

Selbstverwaltetes Wohnen im Alter

Ein Modell ?

Wohnen im Alter

1. Allgemeine Situation

Die allgemeine Situation ist bekannt. Trotzdem machen sich nur wenige Gedanken, wie es ab einer gewissen Altersstufe weiter geht. Die Folgen sind erhebliche Brüche im Leben.

Die Kinder ziehen aus, es fehlt an Aufgaben und Bestätigung. Mit dem Ausscheiden aus dem Arbeitsleben wird die Situation weiter verstärkt. Einigen gelingt es mit diversen Aktivitäten (Reisen, Konzentration auf vernachlässigte Hobbys, etc.) dem Leben weiterhin einen Sinn und Inhalt zu geben.

Den meisten jedoch fehlen soziale Kontakte im direkten Umfeld. Meist gibt es niemanden, den man spontan ansprechen kann. Es sind die Kleinigkeiten, die sich summieren: ein freundliches „Guten Morgen“, „Wie geht es dir?“, „Was machst du heute?“, „Können wir das zusammen machen?“, „Kannst du das für mich mit erledigen?“

Auch andere Dinge spielen eine Rolle. Wer kein Auto hat, ist auch bei guter Infrastruktur immer auf öffentliche Verkehrsmittel angewiesen. Die Wege zum Arzt, zu Behörden, zu kulturellen Veranstaltungen, alles muß sorgfältig geplant werden. Jeden Weg muß man selbst erledigen, und kommt man zurück ist niemand da. Noch nicht einmal jemand, zu dem man sagen kann: „Scheiß Wetter heute“. Vielleicht dem Hund oder der Katze, doch selbst Haustiere erzeugen Abhängigkeiten, die vieles nicht ermöglichen.

In der Regel steht fast immer der Begriff „betreutes Wohnen“ im Mittelpunkt wenn das Leben im Dritten Lebensabschnitt beschrieben wird. Dieser Begriff ist jedoch nicht exakt definiert. Niemand weiß genau, was dieser Begriff eigentlich beinhaltet.

2. Vorhandene Möglichkeiten

Den meisten fällt zu diesen Aussichten nur betreutes Wohnen ein, wie auch immer dies aussieht, Mann / Frau geht davon aus, dass sich dann schon jemand kümmert. Es gibt einen weiteren Bruch, der Extremfall ist das Altenghetto, fremdgesteuert; die Aktivitäten bestehen aus gemeinsamen Sing- und Spielstunden. Meist kommt man dort schon als gebrechlicher, einsamer Mensch an.

Was also steckt hinter dem Begriff „Betreutes Wohnen“:

Wenn sie die nachfolgende web-adresse auswählen

<http://www.kreis-coesfeld.de/menschen-und-pflege/Bewo/was.htm>

können sie folgendes lesen.

„Was ist Betreutes Wohnen?

Die meisten Menschen möchten auch im Alter ihre Selbstständigkeit erhalten – gleichzeitig soll jedoch auch ihre Sicherheit gewährleistet sein. Diesen Erwartungen kommt das Wohnkonzept des Betreuten Wohnens entgegen. Grundgedanke des Betreuten Wohnens ist, so viel Selbstständigkeit wie möglich in der Wohnung zu erhalten und so viel Betreuung, Verpflegung und Pflege wie nötig zu bieten.“

Anmerkung: „Ist das nicht schön“? weiter geht's >>>>

„Der Begriff „Betreutes Wohnen“ setzt sich aus zwei wesentlichen Komponenten zusammen: Wohnen und Betreuung

Betreutes Wohnen bietet in der Regel:

- *eine barrierefreie und altengerechte Wohnung (Wohn- und Schlafraum, Bad, Küche),*
- *Grundleistungen, für die eine monatliche Pauschale entrichtet werden muss (z. B. Beratung, Vermittlung von Hilfen und Diensten, Hausmeisterdienste, Freizeitangebote),*
- *zusätzliche Wahlleistungen, die bei Bedarf in Anspruch genommen werden können und auch nur dann bezahlt werden müssen (z. B. Essens- und Getränkeversorgung, Hausnotruf, Wohnungsreinigung, Wäschedienst, Hol- und Bringdienst, ambulante Pflege).*

Angebote, die Betreuung und altersgerechtes Wohnen miteinander verbinden, boomen in den letzten Jahren. Künftig ist mit einem noch weiter wach-

senden Angebot zu rechnen.“

Anmerkung: „Offensichtlich kann man dabei was verdienen“? So ist die soziale Marktwirtschaft halt.

„Unter den Begriffen „Betreutes Wohnen“ oder auch „Wohnen mit Service“ oder „Wohnen Plus“ verbergen sich unterschiedlichste Konzepte und Vorstellungen, denn die Begriffe sind bislang nicht verbindlich definiert. So gibt es bessere und schlechtere, preiswertere und teurere Angebote. Insbesondere werden sehr unterschiedliche Betreuungsleistungen angeboten. Der Umfang reicht dabei von einem geringen Service bis hin zur Vollversorgung fast wie in einem Heim.“

Anmerkung: „Lesen sie jetzt den 1. Absatz noch einmal“. Alles klar?

Ein gewisser Fortschritt besteht bei Einrichtungen, in denen auch Lebenspartner aufgenommen werden, liebgewonnene Haustiere mit umziehen können, und Besucher jederzeit Zutritt haben.

Eine weitere Verbesserung wäre es, wenn Mann / Frau sich selbst organisieren könnte. „Altsein“ bedeutet nicht, dass die Organisation von anderen übernommen werden muß. Jeder wird anders alt, jeder hat Stärken und Schwächen, Talente die den anderen zugute kommen.

Die meisten Menschen meinen also, sie werden tatsächlich umfassend betreut. Dieser Irrtum wird erst bemerkt, wenn der Ernstfall eingetreten ist. Auf eine Beschreibung dieser Betreuungssituation im konkreten wird hier verzichtet (testen sie so lange sie noch alle Sinne beieinander haben). Die Fakten hierzu sind durch die Medien bekannt, die Defizite auch. Kurz gesagt, selbst ein reicher Industriestaat wie die Bundesrepublik Deutschland kann eine wirkliche Betreuung nicht leisten. Die demografischen Verhältnisse sind hierbei noch nicht berücksichtigt.

Die wenigsten Menschen brauchen tatsächlich eine ständige medizinische Betreuung; ein Besuch im Monat beim Hausarzt reicht aus. Provokativ gesprochen sterben die meisten Menschen (ca. 90%) bei bester Gesundheit, oder zumindest ist es so, dass der Zustand der Pflegebedürftigkeit oft nur wenige Wochen andauert.

Die meiste Zeit bis dahin verbringen ältere Menschen in einem Zustand der sozialen Isolation, ohne eigene Initiativen, ohne das Gefühl gebraucht zu werden, ohne sich die Flexibilität zu erhalten, die nötig wäre, um die eigene

Situation schlagartig wesentlich zu verbessern.

Diese Situation, die nicht selten ein Drittel der Lebenszeit ausmacht, bleibt unbeachtet, da dieser Personenkreis unauffällig in unserer Mitte lebt. Unauffällig heißt hier jedoch nicht zufrieden und ohne erfüllten Lebensinhalt.

Hier schlummert ein gewaltiges Potential an Lebenserfahrung und Wissen.

Unser Sozialstaat kann sich den Luxus auf Dauer nicht leisten, diese Ressourcen unbeachtet brach liegen zu lassen.

Nicht nur aus volkswirtschaftlichen Gründen müssen auf Dauer andere Formen des Wohnens im Alter gesucht und gefunden werden. Denn nirgendwo bei all diesem Gerede um „betreutes Wohnen“ habe ich auch nur einen Satz gefunden, der in die Richtung geht:

„Was fange ich denn mit mir selbst an“?

3. Wie läuft es ab?

Warten bis zu Schluß => Pflegeheim

Warten bis zum Schluss stellt die ungünstigste Variante dar. Regelmäßig besteht für diejenigen, die dann nicht innerhalb der Familie betreut werden können nur noch die Lösung vom Krankenhaus ins Pflegeheim. Eine Mitwirkungsmöglichkeit besteht meist nicht. Vorangegangen sind oft etliche Jahre, in denen alleine und mit sehr eingeschränkten sozialen Kontakten ohne konkrete Aufgabe vor sich hin gelebt wurde.

Warten bis es alleine nicht mehr geht => betreutes Wohnen

Auch diese Variante stellt keine befriedigende, sondern nur eine Notlösung dar. Entscheidungen werden unter Zeitdruck gefällt. Geeignete Einrichtungen befinden sich meist außerhalb des sozialen Umfeldes. Es gibt keine einheitlichen Beurteilungskriterien für derartige Einrichtungen.

Rechtzeitig umsteigen => Seniorenwohnung

Bei einem rechtzeitigen Umzug in eine seniorengerechte Wohnung besteht meist noch die Möglichkeit, auch Kontakte zu anderen aufzunehmen und sich auf diese Weise, wenn auch begrenzt, ein neues soziales Umfeld zu schaffen.

Rechtzeitig umsteigen => Generationen-Wohnen

Der große Vorteil bei derartigen Einrichtungen besteht darin, dass sich meist ein soziales Umfeld neu bildet und gleichzeitig der Kontakt nicht nur zu Gleichaltrigen entsteht. Auch besteht die Möglichkeit, sich neue Betätigungsfelder zu schaffen.

Rechtzeitig umsteigen => Selbstverwaltetes Wohnen

Diese neue Form des Wohnens im Dritten Lebensabschnitt beinhaltet alle Vorteile des Vorgenannten.

Betreutes Wohnen: natürlich, einer betreut den anderen, ohne dass es im Regelfall überhaupt bemerkt wird. Es wird in einer Gemeinschaft gelebt, bei der es auffällt, wenn etwas nicht stimmt; meist schon bevor es der Betroffene selbst erkennt. Die Beziehungen sind wesentlich intensiver, da alle Mitglieder mehr oder weniger tägliche Kontakte haben.

Gemeinsame Interessen und vor allem übernommene Aufgaben und Pflichten steigern das Selbstbewusstsein und das Selbstwertgefühl. Die Gemeinschaft braucht jeden, damit sie funktioniert.

Da die Gemeinschaft sich selbst wirtschaftlich, sozial und kulturell verwaltet, werden Bedürfnisse nicht von Dritten eingeschätzt und Lösungen nicht übergestülpt. Die Fähigkeiten der einzelnen Mitglieder werden geschätzt und im positiven genutzt. Auf diese Weise entsteht das Gefühl, für alle gebraucht zu werden. Derartige Aktivitäten, die tatsächlich allen dienen, steigern das eigene Wohlbefinden und zeigen, dass das Leben Sinn macht.

Auf Seite 2 kann noch mal nachgelesen werden, was betreutes Wohnen in der Regel bedeutet:

- **barrierefreie und altengerechte Wohnung**
- **Beratung, Vermittlung von Hilfen und Diensten,**
- **Hausmeisterdienste,**
- **Freizeitangebote**
- **Essens- und Getränkeversorgung**
- **Wäschedienst, Hol- und Bringdienst**
- **ambulante Pflege**
- **Fahrdienst**
- **Wohnungsverwaltung**
- **Externe Aktivitäten**

All diese Leistungen können auch intern erbracht werden, die Alten sind doch nicht blöd. Erst in zweiter Linie steht hier der finanzielle Aspekt. Im Vordergrund steht die Aufgabe, die jeder einzelne sich zutraut. Bei der Vielfalt der Aufgaben findet sich für jeden etwas und damit wächst das

Selbstwertgefühl. Das Bewältigen der täglichen Probleme fördert die Kommunikation untereinander und erhöht somit die Lebensqualität.

4. Die alternative Form „Selbstverwaltetes Wohnen“

So kann es aussehen: Versuch einer Beschreibung

Hildegard (67) beherrscht den Computer und kennt sich im Internet aus; außerdem organisiert sie vortrefflich und hat die notwendige Standfestigkeit bei Behörden. Dieser Bürokratismus ist für Wolfgang (59) nur lästig, er fährt gerne Auto und kauft gerne ein. Er braucht Aufträge, Einkaufslisten, etc., nennt man ihm ein Ziel ist er der perfekte Chauffeur. Uli (12) ist der gemeinsame Hund, der braucht Ruhe und zwischendurch Auslauf.

Spaziergehen bzw. sonstige sportliche Aktivitäten in freier Natur sind wiederum für Brigitte (63) eine Herausforderung; davon profitiert besonders Uli.

Die anderen, etwas Trägern werden ebenfalls mitgerissen. Manfred (71) ist der geborene Bäcker bzw. Koch; endlich darf er zeigen, was er drauf hat. Die Gemeinschaft hat aber auch Spezialisten, Frühaufsteher, die das Feuer im Kamin oder Ofen anmachen und die Grundleistungen für das sich ewig in die Länge ziehende Frühstück (die „Kommune“ leistet sich drei Tageszeitungen) in der Gemeinschaftsküche erbringen. Herbert (76) kümmert sich um die geistig / philosophischen Dinge. Schließlich sollen die von allen eingebrachten Bücher eine Bibliothek

werden. Karin (64) entwickelt sich zum spätberufenen Handwerker: Hobeln, Sägen, Fliesenlegen ist nun ihre neue Leidenschaft. Die niederen Arbeiten hierfür erledigt der Frühaufsteher (57); der hat ja die meiste Zeit. Ein Gemeinsames verbindet jedoch alle, der Weg ist das Ziel, nichts ist fertig und wird einfach konsumiert, jeder bringt sich ein.

Die Möglichkeit, das Zusammenleben zu gestalten und konstruktiv zu kritisieren ist riesig. Sobald einer den Raum verläßt und sich beleidigt in seine privaten Räume zurückzieht, können die anderen lästern. Alle während des langen Frühstücks geäußerten Vorschläge können verrissen werden. Das ist die Stunde des Mediators. In jeder Gemeinschaft sind solche ausgleichenden Talente zu finden, die unter Berücksichtigung der individuell vorhandenen Eitelkeiten die richtigen Worte finden und somit jedem das Gefühl vermitteln können, den entscheidenden Beitrag und Hinweis geliefert zu haben.

Egal über was, es wird miteinander geredet. Es gibt gemeinsame Arztbesuche oder der Arzt kommt ins Haus, weil gleich drei Leute erkältet sind. Ausflüge sind kein Problem, die Gemeinschaft hat zwei Autos, ein großes für gemeinsame Aktivitäten und ein kleines für Einkäufe, individuelle Angelegenheiten.

Immer ist einer da, und wenn mal nicht, so kommen sie wieder und man kann sich nicht nur in der Gemeinschaftsküche unterhalten, sondern auch im Kaminzimmer (Bibliothek), wenn Herbert endlich fertig ist und Karin die Regale aufgestellt hat. Hier kann man auch Musik hören, Fernsehen, und, wenn alle mal wieder die Hochzeit von Prinzessin Wunderschön sehen wollen, gehe ich halt in meine Wohnung. Ja, die gibt es auch, dort guck ich dann Fußball oder das Wort zum Sonntag.

Natürlich hat jeder seine privaten Räume, in die er sich zurückziehen kann. Dort ist man autark, kleines Bad, kleine Küche und Wohn- und Schlafzimmer. Das genügt, Whirlpool und Sauna sind ja im hauseigenen Fitnesscenter.

Und was ist, wenn Besuch kommt? Viel Besuch, weil Hildegard ihren 63sten ganz groß feiern will.

Natürlich gibt es auch da eine Lösung, es gibt einen Veranstaltungsraum - da passen notfalls auch 50 Leute rein. Neulich, als die grauen Panther ihren Kappenabend hatten waren es auch über fünfzig.

Wenn Sie jetzt nicht sagen: Das ist Klasse, da will ich hin, aber leider gibt es so was nicht. Dann werden sie von uns aus alleine alt!

Wo gibt es das? Überall und nirgendwo!

Von alleine geht gar nichts. Es gibt Wohnraum genug, vielleicht nicht immer da, wo man ihn haben will. Vorne Großstadt, hinten Meer, seitlich viel Platz zum Wandern, immer Sonne und schneesichere Weihnachten.

Selbst wenn es so wäre, das wichtigste sind die sozialen Kontakte, ein gemeinsames Ziel und gemeinsames Älterwerden, ohne dass man es merkt.

Wir haben so ein Haus, steht leider, oder Gott sei Dank, im Frankenwald und ist vollkommen leer, ohne jedes Leben. Schade!

Zur Kompensation evtl. eine Ferienwohnung in Berlin? Haben wir auch wegen der Kultur und evtl. wegen der ärztlichen Versorgung - ist viel- leicht bei den Landeiern nicht so optimal.

Wie entsteht so was?

Es wächst, zuerst ist es vielleicht nur eine Ferienwohnung, man kann dann sehen, ob man sich freut, wenn man wieder dahin „muß“. Am besten wäre es, wenn der Übergang gleitend von statten gehen würde.

Wer macht so was?

Nicht einer allein, der bleibt wo er ist! Leute zwischen 50 und 70 - einer oder eine kann auch älter oder jünger sein – die sich Gedanken über einen Lebensabschnitt machen, der meist länger dauert, als die ach so schöne Jugend oder die hektische Phase, in der man beruflichen Din- gen nachgehen muß. Im übrigen spielt das Alter eigentlich keine we- sentliche Rolle. Viel wichtiger ist, wie kann ich mich einbringen; ein schlapper Mitfünfziger ist sicher weniger hilfreich als ein flotter Siebzi- ger.

Was kostet das? unbezahlbar hm?

Was kostet das Leben allein? Na siehste.

Es kostet auf jeden Fall Engagement. Natürlich Miete - aber die bleibt im Objekt – Betriebskosten klar. Der Luxus kostet auch, der ist jedoch variabel.