations- und Integrationsbüro unterstützt die interkulturelle Besetzung des Stadtteilkümmersers. Eine bunte Welt der Helferinnen und Unterstützer kann



Selbst helfen, solange es geht. In Berlin können Interessierte zum Beispiel über die Landesfreiwilligenagentur eine passende Initiative finden, bei der sie sich für ältere Menschen engagieren.

Foto: Fotolia

und soll sich entfalten, damit unser künftiges Leben im Alter lebenswert bleiben kann.

Neben der Altersarmut ist die Netzwerkmutter für die gesellschaftliche Entwicklungsdynamik mindestens ebenso gravierend, urteilte schon 2001 der Publizist und Sozialpolitiker Warnfried Dettling. Heute wissen wir, dass es mit dem Abwarten vorbei ist. Wer gepflegt älter werden will, braucht Strategien der Selbstpflege, vor allem im Bereich körperlicher und seelischer Gesundheit.

Daneben wird es um den Aufbau und die Pflege von hilfreichen Beziehungen, von Kontakten in der Nachbarschaft und in Gemeinschaften von Gleichinteressierten gehen: ob dies „Freiwilligennetze“ wie in Nürnberg sind, Generationenbüros wie in Schwäbisch Gmünd, Bürger-Cafés wie in Mainz oder „Wahlwandtschaften“ in Bonn.

Das Familienministerium hat am 13. Juni 2013 grünes Licht für 300 Projekte unter dem Leitbild der „Sorgenden Gemeinschaften“ gegeben, die alle die Idee

der vernetzten sozialen Gesellschaft aufgreifen. Projekte zum Abbau von Barrieren im Wohnbereich und zur altersgerechten Wohnungsanpassung sind genauso dabei wie Beratungs- und Anlaufstellen, Initiativen und Offensiven für Ältere. Es geht stets um ein Mehr an Gemeinschaftsleben, um die Verwirklichung eines selbstbestimmten und ausgefüllten Lebens im höheren Alter.

Nur wenn jedes vierte heute geborene Kind in Deutschland in die Branche der Pflegeberufe eintritt, kann der Pflegenot-

stand aufgehalten werden, sagen Pflegeexperten voraus. Kaum anzunehmen, dass es so kommt, geschweige denn, dass dies bezahlbar sein wird in einem Berufsfeld, das heute schon massiv unter Druck ist. Bürgerschaftliches Engagement wird eine Option für die Betreuung dementer, multimorbider und hochbetagter Menschen sein müssen, prophezeien bereits die Sozialpolitiker.

Jedes vierte Neugeborene müsste Pfleger werden, um den Notstand aufzuhalten

Der „Hilfemix“ ist angekündigt, die Versorgungskette von professionellen Kräften wird verstärkt durch „Alltagshelfer“ oder „Pflegerberater“ im semiprofessionellen Bereich bis hin zu qualifizierten ehrenamtlichen „Kümmernern“ und „Pflebegleitern“. So entstehen neue Versorgungsnetze, zugleich aber auch neue Anforderungen und Chancen für ein Hand-in-Hand-Vorgehen aller Beteiligten. Wohl dem, der sich in diesen neuen Zusammenhängen und Systemen der Hilfe und Unterstützung beizeiten umschaut und ein wenig orientieren konnte. Hilfe wird auch weiterhin ein System auf Gegenseitigkeit bleiben, bei dem sich beide, der Helfer wie der Hilfebedürftige, gut auskennen sollten.

Beibehalten, ehrlich zu beantwortende Frage: wollen wir nicht so lange wie möglich selbstbestimmt und -gepflegt, mit eigener Kraft und wahlverwandten Netzwerken unser immer länger werdendes Leben füllen? Und so lange es geht selbst aktiv sein, mit anderen? Ja, so wie Frau Iren. Die hat es verstanden.

— Die Autorin ist Geschäftsführerin der Landesfreiwilligenagentur Berlin und Mitglied im Sprecherrat des Bundesnetzwerks Bürgerschaftliches Engagement

Eine Eins für die Betreuung

So findet man den richtigen Pflegedienst

Woran erkennt man einen guten ambulanten Pflegedienst? So berechtigt sich die Frage Pflegebedürftigen und deren Angehörigen stellt, so wenig kann sie eindeutig beantwortet werden. Wohlklingende Versprechungen in Prospekten oder Internetauftritten der Pflegedienste sind meist ebenso wenig aussagekräftig wie vielfältige Qualitätszertifikate.

Um pflegebedürftigen Menschen das Leben in ihrem Zuhause so lange wie möglich zu erhalten, ist ab einem bestimmten Grad der Pflegebedürftigkeit professionelle Versorgung durch Pflegefachkräfte notwendig, also Beschäftigung von Kranken- oder Altenpflegern, die eine dreijährige Ausbildung absolviert haben. Die Pflegefachkraft ermittelt, welche Einschränkungen vorliegen und schlägt vor, wie diese kompensiert werden können.

Danach richtet sich auch der Leistungsumfang der Hauskrankenpflege, der stets an die Pflegestufe des Patienten gekoppelt und fester Bestandteil der Dienstleistungen und nicht frei anzupassen ist. Die Betreuung der Hauskrankenpflege wird dabei medizinische Pflege und die Grundversorgung wie Körperpflege beinhalten,

Neben einzelnen Noten zählt bei der Suche vor allem die kompetente Beratung

kann aber auch hauswirtschaftliche Versorgung oder soziale Betreuung der Patienten umfassen.

Pflegestützpunkte oder die zuständige Pflegekasse beraten bei der Suche nach einem passenden Pflegedienst. Einen ersten Anhaltspunkt dafür, ob ein ambulanter Pflegedienst gute Leistungen bietet, gibt das Benotungssystem des Medizinischen Dienstes der gesetzlichen Krankenkassen (MDK). Die ambulanten Pflegedienste müssen sich dabei einer jährlichen Prüfung unterziehen, wo sie vom MDK nach dem Schulnotenbewertungssystem bewertet werden. Allerdings gibt die Gesamtnote eines ambulanten Pflegedienstes nur bedingt Aufschluss darüber, ob die gewünschten Anforderungen erfüllt werden. Betroffene sollten daher unbedingt die einzelnen Noten etwa für die Bereiche „pflegerische Leistung“ oder „ärztlich verordnete pflegerische Leistungen“ vergleichen.

Einen guten ambulanten Dienst erkennt der Betroffene außerdem daran, dass er kompetent und einfühlsam beraten wird und den Eindruck erhält, dass der Pflegedienst genau auf den besonderen Bedarf des Pflegebedürftigen spezialisiert ist. Ferner zeichnet sich der Pflegedienst dadurch aus, dass dessen Mitarbeiter stets pünktlich sind und immer Respekt zeigen, das heißt sie sprechen den Patienten direkt an. Und: Die Abrechnungen des Dienstes sind verständlich und nachvollziehbar.

Der Hausarzt oder Bekannte, die Erfahrung mit einem ambulanten Pflegedienst haben, liefern oft die aussagekräftigsten Beurteilungskriterien.

ROLAND RADTKE

— Der Autor ist Geschäftsführer der Unternehmensgruppe Michael Bethke

Wenn die Erinnerungen verblassen

Demenz belastet Betroffene und ihre Angehörigen – neue Wege der Unterstützung helfen, die Freude am Leben zu erhalten

Demenz ist eine Erkrankung des zentralen Nervensystems, für die es bis heute zwar keine Heilung, aber doch relativ lange eine Linderung der mit ihr verbundenen Symptome geben kann. Gerade in den letzten Jahren haben sich die Versorgungsangebote für Menschen mit einer Demenzdiagnose entscheidend weiter entwickelt. Vor allem die nichtmedikamentösen Maßnahmen wie Biographiearbeit, Reminiszenz, taktile Massage, Musik-, Tanz-, Milieu- und Farbtherapie haben an Bedeutung gewonnen und die Lebensqualität entscheidend verbessert.

Also trotz allem eine gute Nachricht? Die Frage ist schwer zu beantworten. Denn für Betroffene wie Angehörige und Freunde stellen Vergesslichkeit, Bewegungsdrang, Unruhe, aber auch die Probleme bei nachlassendem Sprachverständnis im fortgeschrittenen Stadium einer Demenzerkrankung eine hohe Belastung dar. Bereits im Anfangsstadium der Erkrankung können viele Abläufe des alltäglichen Lebens wie Zubereitung und Einnahme der Mahlzeiten, Körperhygiene und der Tag-Nacht-Rhythmus erheblich gestört sein, was für die Umge-

bung eine große Herausforderung darstellt. Gerade dann, wenn die begleitenden und versorgenden Angehörigen selbst auf Grund von Alter und eigener Erkrankung nicht mehr so belastbar sind. Das vordringlichste Ziel ist es deshalb, die Erkrankten und ihre Angehörigen so zu unterstützen, dass ihnen trotz der schwierigen Situation Lebensqualität, Lebensperspektive und auch Freude am Leben erhalten bleiben.

Etwas mehr als Zweidrittel der Erkrankten werden von ihren Angehörigen in der ihnen vertrauten häuslichen Umgebung versorgt und betreut, was für die Erkrankten in der Regel von Vorteil ist. Der Verbleib im althergebrachten Umfeld, die gewohnten Tagesabläufe und Rituale geben ihrem Leben einen sicheren und strukturierenden Rahmen, was gerade dann, wenn die Orientierung in Person, Zeit, Raum und Ort nachlässt, von stabilisierender Bedeutung ist. Selbst diejenigen unter den Erkrankten, die keine Angehörigen mehr haben, finden sich lange in den eigenen vier Wänden besser zu Recht als in einer beschützenden Einrichtung der Altenhilfe. Ihr größtes Problem ist die

Einsamkeit und Isolierung, die sich im Krankheitsverlauf breit macht und die Demenzsymptomatik verstärkt.

Damit das Leben im vertrauten Haushalt auf Dauer gelingen kann, ohne dass die Angehörigen chronisch überfordert sind und sich erschöpfen, braucht es Unterstützungssysteme, die an den Wünschen und noch vorhandenen Ressourcen

Einsamkeit und Isolierung verstärken die Krankheit

der Erkrankten ansetzen und sie im Sinn einer „personenzentrierten Pflege“ durch ihren Alltag begleiten.

In den letzten Jahren sind erste Tageseinrichtungen für Menschen in der Frühphase der Demenz entstanden, wie Malteser Tagestreff Bottrop, die ressourcenorientiert arbeiten und die Angehörigen tagsüber entlasten, Selbsthilfegruppen für Erkrankte, Gesprächskreise und Schulungen für Angehörige, Besuchsdienste, eigene Ferienangebote, Nachtcafés und

technische Unterstützungssysteme. Für diejenigen, die nicht mehr im gewohnten Milieu verbleiben können, sind neue Wohnformen wie Wohngruppen, Wohnsiedlungen und auch eigene Versorgungsformen im Rahmen der stationären Altenhilfe entstanden.

Die Angebotspalette ist breit, trotzdem finden viele Angehörige und auch Erkrankte lange nicht den Weg in diese Unterstützungssysteme. Zum einen, weil sie damit die Diagnose öffentlich machen, zum anderen auch, weil mit den meisten Angeboten ein Finanzierungsbedarf verbunden ist.

Im sogenannten niedrigschwelligen Bereich spielt das bürgerliche Engagement eine große Rolle. Gerade bei den Besuchsdiensten finden sich viele Ehrenamtliche wieder, die ein Stück ihrer Zeit an die Erkrankten und ihre Familien verschenken. Doch wenn es dann um Tagesstrukturierende Maßnahmen geht, ist auch der Geldbeutel gefragt. Da kommt dann die Pflegeversicherung mit ihren verschiedenen Pflegestufen zum Tragen.

Seit 2008 – verbessert durch die Pflegeversicherung 2012 – gibt es bereits bei einge-

Zweiter Frühling bei der GSW

Die GSW bietet in fast ganz Berlin Wohnungen aller Größen zu fairen Preisen. Wir beraten Sie gerne und machen Ihnen ein individuelles Angebot!

Wunschwohnungstelefon: 030. 25 34 10 10 (Mo–Fr 8–18 Uhr)
vermietung@gsw.de

GSW

Mein Berlin. Mein Zuhause.

www.gsw.de

degewo
Mehr Stadt. Mehr Leben.

Fairness: wohnt bei degewo.

Faire Mieten. Fair Bauen. Fair Modernisieren.

Wir sorgen für stabile Mieten, sanieren energetisch und bauen neue Wohnungen. Knapp 500 bringen wir bis 2014 auf den Weg, weitere 3000 sind bis 2020 geplant. Das degewo-Prinzip: Fairness

Erfahren Sie mehr unter:
fairness-wohnt-bei-degewo.de

Für faires Wohnen.

PERSPEKTIVEN DER PFLEGE *Neue Ansätze in der Betreuung*

Gesünder altern

Mit steigender Lebenserwartung wächst die Zahl derjenigen, die auf eine Versorgung in Pflegeheimen angewiesen sind

VON UWE PREUSKER

Pflege ist in vielerlei Hinsicht ein Zukunftsthema. So beschäftigt die Frage, ob man selbst einmal in der Zukunft pflegebedürftig wird, fast zwei Drittel der Menschen in Deutschland. Und Hochrechnungen zeigen, dass künftig immer mehr Menschen pflegebedürftig werden. Für den Einzelnen ist aber vor allem wichtig: Wie will ich versorgt werden, sollte ich einmal pflegebedürftig werden?

Das Statistische Bundesamt rechnet für 2030 mit bis zu 3,4 Millionen Pflegebedürftigen. Aktuell sind es erst gut 2,5 Millionen. Bereits heute wird jeder zweite Mann im Laufe seines Lebens pflegebedürftig, und bei den Frauen sind es sogar annähernd drei von vier, wie der Bertelsmann-Report „Pflege 2030“ zeigt. Diese Zahlen bewegen die Menschen: So gaben in einer Umfrage des Wissenschaftlichen Instituts der AOK (WIdO) 61,4 Prozent der Befragten an, dass sie die Sorge beschäftigen, im Alter zum Pflegefall zu werden. Das gilt selbst für Jüngere: Jeder Zweite (50,4 Prozent) der unter 30-Jährigen gab an, Angst davor zu haben, einmal pflegebedürftig zu werden.

Gleichzeitig zeigt die Umfrage eine klare Präferenz, wo man im Pflegefall versorgt werden will: 41,3 Prozent der Menschen wollen zu Hause versorgt werden, 40,8 Prozent im Kreis der Familie. Das entspricht der heutigen Realität. Gemäß Statistischem Bundesamt wurden 2011 von den rund 2,5 Millionen Pflegebedürftigen 70 Prozent (1,76 Millionen) zu Hause versorgt, die große Mehrheit (1,18 Millionen) ausschließlich durch Angehörige.

Wie ein zweites Zuhause Pflegeheime ersetzen traditionelle Familienstrukturen

Wir werden immer älter. Damit verbunden steigt das Risiko, pflegebedürftig zu werden. Diese Veränderungen haben auch Einfluss auf die zukünftige Nachfrage nach Pflegeleistungen.

Der Ansatz „Ambulant vor Stationär“ wird von der Bundesregierung seit Jahren unterstützt und soll die Versorgung in der häuslichen Umgebung stärken. Allerdings ist zur Unterstützung und Entlastung der pflegenden Angehörigen ein gutes Netzwerk von differenzierten Angeboten an Pflege- und Versorgungsleistungen wohnortnah notwendig. Die ambulanten Anbieter stehen vor der Herausforderung, den Wegfall traditioneller Familienstrukturen kompensieren zu müssen.

Unabhängig davon sind und bleiben die vollstationären Pflegeeinrichtungen ein wichtiger Baustein einer gut funktionierenden Versorgungsstruktur. Gründe hierfür sind neben der zu erwartenden demografischen Entwicklung, die Individualisierung der Gesellschaft, die zunehmende Kinderlosigkeit und die weiter wachsende Mobilität im Beruf, die die Übernahme einer häuslichen Pflege durch die Angehörigen schwieriger machen.

Daher wird die Bedeutung der stationären Betreuung zukünftig, trotz des Vorrangs häuslich vor stationär, weiter wachsen. Auch wenn die Verweildauer, die im



Leben im Gestrn. Immer mehr Pflegebedürftige sind demenzkrank und müssen daher stationär betreut werden. Dafür braucht es geschultes Personal. Foto: Fotolia

Doch ist der Wunsch nach einer Versorgung zu Hause auch in Zukunft noch realistisch? Zwei Entwicklungen sprechen eher dagegen: Einmal nimmt die Zahl der Pflegebedürftigen ständig zu – sie stieg

allein zwischen 2009 und 2011 um sieben Prozent an. Gleichzeitig werden zukünftig wegen der Alterung der Gesellschaft weniger Personen zur Verfügung stehen, die die häusliche Pflege übernehmen

men können. Hinzu kommt, dass die Bereitschaft zur Pflege vielfach in Konflikt mit Anforderungen einer Erwerbstätigkeit steht.

Gleichzeitig bleiben die Menschen heute, so der Report „Pflege 2030“, deutlich länger gesund und leistungsfähig. Und mit dem Ende der Erwerbstätigkeit beginnt für viele Menschen eine neue, aktive Lebensphase, die etliche im Sinne des Gemeinwohls gestalten wollen. Gleichzeitig bilden sich neue soziale Netzwerke in der Nachbarschaft und im Freundeskreis. Familienpflege wird – so die Tendenz – verstärkt durch bürgerschaftliches Engagement und neue soziale Versorgungsnetze ergänzt oder auch ersetzt.

Gesund altern heißt aber auch, dass wir in der Zukunft im Durchschnitt deutlich später pflegebedürftig werden als heute. Dieses für den Einzelnen positive Phänomen führt dazu, dass Menschen, die in eine stationäre Pflegeeinrichtung kommen, immer älter sind. Derzeit liegt das Alter bei Eintritt in ein Pflegeheim bei rund 84 Jahren. Parallel sinkt die durchschnittliche Zeit, die sie dort verweilen – aktuell beträgt sie sechs bis acht Monate. Und: Immer mehr Pflegebedürftige sind demenzkrank. Denn Demenz führt nach dem Barmer GEK Pflegereport 2010 fast zwangsläufig zu Pflegebedürftigkeit. So vervierfacht sich mit der Demenzdiagnose die Wahrscheinlichkeit, noch im selben Quartal als pflegebedürftig eingestuft zu werden.

Das zeigt, dass stationäre Pflegeeinrichtungen auch in der Zukunft eine zentrale Rolle in der Versorgung Pflegebedürftiger spielen werden. Nur: Sie müssen sich verändern. Noch stärker als heute werden sie sich dabei um die Versorgung schwer und schwerst demenzkranker kümmern müssen. Zentrale Voraussetzung dafür, dass Pflegebedürftige gut versorgt werden, ist eine ausreichende Zahl

von gut ausgebildeten und motivierten Pflegekräften. Doch auch hier verheißt die demografische Entwicklung nicht nur Positives. Denn die Alterung der Gesellschaft betrifft auch die in der Pflege Tätigen. Gleichzeitig nimmt die Zahl der jungen Menschen ab, die sich für einen Pflegeberuf entscheiden. Die Folge: Nach dem Report „Pflege 2030“ werden im Jahr 2030 fast 500 000 Vollzeitkräfte in der Pflege fehlen.

Eine Antwort auf diese Herausforderung ist, die Attraktivität der Pflegeberufe zu erhöhen. Gleichzeitig ist es notwendig, diejenigen, die im Pflegeberuf tätig sind, auch dort zu halten – unter anderem durch gezielte Maßnahmen zur Verbesserung der Arbeitssituation für ältere Pflegekräfte.

Der zunehmende Pflegekräftemangel zwingt schließlich dazu, alle verfügbaren technischen Hilfsmittel zur Ergänzung der pflegerischen Versorgung zu nutzen. So zeigen internationale Erfahrungen, dass etwa der Einsatz von interaktivem Care TV um bis zu 50 Prozent weniger tägliche Vor-Ort-Besuche durch Pflegekräfte ermöglicht, ohne die Intensität und Sicherheit der Betreuung zu senken.

Solche Entwicklungen sind Schritte auf dem Weg zum „Ambient assisted living“ (AAL) – und damit zu der Möglichkeit, trotz bereits bestehender Pflegebedürftigkeit so lange wie möglich in der eigenen, vertrauten Umgebung verbleiben zu können.

— Der Autor ist Publizist und wissenschaftlicher Leiter des Deutschen Pflegekongresses

In bester Hand

Die Malteser bilden Demenzbegleiter aus

Langsam aber sicher scheinen wir zu begreifen, dass unsere Gesellschaft immer älter wird. Immer lauter wird die Forderung nach einer neuen, positiveren Sicht aufs Alter. Das ist gut so und politisch gewollt. Aber was ist eigentlich mit den 1,4 Millionen Menschen, die heute schon an einer Demenzerkrankung leiden und deren Zahl bis zum Jahr 2050 voraussichtlich auf 2,5 Millionen steigen wird? Brauchen wir nicht auch auf diese Menschen eine neue, positivere Sicht, gerade weil es jeden von uns treffen kann?

Die Malteser haben das Thema Demenz zu ihrem Schwerpunkt gemacht. Einmal, um Betroffenen eine bessere Lebensqualität zu ermöglichen, aber auch um die Tabuisierung dieser Erkrankung aufzubrechen. Tabus werden aber nicht gebrochen, indem man demenziell veränderte Menschen in Heime steckt. Viel wichtiger ist es, eine Vielfalt an Möglichkeiten zu schaffen, die den unterschiedlichen Bedürfnissen und Krankheitsphasen gerecht wird. Der demenziell veränderte Mensch braucht in der Regel weniger Pflege als Betreuung.

Menschen mit Demenz brauchen eher mehr Betreuung als Pflege

Und er braucht Verständnis für seine Erkrankung. In Schweden werden bereits Mitarbeiter aus Geschäften oder Banken im Umgang mit demenziell veränderten Menschen geschult. So weit sind wir in Deutschland noch nicht. Die Malteser schulen aber schon seit vielen Jahren Angehörige und bilden ehrenamtliche und professionelle Demenz-Begleiter aus. Die Schulung orientiert sich an der renommierten Silviahemmet Philosophie, die den an Demenz Erkrankten in den Mittelpunkt stellt: Nicht der Betreute soll vom Betreuer lernen, sondern umgekehrt.

Eine Demenz entwickelt sich meist über viele Jahre. Treten erste Anzeichen auf, sollten sich Angehörige unbedingt beraten lassen. Oft können demenziell veränderte Menschen noch lange im eigenen Haushalt leben, wenn Hilfe dort organisiert ist, wo sie benötigt wird, zum Beispiel beim Putzen oder Einkaufen. Zusätzliche Sicherheit kann ein Hausnotrufsystem bieten. Ambulant geht aber noch mehr. Die erwähnten Demenz-Begleiter betreuen die Menschen stundenweise zu Hause. Das Kümern tut den Betroffenen gut und ist vor allem für die Angehörigen eine enorme Entlastung. Sie gewinnen ein paar Stunden Zeit für sich, können Liegegeblienes erledigen oder sich einfach ausruhen – und sich dabei gewiss sein, dass ihre Familienmitglieder währenddessen in besten Händen sind.

Weiter kann eine tageweise Betreuung in Demenzgruppen eine gute Lösung für ein Leben im häuslichen Umfeld sein. Wenn das dann nicht mehr möglich ist, bieten sich Betreutes Wohnen oder Demenz-WGs an. Auch in diesen Einrichtungen bieten die Demenz-Begleiter der Malteser ihre Hilfe an. Das Pflegeheim sollte in jedem Fall nur die letzte aller Lösungen sein. KLAUS KAISER

— Der Autor ist Leiter Soziale Dienste und Demenztrainer beim Malteser Hilfsdienst e.V.

Küche mit Herz

Campus Konzept vernetzt altersgerechte Dienstleistungen mit sozialer Teilhabe

Das Senioren Campus Konzept entstand aus den langjährigen Pflege- und Betreuungserfahrung unseres Unternehmens. Die Idee ist, pflegebedürftigen Menschen ein weitgehend barrierefreies Lebensumfeld zu schaffen, das verschiedene Wohnformen und spezialisierte stationäre und ambulante Angebote auf dem Gebiet der Gerontologie, Psychiatrie und Demenz sowie Angebote zur sozialen Teilhabe integriert.

Herzstück eines Campusquartiers ist ein stationäres Senioren Zentrum, Kurzzeitpflege und Tagespflege gehören ebenso dazu wie die geriatrische Rehabilitation. Weil unser Campusmodell auch und gerade ein gesundes Altern unterstützt, kommen Trainings zum Erhalt und idealerweise zur Verbesserung der körperlichen und geistigen Flexibilität eine besondere Bedeutung zu. Spezielle Konzepte für Menschen ab 70 tragen dazu bei, die Lebensqualität durch mehr Selbstständigkeit zu steigern sowie den Abbau der kognitiven Fähigkeiten hinauszuzögern. Diese werden in das Campusquartier integriert.

Die genannten pflegerischen, medizinischen und rehabilitativen Angebote sind ein wichtiger Teil des Campus Konzepts. Ebenso wichtig sind soziale Angebote wie Begegnungsstätten, gemeinsame Unter-

nehmungen, Sozialdienst, psychosoziale Einzel- und Gruppenbetreuung oder Beschäftigungstherapie. Schließlich soll auf einem Seniorencampus ein neuer sozialer Raum entstehen, in dem sich die Menschen wohlfühlen. Oberstes Ziel ist eine möglichst hohe Lebensqualität. Dazu gehören das Wertschätzen, sinnvolle Tätigkeiten, Teil einer Gruppe zu sein und dass für alles gesorgt ist und die Betroffenen der Umwelt und den Beziehungen vertrauen können.

Alles nur Zukunft? In Magdeburg wird ein solches Campus Konzept speziell für Menschen mit Demenz ab Sommer 2013 umgesetzt. Das Vitanas Demenz Zentrum Am Schleifufer in Magdeburg bietet fünf verschiedene Wohnformen, zu meist in Einzelzimmern, an. Die Wohnformen sind den unterschiedlichen individuellen Bedürfnissen der an Demenz erkrankten Bewohner angepasst. Menschen mit einer beginnenden bis leichten Demenz können etwa in der stationären Hausgemeinschaft Sicherheit und Geborgenheit finden und ein Leben in „alltagsnaher Normalität“ führen. Steigt der Pflege-

bedarf, stehen je nach individuellen Bedürfnissen und dem Grad der Erkrankung vier weitere Wohnbereiche zur Verfügung. In der Wohngruppe für palliative Pflege beispielsweise finden Menschen mit einer sehr weit fortgeschrittenen Demenz ein letztes, geborgenes Zuhause. In Magdeburg, wie auch bei allen anderen geplanten Campusquartieren, setzen wir auf das Prinzip des „normalen Wohnens“. Das heißt, wir versuchen das Umfeld so zu gestalten, dass sich der Mensch trotz Demenz alltäglichen Verrichtungen entsprechend seiner Fähigkeiten zuwenden kann. So sind alle Bereiche zum Beispiel mit Therapietischen ausgestattet und auch das Mitbringen von Haustieren ist erwünscht.

Freilich, unser Campus Konzept steht noch am Anfang und muss sukzessive weiterentwickelt werden. Idealerweise so, dass sich nach Möglichkeit eine generationsübergreifende Nachbarschaft entwickeln lässt. Unser Beitrag zum demografischen Wandel ist natürlich nur denkbar im Verbund mit den vielen ehrenamtlichen Helfern, die bereits heute eine altersfreundliche, solidarische Gesellschaft leben. TORSTEN WENZEL

— Der Autor ist Vorsitzender der Geschäftsführung der Vitanas Gruppe

BEI UNS WOHNEN SIE.

Wohnen, wie es im Alter gefällt.

Bei der GEWO BAG sind Sie in jeder Lebensphase gut aufgehoben. Wir sind eine große, traditionsreiche Berliner Wohnungsbaugesellschaft. Genießen Sie bei uns Ihr Leben, ob generationenübergreifend oder in Seniorenwohnhäusern.

Freizeitangebote, Services und Hilfe für den Alltag organisieren wir mit unseren Kooperationspartnern. Weitere Infos unter Fon: 030 4708-2121 oder unter www.gewobag.de.

So malen Sie sich Ihre Zukunft aus

Die Richtige ... Selbstständig und unabhängig in der eigenen Wohnung.

Wir bieten Ihnen Wohnungen mit seniorengerechter Ausstattung in Lichtenrade. Einkaufsmöglichkeiten, Apotheke und Ärzte sowie Busanschluss befinden sich in unmittelbarer Nähe der Wohnanlage.

Wohnbeispiel: Lichtenrader Damm 216, 12305 Berlin, 1-Zimmer-Wohnung, 30 m², NKM: ca. 192 Euro, WM: 289 Euro, Aufzug, Fernheizung, Balkon sowie Küche mit Fenster

Ansprechpartner: STADT UND LAND Wohnbauten-Gesellschaft mbH Steinstraße 78 12307 Berlin

Frau Kerz
Telefon: 030 6892-5224
www.stadtundland.de

