AUSGABE

Gut wohnen im Alter: Der verständliche Entscheidungsweg zu sicherem, selbstbestimmtem Wohnen: umbauen, umziehen oder neu denken [BAKEOFF openaiGpt6Astra DE]

Maximilian Löser

IHR LOGO

Gut wohnen im Alter: Der verständliche Entscheidungsweg zu sicherem, selbstbestimmtem Wohnen: umbauen, umziehen oder neu denken [BAKEOFF openaiGpt6Astra DE]

Kapitel 1: Ankommen im Thema: Was will ich wirklich?

Frau Berger schiebt den Wohnungsprospekt über den Küchentisch zurück. „Aber dort kenne ich niemanden." Ihre Tochter hat auf den Aufzug gezeigt und auf den Balkon, der auf dem Foto so freundlich aussieht. Frau Berger schaut aus ihrem eigenen Fenster. Unten geht eine Nachbarin mit dem Hund vorbei; gegenüber wird gerade der Laden aufgeschlossen, in dem man ihr samstags die Zeitung zurücklegt. In dieser beispielhaften Szene sprechen beide über gutes Wohnen. Sie meinen jedoch Verschiedenes.

Die Tochter sieht Wege, die leichter werden könnten. Ihre Mutter denkt an einen Alltag, in dem sie ohne Verabredung Menschen trifft und weiß, welche Verkäuferin Zeit für ein paar Worte hat. Beides verdient Aufmerksamkeit. Doch solange der eine Gedanke den anderen übertönt, wird aus dem Gespräch schnell ein Tauziehen. Dabei liegt noch gar keine Entscheidung an. Zuerst müsste Frau Berger erklären können, was sie an ihrem Zuhause festhalten lässt und welche Mühe sie inzwischen gern loswerden würde.

Vielleicht kommt Ihnen eine solche Unterhaltung bekannt vor. Ein Angehöriger schickt einen Link, jemand empfiehlt eine Wohnanlage, oder Sie bleiben selbst vor einem Schaufenster mit Immobilienangeboten stehen und fragen sich zum ersten Mal, ob etwas anderes passen könnte. Manchmal beginnt das Nachdenken auch beiläufig: Der Einkauf bleibt unten im Flur stehen, weil die Kraft für einen zweiten Gang gerade fehlt. Manchmal ist es ein schöner Anlass, etwa der Wunsch, endlich näher bei Freunden zu leben. Wohnen im Alter hat viele Anfänge. Keiner verpflichtet Sie dazu, heute schon Kisten zu packen.

Sie dürfen zunächst nachdenken. Das genügt. Die Frage „Was will ich wirklich?" braucht Platz, bevor Grundrisse und gut gemeinte Ratschläge den Tisch füllen. Sie führt auch dann weiter, wenn Ihre Antwort vorläufig lautet: „Am liebsten würde ich bleiben, aber manches soll leichter werden." Aus einem solchen Satz lässt sich arbeiten. Er enthält eine Bindung und zugleich eine Erlaubnis zur Veränderung.

Was an Ihrem Zuhause zu Ihrem Leben gehört

Ein Zuhause besteht aus Räumen, aber seine Bedeutung reicht weiter. Vielleicht kennen Sie an einem Wintermorgen das Geräusch der Heizung und wissen schon vor dem Öffnen der Gardine, wie das Licht auf den Küchentisch fallen wird. Solche Vertrautheit kann Halt geben. Zugleich kann dieselbe Wohnung Aufgaben mit sich bringen, die inzwischen viel Aufmerksamkeit beanspruchen. Wer sein Zuhause liebt, darf sich über die schwere Balkontür ärgern.

Hilfreich ist die Frage, woran Ihre Verbundenheit genau hängt. Ist es diese Wohnung mit ihren Erinnerungen? Oder sind es vor allem die Menschen und die vertrauten Wege im Viertel? Vielleicht möchten Sie Ihren eigenen Eingang behalten, während Ihnen die Zahl der Zimmer kaum etwas bedeutet. Vielleicht steht der Esstisch für Besuche, obwohl das große Esszimmer längst überwiegend leer bleibt. Je genauer Sie hinschauen, desto eher erkennen Sie, welche Bestandteile Ihres heutigen Wohnens auch an einem anderen Ort möglich wären.

Bei Frau Berger, unserer fiktiven Beispielperson, scheint die Sache zunächst eindeutig: Sie will um jeden Preis in ihrem Viertel bleiben. Auf die Frage, ob damit auch zwingend ihre jetzige Wohnung gemeint sei, wird sie nachdenklich. Eine kleinere Wohnung zwei Straßen weiter wäre etwas ander-

es als die Anlage am Stadtrand. Den Zeitungsladen könnte sie weiterhin erreichen, und ihre Nachbarin würde sie vermutlich noch beim Einkaufen treffen. Ihre Bindung hat eine Adresse, aber diese Adresse umfasst mehr als eine Hausnummer.

Erinnerungen brauchen Respekt. Sie lassen sich nicht mit dem Hinweis beiseiteschieben, ein anderer Grundriss sei vernünftiger. Dennoch lohnt es sich, Erinnerung und künftigen Alltag nebeneinander zu betrachten. Der Schrank, den Sie mit Ihrem Partner ausgesucht haben, kann Ihnen viel bedeuten; die tägliche Sorge um ein zu großes Haus kann ebenso wirklich sein. Sie müssen keines dieser Gefühle wegargumentieren, um zu einer tragfähigen Entscheidung zu kommen.

Versuchen Sie einen einfachen Satzanfang: „Hier zu wohnen bedeutet für mich …“ Schreiben Sie weiter, ohne auf schöne Formulierungen zu achten. Vielleicht entsteht ein Satz über Freiheit, vielleicht über Zugehörigkeit oder darüber, dass Sie niemandem erklären müssen, wann Sie schlafen gehen. Ergänzen Sie anschließend: „Anstrengend wird es für mich, wenn …“ Beide Antworten dürfen auf demselben Blatt stehen. So entsteht ein genaueres Bild als durch die pauschale Frage, ob Ihre Wohnung noch geeignet sei.

Den eigenen Maßstab finden

Für die nächsten Überlegungen genügt ein Blatt Papier, auf dem Sie Ihre Wohnkriterien sammeln. Ein Wohnkriterium beschreibt, was ein Zuhause für Sie leisten soll. „Ich möchte meine Freundin ohne Autofahrt besuchen können“ ist bereits ein brauchbares Kriterium. „Es soll schön sein“ braucht noch eine Erklärung: Meinen Sie Helligkeit, den Blick ins Grüne oder die Möglichkeit, Ihre eigenen Möbel aufzustellen? Ihre Worte zählen. Sie brauchen keine Fachsprache.

Als Ausgangspunkt können zehn Begriffe dienen, die sich in fünf Paaren betrachten lassen. Beginnen Sie mit **Vertrautheit und Unabhängigkeit**. Vertrautheit kann bedeuten, dass Sie sich in Ihrer Umgebung sicher orientieren und bekannte Gesichter sehen. Unabhängigkeit kann heißen, selbst über den Tagesablauf zu bestimmen oder alltägliche Wege ohne Begleitung zu bewältigen. Beides passt häufig zusammen; manchmal verlangt die vertraute Wohnlage jedoch mehr fremde Hilfe, als Ihnen lieb ist.

Daneben stehen **Nähe zu vertrauten Menschen und Geselligkeit im Alltag**. Nähe zur Familie ist für manche der stärkste Wunsch, während andere bewusst einen gewissen Abstand behalten möchten. Geselligkeit kann auch durch ein Café entstehen, in dem Sie regelmäßig jemanden treffen. Fragen Sie möglichst konkret: Mit wem möchte ich Kontakt haben, und wie entsteht dieser Kontakt tatsächlich? Eine kurze Entfernung auf der Landkarte sagt wenig darüber aus, ob Besuche zwischen Arbeitszeiten und anderen Verpflichtungen möglich sind.

Ein weiteres Paar bilden **Sicherheit und Privatheit**. Vielleicht beruhigt Sie die Vorstellung, bei Bedarf rasch jemanden erreichen zu können. Gleichzeitig möchten Sie Ihre Wohnungstür schließen dürfen, ohne dass jemand nachfragt, warum Sie heute allein bleiben. Diese Wünsche widersprechen sich keineswegs zwangsläufig. Sie beschreiben vielmehr die Bedingungen, unter denen Unterstützung für Sie angenehm wäre. „Hilfe erreichbar, Besuche nach Absprache“ ist genauer als ein allgemeiner Wunsch nach Betreuung.

Mit **Ruhe und Lebendigkeit im Umfeld** lässt sich eine weitere Spannung erkunden. Wer gern bei offenem Fenster schläft, beurteilt eine belebte Straße anders als jemand, der sich durch Stimmen und Bewegung vor dem Haus weniger allein fühlt. Auch innerhalb eines Tages können sich Bedürfnisse ändern. Morgens möchten Sie vielleicht den Markt zu Fuß erreichen, abends wünschen Sie einen stillen Rückzugsort. Halten Sie deshalb fest, wo und wann Ihnen Ruhe besonders viel bedeutet.

Schließlich gehören **kurze, gut nutzbare Wege und finanzielle Beweglichkeit** auf das Blatt. Wege beginnen bereits zwischen Bett und Badezimmer; sie führen später bis zur Haltestelle oder zum Einkauf. Finanzielle Beweglichkeit meint den Spielraum, der Ihnen nach den Wohnkosten für Ihr übriges Leben bleibt. Dazu können Besuche bei den Enkeln oder ein regelmäßiger Mittagstisch gehören. Genaue Rechnungen folgen später. Hier genügt zunächst die Feststellung, welchen Teil Ihres Lebens Sie durch hohe Wohnkosten keinesfalls verlieren möchten.

Diese zehn Begriffe bilden ein Angebot. Ergänzen Sie einen eigenen Punkt, wenn etwas fehlt, etwa Platz für ein Haustier oder die Möglichkeit, weiter an einer Werkbank zu arbeiten. Streichen ist ebenfalls erlaubt. Wer nie gern im Garten gearbeitet hat, muss sich im Alter keinen Gemeinschaftsgarten wünschen, nur weil dieser in einer Broschüre freundlich beschrieben wird. Ihr Blatt soll Ihren Alltag abbilden.

Herr Yilmaz, ebenfalls eine fiktive Beispielperson, würde bei den kurzen Wegen deutlich nicken. Er möchte seine Kraft lieber beim Kochen einsetzen als beim wiederholten Gang in den Keller. Seine Kinder vermuten zunächst, er wünsche vor allem eine Wohnung in ihrer Nähe. Er selbst sagt: „Wenn ich morgens ohne Umwege zurechtkomme, beginnt der Tag für mich besser." Die räumliche Nähe zu den Kindern bleibt willkommen. Ganz oben steht für ihn jedoch ein gut nutzbarer Alltag innerhalb der Wohnung.

Einen gewöhnlichen Tag ernst nehmen

Wünsche werden greifbarer, wenn Sie ihnen durch einen normalen Tag folgen. Wählen Sie dafür keinen Geburtstag und keinen besonders schwierigen Ausnahmetag, sondern einen Ablauf, der häufig vorkommt. Beginnen Sie beim Aufwachen und gehen Sie in Gedanken bis zum Abend. Was tun Sie gern selbst? Wo entscheiden Sie spontan? Und an welcher Stelle richten Sie sich bereits nach einer Schwierigkeit, die Ihnen kaum noch auffällt?

Ein kurzer Selbsttest kann aus vier Fragen bestehen, die Sie auf Ihr Blatt schreiben und jeweils mit einer Alltagsszene beantworten. Die erste lautet: „Was möchte ich unbedingt weiterhin selbst tun?" Darauf könnte stehen: „Morgens meinen Tee machen und am Fenster frühstücken." Fragen Sie weiter, weshalb Ihnen gerade das etwas bedeutet. Vielleicht geht es um den vertrauten Geschmack, vielleicht um eine halbe Stunde, in der niemand Ihren Tagesrhythmus bestimmt.

Die zweite Frage heißt: „Was kostet mich mehr Kraft, als ich dafür aufwenden möchte?" Beobachten Sie dabei auch unscheinbare Mühen. Vielleicht planen Sie jeden Einkauf um die schweren Taschen herum oder verzichten auf ein Buch aus dem oberen Regal. Schreiben Sie die Tätigkeit auf und ergänzen Sie, was dadurch zu kurz kommt. Herr Yilmaz würde festhalten, dass ihn Wege im Haus ermüden und er anschließend seltener Lust hat, eine richtige Mahlzeit zuzubereiten.

Bei der dritten Frage betrachten Sie Ihre Kontakte: „Welche Begegnungen gehören zu einer guten Woche?" Gemeint sind die Begegnungen, nach denen Sie sich verbunden oder belebt fühlen. Das kann ein langes Gespräch mit einer Freundin sein, ebenso der kurze Austausch im Treppenhaus. Wenn Ihnen dazu im Moment wenig einfällt, bleiben Sie freundlich mit sich. Vielleicht wünschen Sie sich mehr Kontakt, wissen aber noch nicht, in welcher Form. Auch dieser offene Wunsch gehört auf das Blatt.

Die vierte Frage richtet sich auf Hilfe: „Welche Unterstützung würde ich gern annehmen, wenn ich über ihre Gestaltung mitentscheiden kann?" Lassen Sie sich Zeit. Für manche ist es eine Erleichterung, schwere Einkäufe abzugeben; andere möchten gerade den Einkauf selbst erledigen und wären froh über Hilfe beim Putzen. So zeigt sich, welche Tätigkeiten für Ihre Selbstbestimmung besonders wertvoll sind. Alles allein zu schaffen ist kein notwendiger Maßstab für ein selbstbestimmtes Leben.

Für jede Antwort können Sie zusätzlich einen guten und einen anstrengenden Tag beschreiben. An einem guten Tag schaffen Sie vielleicht einen längeren Weg mit Vergnügen, während Sie nach einer schlechten Nacht froh über eine nahe Einkaufsmöglichkeit wären. Beide Erfahrungen sind aussagekräftig. Eine Wohnentscheidung sollte Ihnen ausreichend Spielraum für solche Schwankungen lassen. Sie brauchen dafür keine Vorhersage über Ihre Gesundheit.

Falls Schreiben mühsam ist, sprechen Sie Ihre Antworten ins Telefon oder bitten Sie eine vertraute Person, sie aufzuschreiben. Lassen Sie sich die Sätze anschließend vorlesen. Es macht einen Unterschied, ob dort „Ich brauche täglich Gesellschaft" steht oder „Ich möchte Menschen treffen können, ohne mich lange vorher zu verabreden". Eine Unterstützung beim Formulieren darf Ihre Aussage genauer machen. Die Deutung bleibt bei Ihnen.

Wünsche und Befürchtungen auseinanderhalten

„Ich will hier auf keinen Fall weg." Ein solcher Satz kann einen klaren Wunsch ausdrücken. Er kann aber auch vieles abwehren, das bisher nur vage vorstellbar ist: fremde Nachbarn, den Abschied von Erinnerungsstücken oder die Sorge, künftig übergangen zu werden. Von außen lässt sich das kaum erkennen. Fragen Sie sich deshalb behutsam, was Sie mit dem Bleiben bewahren möchten und was Sie an einer Veränderung befürchten.

Nehmen Sie ein zweites Blatt und teilen Sie es senkrecht. Links schreiben Sie „Das wünsche ich mir", rechts „Davor habe ich Sorge". Beide Seiten dürfen ausführlich werden. Vielleicht steht links, dass Sie gern häufiger jemanden sehen würden, und rechts, dass gemeinschaftliches Wohnen Sie zu ständigen Aktivitäten verpflichten könnte. Diese Gegenüberstellung löst noch nichts. Sie macht jedoch sichtbar, weshalb ein Angebot zugleich anziehend und abschreckend wirken kann.

Zu jeder Sorge können Sie anschließend fragen, ob Ihnen eine Information fehlt oder ob eine persönliche Grenze berührt wird. „Ich weiß nicht, ob ich dort meine Katze behalten könnte" verlangt eine konkrete Auskunft. „Ich möchte keine Küche teilen" kann eine feste Grenze sein. Andere Befürchtungen brauchen ein Gespräch oder Zeit zum Nachdenken, etwa die Angst, mit einem Umzug den verstorbenen Partner zurückzulassen. Solche Gefühle lassen sich durch einen Besichtigungstermin allein kaum beantworten.

Auch das Bleiben verdient diese doppelte Betrachtung. Welche Freude erhoffen Sie sich davon? Welche Belastung nehmen Sie damit möglicherweise weiterhin auf sich? Vielleicht schützt das bekannte Umfeld Ihre Kontakte, während die Pflege eines großen Grundstücks zunehmend Ihre Wochenenden bestimmt. Ein fairer Vergleich erlaubt beiden Möglichkeiten Licht und Schatten. Er setzt weder den Umzug als Fortschritt noch das Bleiben als einzig würdige Lösung voraus.

Manche Sorgen stammen aus einer einzelnen Erfahrung im Bekanntenkreis. Eine Freundin hat sich nach ihrem Umzug einsam gefühlt, ein Nachbar bereut seinen Umbau. Das prägt. Fragen Sie dennoch nach den Umständen: Was fehlte der Freundin, und welche Erwartungen hatte der Nachbar an die Veränderung? Die Erfahrung kann Ihnen eine gute Prüffrage schenken, ohne Ihre eigene Zukunft festzulegen. Zwischen einer Warnung und einer Vorhersage liegt viel Raum.

Die Drei-Sterne-Liste

Inzwischen haben sich auf Ihren Blättern vermutlich mehr Wünsche gesammelt, als sich bei jeder Wohnmöglichkeit zugleich erfüllen lassen. Nun braucht Ihr Maßstab eine Reihenfolge. Dafür dient die Drei-Sterne-Liste: Sie markieren drei Dinge, die aus heutiger Sicht unverzichtbar sind. Drei sind eine Hilfe zur Konzentration, keine Vorschrift für Ihr Leben. Weitere notwendige Bedingungen dürfen selbstverständlich bestehen bleiben.

Lesen Sie Ihre bisherigen Notizen langsam durch und setzen Sie zunächst kleine Zeichen neben alles, was Ihnen besonders viel bedeutet. Wählen Sie daraus Ihre drei Sterne. Jeder Stern sollte einen ganzen, möglichst anschaulichen Satz erhalten. „Unabhängigkeit" allein bleibt weit offen; „Ich möchte meine Mahlzeiten im eigenen Tagesrhythmus zubereiten können" lässt sich später an einer Wohnung oder einem Angebot prüfen. Schreiben Sie jeweils dazu, weshalb dieser Wunsch so schwer wiegt.

Bei Frau Berger könnte der erste Stern lauten: „Ich möchte im vertrauten Viertel wohnen und meine bestehenden Kontakte ohne aufwendige Anfahrt pflegen können." Ihr zweiter Stern könnte die eigene, abschließbare Wohnung betreffen. Als dritten würde sie vielleicht einen finanziellen Spielraum festhalten, der ihr Besuche und kleine Unternehmungen erlaubt. Das ist eine beispielhafte Auswahl. Sie zeigt, wie aus dem anfänglichen „um jeden Preis" eine genauere Aussage wird, die auch Grenzen anerkennt.

Herr Yilmaz setzt seine Sterne anders. Er möchte die häufig gebrauchten Räume ohne Treppen erreichen und seine Küche so nutzen können, dass ihm das tägliche Kochen Freude macht. Außerdem ist ihm ein ruhiger Platz zum Schlafen unverzichtbar. Ein Balkon wäre schön, steht jedoch weiter unten. Mit dieser Reihenfolge könnte er eine Wohnung ohne Balkon ernsthaft erwägen. Eine

hübsche Aussicht würde dagegen beschwerliche Wege im Inneren kaum aufwiegen.

Prüfen Sie Ihre Sterne mit einer Gegenfrage: „Wenn fast alles andere gut wäre, könnte ich auf diesen Punkt verzichten?“ Antworten Sie ehrlich. Ein eigener Garten kann sich dabei als Herzenswunsch erweisen, während die unverzichtbare Bedingung eigentlich lautet, täglich draußen sitzen zu können. Umgekehrt merken Sie vielleicht, dass Sie Ihre Werkstatt bisher als Nebensache behandelt haben, obwohl dort ein großer Teil Ihres Lebens stattfindet. Dann gehört sie weiter nach oben.

Unterhalb der Sterne können Sie die übrigen Kriterien als „sehr erwünscht“ oder „verhandelbar“ kennzeichnen. Verhandelbar bedeutet keineswegs wertlos. Es bedeutet, dass Sie bei diesem Punkt einen Ausgleich zulassen könnten, etwa weniger Wohnfläche gegen eine günstigere Lage. Lassen Sie zudem Platz für „noch ungeklärt“. Wer heute nicht weiß, wie viel Gemeinschaft angenehm wäre, braucht dafür noch keine künstlich feste Position einzunehmen.

Bewahren Sie neben den drei Sternen auch Ihre ausführlichen Notizen auf. Die Kurzfassung hilft später beim Vergleichen, während die längeren Antworten die Gründe festhalten. Das verhindert, dass ein einzelnes Wort allmählich eine fremde Bedeutung bekommt. Wenn Angehörige unter Sicherheit etwas anderes verstehen als Sie, können Sie auf Ihren eigenen Satz zurückkommen. Dort steht dann beispielsweise, dass Ihnen ein erreichbarer Ansprechpartner wichtig ist und Sie über Besuche weiterhin selbst entscheiden möchten.

Wenn zwei Menschen unterschiedlich wohnen möchten

Wer als Paar zusammenlebt, hat einen gemeinsamen Haushalt und dennoch eigene Wohnbedürfnisse. Gerade langjährige Gewohnheiten können diese Unterschiede verdecken. Eine Person nutzt täglich den Garten, die andere sieht vor allem die Arbeit; eine liebt Gäste, die andere braucht nachmittags ungestörte Zeit. Füllen Sie die ersten Blätter deshalb möglichst getrennt aus. Das schützt die leisere Antwort davor, schon beim Entstehen angepasst zu werden.

Das fiktive Ehepaar Sommer träumt von einem gemeinschaftlichen Garten. Beim genaueren Gespräch zeigt sich, dass Frau Sommer vor allem mit anderen Menschen pflanzen und ernten möchte. Herr Sommer stellt sich einen schattigen Sitzplatz vor, an dem gelegentlich jemand vorbeikommt. Die schwere Gartenarbeit möchte er gern abgeben. Ihr gemeinsamer Wunsch trägt also unterschiedliche Erwartungen. Ein Projekt, das von allen regelmäßige Arbeitseinsätze verlangt, könnte für die beiden ganz verschieden attraktiv sein.

Legen Sie Ihre Drei-Sterne-Listen nebeneinander und lassen Sie zunächst jede Person ihre Gründe erklären. Noch wird nichts verrechnet. Fragen wie „Was wäre daran für dich besonders schön?“ führen häufig weiter als die sofortige Suche nach einem Kompromiss. Vielleicht braucht eine Person im gemeinschaftlichen Wohnprojekt einen eigenen Rückzugsraum, während die andere vor allem einen leicht erreichbaren Treffpunkt wünscht. Beides lässt sich später gezielt prüfen.

Manche Unterschiede bleiben bestehen. Dann hilft es, sichtbar zu machen, wer bei einer bestimmten Lösung welche Belastung tragen würde. Wenn eine Person durch das Bleiben mehr Hausarbeit übernimmt und die andere ihre vertraute Umgebung behält, ist die Verteilung womöglich weniger ausgewogen, als beide zunächst annehmen. Sprechen Sie auch über den Alltag hinter der Wunschvorstellung. Eine Vereinbarung trägt besser, wenn die damit verbundenen Aufgaben von Anfang an erkennbar sind.

Für erwachsene Kinder und andere Unterstützende gilt eine ähnliche Zurückhaltung. Sie dürfen Ihre Sorge aussprechen und zugleich anerkennen, dass Ihr Angehöriger andere Dinge höher gewichtet. Ein hilfreicher Einstieg wäre: „Ich mache mir Gedanken, weil du erzählt hast, dass dich die Treppe anstrengt. Was möchtest du daran gern verändern?“ Damit knüpfen Sie an eine geschilderte Erfahrung an. Sie legen noch keine Wohnform fest.

Zur Klarheit gehören auch Ihre eigenen Grenzen. Wer nur alle zwei Wochen einen Besuch schaffen kann, sollte keine tägliche Unterstützung in Aussicht stellen, um eine Wohnentscheidung angenehmer erscheinen zu lassen. Solche Zusagen geh

ören in den tatsächlichen Kalender. Ältere Menschen können nur mit der Hilfe planen, die verlässlich angeboten wird; Angehörige brauchen Absprachen, die zu ihrem eigenen Leben passen. Gegenseitiger Respekt umfasst beides.

Heute entscheiden, die Zukunft offenhalten

Zehn Jahre sind ein weiter Horizont. Sie müssen sich weder eine bestimmte Erkrankung vorstellen noch ausrechnen, wie viele Treppenstufen Sie später bewältigen werden. Sinnvoller ist es, die Anpassungsfähigkeit Ihres künftigen Alltags zu betrachten. Was wäre, wenn Sie vorübergehend weniger Kraft hätten? Welche Ihrer Wünsche blieben dann besonders bedeutsam? Solche Fragen helfen, ohne eine persönliche Entwicklung vorwegzunehmen.

Unterscheiden Sie dabei zwischen einer dauerhaften Priorität und ihrer heutigen Ausgestaltung. Vielleicht bleibt Ihnen Naturkontakt langfristig wichtig, während aus der Arbeit im großen Garten später die Freude an einem kleinen Beet werden könnte. Vielleicht möchten Sie weiterhin selbst kochen, wären aber mit Unterstützung bei der Vorbereitung einverstanden. Der Wert kann bestehen bleiben, auch wenn seine praktische Form sich verändert. Das eröffnet Möglichkeiten.

Frühes Nachdenken verschafft vor allem Zeit für Erfahrungen. Sie können einen anderen Stadtteil an einem gewöhnlichen Dienstag besuchen, mit Menschen über ihren Wohnalltag sprechen oder zunächst beobachten, welche Wege Sie wirklich nutzen. Jede solche Erkundung darf ohne Entscheidung enden. Ein Besuch ist kein Einverständnis. Ebenso wenig verpflichtet eine Beratung zum Umbau oder ein gesammelter Prospekt zum Auszug.

Falls Sie sich bereits unter Druck fühlen, verkleinern Sie den nächsten Schritt. Für heute reicht vielleicht die Frage, welche zwei Tätigkeiten Ihnen zu Hause am meisten bedeuten. Morgen können Sie ergänzen, was dabei mühsam geworden ist. Die Arbeit an Ihren Kriterien darf in Etappen erfolgen, besonders wenn gerade ein Abschied oder eine Krankheit viel Kraft bindet. Ihr Tempo ist selbst eine Information darüber, wie viel Veränderung im Augenblick tragbar wäre.

Finanzielle Grenzen dürfen ebenfalls von Anfang an sichtbar sein, ohne alle Wünsche sofort zum Schweigen zu bringen. „Ich möchte mir nach dem Wohnen noch regelmäßige Besuche bei meiner Schwester leisten können“ ist ein persönliches Kriterium, das später in eine Rechnung übersetzt werden kann. Ob bestimmte Angebote dazu passen, wird gesondert geprüft. Vorläufig brauchen Sie die Freiheit, Wünsche zu benennen und zugleich zu kennzeichnen, wo die Machbarkeit offen ist. Ein Wunsch ist noch keine Bestellung.

Ein Blatt, das bei Ihnen bleibt

Nehmen Sie zum Abschluss Ihrer Selbstklärung ein frisches Blatt und versehen Sie es mit dem Datum. Oben schreiben Sie einen Satz darüber, wie Sie künftig leben möchten. Er darf schlicht sein: „Ich möchte meinen Alltag weitgehend selbst gestalten und Menschen in meiner Nähe haben, denen ich vertraue.“ Darunter übertragen Sie Ihre drei mit Sternen markierten Kriterien samt kurzer Begründung. Ergänzen Sie die besonders erwünschten Punkte und kennzeichnen Sie, wo Sie Spielraum sehen.

Damit die Seite später tatsächlich nützlich wird, schreiben Sie zu jedem Stern, woran Sie seine Erfüllung erkennen würden. Bei Frau Berger wäre das beispielsweise die Möglichkeit, ihre vertrauten Treffpunkte weiterhin auf den für sie üblichen Wegen zu erreichen. Herr Yilmaz würde prüfen wollen, ob er zwischen den häufig genutzten Räumen ohne Treppen zurechtkommt. Es braucht vorerst keine technischen Maße. Gesucht ist ein beobachtbarer Unterschied im Alltag.

Am unteren Rand können offene Fragen stehen. Vielleicht wissen Sie noch nicht, ob ein kleinerer Haushalt sich befreiend oder beengend anfühlen würde. Vielleicht möchten Sie mit Ihrer Tochter klären, welche Nähe sich beide tatsächlich wünschen. Geben Sie jeder offenen Frage eine passende nächste Handlung, etwa ein Gespräch oder einen Besuch in einer kleineren Wohnung. So bleibt die Unsicherheit bearbeitbar, ohne dass Sie sie vorschnell beseitigen müssen.

Lassen Sie die Seite einige Tage liegen und lesen Sie sie dann erneut, möglichst an einem gewöhnlichen Tag. Erkennen Sie sich darin wieder? Fehlt etwas, das Sie gestern vermisst oder besonders genossen haben? Änderungen sind erlaubt. Auch nach einem ersten klaren Ergebnis kann ein Gespräch einen bisher übersehenen Wunsch ans Licht bringen; das Datum macht später nachvollziehbar, wann und weshalb sich Ihre Gewichtung verändert hat.

Frau Berger könnte ihrer Tochter den Prospekt beim nächsten Besuch wieder hinlegen und sagen: „Lass uns nach Wohnungen in meinem Viertel schauen. Und lass uns prüfen, was hier leichter werden könnte.“ Damit wäre weiterhin offen, ob sie bleibt oder umzieht. Doch die Suche hätte eine Richtung, die aus ihrem eigenen Leben stammt. Der Aufzug wäre ein Merkmal unter anderen, und ihre vertrauten Kontakte hätten einen sichtbaren Platz auf dem Papier.

Ihr Kriterienblatt kommt nun mit auf einen Rundgang durch das heutige Zuhause. Es wird neben dem stehen, was sich dort tatsächlich beobachten lässt: den Wegen, die gut funktionieren, und den Stellen, an denen Sie sich täglich behelfen. Sie kennen inzwischen die Fragen, die diese Wohnung beantworten soll. Jetzt dürfen Sie genauer hinsehen, Raum für Raum, mit einem Stift in der Hand und Ihren eigenen Wünschen als Maßstab.

Kapitel 2: Die ehrliche Bestandsaufnahme: Meine Wohnung unter der Lupe

An welcher Stelle Ihrer Wohnung müssen Sie im Alltag besonders aufpassen, obwohl Sie sich längst daran gewöhnt haben? Vielleicht heben Sie vor der Küchentür automatisch den Fuß etwas höher. Vielleicht drehen Sie sich seitlich am Bett vorbei oder halten eine schwere Tür mit der Schulter offen, während Sie den Einkauf hereintragen. Solche Bewegungen geschehen oft beiläufig. Sie gehören zum vertrauten Ablauf und fallen erst auf, wenn jemand danach fragt. Genau dort beginnt eine brauchbare Bestandsaufnahme.

Ihr Kriterienblatt aus der Selbstklärung liegt nun neben einem leeren Bogen. Auf dem einen steht, was Ihnen beim Wohnen etwas bedeutet; auf dem anderen wird sichtbar, wie gut die heutige Wohnung diese Wünsche unterstützt. Behalten Sie beides im Blick. Ein enger Durchgang kann besonders schwer wiegen, wenn Sie ihn täglich mit einem Wäschekorb passieren müssen, während eine selten benutzte Abstellkammer trotz geringer Fläche gut funktionieren kann. Die Nutzung gibt dem Befund sein Gewicht.

Dabei erhält Ihre Wohnung keine Schulnote. Auch Sie werden nicht geprüft. Gesucht wird ein Bild, das gelungene Lösungen ebenso erfasst wie Hindernisse und offene Fragen. Ein gut erreichbarer Lichtschalter verdient einen Vermerk, denn er zeigt, was bei einer späteren Veränderung erhalten bleiben sollte. Die Bestandsaufnahme soll Ihnen Handlungsspielraum verschaffen, ohne aus jeder Eigenheit des Hauses bereits einen Umbauauftrag zu machen.

Den Rundgang vorbereiten

Legen Sie Papier und einen gut lesbaren Stift bereit. Ein Maßband kann dazukommen; für schwer zugängliche Stellen brauchen Sie eine zweite Person oder lassen das Maß zunächst offen. Wenn Sie möchten, fotografieren Sie einzelne Situationen, etwa den Durchgang zwischen Esstisch und Schrank. Räumen Sie vorher nur auf, wie Sie es gewöhnlich tun würden. Die Wohnung soll ihren tatsächlichen Alltag zeigen, einschließlich des Wäschekorbs, der regelmäßig im Flur wartet.

Teilen Sie den Rundgang auf, sobald die Aufmerksamkeit nachlässt. Für einen ersten Termin können Eingang und Flur genügen, an einem anderen Tag folgen die übrigen Räume. Machen Sie Pausen. Wer erschöpft weiterprüft, übersieht leicht etwas oder schreibt nur noch hastig „geht schon“ auf. Auch das Beobachten während gewöhnlicher Tätigkeiten ist hilfreich: Eine Notiz nach dem Frühstück kann genauer sein als eine Stunde angestrengtes Besichtigen.

Sicherheit gilt bereits beim Prüfen. Steigen Sie auf keinen Stuhl, balancieren Sie nicht über Hindernisse und versuchen Sie keinen beschwerlichen Wanneneinstieg, nur um ihn zu dokumentieren.

Ein Satz wie „Der Einstieg macht mir Mühe; ich möchte ihn fachlich beurteilen lassen“ reicht aus. Ebenso wenig sollten Sie probeweise mit geschlossenen Augen durch den Flur gehen oder Unsicherheit durch absichtlich schlechte Beleuchtung erzeugen. Beobachten Sie Schwierigkeiten, ohne sie zu verschärfen.

Eine Begleitperson kann messen oder Ihre Beobachtungen aufschreiben. Vereinbaren Sie vorher, dass Sie den Rundgang führen und Veränderungen zunächst besprochen werden. Angehörige entdecken manchmal etwas, das Ihnen entgangen ist; umgekehrt wissen Sie, weshalb ein Möbelstück genau dort steht und welche Funktion es erfüllt. Dieses Wissen gehört dazu. Ungefragtes Wegräumen kann einen vertrauten Ablauf stören, selbst wenn die Absicht hilfreich ist.

Für Ihren **Wohnungs-Befundbogen** eignet sich ein Heft mit einer Seite je Raum. Oben stehen Datum und Raumname sowie die Namen der beteiligten Personen. Jeder Eintrag bekommt eine Nummer und beschreibt zunächst die Stelle und die beobachtete Schwierigkeit. Darunter halten Sie fest, wann sie auftritt, welche Bedeutung sie für Ihren Alltag hat und was als Nächstes geklärt werden soll. Die Dringlichkeit ergänzen Sie nach dem Rundgang.

Schreiben Sie möglichst anschaulich. „Flur ungünstig“ sagt wenig darüber aus, was getan werden könnte. „Beim Tragen der Einkaufstasche bleibt meine Jacke am Garderobenhaken neben der Tür hängen“ beschreibt dagegen eine überprüfbare Situation. Trennen Sie Beobachtung und Vermutung: Die Tür streift über den Boden, das können Sie sehen; ob sich das Türblatt verzogen hat, bleibt vorerst eine Fachfrage. Ein Fragezeichen ist erlaubt.

Eine grobe Grundrissskizze hilft, die Einträge räumlich zu verbinden. Zeichnen Sie die Zimmer als einfache Kästen und tragen Sie Türen sowie größere Möbel ein. Für diesen Zweck braucht niemand maßstabsgerecht zu zeichnen. Setzen Sie die Nummern Ihres Befundbogens an die passenden Stellen und markieren Sie häufig genutzte Wege, etwa zwischen Schlafzimmer und Bad. So wird sichtbar, ob mehrere Schwierigkeiten auf derselben Strecke liegen.

Der Weg bis hinter die Wohnungstür

Beginnen Sie dort, wo Ihr Heimweg gewöhnlich endet. Bei einem Haus kann das der Gartenzugang sein, bei einer Wohnung die Haustür im gemeinschaftlichen Eingangsbereich. Betrachten Sie den Weg unter den Bedingungen, die Sie tatsächlich erleben: mit einer Tasche oder nach Einbruch der Dunkelheit. Nässe und Laub verändern eine Eingangssituation ebenfalls. Sie müssen dafür kein schlechtes Wetter abwarten; ergänzen Sie Erinnerungen an konkrete Schwierigkeiten.

Lässt sich die Tür öffnen, während Sie sicher stehen? Können Sie den Schlüssel gut ansetzen, und gibt es einen Platz, an dem eine Tasche kurz abgestellt werden kann? Manche Türen verlangen gleichzeitig Kraft und einen Schritt zurück. Das kann beschwerlich werden, wenn direkt dahinter eine Stufe liegt oder wenig Platz bleibt. Notieren Sie den Ablauf, einschließlich der Stelle, an der Sie gewöhnlich innehalten.

An Treppen betrachten Sie Stufenkanten und Beleuchtung sowie die Möglichkeit, sich festzuhalten. Beobachten Sie, ob ein vorhandener Handlauf beim normalen Gebrauch locker wirkt oder an einem ungünstigen Punkt endet. Ziehen Sie keinesfalls kräftig daran, um seine Belastbarkeit zu testen. Eine erkennbare Lockerung gehört zeitnah fachlich geprüft. Halten Sie auch fest, ob auf Absätzen regelmäßig Gegenstände stehen und dadurch weniger Platz zum Ankommen oder Wenden bleibt.

Ein Aufzug löst manche Schwierigkeit, doch sein Vorhandensein beantwortet noch nicht jede Frage. Wie gelangen Sie von der Straße bis zur Aufzugstür, und welche Wege bleiben nach dem Aussteigen? Können Sie die Bedienelemente erkennen und erreichen? Wenn Sie bereits einen Rollator benutzen, zählen Ihre Erfahrungen beim Einfahren und beim Öffnen der Tür. Eine enge Situation sollte mit fachlicher Unterstützung beurteilt werden, bevor Sie sich auf eine riskante Probe einlassen.

Zur Bestandsaufnahme gehört auch der Weg hinaus. Stellen Sie sich vor, Sie müssten die Wohnung zügig verlassen: Ist der übliche Ausgang zugänglich, oder müsste zuerst ein abgestelltes Möbel bewegt werden? Notieren Sie Unsicherheiten zum

Verlassen des Gebäudes, besonders wenn Treppen bereits schwerfallen. Ein persönlicher Rundgang ersetzt keine fachliche Beurteilung von Fluchtwegen oder Brandschutz. Solche Fragen werden gesondert geklärt und dürfen auf dem Bogen ausdrücklich offenbleiben.

Türen, Schwellen und Bewegungsraum

Innerhalb der Wohnung lohnt sich der Blick auf die Verbindung zwischen den Räumen. Eine Tür kann breit aussehen und dennoch wenig nutzbaren Durchgang bieten, weil sie an einer Kommode anschlägt und nur teilweise öffnet. Entscheidend für Ihre erste Notiz ist die tatsächlich freie Öffnung. Messen Sie bei geöffneter Tür an der engsten Stelle, soweit das gefahrlos möglich ist, und schreiben Sie dazu, zwischen welchen Punkten Sie gemessen haben. Näherungswerte kennzeichnen Sie als solche.

Ein Maß allein entscheidet wenig. Vor und hinter einer Tür muss auch die Bewegung möglich sein, mit der Sie hindurchgehen oder eine Mobilitätshilfe lenken. Betrachten Sie deshalb die Annäherung: Kommen Sie gerade auf die Öffnung zu, oder müssen Sie unmittelbar davor um eine Ecke? Wo steht dabei die Tür? Ein gerader Durchgang kann funktionieren, während dieselbe Breite zusammen mit einer engen Wendung Schwierigkeiten bereitet.

Wer bereits eine Mobilitätshilfe nutzt, bringt die aussagekräftigsten Alltagserfahrungen mit. Wo stoßen die Räder an, und an welcher Stelle müssen Sie mehrfach zurücksetzen? Dokumentieren Sie diese Beobachtungen. Falls Sie vorsorglich für eine mögliche spätere Nutzung planen, lassen Sie benötigte Bewegungsflächen fachlich einschätzen; verschiedene Hilfsmittel und unterschiedliche Bewegungsabläufe brauchen unterschiedlich viel Raum. Ein beliebiger ausgeliehener Rollator liefert dafür keinen verlässlichen Eignungsnachweis.

Schwellen verdienen Aufmerksamkeit, auch wenn Sie diese seit Jahren mühelos übersteigen. Notieren Sie Lage und ungefähre Höhe sowie den Unterschied zwischen den angrenzenden Böden. Ist die Kante bei üblichem Licht gut sichtbar? Muss dort gleichzeitig eine Tür bewegt werden? Schreiben Sie ebenfalls auf, ob Sie schon hängen geblieben sind, auch wenn dabei nichts passiert ist. Ein Beinaheunfall enthält eine konkrete Information.

Im Flur zeigen sich häufig die beweglichen Hindernisse. Schuhe stehen nur kurz vor der Bank, eine Einkaufskiste wartet auf den nächsten Gang, und der Staubsauger bleibt während der Arbeit mitten im Durchgang. Fragen Sie nach dem üblichen Zustand. Ein Weg, der nur unmittelbar nach dem Aufräumen frei ist, braucht eine andere Betrachtung als ein dauerhaft gut nutzbarer Durchgang. Vielleicht fehlt schlicht ein erreichbarer Abstellplatz.

Der fiktive Herr Aydin bemerkt beim Rundgang durch seine Altbauwohnung, dass er vor einer Läuferkante stets einen kleinen Bogen macht. Er hatte dies bisher kaum wahrgenommen. Seine Begleiterin fragt nach, als sie den Umweg sieht. „Da bleibe ich sonst manchmal hängen“, erklärt er. Auf seinem Bogen steht danach ein erster präziser Befund: „Läufer vor der Küchentür, vordere Ecke steht hoch; wiederholtes Hängenbleiben.“

Bad und Küche im wirklichen Gebrauch

Im Badezimmer beginnen Sie mit der Frage, wie Sie hineinkommen und sich darin bewegen. Wo stehen Sie beim Schließen der Tür, und welche Fläche bleibt danach frei? Falls jemand stürzt und vor der Tür liegt, könnte das Öffnen erschwert sein; halten Sie eine solche räumliche Situation als Fachfrage fest. Entscheiden Sie bei diesem Rundgang noch nicht über einen Türumbau. Zunächst genügt eine Skizze der Öffnungsrichtung mit den angrenzenden Einrichtungsgegenständen.

Betrachten Sie die Tätigkeiten, die täglich anfallen, und beschreiben Sie Ihre üblichen Bewegungen. Müssen Sie sich beim Waschen weit vorbeugen oder für ein Handtuch seitlich über die Wanne greifen? Worauf stützen Sie sich beim Aufstehen? Ein Heizkörper oder Handtuchhalter kann im Alltag unbemerkt zur Stütze geworden sein, ohne dafür geeignet zu sein. Prüfen Sie seine Tragfähigkeit keinesfalls durch Belastungsversuche, sondern notieren Sie den Unterstützungsbedarf.

Bei Dusche und Wanne interessiert zunächst der Zugang. Wie überwinden Sie den Rand, und wo

bleibt währenddessen ein sicherer Stand? Falls der Einstieg bereits unsicher ist, verzichten Sie auf eine Vorführung. Vermerken Sie außerdem, wo Wasser auf den Boden gelangt und wie es anschließend beseitigt wird. Ein Gegenstand, der zum Aufwischen gebraucht wird, aber nur durch Bücken hinter der Toilette erreichbar ist, gehört ebenfalls zum Ablauf.

Manchmal liegt die wesentliche Barriere vor dem eigentlichen Bad. In einem typischen umgebauten Altbau kann ein freundlich eingerichtetes Badezimmer nur über drei Stufen erreichbar sein. Dann helfen Beobachtungen zu Armaturen allein wenig weiter. Zeichnen Sie die Stufen in den Grundriss und schreiben Sie dazu, wie häufig Sie diesen Weg nutzen, insbesondere nachts. Ob sich der Zugang baulich verändern lässt, braucht eine gesonderte Prüfung.

In der Küche folgen Sie einer gewöhnlichen Mahlzeit, etwa der Zubereitung Ihres Frühstücks. Wo holen Sie die Tasse, und wie gelangt das Wasser zum gewünschten Platz? Beobachten Sie, ob Sie etwas Heißes durch einen engen Durchgang tragen oder sich mit einem schweren Gegenstand drehen müssen. Führen Sie keine zusätzlichen Versuche mit gefüllten Töpfen durch. Ihre alltägliche Erfahrung genügt, um belastende Handgriffe festzuhalten.

Öffnen Sie gut erreichbare Schränke und Auszüge nur so weit, wie es bequem möglich ist. Häufig benötigte Dinge stehen manchmal noch dort, wo sie vor zwanzig Jahren eingeräumt wurden. Welche Gegenstände holen Sie nur mithilfe eines Tritts, welche meiden Sie inzwischen ganz? Notieren Sie auch ausweichende Gewohnheiten, etwa dass Sie aus Bequemlichkeit nur noch einen kleinen Topf verwenden. Dahinter kann eine sinnvolle Anpassung stecken oder ein unerfüllter Wunsch.

Die Bedienung der Küche gehört ebenso auf den Bogen. Können Sie die Einstellung am Herd eindeutig erkennen und den Wasserhahn ohne große Kraft bewegen? Liegt eine freie Abstellfläche dort, wo Sie diese brauchen? Technische Lösungen werden später genauer betrachtet. Hier beschreiben Sie beispielsweise: „Die dunkle Markierung am Drehknopf ist bei eingeschalteter Deckenleuchte schlecht erkennbar.“ Damit haben Sie eine konkrete Aufgabe für die weitere Planung.

Schlafen, Sitzen und die Wege dazwischen

Im Schlafzimmer betrachten Sie zuerst den Zugang zum Bett und Ihren üblichen Ablauf beim Aufstehen. Berichten Sie, ob Sie mehrfach Schwung holen oder sich an einem beweglichen Nachttisch festhalten. Eine anstrengende Bewegung braucht keine Wiederholung für den Befund. Halten Sie fest, welche Seite des Bettes Sie nutzen und weshalb. Vielleicht ist die andere Seite zwar geräumiger, aber der Lichtschalter liegt ungünstig.

Der nächtliche Weg ins Bad verdient einen eigenen Eintrag, auch wenn er bereits auf Ihrer Skizze markiert ist. Nach dem Aufwachen können vertraute Wege anders erlebt werden als am Nachmittag. Was sehen Sie vom Bett aus, und erreichen Sie eine Beleuchtungsmöglichkeit, bevor Sie losgehen? Stehen Hausschuhe oder Bettzeug im Weg? Beurteilen Sie den Ablauf anhand Ihrer üblichen Erfahrung und ergänzen Sie später Beobachtungen, ohne sich absichtlich im Dunkeln zu bewegen.

Telefon und häufig benötigte Gegenstände sollten aus Ihrer tatsächlichen Liege- oder Sitzposition betrachtet werden. Ein Gerät auf dem Nachttisch ist möglicherweise kaum erreichbar, wenn es hinter einer Lampe steht. Ebenso kann ein gut gemeinter Ablagekorb den schmalen Weg neben dem Bett einengen. Beschreiben Sie beides. Der Befund soll erkennen lassen, welche Aufgabe ein Gegenstand erfüllt und welche Schwierigkeit dabei entsteht.

Im Wohnbereich geht es um Lieblingsplätze und die Verbindungen zwischen ihnen. Kommen Sie bequem an Ihren Lesesessel, und gelingt das Aufstehen im gewöhnlichen Ablauf? Beobachten Sie, ob ein Möbelstück beim Abstützen verrutscht. Auch das wiederholte Anschlagen am niedrigen Couchtisch ist ein Befund, selbst wenn bislang nur ein blauer Fleck entstanden ist. Schreiben Sie die konkrete Stelle auf, damit später eine gezielte Veränderung möglich wird.

Betrachten Sie anschließend die Dinge, die den Raum während des Tages verändern. Eine ausgez-

ogene Fußstütze nimmt Platz ein, ebenso der Besuchsstuhl oder das Ladekabel am Tablet. Bleibt der Weg zur Tür dann nutzbar? In einer gemeinsam bewohnten Wohnung können die Bedürfnisse auseinandergehen, etwa wenn eine Person mehr Bewegungsraum benötigt und die andere ihren gewohnten Tisch behalten möchte. Dokumentieren Sie beide Nutzungen, bevor Sie über die Einrichtung verhandeln.

Licht, Anschlüsse und baulicher Zustand

Gehen Sie Ihre Wege gedanklich bei unterschiedlichen Lichtverhältnissen durch. Eine Schwelle kann mittags deutlich sichtbar sein und abends im Schatten verschwinden. Spiegelungen auf einem glänzenden Boden oder eine blendende Leuchte können ebenfalls stören. Tragen Sie Ort und Zeitpunkt ein. „Im Flur dunkel“ wird genauer durch den Zusatz: „Zwischen Schlafzimmertür und Bad bleibt morgens vor Sonnenaufgang ein schlecht erkennbarer Abschnitt.“

Bei Stromanschlüssen erfassen Sie vor allem Erreichbarkeit und Kabelführung. Wo liegen Leitungen über einem Gehweg, und welche Geräte lassen sich nur mit Verlängerungen am gewünschten Platz nutzen? Öffnen Sie keine Steckdose und untersuchen Sie keine elektrischen Bauteile selbst. Sichtbar beschädigte Leitungen oder andere erkennbare elektrische Auffälligkeiten gehören in fachkundige Hände. Bei Rauchentwicklung oder unmittelbarer Gefahr beenden Sie den Rundgang und holen Hilfe.

Auch die Heizung lässt sich aus Nutzersicht betrachten. Erreichen Sie den Regler, ohne hinter ein schweres Möbel greifen zu müssen, und können Sie die Einstellung erkennen? Wird ein häufig genutzter Raum nach Ihrer Erfahrung ausreichend warm? Halten Sie Beschwerden mit den Umständen fest, etwa „Schlafzimmer bleibt an kalten Morgen trotz aufgedrehtem Regler unangenehm kühl“. Eine Diagnose der Anlage lässt sich daraus noch nicht ableiten.

Fenster und Balkontüren verbinden Bedienung mit baulichen Fragen. Beschreiben Sie, wenn ein Griff schwergängig ist oder Sie zum Öffnen über ein Möbel hinweg langen müssen. Beobachtete Feuchtigkeit gehört ebenfalls auf den Bogen, möglichst mit Datum und Foto. Wiederkehrende feuchte Stellen oder sichtbarer Schimmel sollten fachlich abgeklärt werden. Über die Ursache lässt sich aus dem Aussehen allein häufig keine verlässliche Aussage treffen.

Bei Rissen und lockeren Bauteilen endet die sichere Selbsteinschätzung rasch. Sie können festhalten, wo eine Veränderung sichtbar ist und seit wann Sie diese kennen. Kratzen, Bohren oder das Entfernen von Verkleidungen gehört nicht zum Rundgang. Besonders neue oder zunehmende Auffälligkeiten verlangen eine fachliche Beurteilung. Der Bogen darf hier schlicht lauten: „Ursache und Bedeutung unbekannt; Prüfung organisieren.“

Vergessen Sie die weniger wohnlichen Bereiche nicht. Wenn Waschmaschine und Vorräte im Keller stehen, sind die Wege dorthin Teil Ihres Haushalts. Dasselbe gilt für Müllbehälter oder einen Schuppen, den Sie regelmäßig nutzen. Erfassen Sie zumindest die Tätigkeiten, die außerhalb der eigentlichen Wohnräume stattfinden. Sonst könnte später eine gut angepasste Wohnung übrig bleiben, deren täglicher Betrieb weiterhin beschwerliche Treppenwege erfordert.

Befunde gewichten, ohne sich zu überfordern

Legen Sie nach dem Rundgang den Stift kurz beiseite. Wahrscheinlich stehen nun sehr unterschiedliche Dinge nebeneinander: eine hochstehende Teppichkante und eine ungünstige Ablage haben verschiedene Bedeutung. Für die Bearbeitung dienen die Kategorien **sofort angehen**, **bei Gelegenheit verbessern** und **langfristig beobachten**. Sie beschreiben die nächste Aufmerksamkeit, keine technische Sicherheitsprüfung. Bei unklaren Gefahren kann fachliche Klärung selbst die sofortige Aufgabe sein.

„Sofort angehen“ passt zu einer erkennbaren Gefahrenstelle oder einer Situation, in der Sie wiederholt beinahe gestürzt sind. Das bedeutet je nach Befund, einen gefahrlos entfernbaren Gegenstand aus dem Weg zu nehmen oder kurzfristig qualifizierte Hilfe zu organisieren. Ein lockerer Handlauf wird durch einen roten Punkt auf Papier noch nicht verlässlich. Bis zur Klärung braucht es

eine sichere Vorgehensweise, gegebenenfalls mit Unterstützung. Improvisierte Reparaturen können neue Risiken schaffen.

„Bei Gelegenheit verbessern“ betrifft häufig wiederkehrende Mühen, für die aktuell keine unmittelbare Gefährdung erkennbar ist. Dazu kann eine schlecht platzierte Ablage gehören. Geben Sie dieser Kategorie einen Termin, etwa beim nächsten vereinbarten Besuch einer helfenden Person, damit sie nicht jahrelang liegen bleibt. Kleine Erleichterungen können viel bewirken, wenn sie jeden Morgen spürbar werden. Ihre persönliche Prioritätenliste hilft bei der Reihenfolge.

„Langfristig beobachten“ passt zu einer derzeit gut bewältigten Situation, deren Bedeutung sich später ändern könnte. Ein selten benutzter Durchgang kann dazugehören, wenn er heute ausreichend nutzbar erscheint, bei einer anderen Mobilitätshilfe jedoch neu geprüft werden müsste. Schreiben Sie den Anlass für die erneute Prüfung dazu. Ein neuer Stolpermoment oder eine veränderte Nutzung kann eine frühere Einschätzung überholen. Beobachten bedeutet aufmerksam bleiben.

Wenn Sie Farben mögen, kennzeichnen Sie die Bearbeitungsdringlichkeit rot, gelb oder grün und schreiben die Kategorie zusätzlich aus. Grün bedeutet hier lediglich, dass aus Ihrem Rundgang aktuell kein vorrangiger Handlungsbedarf hervorgeht. Es bestätigt keine umfassende Sicherheit. Markieren Sie unbekannte technische Fragen zusätzlich mit einem Fragezeichen. So bleibt die Skizze auch für eine Beratung verständlich.

Für die Gewichtung helfen Häufigkeit und mögliche Folgen gemeinsam. Ein beschwerlicher Handgriff, den Sie täglich ausführen, verdient Aufmerksamkeit; eine selten benutzte, erkennbar unsichere Stufe ebenso. Zählen allein reicht also kaum aus. Vier Befunde auf einem häufig genutzten Weg können den Alltag stärker beeinträchtigen als mehrere verstreute Unbequemlichkeiten. Betrachten Sie die Wohnung deshalb nach der Einzelprüfung noch einmal als zusammenhängenden Lebensraum.

Herr Aydins ausgefüllter Bogen

Bei Herrn Aydin umfasst der Bogen schließlich zwölf Punkte. Die folgenden Einträge bilden einen fiktiven Fall ab; ihre Einordnung beruht auf den beschriebenen Umständen und lässt sich auf eine andere Wohnung nur nach eigener Prüfung übertragen. Vier Situationen behandelt er vorrangig. Die übrigen acht betreffen kleinere Alltagserleichterungen oder vorsorgliche Fragen. Er hat mit seiner Begleiterin außerdem zwei gut funktionierende Bereiche vermerkt: den freien Zugang zum Bett und den problemlos erreichbaren Küchentisch.

Unter Nummer eins steht die hochstehende Läuferkante vor der Küche samt dem wiederholten Hängenbleiben. Nummer zwei beschreibt das Kabel einer Stehleuchte quer über dem Weg zum Fenster. Beide Einträge erhalten „sofort angehen“; als nächster Schritt ist eine sichere Beseitigung der jeweiligen Stolperstelle vorgesehen. Seine Begleiterin hilft noch am selben Tag, ohne dabei schwere Möbel allein zu bewegen. Anschließend werden die Wege erneut betrachtet.

Der dritte Eintrag betrifft einen Handlauf an der gemeinschaftlichen Eingangstreppe, dessen Befestigung beim gewöhnlichen Benutzen wackelt. Herr Aydin meldet die Beobachtung noch am Nachmittag der Hausverwaltung und bittet um kurzfristige fachliche Prüfung; bis dahin muss eine sichere Nutzung des Zugangs geklärt werden. Unter Nummer vier steht ein dunkler Abschnitt auf dem nächtlichen Weg zum Bad, an dem er schon unsicher stehen geblieben ist. Auch dieser Punkt wird sofort bearbeitet. Eine verlässlich nutzbare Beleuchtung soll zeitnah hergestellt und anschließend aus seiner Alltagsperspektive überprüft werden.

Die Nummern fünf und sechs gehören zur Kategorie „bei Gelegenheit verbessern“. Im Eingangsbereich fehlt ein geeigneter Platz für die Einkaufstasche, weshalb Herr Aydin beim Aufschließen unnötig umgreift. Außerdem verhindert ein kleines Garderobenmöbel, dass die Wohnzimmertür vollständig öffnet; der verbleibende Durchgang reicht ihm derzeit, wirkt aber umständlich. Für den nächsten Besuch seiner Begleiterin vereinbaren beide, die Nutzung zu besprechen und mögliche andere Stellplätze auszumessen. Ob dad-

urch tatsächlich mehr nutzbarer Raum entsteht, bleibt zunächst offen.

Im Bad ist unter Nummer sieben die umständlich erreichbare Handtuchablage eingetragen, ohne dass Herr Aydin dafür bisher unsichere Bewegungen beschreibt. Nummer acht betrifft einen häufig benutzten Topf weit hinten im Küchenschrank. Beide Punkte erhalten einen gemeinsamen Termin zur Neuordnung der erreichbaren Ablagen. Beim neunten Eintrag geht es um die Fernbedienung, die regelmäßig zwischen Sesselkissen verschwindet. Dafür möchte Herr Aydin bei Gelegenheit einen festen, bequem erreichbaren Platz ausprobieren.

Unter Nummer zehn notiert er, dass der Heizungsregler teilweise durch einen Vorhang verdeckt wird und vor jeder Bedienung freigelegt werden muss. Die Möglichkeit einer unkomplizierten Anpassung soll beim nächsten gemeinsamen Termin geprüft werden. Nummer elf betrifft die gut sichtbare Balkonschwelle, die er gegenwärtig sicher bewältigt; Nummer zwölf einen selten genutzten Durchgang zum Arbeitszimmer, den er heute ausreichend findet. Diese beiden Punkte erhalten „langfristig beobachten“, verbunden mit einer erneuten Bewertung bei veränderter Beweglichkeit oder Nutzung. Konkrete Schwierigkeiten würden eine frühere Prüfung auslösen.

Der Bogen enthält damit Beobachtungen und zugeordnete nächste Schritte. Neben jedem Termin steht, wer ihn übernimmt; eine freie Zeile bleibt für das Ergebnis. Herr Aydin schreibt nach einer Veränderung beispielsweise auf, ob der Weg tatsächlich frei geblieben ist und ob neue Schwierigkeiten entstanden sind. Erledigt ist ein Punkt erst nach dieser Rückmeldung. Die ursprüngliche Beobachtung bleibt lesbar, damit die Entwicklung nachvollziehbar ist.

Wo ein weiterer Blick gebraucht wird

Ihre eigene Bestandsaufnahme gewinnt durch eine ergänzende Perspektive. Eine Wohnberatung kann alltägliche Schwierigkeiten mit möglichen Anpassungen verbinden und helfen, Fachfragen zu sortieren. Dabei geht es etwa darum, ob eine andere Möbelstellung ausreicht oder eine bauliche Prüfung nötig wird. Fragen Sie nach einem Hausbesuch, wenn sich Ihre Situation am besten vor Ort erklären lässt. Halten Sie den Befundbogen und Ihre Wohnkriterien dafür bereit.

factsToVerify: Zu prüfen sind die aktuellen Angebote, Zuständigkeiten und möglichen Kosten kommunaler Wohnberatungsstellen am Wohnort. Erreichbarkeit und Leistungsumfang unterscheiden sich je nach Stadt und Bundesland. Eine Anfrage bei der Gemeinde oder dem örtlichen Seniorenbüro kann den zuständigen Kontakt klären. Fragen Sie zugleich, ob die Beratung anbieterunabhängig erfolgt und welche Unterlagen benötigt werden. Ein verfügbarer Termin und ein tatsächlich passendes Angebot sind hilfreicher als eine lange, ungeprüfte Adresssammlung.

Für technische Fragen brauchen Sie entsprechend qualifizierte Fachleute. Ein Handwerksbetrieb kann die Ausführungsmöglichkeiten seines Bereichs beurteilen; bei weiterreichenden Eingriffen kann zusätzliche bauliche Planung erforderlich sein. Schwierigkeiten mit bestimmten Bewegungsabläufen lassen sich gegebenenfalls mit ergotherapeutischer Unterstützung genauer betrachten. Neue Schmerzen oder plötzlich auftretende Unsicherheit gehören medizinisch abgeklärt. Die Wohnung ist ein Einfluss auf den Alltag, aber sie erklärt nicht jede Veränderung.

Nehmen Sie in solche Gespräche Ihre konkreten Beobachtungen mit. „Ich muss mich hier seitlich vorbeidrücken“ führt meist weiter als die Bitte, alles altersgerecht zu machen. Lassen Sie erläutern, welche Schwierigkeit eine vorgeschlagene Maßnahme löst und welche bestehen bleibt. Fragen Sie auch nach Auswirkungen auf angrenzende Wege. Eine größere Bewegungsfläche im Bad wäre wenig hilfreich, wenn dadurch der Zugang zum Schlafzimmer problematisch würde.

Zum Abschluss datieren Sie Ihren Bogen und kennzeichnen noch ungeprüfte Räume. Vergeben Sie für offene Fachfragen einen nächsten Kontakt oder einen Termin zur Vereinbarung. Bewahren Sie Fotos zusammen mit den zugehörigen Nummern auf; sensible Aufnahmen teilen Sie nur mit den Personen, die sie für die Beratung benötigen. Nun liegt eine Arbeitsgrundlage vor, die sich ergänzen lässt. Sie müssen sich künftig weniger auf

die Erinnerung an ein flüchtiges Gespräch verlassen.

Aus den markierten Stellen auf Ihrer Skizze werden als Nächstes konkrete Möglichkeiten. Manche verlangen nur einen anderen Platz für einen Gegenstand, andere eine sorgfältige Planung und fachgerechte Ausführung. Ihr Befundbogen hält dabei die Verbindung zum Alltag: Welche Bewegung soll leichter werden, welcher Weg verlässlicher nutzbar sein? Mit diesen Fragen lässt sich das Spektrum des Barriereabbaus ordnen. Die Wohnung hat ihre Aufgaben gestellt; nun werden passende Antworten gesucht.

Kapitel 3: Barriereabbau von A bis Z: Der Überblick

Ein Türstopper kann verhindern, dass eine Tür gegen ein Möbel schlägt. Steht er jedoch mitten im Durchgang, entsteht genau dort ein neues Hindernis. Dieses kleine Beispiel zeigt, worauf es beim Barriereabbau ankommt: Eine Veränderung muss im Zusammenhang mit dem ganzen Bewegungsablauf betrachtet werden, damit sie den Alltag tatsächlich erleichtert und an anderer Stelle keine zusätzliche Mühe verursacht. Klein heißt nicht automatisch unbedenklich. Und groß bedeutet keineswegs immer besser.

Auf Ihrem Befundbogen stehen inzwischen konkrete Beobachtungen. Vielleicht sind einige leicht zu bearbeiten, während andere Fragen aufwerfen, die sich am Küchentisch kaum beantworten lassen. Zwischen dem Umstellen einer Ablage und dem Einbau eines Lifts liegt ein weites Feld. Sie brauchen zunächst eine Vorstellung davon, welche Arten von Veränderungen möglich sind und wie diese zusammenwirken. Dann lässt sich für jeden Befund ein nächster Schritt bestimmen, ohne gleich die gesamte Wohnung zur Baustelle zu erklären.

Barriereabbau soll Ihnen etwas zurückgeben: einen bequemeren Handgriff, einen verlässlich nutzbaren Weg oder die Möglichkeit, eine vertraute Tätigkeit weiterhin selbst auszuführen. Daran lässt sich sein Wert messen. Eine aufwendig erneuerte Eingangstür hilft wenig, wenn dahinter eine unüberwindbare Stufe bleibt. Umgekehrt kann eine gut angeordnete Ablage den täglichen Heimweg spürbar erleichtern, obwohl am Gebäude selbst nichts verändert wurde. Der Nutzen zeigt sich beim Wohnen.

Von der Beobachtung zum passenden Auftrag

Bevor Sie eine Lösung auswählen, übersetzen Sie den Befund in ein Ziel. Aus „Tür zum Schlafzimmer lässt sich nur teilweise öffnen“ könnte werden: „Ich möchte mit meiner Gehhilfe gerade und ohne wiederholtes Zurücksetzen ins Schlafzimmer gelangen.“ Das ist genauer als der vorschnelle Auftrag, eine breitere Tür einzubauen. Vielleicht steht lediglich ein Schrank ungünstig. Vielleicht reicht die Öffnung tatsächlich nicht aus, oder die Schwierigkeit entsteht erst durch die enge Wendung davor.

Formulieren Sie das Ziel möglichst als Tätigkeit, die wieder leichter gelingen soll. „Ich möchte die Haustür öffnen können, während meine Einkaufstasche sicher abgestellt ist“ beschreibt einen anderen Bedarf als „Ich brauche eine automatische Tür“. Die erste Aussage lässt mehrere Lösungen zu. Die zweite legt bereits eine technische Antwort fest, bevor deren Notwendigkeit geklärt ist. Halten Sie die Auswahl zunächst offen.

Betrachten Sie dabei Anfang und Ende einer Bewegung. Wer eine schwere Tasche abstellt, muss sie anschließend wieder aufnehmen oder ihren Inhalt weitertransportieren können. Eine Ablage direkt hinter der Tür kann beim Aufschließen helfen, aber beim Eintreten den nötigen Platz versperren. Deshalb wird jede Idee gedanklich einmal durch den vollständigen Ablauf geführt. Wo stehen Sie vorher? Wo befinden Sie sich danach?

Bei mehreren Bewohnerinnen und Bewohnern gehört die gemeinsame Nutzung dazu. Ein höher angebrachtes Bedienelement kann für die eine Person bequem sein und für die andere unerreichbar werden. Auch eine Haushaltshilfe oder ein regelmäßig besuchender Angehöriger benötigt manchmal Platz, etwa um neben Ihnen zu stehen. Besprechen Sie solche Situationen anhand tatsächlicher Tätigkeiten. Eine allgemeine Bitte um „mehr

Bewegungsfläche“ wird verständlicher, wenn klar ist, wer sich dort wie bewegen muss.

Aus dieser Betrachtung entsteht ein kleiner Arbeitsauftrag zu jedem Befund: die gewünschte Erleichterung und die noch offene Frage. Für die Schlafzimmertür könnte die Frage lauten, ob eine andere Möbelstellung genügt. Beim Hauseingang wäre zu klären, welcher Abstellplatz den Weg freihält. Erst danach wird aus der Aufgabe eine bestimmte Maßnahme. Das schützt vor Käufen, die zwar passend aussehen, im täglichen Gebrauch jedoch enttäuschen.

Kleine Maßnahmen: wenig Eingriff, spürbare Wirkung

Kleine Maßnahmen verändern meist einzelne Gegenstände oder Oberflächen, ohne tief in das Gebäude einzugreifen. Dazu gehören eine andere Anordnung häufig benutzter Dinge und das sichere Verlegen eines störenden Kabels. Auch gut erkennbare Markierungen oder ein geeigneter Türanschlag können in diese Gruppe fallen. Der Aufwand bleibt häufig begrenzt. Trotzdem verdient die Ausführung Aufmerksamkeit, besonders wenn die Veränderung Ihren Halt oder Ihren Gehweg betrifft.

Nehmen Sie einen Türstopper. Eine bodennahe Ausführung kann selbst zur Stolperstelle werden, wenn sie in der Bewegungsfläche sitzt. Ein anders angeordneter Anschlag kann geeigneter sein, sofern Wand und Tür dafür passen. Soll eine Tür offengehalten werden, muss zusätzlich geklärt sein, ob sie überhaupt offenstehen darf. Selbstschließende Brand- oder Rauchschutztüren gehören deshalb vor jeder Veränderung in fachliche Hände; ein Keil ist hier keine harmlose Alltagshilfe.

Kontrastreiche Markierungen machen vorhandene Unterschiede besser erkennbar. Eine Stufenkante, die sich farblich deutlich von ihrer Umgebung abhebt, lässt sich möglicherweise leichter wahrnehmen als eine Kante im gleichen Farbton wie der Boden. Die Stufe bleibt bestehen. Wer sie körperlich schwer überwinden kann, braucht daher eine weitergehende Lösung. Sichtbarkeit und Überwindbarkeit sind verschiedene Aufgaben.

Auch das Material einer Markierung zählt. Es muss zum Untergrund und zur Beanspruchung passen, damit sich keine Kanten lösen oder glatte Stellen bilden. Ein dekoratives Klebeband erfüllt diese Anforderungen nicht automatisch. Lassen Sie sich bei einer dauerhaften Lösung erklären, wie sie befestigt und später kontrolliert wird. Gerade an häufig begangenen Stellen kann eine zunächst saubere Ausführung durch Nutzung und Reinigung verschleißen.

Beim Boden ist „rutschfest“ ein verlockendes Wort, das ohne nähere Beschreibung wenig erklärt. Ein Belag muss unter den tatsächlichen Bedingungen beurteilt werden, etwa bei eingetragener Feuchtigkeit im Eingangsbereich. Gleichzeitig sollte er mit den verwendeten Schuhen und gegebenenfalls mit einer Mobilitätshilfe gut nutzbar bleiben. Sehr weiche oder stark strukturierte Oberflächen können das Rollen erschweren. Die passende Oberfläche ergibt sich aus der Nutzung.

Haltegriffe wirken ebenfalls wie kleine Ergänzungen. Ihre Montage verlangt jedoch mehr als einen freien Platz an der Wand. Der Griff muss zu Ihrer Bewegung passen, und die Befestigung muss die dabei entstehenden Kräfte zuverlässig aufnehmen können. Ein vorhandener Handtuchhalter liefert dafür keinen Maßstab. Ebenso wenig lässt sich aus dem festen Eindruck eines Griffes ableiten, dass der Wandaufbau geeignet ist.

Hier zeigt sich eine Grenze der Einteilung nach Größe: Ein kurzer Montageeinsatz kann eine sorgfältige fachliche Vorbereitung erfordern. Umgekehrt lässt sich manches ganz ohne Werkzeug verbessern, etwa durch einen festen Platz für eine Tasche. Entscheidend bleibt, ob Sie die Änderung sicher selbst vornehmen können oder Unterstützung benötigen. Kleine Maßnahmen sind eine eigene Form guter Planung. Sie müssen keine Vorstufe zu einem späteren Komplettumbau sein.

Frau Nowaks Eingang: sieben Veränderungen mit einem gemeinsamen Ziel

Die fiktive Frau Nowak möchte nach dem Einkauf ohne umständliches Umgreifen in ihr Haus kommen. Ihr Eingangsbereich hat eine überdachte Stufe; dahinter liegt ein kleiner Windfang. Auf dem Befundbogen stehen mehrere Schwierigkeit-

en, die sich beim Heimkommen überlagern. Die Fußmatte verschiebt sich, das Schlüsselloch liegt abends im Schatten, und im Windfang bleibt ihre Tasche gelegentlich an der Garderobe hängen. Eine vollständige Erneuerung des Eingangs möchte sie vorerst vermeiden.

Für die erste Bearbeitung setzt sie sich ein begrenztes Budget, dessen Höhe sie anhand der tatsächlich eingeholten Preise festlegt. Sie trennt notwendige Facharbeiten von Dingen, die sie mit Unterstützung selbst neu ordnen kann. Das Beispiel enthält deshalb keinen vermeintlich allgemeingültigen Paketpreis. Regionale Arbeitskosten und vorhandene Bauteile würden eine solche Zahl schnell irreführend machen. Ihr Ziel bleibt konkret: sicher ankommen und dabei weniger gleichzeitig tun müssen.

Als erste Veränderung wird die verrutschende Matte durch eine für den geschützten Eingangsbereich geeignete, flach liegende Lösung ersetzt. Dabei wird geprüft, ob die Tür darüber frei bewegt werden kann und die Matte beim gewöhnlichen Betreten an ihrem Platz bleibt. Die zweite Maßnahme betrifft den Schuhständer im Windfang. Er bekommt einen anderen Standort außerhalb des Durchgangs. Frau Nowak kann nun eintreten, ohne sich seitlich an ihm vorbeizuschieben.

Drittens erhält die Einkaufstasche einen festen Abstellplatz auf einer stabilen Ablage im überdachten Bereich neben der Haustür. Deren Lage wird so gewählt, dass die Türbewegung frei bleibt und Frau Nowak zum Abstellen keinen zusätzlichen Höhenunterschied überwinden muss. Als vierte Veränderung werden hervorstehende Garderobenhaken im Windfang versetzt. Ihre häufig getragene Jacke bleibt erreichbar, hängt aber künftig außerhalb der Engstelle. Der Weg wird dadurch auch dann nutzbar, wenn Besuch seine Mäntel abgelegt hat.

Die fünfte Maßnahme betrifft die Beleuchtung am Schloss. Eine Fachkraft passt die vorhandene Lichtlösung so an, dass Frau Nowak den Schlüssel ansetzen kann, ohne mit dem eigenen Körper einen störenden Schatten zu erzeugen. Sechstens bekommt die vorhandene Eingangsstufe eine fachlich ausgewählte, dauerhaft befestigte Kontrastmarkierung. Frau Nowak erkennt ihre Kante damit deutlicher. Die körperliche Anforderung der Stufe bleibt ausdrücklich als offener Punkt auf dem Bogen stehen.

Als siebte Veränderung lässt sie einen zusätzlichen Handgriff an der Stelle anbringen, an der sie beim Überwinden der Stufe Unterstützung benötigt. Position und Befestigung werden vor Ort beurteilt. Damit ist die Maßnahme umfangreicher als das Umstellen des Schuhständers, bleibt in diesem fiktiven Fall aber ein begrenzter Eingriff. Frau Nowak hat bewusst einen Teil ihres Budgets dafür reserviert. An der belastbaren Montage möchte sie keinen Abstrich machen.

Nach der Umsetzung geht es um Bewährung. Beim gewöhnlichen Heimkommen beobachtet Frau Nowak, ob die Ablage tatsächlich entlastet und der Durchgang frei bleibt; sie veranstaltet dafür keinen zusätzlichen Versuch mit schweren Taschen. Nach einigen Tagen fällt ihr auf, dass sich auf der neuen Ablage Post sammelt. Sie verlegt deren Sammelplatz ins Wohnzimmer. Eine baulich passende Lösung braucht manchmal noch eine kleine Änderung der Gewohnheiten.

Die sieben Maßnahmen wirken gemeinsam, weil sie denselben Ablauf erleichtern. Frau Nowak kann ihre Tasche abstellen und sich anschließend auf das Öffnen der Tür konzentrieren. Ihr Eingang ist damit weder vollständig barrierefrei noch für jede künftige Mobilitätssituation geeignet. Das hält sie fest. Falls die Stufe später schwerer zu bewältigen ist, muss der Zugang erneut betrachtet werden, einschließlich einer möglichen größeren Veränderung.

Mittlere Umbauten: wenn Bauteile angepasst werden

Bei mittleren Maßnahmen wird häufiger in vorhandene Bauteile eingegriffen. Ein Türdurchgang wird verändert, eine Schwelle bearbeitet oder ein fest montiertes Ausstattungselement ergänzt. Meist betrifft die Arbeit einen begrenzten Bereich der Wohnung. Dennoch können mehrere Gewerke beteiligt sein, wenn beispielsweise nach einer Türänderung auch Boden und Wandoberfläche angepasst werden müssen. Die sichtbare Hauptarbeit erzählt nur einen Teil des Aufwands.

Schwellenabbau ist dafür ein gutes Beispiel. Eine kleine Leiste zwischen zwei Innenräumen lässt sich unter günstigen Umständen mit überschaubarer Arbeit ersetzen. An einer Außentür kann die Schwelle dagegen mit dem Schutz vor eindringendem Wasser zusammenhängen. Sie einfach abzuschneiden wäre keine ausreichende Planung. Zuerst muss geklärt werden, welche Aufgaben das vorhandene Bauteil erfüllt und wie diese nach der Veränderung erhalten bleiben.

Manchmal wird als Zwischenlösung eine Schwellenüberbrückung vorgeschlagen. Diese benötigt Platz und muss zum Höhenunterschied sowie zur benutzten Mobilitätshilfe passen. Sie kann den Übergang erleichtern, zugleich aber die Bewegungsfläche vor einer Tür verkleinern. Auch die Befestigung und der seitliche Zugang verdienen Prüfung. Ein passendes Produktfoto ersetzt deshalb keine Beurteilung am Einbauort.

Bei Türen reicht das Spektrum vom anderen Anschlag bis zur Verbreiterung einer Wandöffnung. Eine Schiebetür kann in manchen Räumen Bewegungsfläche freigeben; sie braucht jedoch ihrerseits Platz und eine gut bedienbare Ausführung. Eine verbreiterte Öffnung kann weiterreichende bauliche Fragen auslösen. Lassen Sie die angrenzenden Flächen mitplanen. Ein großzügiger Durchgang bringt wenig, wenn unmittelbar dahinter eine enge Ecke bleibt.

Ein fest montierter Duschsitz oder ein höhenverstellbares Element lässt sich ebenfalls als mittlere Maßnahme einordnen, sofern der Einbau im Bestand begrenzt bleibt. Der tatsächliche Aufwand hängt vom Untergrund und von den nötigen Anschlüssen ab. Eine vorbereitete Wand erleichtert manches; ein ungeeigneter Aufbau verlangt zusätzliche Arbeiten. Auch die Bedienung muss passen. Verstellbarkeit hilft nur, wenn Sie die gewünschte Einstellung im Alltag erreichen können.

Zu dieser Größenordnung gehört bereits eine kurze Planung der Bauphase. Wo können Sie sich waschen, wenn der betreffende Raum zeitweise ausfällt? Bleibt der Weg zum Schlafzimmer zugänglich? Vereinbaren Sie, wie Arbeitsbereiche abgegrenzt und nach Feierabend hinterlassen werden. Der Umbau soll den Alltag später erleichtern; während der Arbeiten braucht derselbe Alltag ebenfalls einen verlässlichen Platz.

Größere Eingriffe: den Zusammenhang des Hauses verändern

Eine Rampe, ein Treppenlift oder ein neues Bad auf der Wohnebene kann den Zugang zu wesentlichen Teilen des Hauses verändern. Solche Maßnahmen verdienen einen weiteren Planungshorizont. Sie betreffen oft mehr als den unmittelbaren Einbauort und können spätere Entscheidungen erleichtern oder erschweren. Jetzt zählt das Gesamtkonzept. Welche Wege werden danach dauerhaft nutzbar, und welche Hindernisse bleiben bestehen?

Eine Rampe benötigt mehr Fläche, als der Blick auf wenige Stufen vermuten lässt. Neben der Neigung sind die Bereiche am Anfang und am Ende zu berücksichtigen, ebenso die Türbewegung und gegebenenfalls ein Richtungswechsel. Im Außenbereich kommen Witterung und Wasserführung hinzu. **factsToVerify: Die am Standort geltenden baulichen Anforderungen und erforderlichen Genehmigungen sind vor der Planung durch eine qualifizierte Fachperson beziehungsweise die zuständige Stelle zu prüfen.** Eine kurze, steile Behelfslösung lässt sich daraus keinesfalls als allgemein geeignete Antwort ableiten.

Beim Treppenlift beginnt die Prüfung mit der Art der Nutzung. Ein Sitzlift setzt voraus, dass die Person den Sitz erreichen und den Wechsel auf diesen bewältigen kann; außerdem muss sie am Ziel weiterkommen. Wer auf beiden Etagen eine Gehhilfe benötigt, braucht dafür eine praktikable Organisation. Ein Plattformlift stellt andere Anforderungen an Platz und Gebäude. Der Name „Treppenlift“ allein beschreibt daher noch keine passende Lösung.

Auch der verbleibende Treppenraum gehört zur Planung. Können andere Bewohner die Treppe weiterhin angemessen nutzen, und wo steht das Gerät, wenn es gerade niemand braucht? **factsToVerify: Anforderungen an verbleibende Durchgangsbreiten, Brandschutz und die Zulässigkeit des Einbaus müssen für das konkrete Gebäude aktuell geprüft werden.** Lassen Sie außerdem erklären, welche Betreuung das Gerät im Betrieb

braucht und wie bei einer Störung vorgegangen wird. Ein Lift wird Teil des Haushalts.

Eine bodengleiche Dusche kann einen beschwerlichen Einstieg wesentlich verändern, verlangt aber die Prüfung des vorhandenen Bodenaufbaus und der Entwässerung. Die gewünschte Ebene lässt sich nicht aus dem sichtbaren Fliesenbelag ableiten. Gerade im Bestand können die verborgenen Schichten den Aufwand bestimmen. Die Einzelheiten gehören in die Badplanung. Für den Überblick genügt: Eine ebene Oberfläche ist das Ergebnis mehrerer aufeinander abgestimmter Arbeiten.

Noch weiter reicht die Einrichtung eines eigenen Bades auf einer Etage, auf der bereits die wichtigsten Wohnfunktionen liegen. Dadurch kann ein Haus im Alltag anders genutzt werden. Ein bisheriges Arbeitszimmer wird vielleicht Teil eines neuen Raumkonzepts, während ein oberes Geschoss seltener gebraucht wird. Dafür müssen Anschlüsse und bauliche Machbarkeit untersucht werden. Prüfen Sie zugleich, was durch die neue Nutzung verloren geht und welchen Ersatz Sie dafür brauchen.

Große Maßnahmen lassen sich gelegentlich in Etappen vorbereiten. Wenn eine Wand ohnehin geöffnet wird, kann geprüft werden, ob eine spätere Befestigungsmöglichkeit sinnvoll vorbereitet werden sollte. Eine geplante Raumänderung kann ebenfalls Anlass sein, künftige Wege freizuhalten. Vorbereitung ist jedoch kein Selbstzweck. Sie lohnt sich vor allem dort, wo eine plausible spätere Nutzung erkennbar ist und der zusätzliche Aufwand nachvollziehbar bleibt.

Wahrnehmen, erreichen und bedienen

Barrieren entstehen auch dort, wo genug Platz vorhanden ist. Ein Klingelsignal kann überhört werden, eine Beschriftung schlecht erkennbar sein oder ein Griff zu viel Kraft verlangen. Deshalb umfasst gute Planung mehrere Arten von Nutzung. Neben der Bewegung durch den Raum stehen Wahrnehmung und Bedienung. Ein freier Weg endet für Sie möglicherweise an einem Fenster, das Sie allein kaum öffnen können.

Das Zwei-Sinnen-Prinzip beschreibt einen hilfreichen Ansatz: Eine wesentliche Information wird über zwei unterschiedliche Sinneswege zugänglich gemacht. Eine Türklingel kann beispielsweise zusätzlich zum Ton ein gut wahrnehmbares Lichtsignal auslösen. Die Information erreicht dann Augen und Ohren. Ein größeres Schild neben einem kleinen Schild nutzt dagegen weiterhin denselben Sinnesweg. Es kann die Lesbarkeit verbessern, erfüllt aber diese Idee der Ergänzung nicht.

Dabei müssen beide Signale zum tatsächlichen Alltag passen. Ein Lichtsignal im Flur hilft wenig, wenn Sie sich überwiegend mit geschlossener Tür im Wohnzimmer aufhalten. Ein zusätzlicher Ton kann störend sein oder schlecht vom übrigen Geräusch unterschieden werden. Fragen Sie deshalb, wo eine Information gebraucht wird und wie Sie diese dort zuverlässig bemerken können. Die technische Ausführung wird später beim Thema Assistenzsysteme genauer betrachtet.

Bei Bedienelementen zählen Erreichbarkeit und Handhabung zusammen. Ein Schalter kann auf passender Höhe sitzen, aber hinter einer geöffneten Tür verschwinden. Ein großer Griff kann angenehm zu umfassen sein, während der Mechanismus weiterhin viel Kraft verlangt. Lassen Sie sich eine vorgesehene Bedienung möglichst an einem Muster zeigen. Entscheidend ist Ihre konkrete Bewegung, einschließlich des Loslassens und Zurückkehrens in eine bequeme Haltung.

Hilfreich ist außerdem eine erkennbare Rückmeldung. Nach dem Drücken eines Tasters sollte für die nutzende Person verständlich sein, ob etwas geschehen ist. Eine unklare Reaktion kann wiederholtes Drücken oder unnötiges Warten auslösen. Das betrifft einfache Geräte ebenso wie aufwendige Steuerungen. Eine vertraute, verständliche Bedienung verdient bei der Auswahl ebenso viel Aufmerksamkeit wie eine zusätzliche Funktion.

Was DIN 18040 für Ihre Planung bedeutet

Bei Angeboten und Beratungsgesprächen begegnet Ihnen vermutlich die DIN 18040. Für Wohnungen ist insbesondere Teil 2 relevant. Er behandelt die barrierefreie Planung und Ausstattung von Wohnungen sowie zugehörige Erschließungsbereiche. **factsToVerify: Bei der Recherche wurde DIN 18040-2:2011-09 bei DIN Media als aktuelle Norm geführt; Ausgabestand und genauer An-**

ung erneut zu prüfen. Die veröffentlichte Beschreibung unterscheidet zudem Anforderungen für barrierefrei nutzbare und für uneingeschränkt mit dem Rollstuhl nutzbare Wohnungen. Quelle: DIN Media, DIN 18040-2.

Für Sie ist zunächst die Arbeitsweise dahinter hilfreich: Anforderungen werden nachvollziehbar beschrieben und lassen sich in der Planung prüfen. Damit bekommt ein Gespräch über geeignete Bewegungsflächen eine fachliche Grundlage. Eine einzelne passende Tür macht jedoch noch keine insgesamt barrierefrei nutzbare Wohnung. Lassen Sie sich daher sagen, auf welchen Bereich sich eine Aussage bezieht. Der Umfang gehört zum Versprechen.

factsToVerify: Die rechtliche Verbindlichkeit einer Norm muss für das jeweilige Bauvorhaben geprüft werden. DIN erläutert, dass die Anwendung von Normen grundsätzlich freiwillig ist, sie jedoch durch gesetzliche Bezugnahme oder vertragliche Vereinbarung verbindlich werden können. Daraus folgt keine pauschale Pflicht, jede bestehende Privatwohnung vollständig nach DIN 18040 umzubauen. Ebenso wenig lässt sich pauschal behaupten, die Norm sei im privaten Wohnbereich immer unverbindlich. Quelle: DIN, Rechtsverbindlichkeit durch Normen.

Bitten Sie die planende Fachperson, die für Ihr Vorhaben geltenden Anforderungen zu benennen und notwendige Abweichungen verständlich zu erklären. Das betrifft auch die Unterscheidung zwischen einem persönlichen Verbesserungsziel und einem ausdrücklich vereinbarten Standard. „Barrieren reduzieren“ kann eine sinnvolle Aufgabe sein, obwohl sich ein umfassender Standard im Bestand nicht vollständig erreichen lässt. Welche Grenzen bleiben, gehört dann schriftlich in die Planung. Dieser Überblick ersetzt keine individuelle baurechtliche Beratung.

Werbebegriffe wie „seniorengerecht“ sagen für sich genommen wenig darüber aus, welche Nutzung geprüft wurde. Fragen Sie nach den zugesagten Eigenschaften. Können Sie den betreffenden Bereich mit Ihrer Mobilitätshilfe nutzen, und worauf stützt sich diese Einschätzung? Ein verständlich beschriebenes Ergebnis lässt sich später besser überprüfen. Das schafft eine gemeinsame Grundlage zwischen Ihnen und den ausführenden Fachleuten.

Die Reihenfolge ergibt sich aus dem Alltag

Auf Ihrem Befundbogen stehen bereits Dringlichkeiten. Nun verbinden Sie diese mit dem möglichen Aufwand. Zuerst werden erkennbare Gefahren bearbeitet, anschließend beschwerliche Wege vereinfacht; weitere Komfortwünsche folgen, sobald die grundlegende Nutzung verlässlich organisiert ist. Diese Reihenfolge ist eine Orientierung. Eine notwendige fachliche Prüfung kann sofort beginnen, auch wenn der eigentliche Umbau erst später möglich wird.

Dringend bedeutet dabei nicht zwangsläufig schnell gebaut. Wenn ein Zugang unsicher geworden ist, kann zunächst eine fachlich abgestimmte Übergangslösung nötig sein. Die dauerhafte Veränderung braucht möglicherweise Planung und Lieferzeit. Halten Sie beides getrennt fest. Sonst wird eine kurzfristige Behelfslösung leicht über Monate zur vermeintlich abgeschlossenen Aufgabe.

Für die nächste Stufe betrachten Sie ganze Wege. Werden mehrere Schwierigkeiten zwischen Haustür und Küche gemeinsam bearbeitet, kann die Wirkung größer sein als bei verstreuten Verbesserungen. Frau Nowaks Eingang zeigt diesen Zusammenhang. Überlegen Sie auch, welche Tätigkeit Sie bisher einschränken, weil der Weg dorthin zu mühsam geworden ist. Der wieder nutzbare Raum gewinnt seinen Wert durch das, was Sie dort tun möchten.

Komfort darf anschließend einen eigenen Platz haben. Eine bequemere Bedienung oder eine zusätzliche Abstellmöglichkeit kann den Tag angenehmer machen, selbst wenn zuvor keine unmittelbare Gefahr bestand. Ihre persönlichen Kriterien bleiben dafür der Maßstab. Gleichzeitig sollte die Planung erkennen lassen, welche Ausgaben eine notwendige Nutzung sichern und welche einen zusätzlichen Wunsch erfüllen. So können Sie bei begrenztem Budget bewusst entscheiden.

Vor dem Auftrag die Voraussetzungen klären

Sobald aus einer Idee ein kostenpflichtiger Umbau wird, lohnt sich eine Pause vor der verbindlichen Bestellung. Holen Sie eine ausreichend genaue Leistungsbeschreibung ein und klären Sie, welche Vorarbeiten darin enthalten sind. Wer stellt beschädigte Oberflächen wieder her? Welche Prüfung ist vor einem endgültigen Preis noch erforderlich? Solche Fragen machen den Auftrag greifbar, bevor Termine und Materialbestellungen Fakten schaffen.

factsToVerify: Bei möglichen Förderungen sind die aktuellen Bedingungen vor Auftragserteilung und Baubeginn direkt bei der zuständigen Förderstelle zu prüfen. Dabei zählt insbesondere, was das jeweilige Programm als Vorhabenbeginn wertet, wann der Antrag vorliegen muss und ob vor dem Start eine Zusage abzuwarten ist. Die KfW beschreibt für ihren Kredit zum altersgerechten Umbauen einen geregelten Ablauf vor der Durchführung; daraus lässt sich keine einheitliche Regel für sämtliche Förderstellen ableiten. Quelle: KfW, Merkblatt Altersgerecht Umbauen.

Lassen Sie sich Auskünfte zum geplanten Ablauf möglichst schriftlich geben. Ein eingereichter Antrag und eine bewilligte Förderung sind unterschiedliche Stände. **factsToVerify: Verfügbarkeit, Förderhöhe und technische Voraussetzungen sowie die mögliche Kombination von Leistungen müssen für den Antragszeitpunkt und den Wohnort überprüft werden.** Die ausführliche Finanzplanung folgt in Kapitel 13. Für die Maßnahmenplanung genügt vorerst ein deutlicher Vermerk: Finanzierung und zulässigen Start klären, bevor Sie sich binden.

Aus der Maßnahmenidee wird eine überprüfbare Veränderung

Ergänzen Sie Ihren Befundbogen nun um die bevorzugte Lösung und deren Größenordnung. Schreiben Sie dazu, wer die offenen Fragen klärt und woran Sie später den Nutzen erkennen möchten. Beim Eingang könnte das der ungehinderte Ablauf vom Abstellen der Tasche bis zum Schließen der Tür sein. Eine offene Fachfrage bleibt sichtbar. Sie darf weder im Angebot noch zwischen zwei Gesprächen verloren gehen.

Nach der Ausführung braucht jede Veränderung eine Rückmeldung aus dem Gebrauch. Lässt sich die Tür wie vorgesehen bewegen, bleibt die neue Oberfläche unauffällig, und erreichen Sie den Griff dort, wo Sie ihn benötigen? Technische Abnahmen und die fachliche Prüfung werden dadurch ergänzt, keinesfalls ersetzt. Manche Schwierigkeit zeigt sich erst nach mehreren gewöhnlichen Tagen. Vereinbaren Sie deshalb, wie Nachfragen oder notwendige Anpassungen aufgenommen werden.

Bewahren Sie Angaben zur Montage und Pflege bei den jeweiligen Unterlagen auf. Ein Griff muss dauerhaft fest bleiben, eine Markierung erkennbar sein. Auch eine gelungene Veränderung braucht gelegentlich Aufmerksamkeit. Frau Nowak kontrolliert ihren Eingangsbereich inzwischen beim normalen Putzen mit: Hat sich etwas gelöst, oder wandern Gegenstände wieder in den Durchgang? Diese Gewohnheit hält die erreichte Erleichterung lebendig.

Mit dem Überblick lässt sich nun ein Raum genauer bearbeiten, in dem besonders anspruchsvolle Bewegungen auf engem Platz zusammentreffen. Im Badezimmer kommen Nässe und wechselnde Körperhaltungen hinzu; zugleich möchten viele Menschen gerade dort möglichst viel selbst erledigen. Was ein geeigneter Haltegriff leisten kann und wann eine weiterreichende Veränderung nötig wird, lässt sich am konkreten Ablauf des Waschens und Aufstehens prüfen. Ihr Befundbogen liefert dafür den Ausgangspunkt. Die nächste Planung beginnt an der Badezimmertür.

Kapitel 4: Das Badezimmer: Der Raum mit dem größten Risiko

Im Bad zählt jeder Halt. Beim Aussteigen aus der Wanne trifft ein nasser Fuß auf einen anderen Untergrund, während sich der Körper dreht und die Hand bereits nach dem Handtuch greift. Mehrere Anforderungen kommen zusammen. Dazu braucht es weder ein besonders kleines Badezimmer noch eine schwere Einschränkung. Schon ein ungünstig

platzierter Griff kann dazu führen, dass eine vertraute Bewegung unnötig anstrengend wird. Gerade hier lohnt sich eine Planung, die dem tatsächlichen Gebrauch folgt.

Das Badezimmer ist zugleich ein Raum großer Privatheit. Sich ohne fremde Hilfe waschen zu können, bedeutet für viele Menschen weit mehr als eine erledigte Alltagstätigkeit. Wer über Veränderungen spricht, sollte deshalb auch fragen, was jemand weiterhin allein tun möchte und bei welchen Handgriffen Unterstützung willkommen wäre. Vielleicht möchten Sie morgens in Ruhe am Waschbecken sitzen. Vielleicht liegt Ihnen besonders daran, die Toilette selbstständig zu nutzen, auch wenn beim Duschen gelegentlich jemand hilft.

Ihr Befundbogen enthält bereits die Stellen, an denen es schwierig wird. Daraus entsteht jetzt ein zusammenhängendes Bild des Badezimmers: vom Öffnen der Tür bis zum angezogenen Bademantel. Für die folgenden Überlegungen begleiten uns zwei fiktive Personen mit unterschiedlichen Voraussetzungen. Herr Krause kommt mit gezielten Ergänzungen zurecht. Frau Stein benötigt nach einem Sturz und bei der Nutzung eines Rollstuhls eine umfassendere Veränderung. Beide möchten morgens selbst bestimmen, wie ihr Tag beginnt.

Die passende Größe der Veränderung finden

Eine Badplanung beginnt zweckmäßig mit Ihrem gewöhnlichen Ablauf. Beschreiben Sie beispielsweise, wie Sie sich zum Duschen vorbereiten und wo Sie anschließend trockene Kleidung anziehen. Dabei tauchen oft Bedürfnisse auf, die auf einem Ausstellungsfoto unsichtbar bleiben: der Platz für die Brille, eine erreichbare Handbrause oder eine Sitzgelegenheit zum Abtrocknen. Bleiben Sie konkret. Je genauer diese Abläufe bekannt sind, desto gezielter lässt sich entscheiden, welche Ausstattung gebraucht wird.

Unterscheiden Sie dabei zwischen einer beschwerlichen Einzelbewegung und einer räumlichen Grenze. Fehlt beim Aufstehen eine geeignete Stütze, kann ein passender Griff helfen. Ist dagegen zwischen Toilette und Wand zu wenig Platz für den notwendigen Wechsel vom Rollstuhl, lässt sich diese Fläche durch einen Griff allein kaum gewinnen. Solche Unterschiede bestimmen die Größenordnung. Eine kleine Ergänzung verdient ebenso sorgfältige Prüfung wie ein neuer Grundriss, denn beide müssen eine bestimmte Aufgabe erfüllen.

Für eine begrenzte Anpassung sprechen häufig gut nutzbare Wege und funktionsfähige Einbauten, bei denen vor allem einzelne Handgriffe Mühe machen. Ein Teilumbau kann sinnvoll werden, wenn der Wanneneinstieg die wesentliche Barriere bildet, während der übrige Raum bereits passt. Eine umfassende Neuordnung kommt in Betracht, wenn mehrere Sanitärobjekte falsch liegen oder zusätzliche Bewegungsfläche benötigt wird. Diese Möglichkeiten sind gleichwertige Planungswege. Niemand muss erst jede kleine Lösung ausprobieren, bevor ein größerer Eingriff begründet sein darf.

Denken Sie auch an Tage mit weniger Kraft. Ein Bad, das nur unter günstigen Bedingungen funktioniert, lässt wenig Spielraum für einen müden Morgen oder vorübergehende Unterstützung. Dabei geht es um plausible Situationen aus Ihrem Leben. Wer schon heute gelegentlich Hilfe beim Waschen braucht, sollte den Platz für die helfende Person einbeziehen; wer allein lebt, wird erreichbare Ablagen möglicherweise anders gewichten. Eine Planung für zehn Jahre bleibt eine Vorbereitung auf Möglichkeiten, keine Vorhersage Ihrer Gesundheit.

Herr Krause behält seine Wanne

Herr Krause möchte seine vorhandene Wanne weiterverwenden. Er kann sich im Badezimmer gut bewegen, doch längeres Stehen beim Waschen ermüdet ihn, und beim Überwinden des Wannenrandes fehlt eine verlässliche Unterstützung. Sein erster Gedanke ist ein Griff aus dem Baumarkt. Im Beratungsgespräch stellt sich jedoch heraus, dass auch die Sitzmöglichkeit und der Ablauf beim Einstieg betrachtet werden müssen. Der Griff allein würde nur einen Teil seiner Schwierigkeit beantworten.

Mit ergotherapeutischer Unterstützung wird geklärt, welche Bewegungen ihm möglich sind und welche Hilfe dazu passen könnte. Ein Sanitätsf-

achbetrieb prüft anschließend geeignete Hilfsmittel für die vorhandene Wanne und ihre konkrete Einbausituation. Herr Krause erhält eine passend ausgewählte Wanneneinstiegshilfe sowie fachgerecht befestigte Griffe. Für das Waschen und Abtrocknen außerhalb der Wanne nutzt er einen geeigneten Duschhocker auf einer dafür geprüften Stellfläche. Dort kann er sitzen, ohne den Türbereich zu blockieren.

Die Bezeichnung „Wanneneinstiegshilfe“ umfasst unterschiedliche Bauarten. Manche unterstützen beim Übersteigen, andere ermöglichen in geeigneten Situationen einen sitzenden Übergang über den Rand. Ein Wannenbrett verlangt beispielsweise weiterhin, dass die Beine kontrolliert über den Wannenrand bewegt werden können. Auch ein Badewannenlift beantwortet nicht automatisch die Frage, wie jemand zunächst sicher auf seine Sitzfläche gelangt. Lassen Sie den gesamten Übergang beurteilen. Der Produktname beschreibt noch keine Eignung für Ihren Körper oder Ihre Wanne.

Bei Herrn Krause wird deshalb vor der endgültigen Auswahl geklärt, welche Ausführung seinen Bewegungen entspricht und wie sie nach Herstellerangaben befestigt wird. Eine Einweisung gehört dazu. Ein beliebiger Hocker wird keinesfalls versuchsweise in die Wanne gestellt; dafür wären unter anderem Standfläche und bestimmungsgemäße Verwendung ungeklärt. Auch die gewählte Einstiegshilfe wird nur so eingesetzt, wie es für das konkrete Modell vorgesehen ist. Improvisation wäre hier eine schlechte Ersparnis.

Nach einigen gewöhnlichen Nutzungen meldet Herr Krause zurück, dass er sein Handtuch noch zu weit entfernt ablegt. Die Halterung wird neu angeordnet. Erst dadurch passt auch der letzte Abschnitt des Ablaufs, wenn er die Wanne verlassen hat und sich abtrocknen möchte. Seine Wanne bleibt erhalten. Sollte der Einstieg später trotz Hilfsmittel schwierig werden, ist eine erneute Beurteilung vorgesehen; die heutige Lösung enthält kein Versprechen unbegrenzter Nutzbarkeit.

Boden und Dusche: Die Oberfläche allein genügt nicht

Ein Badezimmerboden muss unter den Bedingungen funktionieren, die bei Ihnen tatsächlich auftreten. Dazu gehören nasse Füße und Rückstände von Körperpflegeprodukten. Die Angabe „rutschfest“ in einem Prospekt ist dafür zu ungenau. Fragen Sie nach dem vorgesehenen Einsatzbereich und nach einem nachvollziehbaren Nachweis der Rutschhemmung. Ebenso gehört die Reinigung zur Auswahl, denn eine Oberfläche soll ihre Eigenschaften im täglichen Gebrauch behalten und mit vertretbarem Aufwand sauber werden.

factsToVerify: Die für das konkrete Produkt geeigneten Prüfnachweise und die Anforderungen am Einbauort sind aktuell fachlich zu prüfen. Bei der Prüfung der Rutschhemmung werden unter anderem beschuhte Bereiche und nassbelastete Barfußbereiche unterschieden; eine R-Kennzeichnung allein beantwortet deshalb die Frage nach der Eignung einer Dusche nicht vollständig. Die DGUV erläutert diese unterschiedlichen Prüfverfahren. Ihre Informationen für Arbeitsstätten und öffentliche Bereiche lassen sich jedoch nicht pauschal als verbindliche Vorgabe für jedes Privatbad übernehmen. Quelle: DGUV, Prüfung der Gleitsicherheit von Bodenbelägen.

Materialmuster helfen bei der Auswahl von Farbe und Oberflächengefühl. Machen Sie daraus keinen eigenen Rutschversuch. Eine nasse Fliese im Geschäft zu betreten, liefert keine verlässliche Beurteilung und kann selbst gefährlich werden. Lassen Sie sich stattdessen erläutern, weshalb die angebotene Oberfläche für Ihre Nutzung vorgesehen ist. Fragen Sie auch, welche Reinigungsmittel geeignet sind und ob eine zusätzliche Behandlung später erneuert werden muss.

Lose Matten verdienen eine getrennte Betrachtung. Eine Matte kann Wasser aufnehmen, zugleich aber verrutschen oder an ihrer Kante ein Hindernis bilden. Auch eine Einlage mit Saugnäpfen passt nicht zu jeder Oberfläche und benötigt die vom Hersteller vorgesehene Pflege. Entscheidend ist die konkrete Kombination. Wer täglich eine schwere, nasse Matte aufheben muss, braucht zudem eine praktikable Möglichkeit zum Trocknen, ohne sich dabei tief bücken zu müssen.

Bei einer bodengleichen Dusche entfällt der hohe Wannenrand. Das ist ein erheblicher Unterschied,

doch die ebene Zugänglichkeit bildet nur einen Teil der Planung. Wasser muss zum Ablauf gelangen, ohne sich im übrigen Raum zu verteilen. Zugleich soll die Fläche mit Ihrer Mobilitätshilfe nutzbar sein und einen geeigneten Stand ermöglichen. Gefälle und Entwässerung müssen deshalb auf den Aufbau und die vorgesehene Nutzung abgestimmt werden.

Im Bestand entscheidet häufig der Raum unter der sichtbaren Oberfläche. Für Ablauf und Leitungsführung wird ausreichend Platz benötigt; vorhandene Decken oder Leitungswege können Grenzen setzen. Lassen Sie sich erklären, welcher Bodenaufbau tatsächlich möglich ist, bevor Sie eine bodengleiche Ausführung bestellen. Falls eine kleine Aufkantung verbleiben soll, muss diese ausdrücklich benannt und hinsichtlich Ihrer Nutzung beurteilt werden. „Fast eben“ kann bei einem bestimmten Hilfsmittel bereits einen erheblichen Unterschied machen.

Auch die Duschabtrennung verändert den Gebrauch. Eine feste Glasscheibe kann Wasser zurückhalten, aber den Zugang verengen oder einer helfenden Person im Weg stehen. Bewegliche Elemente brauchen gut erreichbare Griffe und einen geeigneten Öffnungsbereich. Ein Vorhang lässt sich leichter beiseiteschieben, muss jedoch so angeordnet sein, dass er die Nutzung nicht behindert. Prüfen Sie Zugang und Spritzschutz gemeinsam, einschließlich des Platzes zum Abtrocknen außerhalb der nassen Fläche.

Was unter den Fliesen liegt

Die dauerhafte Abdichtung gehört zu den Arbeiten, deren Qualität später weitgehend verborgen bleibt. Fliesen und ihre gewöhnlichen Fugen bilden für sich allein keine verlässliche Abdichtung des Bauwerks. Unter der sichtbaren Oberfläche braucht es ein geeignetes System, das auch Anschlüsse und Durchdringungen berücksichtigt. Besonders sorgfältig müssen Übergänge geplant werden, etwa am Ablauf oder an einer Rohrdurchführung. Dort treffen verschiedene Bauteile aufeinander, während regelmäßig Wasser anfällt.

factsToVerify: Die aktuelle Normenreihe DIN 18534 und ihre für das konkrete Bad einschlägigen Teile sind bei der Planung zu prüfen. DIN Media führt Teil 1 zum Recherchezeitpunkt in der Ausgabe 2025-10; dieser behandelt Anforderungen sowie Planungs- und Ausführungsgrundsätze für Innenraumabdichtungen. Welche Wassereinwirkung anzusetzen ist und welches Abdichtungssystem dazu passt, muss die verantwortliche Fachperson für das Vorhaben bestimmen. Ein pauschaler Verweis auf „Abdichtung nach Norm“ sollte durch eine verständliche Beschreibung der vorgesehenen Ausführung ergänzt werden. Quelle: DIN Media, DIN 18534-1.

Eine sichtbare elastische Anschlussfuge übernimmt dabei eine andere Aufgabe als die dahinterliegende Bauwerksabdichtung. Lassen Sie sich diesen Unterschied am geplanten Aufbau zeigen. Fragen Sie, welche sichtbaren Fugen später kontrolliert und gegebenenfalls erneuert werden müssen. Die Wartung gehört zum Gebrauch. Eine beschädigte Fuge sollte fachlich beurteilt werden, auch wenn zunächst kein Wasserfleck im Nachbarraum erscheint.

Für die spätere Nachvollziehbarkeit sind Fotos der ausgeführten Abdichtung vor dem Verlegen der Oberfläche hilfreich. Vereinbaren Sie außerdem, dass verwendete Produkte und relevante Ausführungsdetails dokumentiert werden. Solche Unterlagen ersetzen keine fachliche Prüfung, erleichtern aber spätere Rückfragen oder Reparaturen. Das gilt besonders an Stellen, an denen später Griffe montiert werden sollen. Nachträgliche Bohrungen müssen mit dem Wandaufbau und der Abdichtung vereinbar geplant werden.

Griffe und Sitze müssen zum Körper passen

Ein schöner Griff kann am falschen Ort hängen. Wer ihn erst durch starkes Verdrehen erreicht, erhält bei der eigentlichen Bewegung womöglich kaum Unterstützung. Überlegen Sie daher mit der beratenden Fachperson, wann Ihre Hand Halt braucht und in welche Richtung Kräfte wirken. Das unterscheidet sich beim Aufstehen von der Toilette und beim Wechsel auf einen Duschsitz. Auch die besser nutzbare Hand spielt eine Rolle.

Die richtige Position lässt sich aus Zeichnungen nur begrenzt ableiten. Markierungen an der Wand können helfen, eine vorgesehene Lage zunächst

sichtbar zu machen, ohne bereits zu bohren. Dabei wird besprochen, aus welcher Haltung Sie zugreifen und ob Armatur oder Abtrennung die Bewegung stören. Die genaue Festlegung sollte Ihre Fähigkeiten berücksichtigen. Ein riskantes Vorführen ohne vorhandenen Halt ist dafür weder erforderlich noch sinnvoll.

Zur Montage gehört die Frage nach dem tragfähigen Untergrund. Hinter einer Fliese kann massives Mauerwerk liegen, aber auch eine Konstruktion, die zusätzliche Verstärkung benötigt. Befestigungsmittel und Griff müssen dazu passen. Lassen Sie die zulässige Belastung des konkreten Produkts und die fachgerechte Befestigung bestätigen. Eine hohe Belastungsangabe auf der Verpackung macht eine ungeeignete Wandmontage nicht belastbar.

Handtuchstangen und gewöhnliche Brausestangen dürfen nicht allein wegen ihrer Form als Haltegriffe behandelt werden. Manche Produkte verbinden mehrere Funktionen, doch die Eignung als Stütze muss ausdrücklich vorgesehen sein. Bei Saugsystemen sind Untergrund und Einsatzgrenzen besonders genau zu beachten. Verlassen Sie sich darauf nur innerhalb der bestätigten Verwendung und nach fachlicher Auswahl. Sobald Sie Körpergewicht abfangen müssen, reicht ein gefühlt fester Sitz als Beurteilung nicht aus.

Ein Duschsitz soll entlasten. Dafür müssen Sitzhöhe und Sitzfläche zur Person passen, und die Füße benötigen eine geeignete Unterstützung. Rückenlehne oder Armstützen können je nach Bedarf hilfreich sein; sie verändern jedoch den Platzbedarf und möglicherweise den seitlichen Zugang. Ein wandmontierter Klappsitz spart im hochgeklappten Zustand Fläche, verlangt aber eine geeignete Befestigung. Ein freistehender Duschhocker bleibt beweglich, benötigt dafür einen verlässlichen Stand.

Beziehen Sie das Hinsetzen und Aufstehen ausdrücklich ein. Ein Sitz ist wenig hilfreich, wenn Sie ihn nur über einen schwierigen Zwischenschritt erreichen oder anschließend die Handbrause nicht mehr greifen können. Wer beim Waschen Hilfe erhält, braucht möglicherweise Zugang von einer bestimmten Seite. Auch das Wegstellen eines Hockers kann zur täglichen Aufgabe werden. Wählen Sie daher eine Lösung, die während der Nutzung und dazwischen praktikabel bleibt.

Toilette, Waschtisch und die Dinge in Griffweite

Bei der Toilette erscheint eine größere Sitzhöhe oft als naheliegende Erleichterung. Höher ist jedoch nicht automatisch günstiger. Wenn die Füße keinen ausreichenden Bodenkontakt mehr haben, kann die Sitzposition unangenehm oder instabil werden. Bei der Planung zählt die fertige Höhe einschließlich des vorgesehenen Sitzes. Für Menschen, die vom Rollstuhl wechseln, muss außerdem das Verhältnis beider Sitzflächen im konkreten Bewegungsablauf betrachtet werden.

Eine Toilettensitzerhöhung kann eine begrenzte Anpassung ermöglichen, sofern sie zum vorhandenen WC passt und zuverlässig befestigt werden kann. Ein neues WC erlaubt andere Gestaltungsmöglichkeiten, verändert aber möglicherweise Anschlüsse und Wandaufbau. Lassen Sie sich die Unterschiede anhand Ihrer Nutzung erklären. Zur geeigneten Lösung gehören ebenso erreichbares Toilettenpapier und eine bedienbare Spülung. Diese Details sollten bereits feststehen, wenn die Lage möglicher Stützgriffe geplant wird.

Seitliche Fläche kann ebenso bedeutsam sein wie die Höhe. Wer beim Umsetzen Platz auf einer bestimmten Seite benötigt, sollte diesen Bedarf deutlich benennen. Ein Schrank oder Heizkörper darf die vorgesehene Bewegung später nicht verhindern. Auch Hilfe beim Ankleiden braucht Raum. Für die Planung ist daher aufschlussreich, wie Sie sich vor und nach dem Toilettengang bewegen, einschließlich des Ablegens einer Gehhilfe.

Am Waschtisch kann eine Sitzmöglichkeit den Morgen erleichtern. Ein unterfahrbarer Waschtisch bietet dafür Raum unter dem Becken, doch seine Bezeichnung allein garantiert noch keine passende Nutzung. Prüfen lassen sollten Sie den Platz für Knie und Füße sowie die Erreichbarkeit der Armatur. Leitungen dürfen den Bewegungsraum nicht ungünstig einschränken; mögliche heiße Kontaktflächen sind zu berücksichtigen. Auch die Höhe des Beckenrandes muss zur Sitzposition passen.

Zum Waschen gehört der Blick in den Spiegel. Ein Spiegel, den Sie nur im Stehen nutzen können, unterstützt die geplante sitzende Körperpflege kaum. Ebenso sollte die Beleuchtung das Gesicht brauchbar ausleuchten, ohne störend zu blenden. Das spätere Lichtkonzept wird in Kapitel 7 ausführlicher behandelt. Für die Badplanung halten Sie bereits fest, aus welchen Positionen Spiegel und Ablagen verwendet werden.

Armaturen sollen sich mit den vorhandenen Kräften eindeutig bedienen lassen. Ein langer Hebel kann hilfreich sein, darf aber nicht unabsichtlich durch eine Bewegung verstellt werden. Temperaturbegrenzung und geeigneter Verbrühschutz gehören als Fachfragen ins Gespräch, besonders wenn die Bedienung oder das Wahrnehmen von Hitze schwerfällt. Fragen Sie nach der Funktionsweise und dem Wartungsbedarf der vorgesehenen Lösung. **factsToVerify: Technische Eignung, aktuelle Anschlussanforderungen und Einstellung des Verbrühschutzes sind durch den ausführenden Fachbetrieb zu prüfen.**

Ablagen wirken nebensächlich, bis etwas auf den Boden fällt. Stellen Sie sich den Platz für Seife und Handtuch aus der tatsächlichen Sitzposition vor. Häufig Benutztes sollte erreichbar sein, ohne über eine nasse Fläche hinwegzugreifen oder sich weit seitlich zu beugen. Gleichzeitig dürfen Ablagen keine nötige Bewegungsfläche beanspruchen. Ein kleiner, gut platzierter Bereich kann mehr leisten als ein geräumiger Schrank, dessen Inhalt nur mit Mühe erreichbar ist.

Frau Stein braucht einen anderen Grundriss

Frau Stein nutzt nach einem Sturz einen Rollstuhl und möchte ihr Bad entsprechend verändern lassen. Ob und wie sich ihre Beweglichkeit weiterentwickelt, ist offen. Ihr bisheriges Badezimmer enthält eine Wanne längs der Außenwand und einen Waschtisch direkt gegenüber der Tür. Dazwischen bleibt ein schmaler Streifen Boden. Die Toilette lässt sich mit dem Rollstuhl zwar annähern, doch für den benötigten seitlichen Wechsel fehlt Platz.

Ein erstes Angebot sieht vor, nur die Wanne durch eine Dusche zu ersetzen. Frau Stein erkennt darin zunächst die gesuchte Lösung. Bei der genaueren Planung zeigt sich jedoch, dass der Waschtisch weiterhin die Wendung erschweren würde und die Toilette unverändert ungünstig läge. Das Angebot löst den Einstieg. Der übrige Raum bleibt problematisch, sobald sie ihre alltäglichen Wege mit der planenden Fachperson durchgeht.

Auf einer Vorher-Skizze werden deshalb die vorhandenen Objekte und die tatsächlich freien Flächen eingezeichnet. Die Nachher-Skizze zeigt eine bodengleiche Dusche mit geeignetem Zugang sowie einen versetzten, unterfahrbaren Waschtisch. Die Lage der Toilette wird so geplant, dass der benötigte seitliche Platz entsteht. Auch die Tür wird in das Konzept einbezogen. Frau Stein möchte sie im Alltag schließen können, ohne sich anschließend mühsam wieder in die richtige Position bringen zu müssen.

Dabei wird geklärt, wie die Tür im Notfall von außen zugänglich bleibt. Eine Öffnung nach außen oder eine geeignete Schiebetür kann je nach Grundriss Vorteile haben, darf aber angrenzende Wege nicht beeinträchtigen. Solche Entscheidungen brauchen die Betrachtung beider Türseiten. Die Verriegelung soll Privatheit ermöglichen und eine vereinbarte Notöffnung zulassen. Frau Stein lässt sich die vorgesehene Bedienung erklären, bevor ein bestimmtes Modell festgelegt wird.

factsToVerify: Die aktuellen Anforderungen an eine rollstuhlgerechte Badplanung nach DIN 18040-2 sowie deren Verbindlichkeit für das konkrete Vorhaben sind fachlich zu prüfen. Dazu gehören unter anderem Bewegungsflächen und die Anordnung der Sanitärobjekte. DIN Media unterscheidet bei dieser Norm zwischen barrierefrei nutzbaren und uneingeschränkt mit dem Rollstuhl nutzbaren Wohnungen. Frau Steins persönliche Anforderungen werden zusätzlich aufgenommen, denn die konkrete Nutzung muss mitgeplant werden. Quelle: DIN Media, DIN 18040-2.

Die umfassendere Veränderung verlangt mehr Planung und eine längere Unterbrechung der Badnutzung. Frau Stein entscheidet sich dafür, weil die untersuchten kleineren Eingriffe ihre wesentlichen Abläufe unzureichend unterstützen würden. Vor der Beauftragung lässt sie die technische Machbarkeit bestätigen und die Kosten gen-

auer erfassen. Sie erhält damit eine begründete Entscheidung. Der Sturz allein hätte den Umfang des Umbaus noch nicht bestimmt.

Ein Angebot muss Ihr künftiges Bad beschreiben

Ein gut vergleichbares Angebot nennt die vorgesehenen Produkte und beschreibt die Arbeiten ausreichend genau. Dazu gehören Ausbau und Entsorgung ebenso wie die Wiederherstellung betroffener Oberflächen. Bei Dusche und Boden sollten Aufbau und Entwässerung erkennbar sein. Auch Montagearbeiten an Griffen benötigen eine Beschreibung, die zum geprüften Untergrund passt. „Seniorenbad komplett“ ist als Leistungsumfang zu unbestimmt, selbst wenn darunter ein fester Gesamtpreis steht.

Lesen Sie Angebote mit Ihrer Planung daneben. Ist die vorgesehene Duschfläche tatsächlich gleich groß, und sind dieselben Eigenschaften der Oberfläche zugesagt? Enthält ein Angebot bereits die nötige Wandverstärkung, während das andere sie offenlässt? Erst bei vergleichbarem Umfang wird der Preisunterschied aussagekräftig. Fragen Sie außerdem nach ausdrücklich ausgeschlossenen Arbeiten. Gerade diese können später das Budget und den Zeitplan verändern.

Unbekanntes sollte offen bezeichnet werden. Bei einem älteren Bad lässt sich der Zustand verdeckter Leitungen möglicherweise erst nach dem Öffnen beurteilen. Vereinbaren Sie, wie solche Befunde dokumentiert und zusätzliche Arbeiten mit Ihnen abgestimmt werden, bevor daraus Mehrkosten entstehen. Ein Festpreis braucht einen klaren Leistungsumfang. Für noch ungeklärte Arbeiten sollte erkennbar sein, wie eine belastbare Preisentscheidung zustande kommt.

Fragen Sie nach der Person, die die beteiligten Gewerke koordiniert. Zwischen Sanitärinstallation und Fliesenarbeiten müssen Aufgaben und Übergaben klar sein, besonders bei Anschlüssen an die Abdichtung. Auch elektrische Arbeiten gehören in die Ablaufplanung. **factsToVerify: Die am Ausführungsort geltenden elektrotechnischen Schutzanforderungen im Bad sind aktuell durch einen Elektrofachbetrieb zu bestimmen.** Die bloße Entfernung einer Steckdose zur Dusche genügt als eigene Sicherheitsbeurteilung nicht.

Ein Zeitplan sollte erkennen lassen, wann das Bad tatsächlich nutzbar ist. Trocknungs- und Aushärtungszeiten gehören dazu, ebenso mögliche Unterbrechungen der Wasserversorgung. Klären Sie vorab, wo Sie währenddessen die Toilette benutzen und sich waschen können. Der Weg dorthin muss zu Ihren Kräften passen. Frau Stein organisiert für die Bauphase eine geeignete Unterkunft; Herr Krause benötigt bei seinen begrenzten Arbeiten lediglich eine abgestimmte Terminfolge.

Staubschutz gehört ebenfalls ins Angebot oder in die schriftliche Baustellenvereinbarung. Besprechen Sie, wie der Arbeitsbereich abgeschottet wird und welche Wege die Handwerker nutzen. Empfindliche Gegenstände müssen rechtzeitig geschützt oder ausgelagert werden. Auch nach Feierabend brauchen Sie freie Wege ohne offen liegendes Werkzeug. Eine tägliche Reinigung des genutzten Zugangs kann dabei wesentlich mehr bedeuten als der spätere Hinweis auf eine besenreine Übergabe.

Kurze Fragen für das Handwerksgespräch

Die ausführliche Planung lässt sich für einen Termin auf wenige Kernfragen verdichten. Schreiben Sie die Antworten direkt neben die betreffende Stelle im Angebot. Bleibt etwas offen, bekommt es einen Namen und einen Klärungstermin. So entstehen aus freundlichen Zusicherungen nachvollziehbare Absprachen.

- Welche meiner beschriebenen Bewegungen ermöglicht die angebotene Ausführung, und welche Einschränkungen bleiben?
- Wie werden Bodenaufbau, Entwässerung und Abdichtung aufeinander abgestimmt und dokumentiert?
- Welche Befestigung ist für die Griffe vorgesehen, und wer bestätigt die Eignung des Untergrunds?
- Wie werden Badnutzung während der Bauzeit, Staubschutz und zusätzliche Arbeiten geregelt?

Beratung, Finanzierung und die ersten Tage

Ergotherapeutische Fachpersonen können beurteilen helfen, wie Ihre Bewegungsabläufe und die Ausstattung zusammenpassen. Ein Sanitätsfachbetrieb unterstützt bei der Auswahl geeigneter Hilfsmittel und deren vorgesehener Nutzung. Die bauliche Planung und fachgerechte Ausführung verlangen wiederum die entsprechenden Qualifikationen. Diese Aufgaben ergänzen sich. Bitten Sie bei mehreren Beteiligten darum, dass wesentliche Festlegungen schriftlich weitergegeben werden, damit beispielsweise eine vereinbarte Griffposition im Montageauftrag ankommt.

Finanziell unterscheiden sich Hilfsmittel und bauliche Veränderungen auch durch ihre Folgekosten. Bei technischen Ausstattungselementen können Wartung oder späterer Ersatz hinzukommen. Für den Umbau selbst zählen neben den sichtbaren Sanitärobjekten die Arbeiten am Bestand und eine mögliche Ersatzunterkunft. Die ausführliche Budgetmethode folgt in Kapitel 13. Hier genügt zunächst eine vollständige Kostenerfassung mit erkennbar offenen Positionen, bevor Sie eine bestimmte Ausstattung verbindlich bestellen.

factsToVerify: Ob die Pflegekasse einen Zuschuss für wohnumfeldverbessernde Maßnahmen gewährt, welche Voraussetzungen erfüllt sein müssen und welcher Höchstbetrag zum Antragszeitpunkt gilt, ist unmittelbar mit ihr zu klären. Das Bundesgesundheitsministerium nennt zum Recherchezeitpunkt bis zu 4.180 Euro je Maßnahme für anspruchsberechtigte Personen der Pflegegrade 1 bis 5 unter den beschriebenen Voraussetzungen. Dieser Betrag ist eine zu überprüfende Obergrenze, keine Zusage für Ihren Badumbau. Klären Sie auch den erforderlichen Ablauf vor Auftrag und Baubeginn. Quelle: Bundesgesundheitsministerium, Zuschüsse zur Wohnungsanpassung.

Bei der Übergabe lassen Sie sich die Bedienung verstellbarer Teile und die Reinigung des Ablaufs zeigen. Prüfen Sie gemeinsam, ob die vereinbarte Ausstattung vorhanden ist und die vorgesehenen Zugänge frei bleiben. Auffälligkeiten werden dokumentiert. Technische Prüfungen übernehmen die zuständigen Fachleute; Ihre Rückmeldung beschreibt ergänzend, ob Sie das Bad wie geplant nutzen können. Dieser Text bietet Orientierung und ersetzt keine individuelle technische, medizinische oder rechtliche Beratung.

Für die ersten Nutzungen kann eine eingewiesene Unterstützung sinnvoll sein, wenn Sie neue Hilfsmittel kennenlernen oder Ihre Bewegungsabläufe verändert wurden. Geben Sie Rückmeldung, sobald etwas unpraktisch bleibt. Vielleicht steht die Handbrause zu hoch, vielleicht blockiert der Wäschekorb nun den vorgesehenen Platz zum Ankleiden. Solche Beobachtungen gehören zur Anpassung. Vereinbaren Sie deshalb bereits bei der Übergabe, an wen Sie sich mit Fragen wenden können.

Herr Krause legt sein Handtuch inzwischen neben dem Sitzplatz bereit. Frau Stein erreicht den Waschtisch mit ihrem Rollstuhl und kann ihre Morgentoilette in der gewünschten Ruhe beginnen. Ihre Bäder sehen verschieden aus, doch beide Lösungen sind an konkreten Tätigkeiten gewachsen. Nach dem Ankleiden führt der nächste Weg häufig in die Küche. Dort warten andere Handgriffe: Wasser einfüllen, eine Tasse nehmen und das eigene Frühstück zubereiten.

Kapitel 5: Die Küche: Selbstständigkeit am Herd

Eine typische Situation könnte so aussehen: Frau Demir möchte eine Suppe kochen, doch beim Öffnen des Vorratsschranks steht der passende Topf hinter einem schweren Bräter. Seit einem Schlaganfall kann sie ihren linken Arm nur eingeschränkt benutzen. Mit der rechten Hand erreicht sie den Topfgriff, bekommt das Gefäß aber kaum an dem Bräter vorbei. Sie hält inne. Das Rezept kennt sie auswendig. Mühsam geworden ist der Zugang zu den Dingen, die sie dafür braucht.

Frau Demir ist eine fiktive Person. Ihr Beispiel begleitet uns durch eine Küche, deren Einrichtung sich verändern lässt, ohne gleich alle vertrauten Handgriffe aufzugeben. Welche Anpassungen nach einem Schlaganfall passen, hängt von den individuellen Fähigkeiten ab und sollte bei Bedarf

ergotherapeutisch beurteilt werden. Für Frau Demir steht zunächst ein persönlicher Wunsch fest: Sie möchte ihre Suppe selbst zubereiten und dabei möglichst wenig fremde Hilfe benötigen. Dazu gehört auch, selbst zu entscheiden, wie viel Pfeffer hineinkommt.

Kochen kann ein Stück Lebensgeschichte sein. Vielleicht erinnert der Geruch angebratener Zwiebeln an gemeinsame Sonntage, vielleicht bedeutet Ihnen vor allem das Frühstück etwas, das Sie nach Ihrem eigenen Rhythmus vorbereiten. Andere Menschen haben nie gern gekocht und möchten sich mit möglichst wenigen Handgriffen versorgen. Auch das zählt. Eine passende Küche unterstützt die Mahlzeiten, die zu Ihrem Leben gehören, einschließlich eines aufgewärmten Gerichts an einem müden Abend.

Vom Lieblingsgericht zur passenden Einrichtung

Beginnen Sie mit einer Mahlzeit, die Sie häufig zubereiten. Gehen Sie deren Vorbereitung gedanklich durch, vom Herausnehmen der Zutaten bis zum Abräumen des Geschirrs. Wo müssen Sie etwas Schweres anheben? Welche Tätigkeit verlangt beide Hände? Beschreiben Sie auf Ihrem Befundbogen möglichst genau, an welcher Stelle der Ablauf stockt, damit aus dem allgemeinen Wunsch nach einer bequemeren Küche eine bearbeitbare Aufgabe wird.

Bei Frau Demir zeigt sich neben dem schwer erreichbaren Topf eine weitere Schwierigkeit. Das Schneidebrett verrutscht, während sie ein Stück Gemüse bearbeiten möchte. Außerdem steht die Schüssel für die vorbereiteten Zutaten auf der schlechter erreichbaren Seite. Diese Beobachtungen führen zu unterschiedlichen Lösungen: Der Topf braucht einen anderen Platz, das Brett eine geeignete Sicherung. Für die Schüssel genügt möglicherweise eine neue Anordnung auf der Arbeitsfläche.

Betrachten Sie ebenso den Rückweg. Ein Topf lässt sich vielleicht leer gut herausnehmen, nach dem Essen aber nur mit Mühe reinigen und zurückstellen. Beim Einkauf ist der Kühlschrank bequem erreichbar, während sich die Packungen später hinter hohen Gefäßen verbergen. Solche Unterschiede werden sichtbar, wenn Sie den Ablauf bis zum Ende verfolgen. Die Küche soll auch dann funktionieren, wenn das Essen vorbei ist und Ihre Kraft für den Tag bereits nachgelassen hat.

Wählen Sie für die erste Bearbeitung wenige häufige Tätigkeiten. Das Frühstück und ein einfaches warmes Gericht geben oft schon viele Hinweise. Niemand muss dafür eine schwierige Bewegung vorführen oder mit heißem Wasser ausprobieren, was gerade noch gelingt. Eine Beschreibung und eine Besprechung am ausgeschalteten Arbeitsplatz reichen als Anfang. Bei unsicheren Bewegungen unterstützt eine entsprechend qualifizierte Fachperson die weitere Beurteilung.

Arbeiten in einer Haltung, die zu Ihnen passt

Eine Arbeitshöhe passt dann, wenn Sie die vorgesehene Tätigkeit in einer möglichst entspannten Haltung ausführen können. Die vorhandene Küchenhöhe verdient deshalb eine neue Prüfung, sobald längeres Stehen oder das Anheben der Arme anstrengend wird. Beobachten Sie etwa beim Vorbereiten eines Brotes, ob Sie die Schultern hochziehen oder den Oberkörper weit vorbeugen. Das sind Hinweise. Eine einzelne Zentimeterangabe kann die persönliche Beurteilung jedoch kaum ersetzen.

Auch die Tätigkeit verändert die benötigte Höhe. Auf einem dicken Schneidebrett liegen die Hände höher als auf der bloßen Arbeitsplatte, und beim Rühren in einem großen Topf kommt dessen Rand hinzu. Wer häufig im Sitzen arbeitet, benötigt wiederum eine andere Beziehung zwischen Sitzfläche und Arbeitsplatz. Lassen Sie deshalb mit den Gegenständen planen, die Sie tatsächlich verwenden. Ein Musteraufbau kann Unterschiede deutlich machen, bevor eine Arbeitsplatte bestellt wird.

Ein Sitzplatz zum Vorbereiten kann längere Arbeitsphasen erleichtern. Dafür braucht es eine geeignete Sitzgelegenheit und genügend Raum für die Beine, damit Sie nah genug an die Arbeitsfläche gelangen. Ein Stuhl vor einem geschlossenen Unterschrank zwingt häufig zu seitlichem Sitzen oder weitem Vorbeugen. Das ermüdet. Ein freier Tischabschnitt kann im Bestand die bessere Ausg-

angslage bieten, wenn er erreichbar liegt und eine stabile Arbeitsfläche hat.

Die Sitzgelegenheit muss auch beim Hinsetzen und Aufstehen zu Ihnen passen. Ein hoher Barhocker mit kleiner Fußstütze ist dafür keineswegs automatisch geeignet. Armlehnen können unterstützen, dürfen aber das Heranrücken nicht verhindern. Rollen verändern das Verhalten eines Stuhls beim Belastungswechsel und verlangen besondere Aufmerksamkeit. Prüfen Sie die Auswahl mit Blick auf Ihre Bewegungen; wer sich beim Arbeiten am Tisch abstützt, benötigt außerdem einen entsprechend standfesten Tisch.

Für einen späteren Seitenriss Ihrer Küche lassen sich die persönlich ermittelten Maße eintragen: die Sitzhöhe und die Oberkante der Arbeitsfläche, dazu der freie Raum für die Beine und die Entfernung zur häufig benutzten Ablage. Schreiben Sie auch dazu, bei welcher Tätigkeit diese Maße erprobt wurden. So wird aus einer Zeichnung eine nachvollziehbare Planungsunterlage. Allgemeine Maßzahlen aus einem Prospekt bleiben Vergleichswerte, solange ihre Eignung für Ihre Körperhaltung ungeklärt ist.

Höhenverstellbare Arbeitsflächen können hilfreich sein, wenn mehrere Personen die Küche unterschiedlich nutzen. Ihre Planung umfasst jedoch mehr als den Verstellbereich. Unter der beweglichen Fläche müssen Beine geschützt bleiben, Leitungen brauchen geeignete Bewegungsfreiheit, und die Steuerung muss erreichbar sein. **factsToVerify: Belastbarkeit, Schutz gegen Einklemmen und die aktuellen Installationsvorgaben des vorgesehenen Systems sind vor dem Einbau fachlich zu prüfen.** Lassen Sie sich auch zeigen, wie sich die Fläche bei einer Störung verhält.

Schränke, die ihren Inhalt entgegenbringen

Tiefe Unterschränke verbergen ihren Inhalt leicht hinter der vorderen Reihe. Auszüge können das Suchen und Hineingreifen erleichtern, weil der Inhalt weiter nach vorn gelangt. Dabei zählt die beladene Nutzung. Ein leerer Auszug im Geschäft bewegt sich möglicherweise mühelos, während derselbe Mechanismus mit Töpfen deutlich mehr Kraft verlangt. Fragen Sie nach einer Vorführung unter geeigneter Belastung und danach, ob Sie das hintere Fach tatsächlich gut erreichen.

Ein vollständig geöffneter Auszug beansprucht Platz im Gang. Das kann bei einer schmalen Küche die Stellung der Füße erschweren oder eine Mobilitätshilfe vom Arbeitsplatz trennen. Planen Sie daher den Standort der Person mit ein, die den Inhalt herausnimmt. Auch gegenüberliegende Türen verdienen Beachtung. Der Vorteil des Auszugs bleibt nur erhalten, wenn das Öffnen und Schließen in Ihrer Küche praktikabel ist.

Im Bestand lassen sich manche Schränke mit Innenauszügen nachrüsten. Ob das sinnvoll gelingt, hängt unter anderem vom vorhandenen Korpus und von den Türbeschlägen ab. Lassen Sie die Befestigung und die vorgesehene Belastung prüfen. Eine lose Kiste auf dem Fachboden bietet keinen gleichwertigen Ersatz, wenn sie weit herausgezogen werden muss und dabei kippen könnte. Häufig genügt zunächst das Umräumen: Der täglich benutzte Topf bekommt den besten Platz.

Frau Demir sortiert ihre Kochgefäße nach tatsächlichem Gebrauch. Der große Bräter wandert an einen Platz für seltene Nutzung; wenn sie ihn braucht, organisiert sie Unterstützung. Ihr leichter Suppentopf steht künftig einzeln im gut erreichbaren Bereich. Nichts liegt darin. Sie muss deshalb weder einen Deckelstapel herausheben noch mehrere Gefäße voneinander lösen, bevor sie anfangen kann.

Oberschränke bleiben für Dinge geeignet, die Sie ohne Strecken und ohne Aufstieg erreichen. Absenkbare Einsätze können den nutzbaren Bereich verändern, brauchen aber Platz für ihre Bewegung und eine bedienbare Mechanik. Ein solcher Einsatz darf beim Herunterziehen nicht mit dem Wasserkocher oder einer Armatur zusammenstoßen. Prüfen Sie auch, wie viel Kraft bei gefülltem Einsatz erforderlich ist. Schwere Vorräte über Kopfhöhe werden durch einen beweglichen Beschlag allein noch nicht gut handhabbar.

Griffe beeinflussen jeden Schrankzugang. Ein ausreichend großer Bügelgriff kann sich leichter umfassen lassen als ein kleiner glatter Knopf; entscheidend sind jedoch Ihre Handbewegung und die nötige Zugkraft. Grifflose Fronten mit Druckö

ffnung verlangen einen gezielten Druck und können bei unbeabsichtigtem Kontakt aufgehen. Probieren Sie beide Bewegungen aus: öffnen und wieder schließen. Bei einer Nachrüstung dürfen vorstehende Griffe außerdem weder Kleidung fangen noch einen ohnehin engen Durchgang weiter einschränken.

Erkennen, was gebraucht wird

Eine ruhige Gestaltung erleichtert das Finden. Heben sich die Schrankfronten erkennbar vom Boden ab, lässt sich die Küchenzeile räumlich leichter erfassen; ebenso kann eine erkennbare Arbeitsplattenkante hilfreich sein. Dabei kommt es auf den tatsächlichen Helligkeitsunterschied an. Zwei verschiedene Farbnamen garantieren noch keinen brauchbaren Kontrast. Prüfen Sie Materialmuster möglichst unter dem Licht, das später in Ihrer Küche vorhanden ist.

Auf stark gemusterten Flächen verschwinden kleine Gegenstände optisch. Ein heller Teller und ein weißer Messbecher können auf einer ebenfalls hellen Arbeitsplatte schwer zu unterscheiden sein. Eine passende, sicher liegende Unterlage kann hier einen begrenzten Bereich deutlicher machen, sofern sie für die Tätigkeit geeignet ist. Am Schneideplatz lassen sich auch unterschiedliche Brettfarben nutzen. Die gewählte Farbe sollte sich vom Lebensmittel abheben, ohne durch ein unruhiges Muster abzulenken.

Beschriftungen helfen, wenn sie aus der gewöhnlichen Entfernung lesbar sind. Große, klare Schrift auf mattem Untergrund ist dafür häufig brauchbarer als eine dekorative Handschrift auf glänzender Folie. Schreiben Sie die Bezeichnung aus, die Sie selbst verwenden, etwa „Haferflocken“. Ein Datum gehört gegebenenfalls daneben. Originalangaben zu Inhalt und Haltbarkeit müssen beim Umfüllen erhalten bleiben; besonders ähnliche Behälter sollten zuverlässig unterscheidbar sein.

Frau Demir markiert die Plätze ihrer häufig verwendeten Gewürze mit gut lesbaren Bezeichnungen. Sie verändert zunächst nur diesen Bereich und prüft, ob die Ordnung ihren Handgriffen entspricht. Ihr Sohn räumt währenddessen keine weiteren Schränke um. Das ist abgesprochen. Eine neue Ordnung verliert ihren Nutzen, wenn die Person, die täglich kocht, anschließend wieder nach den gewohnten Dingen suchen muss.

Licht an der Arbeitsfläche gehört unmittelbar zur Küchenplanung. Eine Deckenleuchte hinter Ihnen kann dazu führen, dass Ihr Körper den Schneideplatz verschattet. Eine geeignet angeordnete Beleuchtung unter dem Oberschrank kann diese Fläche gezielter ausleuchten, sofern die Lichtquelle im Stehen und Sitzen nicht blendet. Betrachten Sie auch Spiegelungen auf der Platte. Die ausführliche Lichtplanung folgt später; hier halten Sie bereits fest, wo Sie Zutaten und Bedienelemente deutlich erkennen müssen.

Frau Demirs Arbeitsplatz für eine Hand

Für Frau Demir entsteht zwischen Vorratsschrank und Spüle ein fester Vorbereitungsplatz. Dort stehen die Dinge, die sie bei ihrer Suppe nacheinander benötigt, auf der gut erreichbaren Seite. Die Fläche bleibt groß genug zum Arbeiten. Ein Teil der bisher abgestellten Geräte bekommt einen anderen Standort, weil Frau Demir sie selten verwendet und deren Stellfläche täglich fehlt.

Mit ergotherapeutischer Unterstützung erprobt sie ein geeignetes Arbeitsbrett, das Lebensmittel beim Bearbeiten halten kann. Solche Hilfen unterscheiden sich erheblich; manche besitzen Haltevorrichtungen, die beim Benutzen und Reinigen Aufmerksamkeit verlangen. Die Auswahl richtet sich deshalb nach ihren Fähigkeiten und dem vorgesehenen Lebensmittel. Ein scharfes Messer wird dadurch nicht ungefährlich. Frau Demir übt die vereinbarte Handhabung zunächst unter fachlicher Anleitung.

Für Schraubverschlüsse kommt eine fest montierte Öffnungshilfe infrage. Sie muss zur Gefäßgröße passen und so befestigt sein, dass die auftretenden Kräfte aufgenommen werden. Ein Hilfsmittel, das sich zusammen mit dem Glas dreht, würde die Aufgabe kaum erleichtern. Auch das Herausnehmen des geöffneten Gefäßes gehört zur Erprobung. Frau Demir entscheidet sich bei manchen Lebensmitteln zusätzlich für Verpackungen, die sie mit ihrer nutzbaren Hand leichter bedienen kann.

Der Topf verdient eine eigene Betrachtung. Leer lässt er sich gut bewegen, gefüllt mit Suppe wird

er erheblich schwerer. Frau Demir bereitet deshalb zunächst eine kleinere Menge zu und lässt sich den Umgang mit dem Kochgefäß zeigen. Ein leichter Topf allein löst das Problem noch nicht, wenn er beim Rühren verrutscht. Standfestigkeit und Griffanordnung müssen zur vereinbarten Arbeitsweise passen.

Besonders genau wird der Umgang mit heißer Flüssigkeit besprochen. Ein voller Topf soll weder über den Gang getragen noch mit einer improvisierten Befestigung am Herd gesichert werden. Frau Demir schöpft ihre Suppe am vorgesehenen Platz portionsweise in eine standsicher abgestellte Schale. Ob dieser Ablauf für eine andere Person geeignet wäre, müsste erneut beurteilt werden. Ihr Arbeitsplatz entsteht aus ihren Bewegungsmöglichkeiten, einschließlich dessen, wobei sie weiterhin Hilfe annimmt.

Selbstständigkeit darf solche Unterstützung enthalten. Frau Demir lässt sich schwere Vorräte einräumen und übernimmt das Würzen selbst. An einem Tag mit wenig Kraft nutzt sie vorbereitetes Gemüse. Dadurch bleibt das Kochen erreichbar, auch wenn ein aufwendiger Arbeitsschritt gerade zu viel verlangt. Ihr Erfolg bemisst sich daran, ob sie ihre Mahlzeit unter den tatsächlichen Bedingungen zubereiten kann und sich dabei wohlfühlt.

Herd und Backofen verständlich bedienen

Am Herd zählt zunächst die Zuordnung: Welcher Regler gehört zu welcher Kochzone? Die Antwort sollte sich aus Ihrer üblichen Arbeitsposition erkennen lassen, ohne dass Sie über einen heißen Topf greifen müssen. Prüfen Sie außerdem, wie eindeutig die ausgeschaltete Stellung angezeigt wird. Gut tastbare Regler können hilfreich sein, während andere Menschen ein übersichtliches Bedienfeld bevorzugen. Maßgeblich ist die Bedienung, die Sie zuverlässig ausführen können.

Berührungsempfindliche Felder verdienen eine praktische Vorführung. Kleine Symbole oder mehrere aufeinanderfolgende Eingaben können eine einfache Aufgabe unnötig erschweren. Lassen Sie sich zeigen, wie eine Kochzone eingeschaltet und ihre Leistung verändert wird. Danach bedienen Sie das ausgeschaltete Vorführgerät selbst unter Anleitung. Wer ausschließlich zusieht, bemerkt manche Schwierigkeit erst nach dem Einbau.

Induktion erzeugt die Wärme im geeigneten Kochgeschirr und kann dadurch das Kochen anders steuerbar machen. Sie verlangt passende Töpfe und eine Eingewöhnung an das Verhalten des Geräts. Auch hier bleibt Hitze. Das Kochfeld kann sich durch das heiße Gefäß erwärmen; Restwärmeanzeigen müssen deshalb beachtet werden. Diese Eigenschaften werden auch in Herstellerunterlagen beschrieben. Quelle: Gebrauchsanleitung zu Induktionskochfeldern.

Eine Topferkennung bietet keine umfassende Absicherung gegen unbeaufsichtigtes Kochen. Steht ein geeignetes Gefäß auf der Zone, kann dessen Inhalt weiterhin überhitzen. Prüfen Sie deshalb die konkrete Schutzfunktion des Geräts, bevor Sie aus einer Werbeaussage Erwartungen ableiten. Beim Wechsel von Gussplatten zu Induktion sollten auch vertraute Garabläufe neu eingeübt werden. **factsToVerify: Gerätespezifische Schutzfunktionen, Anforderungen an das Kochgeschirr und Hinweise für Personen mit aktiven medizinischen Implantaten sind anhand aktueller Herstellerinformationen und gegebenenfalls medizinisch zu klären.**

Beim Backofen kann ein höherer Einbau tiefes Bücken vermindern. Die passende Höhe endet allerdings dort, wo ein heißes Blech nur noch mit angehobenen Armen entnommen werden kann. Türöffnung und Abstellfläche gehören deshalb zusammen geplant. Ein Auszug kann den Zugang verbessern, macht ein schweres gefülltes Blech aber weiterhin schwer. Besprechen Sie den Weg vom Garraum bis zur hitzebeständigen Ablage anhand der tatsächlich verwendeten Gefäße.

Auch die Mikrowelle sollte eine passende Höhe haben. Ein heißer Suppenteller, der über Schulterhöhe herausgenommen werden muss, passt schlecht zu einer Küche mit nachlassender Armkraft. Eine Ablage unmittelbar daneben erleichtert das Abstellen, sofern der Zugang frei bleibt. Beachten Sie beim Aufstellen die gerätespezifischen Abstände und Lüftungsanforderungen. Freier Platz in einem Schrank bedeutet noch nicht, dass dort ein bestimmtes Gerät betrieben werden darf.

Was eine Herdabschaltung leisten kann

Unter dem Begriff Herdabschaltautomatik werden verschiedene Funktionen angeboten. Eine zeitgesteuerte Abschaltung beendet den Betrieb nach einer festgelegten Dauer; ein sensorgestützter Herdwächter kann auffällige Bedingungen am Kochfeld erkennen und eine Abschaltung auslösen. Diese Arbeitsweisen beantworten unterschiedliche Situationen. Lassen Sie sich deshalb genau erklären, was erfasst wird. Der Name auf der Verpackung genügt für die Auswahl kaum.

factsToVerify: Der aktuelle Ausgabestand und die Anwendbarkeit der DIN EN 50615 sowie die für das konkrete Produkt nachgewiesenen Funktionen sind vor dem Kauf zu prüfen. DIN Media beschreibt die Norm als Sicherheitsnorm für Vorrichtungen zur Vermeidung, Erkennung und Löschung von Bränden, die durch Kochen oder vergessene Gegenstände auf Kochmulden ausgelöst werden. Daraus folgt keine Gleichwertigkeit sämtlicher angebotener Abschaltgeräte. Quelle: DIN Media, DIN EN 50615.

Ein geeignetes System muss zum vorhandenen Herd und zur Einbausituation passen. Bei einem Sensor über dem Kochfeld können dessen Position und die Umgebung für die Funktion maßgeblich sein. Die Abschalteinheit muss mit dem elektrischen Anschluss vereinbar sein. **factsToVerify: Kompatibilität, Montageort, Stromversorgung und aktuelle Anschlussvorgaben sind durch einen Elektrofachbetrieb anhand der Herstellerunterlagen zu prüfen; Eingriffe am festen Herdanschluss gehören in dessen Hände.** Die Initiative ELEKTRO+ beschreibt entsprechend eine Installation der Abschalteinheit durch den Elektrofachmann. Quelle: ELEKTRO+, Gefahrenmelder für Wohngebäude.

Zur Auswahl gehört die Frage, was Sie selbst nach einem Alarm tun müssen. Ist das Signal für Sie wahrnehmbar, und lässt sich die Anlage anschließend verständlich wieder in Betrieb nehmen? Klären Sie außerdem Wartung und Funktionskontrolle. Ein System verliert seinen praktischen Nutzen, wenn häufige Fehlalarme dazu führen, dass es dauerhaft ausgeschaltet wird. Dafür braucht es einen erreichbaren Ansprechpartner, der Einstellungen und Montage überprüft.

Frau Demir lässt eine mögliche Nachrüstung beurteilen, bevor sie über einen neuen Herd entscheidet. Ihr vertrautes Gerät könnte unter passenden Voraussetzungen weiter nutzbar bleiben. Gleichzeitig wird geklärt, welche Bereiche eine Abschaltung überhaupt erfasst, etwa nur das Kochfeld oder zusätzlich den Backofen. Die Technik ergänzt den vereinbarten Kochablauf. Sie übernimmt weder die sichere Handhabung heißer Gefäße noch jede denkbare Gefahr in der Küche.

Wasser, Reinigung und kurze Wege

An der Spüle zeigt sich, ob der Weg zwischen Vorbereiten und Reinigen funktioniert. Ein tiefes Becken kann weites Hinuntergreifen verlangen, während eine weit hinten angeordnete Armatur im Sitzen schwer erreichbar ist. Prüfen Sie diese Punkte gemeinsam. Auch die Abtropffläche braucht einen geeigneten Platz, damit nasses Geschirr ohne weites Umsetzen abgestellt werden kann. Für Frau Demir liegt sie auf der Seite, die ihre nutzbare Hand gut erreicht.

Ein Einhebelmischer kann die Bedienung erleichtern, sofern Hebellänge und Bewegungswiderstand passen. Für den Verbrühschutz muss geklärt werden, welche technische Funktion tatsächlich vorgesehen ist. Eine markierte Wunschstellung am Hebel begrenzt die Temperatur nicht zuverlässig. **factsToVerify: Eignung und Einstellung einer Temperaturbegrenzung beziehungsweise eines thermostatischen Verbrühschutzes sowie die Vereinbarkeit mit der vorhandenen Warmwasseranlage sind aktuell durch den Sanitärfachbetrieb zu prüfen.** Veränderungen an der gesamten Warmwasserbereitung gehören wegen weiterer technischer und hygienischer Anforderungen ebenfalls in fachliche Hände.

Ein ausziehbarer Brausekopf kann das Befüllen erleichtern, verlangt aber einen kontrollierbaren Schlauch und eine gut erreichbare Rückführung. Er sollte keine neue Aufgabe schaffen, die mehr Kraft benötigt als das bisherige Wasserholen. Ähnliches gilt für Wasserkocher. Deren Gewicht muss mit Inhalt beurteilt werden, einschließlich des Eingießens und Zurückstellens. Wer wenig

Kraft hat, kann eine kleinere benötigte Wassermenge leichter handhaben; geeignete Kippvorrichtungen brauchen eine individuelle Prüfung und Einweisung.

Beim Geschirrspüler zählt die geöffnete Tür als Teil des Grundrisses. Sie kann den Gang blockieren und das Herantreten an die Arbeitsfläche erschweren. Ein erhöhter Einbau kann beim Ausräumen helfen, braucht jedoch ausreichend Platz und passende Anschlüsse. Denken Sie auch an den Weg des sauberen Geschirrs in den Schrank. Teller direkt neben dem Gerät unterzubringen, kann das tägliche Tragen deutlich verkürzen.

Steckdosen sollten dort liegen, wo Geräte vorgesehen sind, ohne dass Leitungen über Laufwege oder heiße Flächen geführt werden. Ein neuer Wasserkocherplatz braucht deshalb manchmal eine elektrische Anpassung. **factsToVerify: Anschlussleistung, Stromkreisaufteilung und die örtlich erforderliche Elektroinstallation sind vor Veränderungen durch einen Elektrofachbetrieb zu prüfen.** Die weitere Planung sollte außerdem berücksichtigen, wer Filter und schwer erreichbare Flächen reinigt, damit die Küche dauerhaft nutzbar bleibt.

Kühlschrank und Gefrierfach übersichtlich halten

Ein übersichtlicher Kühlschrank beginnt mit einem Inhalt, den Sie erreichen und erkennen können. Hohe Packungen vorn können kleine Behälter dahinter verdecken. Eine flache, leicht handhabbare Ordnungshilfe kann zusammengehörige Lebensmittel sichtbar halten, sofern sie weder die Luftzirkulation behindert noch gefüllt zu schwer wird. Die passende Kühlzone bleibt dabei maßgeblich. Ordnen Sie Lebensmittel nach den Angaben des Geräts und der Verpackung ein, auch wenn ein anderes Fach bequemer erscheint.

Temperaturanzeigen am Gerät beantworten je nach Bauart unterschiedliche Fragen; bei Unsicherheit hilft ein geeignetes Kühlschrankthermometer an den zu prüfenden Stellen. **factsToVerify: Aktuelle Empfehlungen zur Kühllagerung und die jeweiligen Produktangaben sind zu prüfen.** Das Bundesinstitut für Risikobewertung empfiehlt höchstens sieben Grad Celsius, besser unter fünf Grad Celsius, und eine Kontrolle an verschiedenen Stellen. Bestimmte Lebensmittel benötigen niedrigere Temperaturen. Quelle: BfR, Korrektes Kühlen von Lebensmitteln im Privathaushalt.

Beschriften Sie aufbewahrte Speisen mit Inhalt und Datum, bevor der Behälter im Kühlschrank verschwindet. Ein gut lesbarer Stift sollte dafür griffbereit liegen. Für geöffnete Verpackungen beachten Sie zusätzlich die Hinweise zur Aufbewahrung und zum Verbrauch nach dem Öffnen. Ein unauffälliger Geruch beweist keine sichere Lagerung. Wenn Sie nicht mehr wissen, was sich in einem Behälter befindet oder wie lange es dort steht, fehlt eine verlässliche Grundlage für die weitere Verwendung.

Im Gefrierfach helfen flache, für das Einfrieren geeignete Portionsbehälter und lesbare Etiketten. Ein kleines Verzeichnis an der Tür kann zeigen, was vorhanden ist, ohne dass Sie lange suchen müssen. Es funktioniert allerdings nur, wenn entnommene Portionen auch gestrichen werden. Frau Demir trägt deshalb jeweils beim Einräumen ein, welche Suppe sie eingefroren hat. Den Stift befestigt sie gut erreichbar neben dem Verzeichnis.

Bestehendes verbessern und eine neue Küche planen

Für die vorhandene Küche beginnt die Auswahl bei den nachgewiesenen Schwierigkeiten. Umräumen und Beschriften lassen sich häufig zügig erproben. Ein passender Auszug oder eine zusätzliche Arbeitsleuchte erfordert bereits genaueres Prüfen. Größere Änderungen an der Arbeitsplatte greifen in die bestehende Konstruktion ein. Halten Sie fest, welchen Nutzen jede Maßnahme bringen soll, damit einzelne Käufe am Ende zu einem brauchbaren Arbeitsplatz zusammenfinden.

Bei einer neuen Küche im Zuge eines Umzugs können diese Erfahrungen direkt in den Grundriss einfließen. Planen Sie freie Zugänge zu den häufig benutzten Bereichen und Abstellflächen neben Geräten ein. Auch ein künftig nutzbarer Sitzarbeitsplatz lässt sich vorsehen. Maßgeblich bleibt, wie Sie kochen möchten. Die Abwägung zwischen Umbau und Umzug sowie deren Finanzierung folgt in den Kapiteln 12 und 13.

Ihre Küchenelemente mit begründetem Änderungsbedarf

Übertragen Sie nun die passenden Punkte auf Ihren Befundbogen. Jeder Eintrag erhält einen konkreten Ort und den Handgriff, den die Änderung erleichtern soll. Vermerken Sie daneben, ob eine Erprobung genügt oder eine Fachperson gebraucht wird. Eine kurze Liste kann etwa so aussehen:

- Vorbereitungsplatz anpassen: Gemüse mit entspannten Schultern im Sitzen bearbeiten können.
- Topfschrank neu ordnen: den täglichen Topf ohne vorheriges Ausräumen erreichen.
- Bedienung und Herdabschaltung prüfen: Kochzonen eindeutig steuern und geeignete Schutzfunktionen ergänzen.
- Kühlvorräte kennzeichnen: vorhandene Speisen erkennen und ihre Lagerung nachvollziehen können.

Frau Demir beginnt mit dem Topfschrank und ihrem Vorbereitungsplatz. Die Frage nach einer Herdabschaltung bleibt als Fachauftrag daneben stehen. Als sie einige Tage später ihre Suppe kocht, steht die Schale bereits auf der vorgesehenen Ablage. Nach dem Essen stellt sie das Geschirr ab und geht ins Wohnzimmer. Dort möchte sie bequem sitzen und später ohne beschwerliches Aufstehen zu Bett gehen können. Auch diese Wege gehören zu einem Zuhause, das ihren Alltag trägt.

Kapitel 6: Schlafzimmer und Wohnbereich: Ruhe, Orientierung, Alltag

Ein weiches Sofa und ein hohes Bett machen eine Wohnung noch nicht altersgerecht. Was beim ersten Hinsetzen angenehm erscheint, kann das Aufstehen erschweren; eine höhere Matratze kann entlasten, aber auch dazu führen, dass die Füße im Sitzen kaum den Boden erreichen. Entscheidend ist die Bewegung. Ein Möbelstück passt zu Ihnen, wenn Sie es im gewöhnlichen Tagesablauf gut nutzen können. Dazu gehören das Herantreten und Hinsetzen ebenso wie der Moment, in dem Sie wieder aufstehen möchten.

Gerade im Wohnbereich fällt diese Prüfung manchmal schwer. Der Sessel hat seinen festen Platz, die Stehlampe steht seit Jahren daneben, und auf dem niedrigen Tisch liegen Dinge, die täglich gebraucht werden. Alles wirkt vertraut. Doch Vertrautheit und gute Erreichbarkeit sind unterschiedliche Eigenschaften. Vielleicht haben Sie längst einen kleinen Umweg eingeübt oder ziehen sich beim Aufstehen an einer Tischkante hoch, ohne dieser Bewegung noch besondere Aufmerksamkeit zu schenken.

Ihre Einrichtung darf dabei ihren Charakter behalten. Familienbilder und der Schrank aus der ersten gemeinsamen Wohnung können ebenso zum Wohlbefinden beitragen wie ein bequemer Sitzplatz am Fenster. Die Aufgabe besteht darin, diese Bedeutung mit brauchbaren Bewegungsflächen zusammenzubringen. Manchmal genügt eine andere Anordnung. Bei einem ungeeigneten Bett oder einem tief eingesessenen Sofa wird dagegen genauer zu klären sein, welche Veränderung tatsächlich hilft.

Herr und Frau Ali, das fiktive Beispielpaar für die folgenden Überlegungen, möchten ihr Wohnzimmer möglichst vertraut lassen. Beide lesen gern am Abend, sie mit angezogenen Lesebrillenbügeln über den Ohren, er mit einer Zeitung auf dem Schoß. Schwieriger wird das anschließende Aufstehen. Zwischen Sofa und Couchtisch bleibt wenig Platz, sodass Herr Ali seine Füße seitlich stellt und Frau Ali zunächst auf der Sitzfläche nach vorn rutschen muss. Sie beginnen deshalb mit einer Frage, die auch für das Schlafzimmer hilfreich ist: Was brauchen wir genau an der Stelle, an der aus Ruhe wieder Bewegung wird?

Das Bett vom Aufstehen her betrachten

Die Höhe eines Bettes lässt sich leicht messen. Schwieriger ist die Antwort darauf, ob sie passt. Maßgeblich ist die Höhe der tatsächlich belasteten Sitzfläche, wenn Sie auf der Bettkante sitzen; eine weiche Matratze kann dabei erheblich nachgeben. Die Oberkante des leeren Bettes allein beschreibt diesen Zustand kaum. Betrachten Sie deshalb gemeinsam mit einer geeigneten beratenden

Person, wie Ihre Füße stehen und wie Sie vom Sitzen ins Aufstehen gelangen.

Ein brauchbarer Ausgangspunkt ist eine Sitzposition mit verlässlichem Bodenkontakt der Füße. Zugleich sollte das Bett so beschaffen sein, dass Sie zum Aufstehen nicht unnötig tief sitzen. Ihre Körpergröße und Beweglichkeit bestimmen mit, was günstig ist. Auch die Matratzenkante verändert den Ablauf, wenn sie unter Belastung stark einsinkt oder seitlich nachgibt. Eine vermeintlich passende Höhe kann dadurch im Gebrauch ganz anders wirken als im Möbelgeschäft.

Beobachten genügt als Anfang. Sie müssen keine unsichere Bewegung wiederholen, um einen Änderungsbedarf zu beweisen. Beschreiben Sie beispielsweise, dass Sie morgens mehrfach Schwung holen oder sich an der Nachttischkante festhalten. Wenn Aufstehen oder Umsetzen unsicher ist, kann eine ergotherapeutische Einschätzung helfen, die geeignete Ausstattung und den Bewegungsablauf zusammen zu beurteilen. Das gilt besonders, wenn bereits eine Mobilitätshilfe genutzt wird oder eine andere Person regelmäßig unterstützt.

Bei einem zu niedrigen Bett erscheint eine zusätzliche Matratzenauflage als schnelle Lösung. Sie verändert jedoch auch die Festigkeit der Liegefläche und möglicherweise den Halt an der Kante. Außerdem muss sie zum vorhandenen Schlafsystem passen. Klären Sie deshalb, welche Eigenschaft eigentlich verändert werden soll: die Höhe oder das Liegegefühl. Eine Maßnahme, die beides gleichzeitig verändert, kann das ursprüngliche Problem lösen und an anderer Stelle Schwierigkeiten schaffen.

Auch untergestellte Erhöhungen verlangen eine sorgfältige Auswahl. Lose Holzklötze oder gestapelte Platten bieten keine verlässliche Grundlage für ein Bett, das beim Hinsetzen und Drehen wechselnd belastet wird. Geeignete Erhöhungselemente müssen zur Konstruktion und zur vorgesehenen Belastung passen. Lassen Sie die Möglichkeit durch einen Fachbetrieb prüfen. Dabei gehören auch vorhandene Mittelstützen und die Standfestigkeit des gesamten Bettes in die Betrachtung.

Ein elektrisch verstellbares Bett kann einzelne Bewegungen erleichtern, sofern die angebotenen Funktionen Ihren Bedarf treffen. Ein verstellbares Kopfteil verändert beispielsweise die Liegeposition, während eine Höhenverstellung das gesamte Bett anhebt oder absenkt. Das sind verschiedene Aufgaben. Lassen Sie sich genau die Funktion vorführen, die Sie benötigen, einschließlich der Bedienung aus Ihrer gewöhnlichen Position. Auch die Ablage der Steuerung und die sichere Führung des Anschlusskabels müssen mitgeplant werden.

Vor dem Kauf hilft eine Erprobung, bei der genügend Zeit bleibt. Setzen Sie sich unter geeigneter Begleitung auf die Bettkante und prüfen Sie, ob Sie die vorgesehene Bedienung erreichen. Fragen Sie nach einer Möglichkeit, die Ausstattung unter vergleichbaren Bedingungen kennenzulernen, falls die Ausstellungssituation Ihren Alltag kaum abbildet. Ein kurzer Liegetest beantwortet vor allem Fragen zum ersten Eindruck. Ob der Einstieg und das spätere Aufstehen passen, verdient eine eigene Beurteilung.

Halt am Bett und Platz auf beiden Seiten

Manche Menschen brauchen am Bett eine gezielte Griffmöglichkeit. Diese kann beim Drehen oder beim Übergang zum Sitzen unterstützen, muss dafür aber in der passenden Richtung erreichbar und für die Belastung vorgesehen sein. Eine gewöhnliche Nachttischplatte erfüllt diese Aufgabe nicht automatisch. Besonders rollbare oder leichte Möbel können sich beim Abstützen bewegen. Beschreiben Sie der beratenden Fachperson deshalb, an welcher Stelle Ihre Hand Unterstützung sucht.

Bettgriffe und Aufrichthilfen gibt es in unterschiedlichen Ausführungen. Ihre Eignung hängt auch davon ab, wie sie mit dem Bett verbunden werden und welche Kräfte beim Gebrauch entstehen. Bei ergänzten Bauteilen müssen mögliche Spalten und Klemmstellen beurteilt werden. Ein Seitengitter ist zudem kein selbstverständlicher Ersatz für einen passend angeordneten Griff. Es kann den freien Ausstieg behindern und verlangt eine individuelle fachliche Prüfung, wenn es überhaupt erwogen wird.

Neben der Bettkante braucht der Körper Platz. Eine schmale Lücke zwischen Bett und Schrank

kann das seitliche Herantreten erlauben, beim Drehen mit einer Gehhilfe aber zu eng sein. Entscheidend ist die nutzbare Fläche mit allen geöffneten Türen und tatsächlich vorhandenen Gegenständen. Zeichnen Sie daher auch den Wäschekorb ein, wenn er gewöhnlich dort steht. Ein Grundriss, auf dem bewegliche Dinge fehlen, zeigt häufig mehr Freiheit, als im Alltag vorhanden ist.

Bei einem Doppelbett lohnt sich die getrennte Betrachtung beider Seiten. Vielleicht steht eine Person nachts häufiger auf, während die andere morgens Unterstützung beim Ankleiden benötigt. Daraus können verschiedene Anforderungen entstehen. Das Bett einseitig an die Wand zu rücken, schafft zwar an anderer Stelle Fläche, kann jedoch den Zugang für eine Person deutlich verschlechtern. Besprechen Sie solche Folgen vor dem Umstellen, einschließlich eines möglichen späteren Hilfebedarfs.

Auch das Beziehen des Bettes gehört zur Nutzung. Wer die Matratze nur mit großer Anstrengung anheben oder das Bett zum Wechseln der Bettwäsche durch den Raum ziehen kann, benötigt eine andere Lösung oder verlässlich organisierte Unterstützung. Dasselbe gilt für die Reinigung darunter. Diese Aufgaben fallen seltener an als das Aufstehen, beeinflussen aber die dauerhafte Bewohnbarkeit. Eine Einrichtung sollte deshalb auch an den Tagen funktionieren, an denen frische Bettwäsche aufgezogen wird.

Die erste Bewegung in der Nacht

Nachts beginnt der Weg zum Bad bereits an der Bettkante. Dort müssen die Dinge erreichbar sein, die Sie für das Aufstehen benötigen. Eine Brille auf einem entfernten Schrank oder Hausschuhe unter dem Bett verlangen zusätzliche Suchbewegungen. Legen Sie einen festen Platz fest. Dieser sollte aus Ihrer üblichen Position zugänglich sein, ohne dass Sie sich weit über die Kante beugen müssen.

Ein Nachttisch braucht dafür ausreichend Ablagefläche und einen verlässlichen Stand. Häufig Benutztes liegt möglichst so, dass es beim Greifen nach einem anderen Gegenstand nicht heruntergestoßen wird. Ein Wasserglas direkt vor dem Telefon ist beispielsweise ungünstig, wenn Sie nachts im Halbdunkel zum Hörer greifen. Auch Schubladen müssen ohne weites Verdrehen bedienbar sein. Bei Frau Ali erhält die Brille eine flache Schale an der vorderen Ecke ihrer Ablage.

Telefon oder Notruf gehören dorthin, wo Sie sie tatsächlich erreichen können. Ein Gerät auf der anderen Bettseite hilft wenig, wenn der Weg dorthin gerade schwerfällt. Bei einem Telefon zählen außerdem verständliche Tasten und ein Ladestand, der für die vorgesehene Nutzung ausreicht. Ein tragbarer Notruf benötigt einen vereinbarten Platz beziehungsweise eine passende Trageweise. Die Auswahl des Systems und der Ablauf nach einem Alarm werden in Kapitel 8 ausführlich behandelt.

Vermeiden Sie beim Laden ein neues Hindernis. Ein langes Kabel zwischen Steckdose und Nachttisch kann genau dort liegen, wo morgens die Füße aufgesetzt werden. Die Leitung sollte entlang eines geeigneten Weges geführt werden, ohne Zug auf Stecker und Gerät auszuüben. Für eine fehlende Steckdose ist eine fachlich geplante Ergänzung oft zweckmäßiger als eine dauerhafte Leitung quer durch den Raum. Elektrische Veränderungen gehören in die Hände eines Elektrofachbetriebs.

Ein Nachtlicht mit Bewegungsmelder kann den Beginn des Weges erleichtern. Seine Position muss allerdings zum tatsächlichen Ablauf passen: Das Licht sollte rechtzeitig reagieren und den benötigten Bereich erkennen lassen. Es darf Sie aus der Liegeposition nicht störend anstrahlen. Auch ein erreichbarer Lichtschalter bleibt zu berücksichtigen. Wie Helligkeit und Blendung im Zusammenspiel beurteilt werden, wird bei der Lichtplanung genauer aufgegriffen.

Gehen Sie den Weg zum Bad zunächst bei Tageslicht durch. Wo schwenkt eine Tür in den Durchgang, und wo wird nachts gewöhnlich Kleidung abgelegt? Vielleicht steht ein Stuhl tagsüber unter dem Tisch und abends mitten im Weg, weil darauf die Hose liegt. Solche wechselnden Zustände gehören in den Befundbogen. Räumen Sie erkennbare Hindernisse aus dem Ablauf, ohne zur Prüfung absichtlich bei Dunkelheit durch die Wohnung zu gehen.

Ein Sitzplatz, aus dem Sie wieder gut aufstehen

Im Wohnzimmer ist die Sitzhöhe ebenso individuell wie am Bett. Dazu kommen die Sitztiefe und das Verhalten des Polsters unter Belastung. Eine tiefe Sitzfläche kann dazu führen, dass Sie zum Anlehnen weit nach hinten rutschen und vor dem Aufstehen erst wieder nach vorn gelangen müssen. Auf einem stark nachgebenden Kissen verändert sich die Haltung zusätzlich. Beurteilen Sie den ganzen Ablauf, vom Hinsetzen bis zum Verlassen des Sitzplatzes.

Armlehnen können eine geeignete Unterstützung bieten, wenn sie erreichbar und ausreichend stabil sind. Ihre Höhe und Form sollten zu Ihrer Bewegung passen. Zu weit auseinanderliegende Lehnen helfen wenig, wenn Sie die Arme stark seitlich ausstrecken müssen. Eine schmale, glatte Oberfläche kann sich wiederum schlecht greifen lassen. Lassen Sie sich bei der Auswahl Zeit und beziehen Sie bei Bedarf fachliche Unterstützung ein.

Lose Zusatzkissen sind als dauerhafte Höhenerhöhung nur begrenzt geeignet. Sie können verrutschen oder die Sitzfläche so verändern, dass der Rücken schlechter unterstützt wird. Ein Kissen, das beim Hinsetzen angenehm wirkt, muss beim Aufstehen keineswegs stabil bleiben. Prüfen Sie daher das gesamte Sitzmöbel mit der vorgesehenen Ausstattung. Wenn eine Erhöhung gebraucht wird, sollte sie als geeignete Lösung für dieses Möbel geplant werden.

Bei elektrisch unterstützten Aufstehsesseln kommt die Bewegung des Sessels hinzu. Sie müssen die Steuerung sicher bedienen und den Übergang aus der angehobenen Sitzposition bewältigen können. Auch der Platzbedarf vor und hinter dem Möbel verändert sich. Lassen Sie sich zeigen, wie sich das Modell bei einer Unterbrechung der Stromversorgung verhält. Eine solche Funktion verdient eine Erprobung am konkreten Bedarf, bevor aus einer Vorführung eine Kaufentscheidung wird.

Herr und Frau Ali beginnen zunächst mit ihrem vorhandenen Sofa. Das Polster ist noch tragfähig, doch der Couchtisch steht so nah, dass beide ihre Füße beim Aufstehen kaum günstig platzieren können. Gemeinsam mit ihrem Sohn rücken sie den Tisch weiter weg und verändern die Stellung des Sofas leicht. Jetzt ist die Bewegung nach vorn frei. Beide können aufstehen, ohne nach der Tischkante zu greifen; ob das dauerhaft genügt, beobachten sie im normalen Gebrauch.

Dabei entsteht eine neue Frage: Wohin mit der Teetasse? Der große Tisch steht nun außerhalb bequemer Reichweite. Frau Ali wählt für ihre Seite eine kleine, standfeste Ablage, die seitlich erreichbar ist und den Aufstehbereich frei lässt. Ihr Mann nutzt eine entsprechende Ablage an seinem Platz. Beide achten darauf, dass diese Möbel weder als unbeabsichtigte Stütze gebraucht werden noch den anschließenden Weg zur Tür verengen.

Ein gutes Wohnzimmer muss außerdem verschiedene Körper berücksichtigen. Ein Paar braucht möglicherweise unterschiedliche Sitzhöhen, obwohl bisher beide Plätze gleich eingerichtet waren. Auch die bevorzugte Tätigkeit kann verschieden sein: Lesen verlangt eine andere Anordnung als Handarbeiten am Tisch. Geben Sie diesen Unterschieden Raum. Zwei passende Sitzplätze können zusammen ein stimmiges Zimmer ergeben, selbst wenn sie aus unterschiedlichen Möbeln bestehen.

Wege brauchen eine erkennbare Richtung

Freie Fläche allein ergibt noch keinen guten Weg. Zwischen Tür und Lieblingssessel sollte er ohne unnötige Richtungswechsel nutzbar sein. Ein schräg gestellter Beistelltisch kann dabei mehr stören als ein größeres Möbel an der Wand. Betrachten Sie die Verbindung zwischen den häufig genutzten Orten. Dazu gehören auch der Zugang zum Fenster und der Platz, an dem Sie Telefonate führen.

Für eine einfache Skizze reicht ein Blatt mit dem Umriss des Raumes. Tragen Sie die Möbel ungefähr maßstäblich ein und ergänzen Sie die Öffnungsbereiche von Türen. Anschließend zeichnen Sie die Wege, die Sie gewöhnlich zurücklegen. Wo eine Linie zwischen zwei Gegenständen hindurchgequetscht wird, lohnt sich eine genaue Betrachtung. Bei einer Mobilitätshilfe sollte deren tatsächlicher Platzbedarf fachlich mitbeurteilt werden, einschließlich des Wendens und Abstellens.

Ein geplanter Abstellplatz verhindert, dass Rollator oder Gehstock irgendwo im Durchgang landen. Gleichzeitig muss die Hilfe dort erreichbar bleiben, wo sie gebraucht wird. Sie nur aus optischen Gründen in eine entfernte Ecke zu stellen, kann den nächsten Weg erschweren. Besprechen Sie eine Anordnung, die zum Aufstehen vom Sitzmöbel passt. Vorhandene Bremsen und weitere Funktionen werden entsprechend der Einweisung und den Herstellerangaben genutzt.

Kabel lassen sich häufig entlang der Wand oder in geeigneten Befestigungen führen. Sie sollten weder über Laufwege liegen noch durch Teppiche verdeckt werden. Unter einem Teppich bleibt die Leitung als Erhöhung wirksam und kann zusätzlich ungünstig belastet werden. Auch Kabelkanäle gehören möglichst außerhalb der Gehfläche angeordnet. Prüfen Sie bei einer neuen Möbelstellung deshalb gleich, ob Lampen und andere angeschlossene Geräte weiterhin sinnvoll versorgt werden.

Türbereiche werden leicht zu Abstellflächen. Dort steht kurz eine Einkaufstasche, später kommt ein Paket hinzu, und schließlich wird der Umweg selbstverständlich. Ein fester Platz für vorübergehend abgestellte Dinge kann diesen Ablauf verändern. Er muss erreichbar sein, ohne den Zugang zu verstellen. Herr Ali richtet dafür einen kleinen Bereich neben dem Schrank ein und achtet darauf, dass abgelegte Gegenstände zeitnah an ihren eigentlichen Platz kommen.

Die Greifzone gehört zu Ihrer Einrichtung

Häufig Benutztes lässt sich oft zwischen Knie- und Schulterhöhe günstig unterbringen. Diese Greifzone ist eine Orientierung für die Planung, keine starre Körpernorm. Wer im Sitzen zugreift oder einen Arm eingeschränkt bewegen kann, hat möglicherweise einen deutlich kleineren gut nutzbaren Bereich. Auch die Tiefe des Regals zählt. Ein Gegenstand auf passender Höhe bleibt schwer erreichbar, wenn er weit hinten steht.

Beginnen Sie mit den Dingen, die täglich gebraucht werden. Bei Herrn Ali sind das Zeitung und Lesebrille; Frau Ali möchte ihr Handarbeitszeug und die Fernbedienung ohne Suchen erreichen. Beide räumen dafür ein Fach des Wohnzimmerschranks auf mittlerer Höhe frei. Selten genutzte Dekoration wechselt den Platz. Die neuen Ablagen richten sich nach ihren Händen, während das äußere Erscheinungsbild des Schranks nahezu gleich bleibt.

Schwere Gegenstände benötigen eine besonders bedachte Anordnung. Die Lage innerhalb der Greifzone genügt allein nicht, wenn beim Herausnehmen ein großes Gewicht weit vom Körper entfernt gehalten werden muss. Stellen Sie solche Dinge gut erreichbar und möglichst ohne davorliegende Hindernisse ab. Für selten gebrauchte schwere Gegenstände kann Unterstützung eingeplant werden. Ein größerer Vorrat gehört zudem nur auf Fachböden, deren Belastbarkeit dafür geeignet ist.

Im Schlafzimmer betrifft die Ordnung vor allem das Ankleiden. Häufig getragene Kleidung sollte erreichbar hängen oder liegen, ohne dass ein Aufstieg nötig wird. Tief gefüllte Schubladen erschweren das Erkennen ihres Inhalts; eine übersichtliche Aufteilung kann helfen. Ein geeigneter Sitzplatz zum Anziehen braucht seinerseits freie Fläche und sicheren Stand. Wenn dafür ein Stuhl vorgesehen ist, sollte er als Sitzplatz nutzbar bleiben und sich nicht unter abgelegter Kleidung verlieren.

Leichte Körbe können zusammengehörige Dinge bündeln. Ihre Handhabung muss allerdings auch mit Inhalt passen, und Beschriftungen sollten von der üblichen Position aus lesbar sein. Große Behälter verleiten dazu, mehr einzufüllen, als später bequem bewegt werden kann. Lieber erhält ein kleiner Korb eine klar begrenzte Aufgabe. Frau Ali bewahrt darin ihre aktuelle Handarbeit auf; Wollvorräte für spätere Projekte liegen getrennt.

Für die oberen Schrankfächer lohnt sich eine ehrliche Vereinbarung. Wenn etwas dort nur mit einer Leiter erreichbar ist, gehört es nicht in den täglichen Ablauf. Organisieren Sie für seltene Zugriffe eine passende Unterstützung und prüfen Sie, ob der Inhalt überhaupt an diesem Ort bleiben muss. Das ist keine Aufforderung zum Ausmisten. Erinnerungsstücke dürfen ihren Platz behalten, ohne dass ihr Zugang jedes Mal eine Kletteraktion verlangt.

Orientierung darf vertraut aussehen

Bei beginnender Vergesslichkeit kann eine verständliche Ordnung das Finden erleichtern. Eine verlegte Brille allein erlaubt allerdings keine Aussage über die Ursache. Für die Einrichtung zählt zunächst die konkrete Schwierigkeit: Wird ein Gegenstand gesucht, obwohl er vorhanden ist, oder lässt sich seine Ablage schlecht erkennen? Beschreiben Sie solche Beobachtungen ruhig und ohne Zuschreibung. Neu auftretende oder zunehmende Probleme im Alltag sollten unabhängig von Möbeländerungen ärztlich angesprochen werden.

Feste Plätze funktionieren am besten, wenn die Person sie selbst mitbestimmt. Eine Schale für den Schlüssel neben der Tür kann hilfreich sein, während dieselbe Schale auf einem entfernten Regal ständig übersehen wird. Fragen Sie nach dem gewohnten Handgriff. Wo wird die Hand beim Heimkommen ohnehin frei, und welche Ablage wird dabei wahrgenommen? Aus dieser Bewegung kann eine verständliche Ordnung entstehen.

Beschriftete Körbe unterstützen nur, wenn ihre Bedeutung klar ist. „Brillen“ ist meist eindeutiger als „Zubehör“, und ein gut erkennbares Bild kann ergänzen, was eine Person tatsächlich leichter versteht. Zu viele Hinweise nebeneinander können das Suchen wiederum unübersichtlich machen. Beginnen Sie mit einem Bereich. Anschließend zeigt der Gebrauch, ob die Kennzeichnung hilft oder verändert werden sollte.

Vertraute Möbel können dabei Orientierung geben. Wer seit Jahren den unteren Schrankteil für Tischwäsche nutzt, findet sich nach einer vollständigen Neuordnung möglicherweise schlechter zurecht. Veränderungen sollten deshalb mit der betroffenen Person besprochen und in überschaubaren Schritten vorgenommen werden. Sicherheitsprobleme brauchen trotzdem eine Lösung. Gemeinsam lässt sich oft ein Weg finden, bei dem ein störendes Möbel versetzt wird und seine vertraute Funktion erkennbar bleibt.

Angehörige sollten neue Plätze ebenfalls einhalten. Wenn der Schlüssel werktags in der Schale liegt und nach dem Besuch der Tochter in einer Schublade verschwindet, entsteht zusätzliche Sucharbeit. Eine kurze gemeinsame Absprache verhindert solche gut gemeinten Eingriffe. Bei Herrn und Frau Ali weiß deshalb auch der Sohn, wo die Lesebrillen hingehören. Die Ordnung trägt, weil alle Beteiligten sie im Alltag verwenden.

Was auf einer Etage möglich sein müsste

Die Ein-Etagen-Strategie beginnt mit einer offenen Frage: Welche Räume müssten zusammenliegen, wenn Sie Treppen zeitweise oder dauerhaft schwerer bewältigen könnten? Zum Schlafplatz gehört der erreichbare Weg zur Toilette. Auch Körperpflege und Essen müssen auf praktikable Weise möglich bleiben. Ein Bett im Wohnzimmer beantwortet diese Fragen noch nicht vollständig. Die gesamte tägliche Nutzung der Etage gehört auf den Prüfstand.

Nehmen Sie einen einfachen Grundriss und markieren Sie zunächst die vorhandenen Möglichkeiten. Wo könnte ein Schlafplatz mit ausreichend Zugang stehen, ohne den Weg durch den Raum zu verstellen? Welche Tür trennt diesen Bereich vom übrigen Wohnen? Für eine vorübergehende Lösung kann ein gemeinsam genutzter Raum genügen. Bei längerer Nutzung werden Rückzug und ein eigener Tagesrhythmus meist genauer zu berücksichtigen sein.

Stellen Sie sich einen gewöhnlichen Morgen auf dieser Etage vor. Sie stehen auf und möchten die Toilette erreichen, anschließend waschen Sie sich und ziehen sich an. Wo befinden sich die benötigten Dinge? Wenn für saubere Kleidung oder die tägliche Körperpflege weiterhin eine Treppe nötig wäre, bleibt eine Lücke im Konzept. Notieren Sie diese konkret, damit später klar ist, welche bauliche oder organisatorische Lösung geprüft werden muss.

Auch die Versorgung des Haushalts gehört dazu. Eine Küche auf derselben Ebene nützt nur begrenzt, wenn Vorräte täglich aus dem Keller geholt werden müssen. Vielleicht kann ein erreichbarer Teilvorrat die Wege verringern; für die Wäsche wird möglicherweise eine andere Organisation benötigt. Halten Sie fest, welche Aufgaben Sie selbst erledigen möchten und wobei Unterstützung denkbar ist. Eine tragfähige Planung macht diese Abhängigkeiten sichtbar.

Bei einem Paar müssen beide Lebensweisen Platz behalten. Wird das Wohnzimmer zum Schlafzimmer, verliert die andere Person womöglich ihren abendlichen Aufenthaltsraum. Ebenso kann das gemeinsame Bad zu bestimmten Zeiten unterschiedlich gebraucht werden. Besprechen Sie diese Fragen früh. Eine Lösung für das Aufstehen sollte mit dem Zusammenleben vereinbar sein, einschließlich Besuch und ungestörter Ruhe.

Manche Grundrisse lassen sich mit wenigen Änderungen auf eine Etage konzentrieren. Andere benötigen größere Eingriffe oder bieten dafür kaum geeignete Fläche. Diese Feststellung ist ein Befund. Sie gehört später in die Abwägung zwischen Umbau und Umzug in Kapitel 12, gemeinsam mit den übrigen Wohnkriterien. Vorläufig genügt, mögliche Räume und ungeklärte Voraussetzungen auf der Skizze deutlich zu kennzeichnen.

Aus Ihren Überlegungen entsteht nun ein Einrichtungskonzept mit konkreten Orten. Vermerken Sie am Bett die zu prüfende Sitzhöhe und den benötigten Zugang; markieren Sie im Wohnzimmer passende Sitzplätze und freie Verbindungen. Die täglich verwendeten Gegenstände bekommen erreichbare Ablagen. Auf einer zweiten Skizze halten Sie fest, wie das Leben auf einer Etage aussehen könnte und welche Fragen dafür noch offen sind. Größere Möbelbewegungen lassen Sie mit geeigneter Hilfe ausführen.

Herr und Frau Ali lassen ihre veränderte Anordnung einige Abende auf sich wirken. Das Aufstehen gelingt freier, und die Brillen liegen an den vereinbarten Plätzen. Beim Lesen bemerkt Frau Ali jedoch, dass die Stehlampe nach dem Umstellen einen Schatten auf ihre Handarbeit wirft. Der Platz passt. Nun muss das Licht dazu passen, am Sofa ebenso wie auf dem nächtlichen Weg zum Bad.

Kapitel 7: Licht und Sturzprävention: Sicher sehen, sicher gehen

Der Weg muss erkennbar sein.

Nach dem Umstellen ihres Sofas hat Frau Ali mehr Platz zum Aufstehen. Doch abends wirft die Stehlampe einen Schatten auf ihre Handarbeit, und zwischen dem beleuchteten Sitzplatz und der Wohnzimmertür bleibt ein dunkler Abschnitt. Das fiktive Beispiel aus dem vorherigen Kapitel führt zu einer neuen Frage: Wie gut lässt sich die gewonnene Bewegungsfreiheit tatsächlich nutzen? Eine freie Bodenfläche hilft wenig, wenn ihre Begrenzung im Halbdunkel verschwimmt. Deshalb betrachten wir nun das Zusammenspiel von Licht und Bewegung, vom ersten Schritt am Morgen bis zum letzten Gang vor dem Schlafengehen.

Dabei geht es um alltägliche Bedingungen, die sich beeinflussen lassen. Niemand kann versprechen, dass eine veränderte Wohnung jeden Sturz verhindert. Wohl aber lassen sich Hindernisse entfernen und Wege deutlicher erkennbar machen. Auch körperliche Beschwerden verdienen Aufmerksamkeit, wenn sie das Gehen erschweren. Die eigene Wohnung muss dafür weder kahl werden noch überall wie ein Behandlungsraum aussehen.

Vielleicht haben Sie bisher gedacht, Sie müssten einfach besser aufpassen. Dieser Vorsatz verlangt Ihnen bei jedem Gang Aufmerksamkeit ab. Eine aufstehende Teppichkante bleibt trotzdem liegen. Wird sie zuverlässig beseitigt, entfällt eine wiederkehrende Aufgabe. Darin liegt der praktische Wert der Sturzprävention: Die Umgebung übernimmt einen Teil dessen, was Sie bisher durch Ausweichen und ständiges Mitdenken ausgeglichen haben.

Licht vom Weg her planen

Beginnen Sie Ihre Lichtplanung mit einer vertrauten Verbindung, etwa vom Lieblingssessel zur Küche. Zeichnen Sie diesen Weg in Ihre vorhandene Wohnungsskizze ein. Markieren Sie anschließend, welche Leuchten ihn abends erhellen und wo Sie das Licht einschalten können. Es genügt eine einfache Zeichnung. Schon dabei kann auffallen, dass der Schalter für den Flur erst nach einigen Schritten durch den unbeleuchteten Bereich erreichbar ist.

Die Grundbeleuchtung soll den Raum als Ganzes verständlich machen. Ergänzendes Licht unterstützt einzelne Tätigkeiten, beispielsweise das Lesen oder das Erkennen einer Stufe. Eine helle Leselampe kann die Beleuchtung des anschließenden

Gehwegs deshalb nur teilweise übernehmen. Die Aktion Das sichere Haus empfiehlt eine gleichmäßige, blendfreie Ausleuchtung und gezieltes Licht an besonders beanspruchten Stellen; auch gut erreichbare Schaltmöglichkeiten gehören dazu. Quelle: Das sichere Haus, „Stürze im Alter verhindern“.

Für Frau Ali bedeutet das zunächst, ihren Abend genauer zu beschreiben. Beim Handarbeiten braucht sie gerichtetes Licht auf dem Stoff. Wenn sie aufsteht, möchte sie den Couchtisch und den weiteren Weg zur Tür erkennen. Beide Aufgaben sollen zusammen funktionieren. Sie lässt deshalb prüfen, ob sich die vorhandene Stehleuchte passend ausrichten lässt und welche zusätzliche Raumbeleuchtung den dunklen Abschnitt erreicht, ohne ihren Mann auf dem benachbarten Sitzplatz zu blenden.

Helligkeit allein beantwortet die Frage nach gutem Licht noch nicht. Mit zunehmendem Alter kann der Lichtbedarf steigen, während zugleich die Empfindlichkeit gegenüber Blendung zunimmt. Eine ungeschützte Lichtquelle im Blickfeld kann das Sehen dadurch erschweren, obwohl sie den Raum kräftig erhellt. Die Fachinformation von licht.de beschreibt diese Veränderungen und empfiehlt, Blendung bei der Planung gezielt zu begrenzen. Quelle: licht.de, „Sehen im Alter“.

Achten Sie darauf, wohin Sie tatsächlich schauen. Vom Sessel aus kann eine Leuchte angenehm wirken, beim Aufstehen aber direkt ins Gesicht strahlen. Auch eine spiegelnde Schrankfront kann einen hellen Lichtpunkt genau in Augenhöhe zurückwerfen. Lassen Sie eine Begleitperson die Leuchte verändern, während Sie an Ihrem Platz bleiben. So lässt sich die Wirkung vergleichen, ohne dass Sie selbst zwischen Kabeln oder Möbeln hantieren müssen.

Tageslicht verdient dieselbe Aufmerksamkeit. Tief stehende Sonne kann einen Flur am Nachmittag anders erscheinen lassen als am Vormittag. Ein heller Fensterbereich und ein dunkler Boden unmittelbar davor können die Orientierung erschweren. Notieren Sie die Uhrzeit, zu der das Problem auftritt. Mit dieser Angabe lässt sich über einen geeigneten Blendschutz und ergänzendes Licht viel genauer sprechen als mit dem allgemeinen Wunsch nach einer helleren Wohnung.

Beim Einkauf helfen Begriffe nur, wenn ihre Bedeutung klar ist. Lumen beschreibt den Lichtstrom einer Lichtquelle; wie viel davon auf Ihrem Boden ankommt, hängt auch von der Leuchte und ihrer Anordnung ab. Die Wattzahl bezeichnet die elektrische Leistungsaufnahme. Sie ersetzt keine Lichtplanung. Bringen Sie zum Beratungsgespräch deshalb eine Skizze und möglichst ein Foto des betroffenen Bereichs mit, einschließlich der Stelle, von der aus Sie gewöhnlich darauf schauen.

Ein pauschaler Helligkeitswert für die gesamte Wohnung wäre wenig hilfreich. Der Weg durch den Flur stellt andere Anforderungen als eine feine Handarbeit, und persönliche Sehbeeinträchtigungen können zusätzliche Anpassungen nötig machen. Lassen Sie bei deutlichen Schwierigkeiten die Beleuchtung vor Ort beurteilen. **factsToVerify: Aktuelle technische Empfehlungen und gegebenenfalls anzuwendende Normen sind für den konkreten Wohnbereich fachlich zu prüfen.** Entscheidend bleibt anschließend, ob Sie unter der geplanten Beleuchtung die benötigten Einzelheiten erkennen.

Stufen erkennen, bevor der Fuß sie erreicht

Eine einzelne Stufe zwischen zwei Räumen kann besonders leicht übersehen werden, wenn beide Bodenflächen ähnlich aussehen. Hier braucht das Auge einen eindeutigen Hinweis auf den Höhenwechsel. Eine kontrastreiche Kennzeichnung der tatsächlichen Kante kann diesen Hinweis geben. Sie beseitigt die Stufe jedoch nicht. Ob ein baulicher Abbau möglich ist, bleibt eine eigene Aufgabe aus dem Befundbogen.

Mit Kontrast ist vor allem ein erkennbarer Helligkeitsunterschied gemeint. Zwei unterschiedliche Farbtöne können aus einiger Entfernung nahezu gleich wirken. Legen Sie Materialmuster zunächst neben die betreffende Fläche und betrachten Sie sie unter der vorhandenen Beleuchtung, ohne dafür einen unsicheren Weg zu betreten. Ein Foto kann die Besprechung unterstützen. Die Wahrnehmung vor Ort lässt sich dadurch allerdings nur begrenzt beurteilen.

Eine Markierung sollte die Kante genau anzeigen. Wird ein Streifen mit Abstand davor angebracht, kann er eine andere Position des Absatzes nahelegen. Auch abstehende Enden oder sich lösende Folien wären ungünstig. Lassen Sie daher ein geeignetes Material und dessen Befestigung auswählen. Die Aktion Das sichere Haus nennt die optische Abgrenzung als Möglichkeit für Schwellen, die sich zunächst nicht entfernen lassen. Quelle: Das sichere Haus, „Stolperfallen: Türen, Teppiche, Kabel“.

An einer Treppe soll sich der Verlauf der Stufen erfassen lassen. Ein heller Fleck auf dem oberen Absatz reicht dafür kaum aus, wenn die unteren Trittflächen im Schatten liegen. Ebenso wenig hilft eine Leuchte, in die man beim Hinuntergehen unmittelbar hineinsieht. Betrachten Sie beide Gehrichtungen. Diese Prüfung kann eine Begleitperson übernehmen; niemand muss zur Demonstration eine bereits als unsicher empfundene Treppe benutzen.

Handläufe ergänzen die sichtbare Orientierung um erreichbaren Halt. Beidseitige Handläufe können ermöglichen, auf dem Hinaufweg und dem Hinunterweg jeweils die besser nutzbare Hand einzusetzen. Sie müssen fest montiert und gut umgreifbar sein. Auch die Schweizer Beratungsstelle für Unfallverhütung empfiehlt beidseitige Handläufe und die Reparatur beschädigter Treppen. Quelle: BFU, „Zuhause sturzsicher einrichten“.

Für eine Nachrüstung braucht es eine Beurteilung der konkreten Treppe. Ein vorspringendes Ende darf keine Kleidung fangen, und der zusätzliche Handlauf muss mit dem verfügbaren Durchgang vereinbar sein. **factsToVerify: Befestigung, Abmessungen und baurechtliche Anforderungen sind am jeweiligen Gebäude zu klären; bei gemeinschaftlich genutzten Treppen kommen die erforderlichen Abstimmungen hinzu.** Die rechtliche Seite wird in Kapitel 14 behandelt. Bis zur Klärung bleibt der fehlende Halt als offener Punkt sichtbar.

Auf Stufen gehört außerdem keine Zwischenlagerung. Das Paket für die nächste Etage wartet besser an einem vereinbarten Platz außerhalb des Treppenwegs. Dass es „nur kurz“ dort liegt, ändert seine Wirkung auf den nächsten Schritt nicht. Besonders unübersichtlich wird es, wenn eine getragene Tasche den Blick auf die Füße verdeckt. Überlegen Sie deshalb auch, welche Transportaufgaben anders organisiert werden können, damit eine Hand für den Handlauf frei bleibt.

Nachts rechtzeitig Licht haben

Der nächtliche Weg beginnt unter anderen Bedingungen als der Gang am Nachmittag. Man ist möglicherweise verschlafen und möchte das helle Deckenlicht vermeiden. Trotzdem müssen Boden und Übergänge ausreichend erkennbar sein. Ein dezentes Orientierungslicht kann dafür einen Ausgangspunkt bieten. Ob es genügt, zeigt sich an Ihrem tatsächlichen Weg, einschließlich der Tür zum Bad und des Rückwegs zum Bett.

Ein Bewegungsmelder muss Sie erfassen, bevor Sie den unbeleuchteten Abschnitt betreten. Sitzt er hinter einer geöffneten Tür oder wird sein Erfassungsbereich durch ein Möbelstück verdeckt, kann die Reaktion zu spät kommen. Denken Sie auch an die Richtung der Annäherung. Auf dem Rückweg bewegen Sie sich möglicherweise anders auf den Sensor zu. Beide Richtungen gehören zur Funktionsprüfung.

Ebenso zählt die Leuchtdauer. Geht das Licht aus, während Sie kurz stehen bleiben oder die Toilette benutzen, erfüllt die Einstellung ihren Zweck nicht zuverlässig. Lassen Sie das Verhalten zunächst unter sicheren Bedingungen durch eine unterstützende Person prüfen. Sie müssen dafür keinen Gang im Dunkeln wagen. Halten Sie fest, ob eine längere Nachlaufzeit oder eine andere Anordnung gebraucht wird.

Ein kleiner Lichtpunkt an der Steckdose kann sichtbar sein, ohne den ganzen Boden zu erhellen. Hinter einem Wäschekorb verschwindet womöglich gerade der Teil seines Lichts, der gebraucht wird. Prüfen Sie deshalb die nutzbare Helligkeit entlang des Weges. Auch glänzende Fliesen können Licht störend zurückwerfen. Das Nachtlicht sollte den Weg verständlich machen und aus dem Bett heraus möglichst wenig blenden.

Schalter an Bett und Tür geben Ihnen eine zusätzliche Möglichkeit, das Licht bewusst einzuschalten. Sie müssen eindeutig zuzuordnen und ohne weites Vorbeugen erreichbar sein. Ein winziger

Schalter zwischen mehreren ähnlichen Bedienelementen kann nachts Sucharbeit verursachen. Lassen Sie sich eine einfache Bedienung zeigen. **factsToVerify: Eignung der Leuchten für den Montageort, insbesondere im Bad, sowie Installation und Einstellungen sind anhand aktueller Herstellerangaben durch geeignete Fachpersonen zu prüfen.**

Bei einem Paar können unterschiedliche Wünsche zusammentreffen. Eine Person möchte auf ihrem Weg deutlich mehr Licht, die andere wird durch eine helle Leuchte wach. Suchen Sie nach einer Lösung, deren Licht dorthin fällt, wo es benötigt wird. Eine veränderte Position kann mehr bewirken als eine geringere Helligkeit. Erproben Sie die Einstellung an mehreren Abenden, bevor Sie die Nachtbeleuchtung als erledigt betrachten.

Frau Vogels Nachmittag im Flur

Frau Vogel ist eine fiktive Bewohnerin, deren Beispiel einen möglichen Ablauf zeigt. Sie ist im Flur gestürzt; die medizinische Abklärung hat bereits stattgefunden. Als ihre Tochter zu Besuch kommt, möchte sie gemeinsam nach veränderbaren Bedingungen suchen. Frau Vogel erinnert sich an das klingelnde Telefon und daran, dass sie auf dem Weg dorthin einer Tasche ausweichen wollte. Welcher Umstand den Sturz ausgelöst hat, lässt sich im Nachhinein nicht sicher feststellen.

Die Tochter beginnt mit einer offenen Bitte: „Zeig mir vom Tisch aus, welchen Weg du genommen hast.“ Frau Vogel bleibt sitzen und beschreibt die Stelle. Das genügt. Anschließend sehen sich beide den Flur an, ohne den Sturz nachzustellen. Sie finden sechs Hindernisse, die sich unabhängig von der ungeklärten Ursache beseitigen lassen.

Neben der Wohnungstür liegt eine kleine Matte mit hochgerollter Ecke. Frau Vogel möchte sie herausnehmen lassen; ihre Tochter rollt sie auf und bringt sie aus dem Gehbereich. Weiter hinten quert das Ladekabel eines Akkusaugers den Flur. Der Akku erhält einen anderen Ladeplatz an einer geeigneten Steckdose außerhalb des Durchgangs. Damit verschwinden die ersten beiden Hindernisse, ohne dass etwas gebohrt oder an der Elektroinstallation verändert werden muss.

An der Garderobe ragt ein Paar Stiefel in den Weg. Für die Stiefel wird ein erreichbares Fach freigeräumt. Daneben steht der Korb für Altpapier so, dass Frau Vogel beim Vorbeigehen einen seitlichen Schritt macht; er passt auch in eine Nische außerhalb ihres Laufwegs. Das sind zwei weitere Veränderungen. Die Tochter fragt jeweils nach, bevor sie den neuen Platz festlegt, denn Frau Vogel wird die Ordnung später täglich benutzen.

Vor der Küchentür wartet die Einkaufstasche, der Frau Vogel ausgewichen war. Beide räumen den Inhalt ein und vereinbaren einen Ablageplatz für künftige Einkäufe. Als sechsten Punkt entdecken sie einen niedrigen Pflanzenhocker an der Innenseite der Flurbiegung. Er verdeckt einen Teil des Weges und verengt die Kurve. Frau Vogel wählt für ihn einen Platz am Wohnzimmerfenster, an dem er weder den Zugang noch eine andere Gehfläche behindert.

Der Flur ist nun freier. Doch beim Einschalten der Beleuchtung sehen beide, dass der hintere Abschnitt weiterhin dunkel bleibt. Diesen Befund trägt die Tochter gesondert ein und übernimmt auf Wunsch ihrer Mutter die Terminvereinbarung mit einem Elektrofachbetrieb. Der Nachmittag hat sechs Stolperstellen beseitigt. Für das Licht steht jetzt ein konkreter nächster Schritt fest.

Frau Vogel entscheidet außerdem, ihr schnurloses Telefon am gewöhnlichen Sitzplatz bereitzuhalten. Sie möchte nicht wieder quer durch die Wohnung eilen, weil es irgendwo klingelt. Ein verpasster Anruf darf warten. Ihrer Tochter sagt sie, dass ein später Rückruf künftig nichts Ungewöhnliches bedeutet. Diese kleine Absprache nimmt dem Klingeln einen Teil seiner Dringlichkeit.

Wenn Hindernisse immer wiederkommen

Manche Stolperstellen entstehen täglich neu. Der Teppich liegt nach dem Saugen anders, Schuhe sammeln sich neben dem Schrank, und nach dem Besuch steht ein zusätzlicher Stuhl im Durchgang. Dann reicht einmaliges Aufräumen nur bis zur nächsten Wiederholung. Fragen Sie nach dem Ablauf dahinter. Fehlt ein erreichbarer Platz, wird die gut gemeinte neue Ordnung wahrscheinlich bald wieder verlassen.

Bei einem Teppich sind verschiedene Eigenschaften zu unterscheiden. Eine geeignete Unterlage kann das Verrutschen vermindern; eine hochstehende Kante oder Wellen im Material können trotzdem bestehen bleiben. Auch die Nutzung mit einem Rollator kann neue Schwierigkeiten zeigen. Lassen Sie bei Unsicherheit die gesamte Situation beurteilen. Ein Teppich, der sich für Ihre Wege nicht zuverlässig sichern lässt, braucht einen anderen Platz oder muss aus diesem Bereich entfernt werden.

Persönliche Bedeutung darf dabei ausgesprochen werden. Vielleicht stammt der Läufer aus einer gemeinsamen Reise und soll im Haus bleiben. Dann lohnt die Suche nach einer anderen Verwendung, die keine neue Stolperstelle schafft. Angehörige sollten solche Gegenstände nicht heimlich entsorgen. Eine akzeptierte Veränderung hat bessere Aussichten, im Alltag Bestand zu haben, als eine überraschende Neuordnung nach einem Besuch.

Kabel verlangen einen dauerhaften Verlauf außerhalb der Gehflächen. Ein Stück Klebeband auf dem Boden kann sich lösen; unter einem Teppich wird die Leitung lediglich verdeckt. Fehlt am geeigneten Geräteplatz eine Steckdose, gehört das in die elektrische Planung. Bis dahin lässt sich möglicherweise auf ein anders platziertes Gerät ausweichen. Entscheidend ist, dass der nächste Ladevorgang das Hindernis nicht wiederherstellt.

Rutschige Stellen entstehen auch durch Nässe. Nach dem Bodenwischen oder bei hereingetragenem Regenwasser braucht es eine erkennbare Lösung, bevor jemand darübergeht. Verabreden Sie mit einer Haushaltshilfe, wie ein noch feuchter Bereich vorübergehend gemieden werden kann. Ein Eimer mitten im Weg wäre ein zusätzliches Hindernis. Ebenso verdienen Reinigungsmittel Beachtung, wenn nach ihrer Anwendung ein auffällig glatter Film zurückbleibt.

Weiche Sitzmöbel begegnen uns hier an einer anderen Stelle des Ablaufs. Wer mühsam aus dem Sessel hochkommt und sofort auf ein Klingeln reagiert, verbindet zwei anspruchsvolle Bewegungen unter Zeitdruck. Die passende Sitzlösung aus Kapitel 6 bleibt deshalb Teil der Sturzprävention. Ergänzend hilft ein erreichbares Telefon oder eine veränderte Besuchsabsprache. Der Alltag soll Gelegenheit lassen, erst einen sicheren Stand zu finden und dann loszugehen.

Auch Gäste beeinflussen die Wege. Eine offene Reisetasche im Flur kann für die Besucherin selbstverständlich wirken und für den Bewohner ein unerwartetes Hindernis sein. Benennen Sie beim Ankommen einen geeigneten Platz. Dafür genügt ein freundlicher Satz. Wer Ihre Wohnung respektiert, wird auch verstehen, weshalb der Durchgang frei bleiben soll.

Den Körper in die Betrachtung einbeziehen

Eine beseitigte Teppichkante erklärt noch keinen Schwindel. Stürze können mit gesundheitlichen Problemen oder Medikamenten zusammenhängen; auch eingeschränktes Sehen und unpassendes Schuhwerk kommen als Einflussfaktoren infrage. Deshalb sollte sich die Suche nach Ursachen auf die Person und ihre Umgebung beziehen. Das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen beschreibt diese unterschiedlichen Zusammenhänge in seiner Patienteninformation. Quelle: Gesundheitsinformation.de, „Stürze bei älteren Menschen“.

Sprechen Sie einen Sturz oder wiederholte Beinahe-Stürze bei einem ärztlichen Termin an. Hilfreich ist eine kurze Beschreibung dessen, was unmittelbar vorher geschah: etwa Aufstehen vom Bett oder Drehen an der Küchentür. Gab es Schwindel? Erinnern Sie sich an den gesamten Ablauf? Solche Beobachtungen unterstützen die Abklärung, ohne dass Sie selbst eine Ursache benennen müssen.

Für das Gespräch können Sie auf einer Seite Datum und Situation festhalten. Schreiben Sie daneben, ob eine Verletzung entstanden ist und ob Sie allein wieder aufstehen konnten. Unsichere Erinnerungen dürfen als unsicher stehen bleiben. Eine nachträglich geglättete Geschichte wäre weniger hilfreich. Dieser Wohnratgeber ersetzt dabei keine medizinische Einschätzung und kann aus einer beschriebenen Bewegung keine Diagnose ableiten.

Beim Sehen zählt mehr als das Lesen kleiner Buchstaben. Vielleicht erscheinen Ihnen Kanten undeutlich, oder Sie fühlen sich durch Licht stärk-

er geblendet als früher. Beschreiben Sie genau diese Alltagssituation bei der augenärztlichen Untersuchung. Nehmen Sie auch die Frage mit, ob Ihre vorhandene Sehhilfe für die betreffenden Wege geeignet ist. Eine hellere Leuchte kann die Abklärung einer veränderten Sehfähigkeit ergänzen.

Das Hörvermögen gehört ebenfalls in die fachliche Betrachtung. Wer ein Signal schlecht zuordnen kann, erlebt möglicherweise zusätzliche Unsicherheit oder reagiert hastig darauf. Daraus lässt sich keine einzelne Sturzursache ableiten. Die englische Leitlinie NICE NG249 berücksichtigt bei einer umfassenden Sturzabklärung jedoch ausdrücklich auch Hörbeeinträchtigungen, neben Sehvermögen und weiteren persönlichen Faktoren. Quelle: NICE, Empfehlungen zur Sturzabklärung und Prävention.

Arzneimittel sollten mit ihrem tatsächlichen Gebrauch besprochen werden. Bringen Sie eine aktuelle Übersicht mit und ergänzen Sie selbst gekaufte Präparate, etwa Schlafmittel. Wenn Ihnen seit einer Änderung häufiger schwindelig ist, nennen Sie den zeitlichen Zusammenhang. Setzen Sie deswegen nichts eigenmächtig ab. Eine ärztliche Überprüfung kann klären, ob Wirkungen oder Wechselwirkungen zu den Beschwerden beitragen und welche Anpassung vertretbar wäre.

factsToVerify: Aktuelle Leitlinien zur Sturzprävention und deren Anwendung auf die persönliche Situation sind ärztlich beziehungsweise therapeutisch zu prüfen. Die NICE-Leitlinie NG249 von 2025 stammt aus England; sie begründet keine deutschen Versorgungsansprüche. Für das eigene Vorgehen zählt, welche Untersuchung und Unterstützung nach der individuellen Einschätzung sinnvoll sind. Wohnungsänderungen können währenddessen weitergehen, soweit ihre Eignung geklärt ist.

Schuhe lassen sich zunächst anhand des gewöhnlichen Tragens betrachten. Bleibt die Ferse im Schuh, oder rutscht sie bei jedem Schritt heraus? Ist die Sohle abgenutzt? Ein vertrauter Hausschuh kann über Jahre weiter werden, ohne dass man den Verlust an Halt bewusst bemerkt. Bei Fußproblemen oder unsicherem Gang gehört die Auswahl in eine fachliche Beratung.

Suchen Sie einen Schuh, den Sie auch anziehen können. Ein gut sitzendes Modell hilft wenig, wenn sein Verschluss so mühsam ist, dass Sie regelmäßig mit offenem Schuh losgehen. Erproben Sie die Handhabung im Sitzen und berücksichtigen Sie gegebenenfalls eine geeignete Anziehhilfe. Auch lange Schnürsenkel verdienen Aufmerksamkeit. Die brauchbare Lösung verbindet Halt beim Gehen mit einer Bedienung, die Ihnen gelingt.

Bewegung mit passender Begleitung

Nach einem Sturz kann ein vertrauter Weg plötzlich bedrohlich wirken. Frau Vogel bleibt an der Flurbiegung zunächst stehen, obwohl der Pflanzenhocker inzwischen am Fenster steht. Ihr Körper erinnert sich gewissermaßen an die Unsicherheit; eine Diagnose ist damit nicht gemeint. Die Tochter drängt sie nicht, die Stelle nun endlich „normal“ zu passieren. Beide besprechen, welche Begleitung Frau Vogel für die nächsten Tage angenehm wäre.

Dauerhafter Rückzug aus Bewegung kann neue Schwierigkeiten mit sich bringen. Fachlich angeleitete Programme zur Sturzprävention setzen deshalb unter anderem bei Gleichgewicht und Kraft an. Die NICE-Leitlinie empfiehlt individuell passende, schrittweise angepasste Übungen durch entsprechend qualifizierte Fachpersonen. Quelle: NICE, Empfehlungen zu Bewegungsangeboten zur Sturzprävention. Ein allgemeines Bewegungsangebot und ein auf persönliche Sturzrisiken abgestimmtes Training können dabei unterschiedliche Aufgaben haben.

Ein Buch kann die notwendige Erprobung nicht übernehmen. Deshalb finden Sie hier keine Aufforderung, unbegleitet auf einem Bein zu stehen oder sich mit geschlossenen Augen herauszufordern. Besprechen Sie, welche Übungen zu Ihren Fähigkeiten passen und welche Unterstützung dabei gebraucht wird. Auch der Ort muss geeignet sein. Ein Training zwischen Couchtisch und losem Teppich würde vermeidbare Schwierigkeiten hinzufügen.

Bei der Suche nach einem Angebot lohnt ein kurzes Vorgespräch. Fragen Sie nach der Qualifikation der Kursleitung und danach, wie auf Menschen mit Gehhilfe oder nach einem Sturz eingeg-

angen wird. Erzählen Sie, wenn Sie sich beim Aufstehen unsicher fühlen. Eine verständliche Antwort sollte erkennen lassen, wie die Eignung vor Beginn geklärt wird. Der Kursname allein sagt darüber wenig aus.

factsToVerify: Verfügbarkeit, Zugangsvoraussetzungen und mögliche Kostenübernahmen für örtliche Angebote zur Sturzprävention sind aktuell bei den jeweiligen Stellen zu erfragen. Als erster Kontakt kommen je nach Anliegen die Hausarztpraxis und eine physiotherapeutische Praxis infrage. Für Schwierigkeiten bei konkreten Verrichtungen zu Hause kann eine ergotherapeutische Einschätzung hilfreich sein. Welche Unterstützung sich organisieren lässt, wird anhand Ihres Bedarfs geklärt.

Zu einer brauchbaren Lösung gehört auch der Weg zum Angebot. Ein passender Kurs verliert seinen Wert, wenn die Anreise regelmäßig überfordert. Frau Vogel möchte zunächst wissen, ob eine Begleitung möglich ist und ob sie vor einer Anmeldung mit der Kursleitung sprechen kann. Ihre Tochter übernimmt auf Wunsch den ersten Anruf. Über die Teilnahme entscheidet Frau Vogel selbst.

Aus der Skizze wird ein nutzbarer Weg

Nehmen Sie jetzt den eingezeichneten Weg noch einmal zur Hand. Verbinden Sie jede geplante Lichtänderung mit der Stelle, die dadurch besser erkennbar werden soll. Daneben gehören die Hindernisse, die entfernt oder fachlich bearbeitet werden müssen. „Flur verbessern“ bleibt zu unbestimmt. „Licht vor dem Betreten einschalten können“ beschreibt dagegen ein Ergebnis, das sich später prüfen lässt.

Für eine einfache Zeichnung können Leuchten als Kreise und Schalter als kleine Quadrate erscheinen. Den Nachtweg zeichnen Sie mit einer gestrichelten Linie ein. Ergänzen Sie Wörter, damit die Bedeutung auch ohne Farberkennung verständlich bleibt. An der Badtür könnte „Sensor reagiert bisher zu spät“ stehen. Auf diese Weise erhält eine beratende Person einen konkreten Auftrag.

Vermerken Sie außerdem, wer die nächste Handlung übernimmt. Wenn Ihre Tochter einen Termin vereinbart, gehört ein vereinbarter Zeitpunkt daneben. Bei einer selbst erledigten Veränderung notieren Sie, woran Sie ihre Wirkung erkennen möchten. Eine verschobene Ablage ist beispielsweise erst dann brauchbar, wenn der Weg frei bleibt und die dort aufbewahrten Dinge weiterhin erreichbar sind. Der Haken auf dem Papier folgt der Nutzung.

Ein Balkendiagramm über vermeintlich häufigste Sturzursachen wäre für diese persönliche Auswahl kein Ersatz. Die hier herangezogenen Quellen beschreiben unterschiedliche Einflussfaktoren, liefern aber keine einheitliche, auf deutsche Privathaushalte übertragbare Rangfolge mit vergleichbaren Anteilen. Zudem können bei einem Sturz mehrere Umstände zusammenwirken. Deshalb werden daraus keine Prozentbalken abgeleitet. Ihre Skizze zeigt stattdessen genau die Stellen, an denen Sie etwas verändern können.

Nach einigen Tagen lohnt eine gezielte Nachprüfung. Ist das neue Licht auch bei geschlossener Tür wirksam? Steht der Altpapierkorb noch an seinem neuen Platz? Beobachten Sie den normalen Gebrauch und lassen Sie technische Mängel nachbessern. Falls ein Vorschlag nicht funktioniert, braucht die Lösung eine Änderung. Daraus entsteht kein persönliches Versagen.

Bei Frau Vogel bleibt der Flur nach dem gemeinsamen Nachmittag frei. Die geplante Beleuchtung wird anschließend fachlich angepasst und von ihr im Alltag beurteilt. Das Telefon liegt nun dort, wo sie gewöhnlich sitzt. Trotzdem beschäftigt sie eine weitere Frage: Wen könnte sie erreichen, falls sie nach einem Sturz nicht an das Telefon gelangt?

Ihre Tochter legt den Stift neben die Wohnungsskizze. Frau Vogel möchte erfahren, wie ein tragbarer Notruf funktioniert und wer auf ein Signal reagieren würde. Darüber wollen beide gemeinsam entscheiden. Der nächste Schritt führt deshalb zur Technik, die Hilfe vermitteln kann, wenn trotz guter Wege Unterstützung gebraucht wird.

Kapitel 8: Technik und Notruf: Hilfe auf Knopfdruck

Frau Weber schiebt das kleine Gerät auf dem Tisch ein Stück zurück. „Und meine Tochter sieht

dann, wann ich ins Bett gehe?“ Die Beraterin verneint: Bei dem vorgeführten Modell werde durch Drücken des Knopfes eine Nachricht ausgelöst; eine laufende Beobachtung ihrer Bewegungen sei damit nicht verbunden. Frau Weber nimmt den Sender wieder in die Hand. So wäre es denkbar. Sie möchte Hilfe erreichen können, ohne ihren Tagesablauf mit jemandem teilen zu müssen.

Die Szene ist erfunden. Frau Weber steht für Menschen, denen technische Unterstützung willkommen sein kann, solange sie selbst über deren Grenzen bestimmen. Auf dem Tisch liegt zunächst nur ein Knopf. Ob daraus eine brauchbare Hilfe wird, hängt davon ab, wer die Nachricht empfängt und was anschließend geschieht. Genau dort beginnt die Auswahl: bei einer konkreten Situation, für die Sie Unterstützung wünschen.

Vielleicht beschäftigt Sie dieselbe Frage wie Frau Vogel nach ihrem Sturz im Flur: Wie erreiche ich jemanden, wenn das Telefon zu weit entfernt liegt? Vielleicht überhören Sie inzwischen die Türklingel oder können den Rollladengurt schwer ziehen. Diese Schwierigkeiten verlangen unterschiedliche Antworten. Schreiben Sie deshalb zuerst den gewünschten Nutzen auf, etwa: „Ich möchte vom Badezimmer aus Hilfe rufen können.“ Damit erhält jedes angebotene Gerät eine Aufgabe, an der es sich prüfen lässt.

Vom Knopfdruck bis zur geöffneten Tür

Ein klassischer Hausnotruf besteht häufig aus einer Basisstation und einem tragbaren Funksender. Der Sender wird beispielsweise am Handgelenk oder an einem dafür vorgesehenen Halsband getragen. Beim Auslösen übermittelt er den Ruf an die Basisstation, die eine Verbindung zur Hausnotrufzentrale herstellt. Je nach Ausstattung ist ein Gespräch über eine Freisprecheinrichtung möglich. Der grundlegende Ablauf wird etwa vom Deutschen Roten Kreuz beim Hausnotruf beschrieben; welche Funktionen vorhanden sind, muss am jeweiligen Angebot geklärt werden.

Der kleine Sender ist dabei nicht zwangsläufig selbst ein Telefon. Bei manchen Geräten befinden sich Mikrofon und Lautsprecher ausschließlich in der Basisstation. Das hat Folgen. Ein Funkruf kann aus dem Bad ankommen, während Ihre Stimme hinter geschlossener Tür schlecht verständlich bleibt. Fragen Sie deshalb getrennt nach der Reichweite des Senders und nach den Möglichkeiten des Sprechkontakts. Eine erfolgreiche Verbindung beantwortet noch nicht beide Fragen.

Lassen Sie den Ablauf vollständig erklären. Wer nimmt den Alarm entgegen, und welche Informationen stehen dieser Person zur Verfügung? Wie wird gehandelt, wenn Sie antworten, aber die Situation nicht verständlich beschreiben können? Ebenso muss feststehen, was bei ausbleibender Antwort geschieht. Eine passende Vereinbarung berücksichtigt gerade den Fall, dass nach dem Knopfdruck kein Gespräch mehr möglich ist.

Danach braucht die Hilfe einen Weg zu Ihnen. Eine hinterlegte Telefonnummer öffnet keine Wohnungstür. Besprechen Sie, ob ein Schlüssel beim Dienst verwahrt wird oder ob eine verlässlich erreichbare Person Zugang ermöglichen kann. Zur Schlüsselregelung gehört auch die Haustür eines Mehrfamilienhauses. Bei einem späteren Schlosswechsel müssen die hinterlegten Schlüssel und Zugangsinformationen entsprechend aktualisiert werden.

Fragen Sie außerdem nach der Hilfe vor Ort. Ein eigener Bereitschaftsdienst und die Verständigung anderer Stellen sind unterschiedliche Leistungen. Welche Unterstützung tatsächlich verfügbar ist, hängt vom örtlichen Angebot und Ihrem Vertrag ab. **factsToVerify: Zuständigkeit, Einsatzgebiet, Schlüsselverwahrung und Vorgehen bei fehlendem Sprechkontakt sind vor Abschluss schriftlich zu prüfen.** Die Nutzungsbedingungen der Johanniter zum Hausnotruf zeigen beispielhaft, weshalb neben der Gerätebeschreibung auch die vertraglichen Einzelheiten gelesen werden müssen.

Bei der Vorstellung eines Notrufs wünschen sich viele eine feste Zusage, nach wie vielen Minuten jemand an der Tür steht. Fragen Sie nach, worauf sich eine genannte Zeit bezieht: auf die Annahme des Signals oder auf das Eintreffen einer Hilfsperson. Das ist ein Unterschied. Lassen Sie sich erläutern, welche Zusagen verbindlich sind und welche Umstände die Anfahrt beeinflussen können. Ein wohlklingendes Wort wie „sofort“ braucht eine verständliche Erklärung.

Wenn zuerst ein Angehöriger informiert wird

Ein Knopf mit Nachricht an die Tochter kann für Frau Weber eine passende Ergänzung sein. Doch die Tochter arbeitet zeitweise in Besprechungen und hat ihr Telefon dann lautlos gestellt. Darüber müssen beide sprechen. Technische Zustellung bedeutet zunächst, dass eine Nachricht das vorgesehene Ziel erreicht; ob sie bemerkt und bearbeitet wird, ist eine weitere Frage. Ein privater Empfänger übernimmt damit eine Aufgabe, die ausdrücklich vereinbart werden sollte.

Frau Webers Tochter schlägt zunächst vor, zusätzlich ihren Bruder einzutragen. Bei genauerem Nachdenken bleibt offen, wer handelt, wenn beide dieselbe Nachricht erhalten. Jeder könnte vermuten, der andere habe bereits angerufen. Deshalb wollen sie ein System erproben, bei dem die Übernahme eines Alarms erkennbar bestätigt wird. Ob das ausgewählte Gerät diese Funktion tatsächlich bietet, lassen sie sich vorführen.

Auch die nächste Stufe gehört geklärt: Was geschieht, wenn niemand bestätigt? Manche Lösungen können weitere Kontakte anwählen, andere bleiben bei einer Nachricht stehen. Wieder andere lassen sich mit einer professionellen Zentrale verbinden. Fragen Sie nach dem konkreten Ablauf. Eine private Kontaktliste ergibt für sich genommen keine rund um die Uhr besetzte Anlaufstelle.

Frau Weber gefällt der unauffällige Knopf weiterhin. Sie erkennt aber, dass dessen Aussehen nur einen Teil der Entscheidung ausmacht, denn die Tochter könnte selbst erkranken oder mehrere Tage verreisen, während der Wunsch nach erreichbarer Hilfe unverändert bestehen bleibt. Beide vergleichen deshalb zusätzlich ein Angebot mit Hausnotrufzentrale, bei dem die Tochter nach vereinbartem Verfahren informiert wird. Noch ist nichts entschieden. Der Vergleich macht sichtbar, welche Verantwortung jede Lösung mit sich bringt.

Angehörige dürfen ihre Grenzen benennen. „Während meiner Arbeit kann ich keine verlässliche Alarmannahme übernehmen“ ist eine hilfreiche Information für die Planung. Daraus lässt sich eine andere Zuständigkeit entwickeln. Wer aus Sorge eine ständige Erreichbarkeit verspricht, die im Alltag nicht einzuhalten ist, lässt eine schwer erkennbare Lücke entstehen. Ein offen besprochener Dienstplan oder eine professionelle Annahmestelle kann diese Lücke genauer fassen.

Ein Sender muss im Alltag mitkommen

Probieren Sie die vorgesehene Trageweise aus. Ein Armband kann bequem sitzen und dennoch einen Verschluss haben, den Sie allein kaum öffnen können. Ein Halsband wiederum kann bei bestimmten Tätigkeiten stören oder unter mehreren Kleidungsschichten schlecht erreichbar sein. Verwenden Sie dafür ausschließlich geeignete, vom Anbieter vorgesehene Befestigungen. Selbst geknüpfte Verlängerungen oder beliebige Ketten können neue Risiken schaffen.

Die Taste verdient eine eigene Erprobung. Können Sie sie ertasten und mit Ihrer verfügbaren Handkraft betätigen? Erkennen Sie anschließend, dass ein Ruf ausgelöst wurde? Ein hörbares Signal hilft einer schwerhörigen Person möglicherweise wenig; eine kleine Leuchte bleibt bei eingeschränktem Sehen leicht unbemerkt. Lassen Sie sich zeigen, welche Rückmeldung verfügbar ist und wie Sie zwischen erfolgreicher Auslösung und einer Störung unterscheiden können.

Im Badezimmer zählt die Eignung für Wasser. Die Bezeichnung „wasserfest“ allein lässt offen, ob ein Sender beim Duschen oder Baden getragen werden darf. Auch Reinigung und Temperatur können eine Rolle spielen. **factsToVerify: Zulässige Nutzung, Schutzart und Pflege des konkreten Senders sind anhand der aktuellen Herstellerangaben zu prüfen.** Gerade dort, wo Sie Hilfe erreichen möchten, darf die vereinbarte Trageweise keine ungeklärte Unterbrechung haben.

Eine Uhr mit Notruffunktion kann vertrauter aussehen als ein klassischer Sender. Dafür braucht sie möglicherweise häufiges Laden oder mehrere Bedienhandlungen. Fragen Sie, wie während der Ladezeit Hilfe erreichbar bleibt. Prüfen Sie auch, ob die Notruffunktion ohne ein zusätzliches Smartphone funktioniert. Ein Gerät, das auf dem Nachttisch lädt, kann einen Ruf vom anderen Ende der Wohnung nur unter den dafür vorgesehenen Bedingungen ermöglichen.

Zur Einweisung gehört ein vereinbarter Probealarm. Er wird mit dem Anbieter abgestimmt und als Test kenntlich gemacht; öffentliche Notrufnummern werden dafür nicht probeweise angerufen. Die Malteser erläutern in ihren Hausnotruf-FAQ, dass Testnotrufe bei ihrem Dienst erwünscht sind. **factsToVerify: Verfahren, mögliche Kosten und empfohlene Abstände für Funktionstests sind beim eigenen Anbieter aktuell zu klären.** Sie müssen dafür weder einen Sturz nachstellen noch eine unsichere Körperhaltung einnehmen.

Sprechen Sie ebenso über versehentliche Auslösungen. Wer nach einem Fehlalarm scharf zurechtgewiesen wird, zögert womöglich beim nächsten Mal. Lassen Sie sich erklären, wie Sie einen Irrtum melden und welche Hilfe bei wiederholten unbeabsichtigten Rufen angeboten wird. Vielleicht sitzt das Armband ungünstig. Vielleicht braucht die Taste eine andere Anordnung. Der Gebrauch zeigt, wo nachgebessert werden muss.

Was automatische Erkennung leisten kann

Ein Sturzsensor soll einen Alarm auch dann ermöglichen, wenn der Knopf nicht gedrückt wird. Dazu wertet das jeweilige System bestimmte Messwerte oder Bewegungsmuster aus. Das bleibt eine technische Einschätzung. Sie darf nicht mit der Gewissheit verwechselt werden, dass jede hilfsbedürftige Situation erkannt wird. Fragen Sie ausdrücklich nach den Grenzen des angebotenen Verfahrens und danach, welche Ereignisse außerhalb seiner Erkennung liegen.

Langsames Zusammensinken kann ein anderes Muster ergeben als ein abrupter Aufprall. Auch die Position eines tragbaren Sensors beeinflusst möglicherweise seine Auswertung. Umgekehrt kann eine alltägliche Bewegung einen Verdacht auslösen. **factsToVerify: Erkennungsverfahren, bekannte Einschränkungen und Angaben zur Zuverlässigkeit sind für das konkrete Modell anhand aktueller Herstellerunterlagen zu prüfen.** Aus dem Wort „Sturzerkennung“ allein lässt sich keine verlässliche persönliche Schutzwirkung ableiten.

Eine Vorwarnung mit Abbruchmöglichkeit kann helfen, einen unbeabsichtigten Alarm zu beenden. Doch auch diese Bedienung muss passen. Wird die Warnung überhaupt bemerkt, und lässt sich die Abbruchtaste erreichen? Fragen Sie, was geschieht, wenn keine Reaktion erfolgt. Lassen Sie sich außerdem zeigen, wie ein manueller Ruf ausgelöst wird, falls Sie Hilfe benötigen, obwohl die automatische Erkennung stumm bleibt.

Ein Bewegungsmelder kann eine ganz andere Aufgabe haben. Er schaltet beispielsweise ein Nachtlicht ein, ohne irgendeine Nachricht über Ihr Verhalten weiterzugeben. Ein System zur Erkennung ungewöhnlich langer Inaktivität wertet dagegen aus, ob innerhalb einer vereinbarten Zeit Bewegung festgestellt wurde. Beide können ähnlich unscheinbar aussehen. Entscheidend ist, was sie erfassen und welche Handlung daraus folgt.

Das DRK nennt eine Tagestaste oder einen Bewegungsmelder als mögliche Ergänzungen, bei denen eine ausbleibende Rückmeldung beziehungsweise Aktivität weitere Schritte auslösen kann. Quelle: DRK, Hausnotruf. Für einen solchen Ablauf muss Ihre Lebensweise berücksichtigt werden. Wer sonntags länger schläft oder spontan bei Freunden bleibt, braucht eine verständliche Möglichkeit, das System entsprechend einzustellen. Sonst wird aus Unterstützung leicht eine tägliche Meldepflicht.

Ein Sensor weiß zunächst nur, was seine Messung hergibt. Eine Bewegung beweist kein Wohlbefinden, und fehlende Bewegung erklärt keine Ursache. Bei mehreren Personen im Haushalt kann die Zuordnung zusätzlich schwierig sein. Besprechen Sie deshalb, welche Schlussfolgerungen überhaupt gezogen werden dürfen. Automatische Meldungen sollen einen vereinbarten Klärungsweg anstoßen; sie liefern keine medizinische Diagnose.

Strom, Verbindung und Wartung mitdenken

Auf der Verpackung steht selten, wie sich eine Lösung in Ihrer hinteren Schlafzimmerecke verhält. Dicke Wände oder die Lage der Basisstation können die Verbindung beeinflussen. Lassen Sie die vorgesehenen Nutzungsorte bei der Einrichtung prüfen, einschließlich Balkon oder Garten, falls diese dazugehören sollen. Eine Reichweitenang-

abe ersetzt diesen Versuch nicht. Das Ergebnis gehört mit Datum in Ihre Unterlagen.

Auch die Verbindung nach außen braucht Aufmerksamkeit. Manche Systeme nutzen Mobilfunk, andere einen Telefonanschluss oder eine Internetverbindung. Ein Akku in der Basisstation überbrückt nicht automatisch den Ausfall eines zusätzlich benötigten Routers. Lassen Sie die gesamte Verbindungskette erklären. **factsToVerify: Abhängigkeiten von Stromversorgung und Kommunikationsnetzen sowie die zugesicherte Überbrückungsdauer sind gerätebezogen zu bestätigen.**

Für unterwegs gelten andere Bedingungen als in der Wohnung. Ein mobiler Notruf kann je nach Ausstattung Standortinformationen übermitteln; Empfang und Ortung müssen jedoch für den vorgesehenen Einsatz beurteilt werden. Die genaue Position innerhalb eines Gebäudes kann damit weiterhin ungeklärt bleiben. Fragen Sie nach dem Verhalten bei fehlender Ortung. **factsToVerify: Mobilfunkabdeckung, Ortungsfunktionen und räumlicher Leistungsumfang sind beim jeweiligen mobilen Angebot aktuell zu prüfen.**

Legen Sie fest, wer Störungsmeldungen bearbeitet. Ein Hinweis auf eine schwache Batterie nützt wenig, wenn er nur in einer App erscheint, die niemand öffnet. Zur Wartung gehören auch Ersatzgeräte und erreichbare Ansprechpartner bei Defekten. Schreiben Sie auf, wie eine vorübergehende Unterbrechung überbrückt werden soll. Das kann eine organisatorische Vereinbarung verlangen, bis der technische Dienst wieder funktioniert.

Veränderungen in der Wohnung können eine erneute Prüfung nötig machen. Vielleicht wird die Basisstation nach dem Putzen hinter einen Schrank gestellt, oder ein neuer Telefonanschluss ersetzt den bisherigen. Informieren Sie den Anbieter über solche Änderungen. Ein früher erfolgreicher Test beschreibt die damalige Situation. Für den späteren Gebrauch zählt, ob die Voraussetzungen weiterhin bestehen.

Herr Petri spricht mit dem Licht

„Wohnzimmerlicht an“, sagt Herr Petri, und die Leuchte neben seinem Sessel reagiert. Der fiktive Bewohner beschäftigt sich gern mit Technik. Er möchte Licht und Rollos per Sprache bedienen, weil ihm das Ziehen am Gurt schwerfällt und er abends gern vom Sitzplatz aus die Beleuchtung verändert. Die Einrichtung macht ihm Freude. Für ihn gehört das Ausprobieren zum Nutzen des Systems.

Trotzdem lässt er die gewöhnlichen Schalter erreichbar. Als ein Sprachbefehl einmal missverstanden wird, kann er das Licht unmittelbar selbst bedienen. Diese zweite Möglichkeit plant er von Anfang an ein. Auch eine Besucherin soll die Beleuchtung finden, ohne einen bestimmten Wortlaut zu kennen. Bei den Rollos lässt er die elektrische Bedienung und das Verhalten bei einer Störung durch den zuständigen Fachbetrieb erklären.

Ein Sprachassistent kann den Alltag erleichtern, wenn er die Stimme versteht und die gewünschten Funktionen tatsächlich unterstützt. Ein gewöhnlicher Lautsprecher mit Sprachsteuerung ist jedoch nicht automatisch ein Hausnotruf. Fragen Sie genau nach, ob und wie ein Hilferuf möglich wäre. Für eine sicherheitsbezogene Aufgabe braucht es eine dafür geeignete, geprüfte Lösung. Herr Petri behandelt seine Lichtsteuerung deshalb zunächst als Komfortfunktion.

Zur Auswahl gehört der Umgang mit Sprachdaten. Das Bundesamt für Sicherheit in der Informationstechnik erläutert, dass bei Sprachassistenten Informationen erfasst und häufig beim Dienstanbieter gespeichert werden; Einstellungen und Mikrofonabschaltung verdienen deshalb Aufmerksamkeit. Quelle: BSI-Magazin 2024/02, Hinweise zu Smart Speakern. Herr Petri lässt sich zeigen, welche Aufzeichnungen einsehbar sind und welche Funktionen ohne dauernde Internetverbindung arbeiten. Er möchte wissen, was in seinem Wohnzimmer geschieht.

Sicherheitsaktualisierungen gehören ebenfalls zur laufenden Betreuung. Das BSI empfiehlt, schon vor dem Kauf nach der Versorgung mit Updates zu fragen und Gerätezugänge angemessen zu schützen. Quelle: BSI, vernetztes Wohnen sicher einrichten. Vereinbaren Sie bei Unterstützung durch Angehörige, wer diese Aufgabe übernimmt. **factsToVerify: Aktualisierungsdauer, Zugangsschutz und Datenverarbeitung sind für Gerät und Dienst aktuell zu prüfen.** Eine Einrichtung

sollte auch dann betreubar bleiben, wenn die Person, die sie installiert hat, längere Zeit fehlt.

Frau Weber würde Herrn Petris Lösung ablehnen. Sie möchte keine Sprachbefehle lernen und kein Mikrofon im Wohnzimmer. Das ist eine klare Präferenz. Für dieselbe schwer erreichbare Leuchte könnte ihr ein einfacher Funkschalter genügen. Welche Technik passt, entscheidet sich auch daran, ob ihre Bedienung zum eigenen Alltag gehört oder dort dauerhaft als zusätzliche Arbeit empfunden wird.

Warnungen müssen wahrnehmbar ankommen

Bei der Türklingel kann ein Lichtsignal den hörbaren Ton ergänzen. Entscheidend ist, ob Sie es vom üblichen Aufenthaltsort aus sehen. Eine Leuchte im Flur hilft am Lesesessel möglicherweise wenig. Prüfen Sie die Wahrnehmung bei Tageslicht und am Abend. Gegebenenfalls kommt eine ergänzende Vibrationsmeldung infrage, deren Handhabung ebenfalls erprobt werden muss.

Ein einfaches Telefon verdient denselben Blick. Große Tasten helfen nur, wenn ihre Beschriftung erkennbar ist und der Tastendruck gelingt. Hörlautstärke und Freisprechen sollten zum persönlichen Bedarf passen. Lassen Sie häufig genutzte Kontakte verständlich einrichten und versuchen Sie selbst einen gewöhnlichen Anruf. Eine voll belegte Kurzwahltastatur kann mehr Verwechslungen schaffen als wenige eindeutig zugeordnete Tasten.

Für Rauchwarnmelder gilt: Die Warnung muss die gefährdete Person erreichen. Eine zusätzliche Nachricht an Angehörige kann den Ablauf ergänzen, ersetzt aber keine passende Warnung vor Ort. Bei eingeschränktem Hören sind dafür geeignete optische oder taktile Lösungen fachlich zu prüfen, gerade für die Schlafenszeit. Eine blinkende Türklingel erfüllt diese Aufgabe nicht automatisch. Die unterschiedlichen Signale müssen sich außerdem verständlich unterscheiden lassen.

Rauchwarnmelder und Gasmelder erfassen unterschiedliche Gefahren. Auch bei Gas ist zu unterscheiden, ob ein Gerät beispielsweise auf Kohlenmonoxid oder auf austretendes Brenngas reagieren soll. Der Deutsche Feuerwehrverband erläutert den eigenständigen Zweck von Kohlenmonoxidwarnmeldern. Quelle: Deutscher Feuerwehrverband, Informationen zu CO-Meldern. Lassen Sie anhand Ihrer Feuerstätten und Geräte bestimmen, welcher Melder wo geeignet ist. Ein allgemeines Versprechen, das Gerät erkenne „Gas“, bleibt dafür zu ungenau.

Die Weiterleitung muss eigens vereinbart sein. Eine App-Nachricht bedeutet nicht automatisch, dass Feuerwehr oder Hausnotrufzentrale verständigt werden. Fragen Sie, wer den Alarm empfängt und wie auf ihn reagiert wird, auch wenn Angehörige gerade nicht erreichbar sind. **factsToVerify: Melderauswahl, Montage, Wartung und gegebenenfalls geltende Ausstattungspflichten sowie die vereinbarte Alarmweiterleitung sind fachlich und standortbezogen zu prüfen.** Bei Gefahr darf das Warten auf eine App-Antwort erforderliche Schutzmaßnahmen und das Rufen geeigneter Hilfe nicht verzögern.

Privatheit gehört zur Entscheidung

Frau Webers Frage nach der Schlafenszeit war keineswegs nebensächlich. Ein System kann technisch zuverlässig arbeiten und trotzdem einen Alltag schaffen, in dem sich jemand ständig beobachtet fühlt. Erfragen Sie deshalb, was sichtbar wird. Erhalten Angehörige ausschließlich einen Alarm oder auch Uhrzeiten und Bewegungsverläufe? Lassen Sie sich möglichst die tatsächliche Ansicht auf dem Empfängergerät zeigen.

Für den gemeinsamen Umgang sollte gelten: Beobachtende Technik wird mit der betroffenen Person verständlich besprochen und von ihr freiwillig angenommen. Ein Nein gehört dazu. „Dann kann ich endlich beruhigt sein“ beschreibt den Wunsch eines Angehörigen, aber noch keine Zustimmung der beobachteten Person. Vereinbaren Sie einen klaren Zweck und Grenzen, bevor ein Sensor eingeschaltet wird. Dazu gehört auch, wie eine einmal gewählte Lösung wieder beendet werden kann.

factsToVerify: Die rechtlichen Voraussetzungen für Sensortechnik und Datenverarbeitung im Haushalt sind im konkreten Fall aktuell zu prüfen. Eine Einwilligung ist nicht für jede Verarbeitung die einzige mögliche Rechtsgrundlage;

Gesundheitsdaten und eingebundene Dienstleister verlangen eine gesonderte Betrachtung. Die Datenschutzaufsicht Baden-Württemberg erläutert für die Pflege, dass es auf Zweck und Rechtsgrundlage ankommt. Dieser Wohnratgeber ersetzt keine Rechtsberatung. Bei Zweifeln sollte die zuständige Datenschutzaufsicht oder eine geeignete Rechtsberatung einbezogen werden.

Fordern Sie die Datenschutzinformationen für den konkreten Dienst an. Eine allgemeine Erklärung zur Internetseite beschreibt nicht zwangsläufig die Verarbeitung von Notrufen oder Bewegungsdaten. Fragen Sie nach Empfängern und Speicherdauer. Klären Sie außerdem, ob Gespräche aufgezeichnet werden und welche Informationen eine Angehörigen-App zeigt. **factsToVerify: Maßgeblich sind die aktuellen dienstbezogenen Unterlagen**, beispielsweise die Datenschutzerklärung zum Malteser Hausnotruf oder die für das jeweilige Angebot einschlägigen Datenschutzhinweise der Johanniter.

Eine Kamera greift weiter in den Alltag ein als ein Knopf, den Sie selbst betätigen. Sie kann Besuch erfassen oder intime Situationen sichtbar machen. Prüfen Sie deshalb zuerst, welche eng begrenzte Information für die gewünschte Hilfe überhaupt gebraucht wird. Für das Rufen nach Unterstützung ist ein laufendes Bild aus dem Schlafzimmer häufig gar nicht die eigentliche Anforderung. Auch Bad und Toilette verdienen einen besonders geschützten Umgang.

factsToVerify: Kameraüberwachung im privaten Wohnbereich ist rechtlich einzelfallabhängig; betroffen sein können neben Datenschutzvorgaben auch Persönlichkeitsrechte und die Rechte von Beschäftigten oder Besuchern. Die sogenannte Haushaltsausnahme ist kein Freibrief für das Erfassen gemeinschaftlicher oder fremder Bereiche. Dazu informiert die Datenschutzaufsicht Baden-Württemberg über Videoüberwachung in der Nachbarschaft. Heimliches Installieren scheidet für eine partnerschaftliche Wohnplanung aus. Wenn jemand die Tragweite einer Überwachung nicht mehr beurteilen kann, braucht es eine fachliche und rechtliche Klärung.

Die eigene Auswahl auf Papier bringen

Nehmen Sie ein Blatt quer und geben Sie jeder erwogenen Lösung eine Zeile. Als erste Spalte genügt die konkrete Aufgabe. Daneben tragen Sie ein, ob die Bedienung gelingt und wer im Alarmfall handelt. Weitere Spalten erfassen die laufenden Kosten und den Datenumfang. Für offene Voraussetzungen bleibt ein eigenes Feld frei, damit eine ungeklärte Verbindung oder fehlende Vertretung im Vergleich sichtbar bleibt.

Bei Frau Weber steht zunächst „Hilfe aus dem Bad rufen“. Der unauffällige Knopf erhält bei der Tragebereitschaft eine positive Bewertung. Im Feld Alarmannahme steht dagegen vorläufig: „Tochter nicht durchgehend erreichbar; Vertretung und Weiterleitung ungeklärt.“ Ein Angebot mit Zentrale bekommt eine eigene Zeile. So kann Frau Weber denselben Wunsch anhand verschiedener Abläufe vergleichen, ohne sich vom Aussehen eines Geräts allein leiten zu lassen.

Herr Petri führt die Sprachsteuerung getrennt vom Notruf auf. Ihr Nutzen lautet „Licht und Rollos bequem bedienen“. Einen Alarmempfänger gibt es dafür nicht, und dieses Feld bleibt entsprechend gekennzeichnet. Unter laufender Betreuung notiert er die Aktualisierungen. Die Tabelle zeigt damit auch, welche Technik Komfort bringt und welche für das Herbeirufen von Hilfe vorgesehen ist.

Für die Kosten tragen Sie den monatlichen Gesamtbetrag des konkreten Angebots ein und halten einmalige Ausgaben daneben fest. Erfragen Sie Zusatzentgelte für vereinbarte Leistungen sowie Kosten bei Verlust oder Rückgabe eines Geräts. **factsToVerify: Preise, Vertragslaufzeit, Kündigung und mögliche Kostenübernahmen sind beim örtlichen Anbieter beziehungsweise zuständigen Kostenträger aktuell zu prüfen.** Die Verbraucherzentrale beschreibt beim Hausnotruf unterschiedliche Grund- und Zusatzleistungen. Die Einordnung in Ihr Budget und mögliche Zuschüsse folgen in Kapitel 13.

Ergänzen Sie zum Schluss einen Erprobungstermin. Als Erfolg zählt beispielsweise, dass Sie den Sender selbst anlegen, einen vereinbarten Ruf auslösen und die Rückmeldung verstehen können. Halten Sie fest, wer verbleibende Fragen beantwortet. Eine ungeklärte Kernfunktion bleibt offen,

auch wenn mehrere andere Felder gut aussehen. Nach der Einrichtung bekommt das Blatt einen festen Platz bei den Geräteunterlagen.

Frau Weber nimmt den Sender noch einmal in die Hand. Sie weiß nun genauer, welche Verbindung sie damit herstellen möchte und welche Beobachtung sie ablehnt. Beim nächsten Gespräch soll geklärt werden, wie Hilfe ankommt, wenn ihre Tochter verhindert ist. Anschließend möchte sie mit ihr zum Treffpunkt um die Ecke gehen. Dort sitzen Menschen, die sie gern wiedersehen würde, ganz ohne dass zuvor ein Alarm ausgelöst worden ist.

Kapitel 9: Nachbarschaft und soziale Teilhabe: Wohnen ist mehr als vier Wände

Wen würden Sie heute gern treffen, wenn Sie Ihre Wohnungstür hinter sich schließen? Vielleicht fällt Ihnen sofort jemand ein. Vielleicht wünschen Sie sich einfach einen Ort, an dem Sie unter Menschen sein können, ohne etwas verabreden zu müssen. Auch der Gang zum Bäcker kann dazugehören, weil dort jemand Ihre übliche Bestellung kennt. Solche Begegnungen erscheinen unscheinbar, bis sie fehlen. Bei der Frage nach einer passenden Wohnung verdienen sie ebenso viel Aufmerksamkeit wie die Dusche oder der Zugang zum Balkon.

Nach den Überlegungen zu technischen Hilfen führt der Weg deshalb nach draußen. Ein Notruf kann eine Verbindung herstellen, wenn Unterstützung gebraucht wird; für einen guten Dienstag braucht es andere Verbindungen. Dazu gehören erreichbare Geschäfte und Menschen, mit denen sich ein Stück Alltag teilen lässt. Wie viel Nähe Sie wünschen, bestimmen Sie selbst. Manche Menschen genießen einen lebhaften Treffpunkt, andere freuen sich über ein verabredetes Gespräch zu zweit und möchten anschließend wieder ihre Ruhe haben.

Nehmen Sie Ihre persönlichen Wohnkriterien aus dem Beginn dieses Buches zur Hand. Wörter wie „vertraut“ oder „unabhängig“ bekommen nun einen Ort: den Markt am Donnerstag, die Bushaltestelle hinter der Kirche oder die Wohnung eines Freundes. Daraus entsteht eine Umfeldkarte. Sie zeigt, was Ihren Alltag außerhalb der eigenen Räume trägt und wo Verbindungen fehlen. Dafür müssen Sie weder gut zeichnen noch besonders weit laufen können.

Die Umgebung vom eigenen Alltag aus betrachten

Beginnen Sie mit einer gewöhnlichen Woche. Welche Wege unternehmen Sie tatsächlich, und welche würden Sie gern unternehmen? Schreiben Sie auch das auf, was zuletzt ausgefallen ist: den Besuch bei einer Bekannten etwa, deren Haustür nur über eine steile Außentreppe erreichbar ist. Ein gestrichener Weg kann mehr über Ihre Wohnlage erzählen als ein regelmäßig erledigter Einkauf. Fragen Sie sich jeweils, weshalb Sie auf etwas verzichten und ob dieser Verzicht für Sie in Ordnung ist.

Unterscheiden Sie dabei zwischen Versorgung und Teilhabe. Für die Versorgung kann es genügen, wenn ein Einkauf zuverlässig ankommt. Teilhabe umfasst auch die Möglichkeit, selbst auszuwählen oder zufällig einem vertrauten Menschen zu begegnen. Beides darf nebeneinanderstehen. Wer schwere Getränke liefern lässt und weiterhin sein Obst selbst kauft, kann Kräfte gezielt einteilen. Die passende Lösung ergibt sich aus dem Wert, den ein Weg für Sie hat.

Zeichnen Sie Ihre Wohnung ungefähr in die Mitte eines Blattes. Tragen Sie zunächst die Orte ein, die Sie häufig aufsuchen, und ergänzen Sie danach einen Ort, den Sie vermissen. Ein schlichtes Rechteck für den Laden reicht. Die Arztpraxis bekommt ihren Namen, damit später keine Verwechslung entsteht. Verbinden Sie die Ziele mit den Wegen, die Sie wirklich nutzen, einschließlich eines Umwegs zur Ampel oder eines Zugangs über den Hinterhof.

Entfernung allein reicht als Maßstab kaum aus. Zwischen Haustür und Apotheke können wenige Straßen liegen, während eine lange Ampelwartezeit und ein fehlender Sitzplatz den Weg mühsam machen. Anderswo ist die Strecke länger, aber eben und gut unterbrechbar. Notieren Sie deshalb Ihre eigene übliche Wegzeit, sofern Sie diese kennen. Eine Schätzung bleibt als Schätzung erkennb-

ar. Es gibt keinen Anlass, für die Karte einen belastenden Leistungstest zu unternehmen.

Die Idee einer 15-Minuten-Umfeldkarte kann beim Zeichnen helfen, solange sie als persönliche Orientierung verstanden wird. Ein Kreis mit festem Radius bildet Ihre Möglichkeiten nur unzureichend ab. Zu Fuß, mit Gehhilfe oder im Bus entstehen unterschiedliche erreichbare Bereiche. Vielleicht liegt die Bibliothek außerhalb Ihres gewöhnlichen Gehwegs und ist dennoch bequem erreichbar, weil die Haltestellen günstig liegen. Die nähere Bäckerei auf der anderen Seite einer schwierigen Kreuzung bleibt dagegen ein Hindernis.

Markieren Sie neben jedem Ziel, wie es derzeit erreichbar ist. Dafür eignen sich die Wörter „selbstständig“, „mit vereinbarter Unterstützung“ und, in einem eigenen Feld, „derzeit ungeklärt“. Farben können ergänzen. Die Wörter sollten bleiben. So lässt sich die Karte auch ohne sichere Farberkennung lesen, und eine Begleitperson versteht, ob ein gelber Punkt einen beschwerlichen Weg oder eine fehlende Fahrmöglichkeit bezeichnet.

Ein Weg besteht aus mehr als Metern

Betrachten Sie eine Verbindung vollständig, von Ihrer Wohnungstür bis zum Platz am Ziel. Ein ebener Gehweg hilft wenig, wenn am Eingang des Treffpunkts eine schwere Tür wartet, die Sie allein kaum öffnen können. Ebenso gehört der Rückweg dazu. Nach einem längeren Termin sind Ihre Kräfte möglicherweise anders verteilt als beim Aufbruch. Schreiben Sie die schwierige Stelle möglichst genau auf, damit später eine passende Lösung gesucht werden kann.

Beim Einkaufen zählen auch die Vorgänge im Geschäft. Gibt es einen Platz für eine kurze Pause, und kommen Sie mit den üblichen Taschen wieder nach Hause? Vielleicht ist der kleine Laden angenehmer, obwohl sein Angebot begrenzter ist. Vielleicht erleichtert ein übersichtlicher Supermarkt mit gut zugänglicher Kasse den Einkauf. „Einkauf möglich“ sollte auf Ihrer Karte deshalb eine Erfahrung beschreiben, die zu Ihrem tatsächlichen Bedarf passt.

Für Arztpraxis und Apotheke lohnt dieselbe Genauigkeit. Eine Praxis im Nachbarhaus ist erst dann eine nutzbare Möglichkeit, wenn der Zugang gelingt und dort tatsächlich eine Behandlung vereinbart werden kann. Eine Adresse auf einer Internetkarte beantwortet das nicht. **factsToVerify: Aufnahme neuer Patientinnen und Patienten, Öffnungszeiten, Zugänglichkeit und gegebenenfalls angebotene Lieferdienste sind bei den betreffenden Einrichtungen aktuell zu erfragen.** Notieren Sie das Datum der Auskunft, damit ältere Informationen später erkennbar bleiben.

Öffentliche Verkehrsmittel werden am besten als Verbindung betrachtet. Wo können Sie an der Haltestelle warten, und wie kommen Sie nach dem Aussteigen weiter? Ein Umstieg kann den ausschlaggebenden Aufwand verursachen. Auch die Rückfahrt nach dem Ende einer Veranstaltung gehört geprüft. **factsToVerify: Fahrpläne, Bedienzeiten sowie die Zugänglichkeit von Fahrzeugen und Haltestellen sind für die konkrete Strecke beim örtlichen Verkehrsunternehmen zu bestätigen.** Eine günstige Hinfahrt um zehn Uhr sagt wenig über die Rückfahrt am Abend.

Denken Sie außerdem an Aufenthaltsorte ohne Erledigungszweck. Ein Parkweg mit einer Bank kann einen Nachmittag bereichern, selbst wenn dort niemand Bekanntes vorbeikommt. Eine öffentliche Toilette kann darüber entscheiden, ob Sie länger bleiben möchten. Schatten und erreichbare Sitzplätze gehören deshalb ebenso auf die Karte wie die Grünfläche selbst. Halten Sie fest, was vorhanden ist und was Sie bisher nur vermuten.

Es muss nicht alles funktionieren. Eine Wohnlage kann für Sie gut passen, obwohl einzelne Ziele Unterstützung verlangen. Schwieriger wird es, wenn fast jeder Ausgang von derselben Person abhängt oder Sie regelmäßig auf Dinge verzichten, die Ihnen viel bedeuten. Dann zeigt die Karte eine wiederkehrende Belastung. Diese darf Gewicht bekommen, auch wenn die Wohnung innen bereits gut angepasst ist.

Herr Osei und der Rückweg bergauf

Herr Osei lebt in einem erfundenen Beispiel in einem Haus am Hang. Vom Küchenfenster sieht er auf alte Bäume, und auf der Terrasse hört er wenig Verkehr. Diese Ruhe schätzt er seit vielen Jahr-

en. Den Weg ins Ortszentrum bezeichnet er zunächst als kurz. Als er seine Umfeldkarte zeichnet, trägt er den Laden und die Bushaltestelle mit selbstverständlichen Strichen ein.

Seine Schwester fragt nach dem Rückweg. Herr Osei überlegt länger, denn bergauf macht er inzwischen eine Pause an einer niedrigen Mauer, während er bergab meist ohne Unterbrechung bis zum Laden geht. Mit einer gefüllten Tasche braucht er mehr Zeit. Im Sommer stört ihn das wenig. Bei Regen fehlt ihm jedoch ein trockener Platz zum Ausruhen, und an Tagen mit Glätte verlässt er das Grundstück möglichst gar nicht.

Nun ergänzt er eine zweite Ansicht seiner Karte: „Winter und ungünstiges Wetter“. Darauf sieht die Umgebung anders aus. Der Laden ist weiterhin vorhanden, doch die Verbindung dorthin kann er zeitweise kaum nutzen. Auch der Weg von der Haustür zur Straße bleibt schwierig. In solchen Phasen ist sein Haus für seinen gewöhnlichen Alltag praktisch abgeschnitten, obwohl auf dem Lageplan alles nahe beieinanderliegt.

Bisher hat ein Nachbar an solchen Tagen gelegentlich Lebensmittel mitgebracht. Das war hilfreich. Eine feste Vereinbarung bestand allerdings nie, und Herr Osei möchte nicht voraussetzen, dass sie jederzeit möglich ist. Er spricht den Nachbarn auf einen begrenzten Umfang an und erkundigt sich zusätzlich nach einer bestellbaren Einkaufshilfe. Für deren Nutzung braucht er konkrete Informationen über die Anmeldung und die tatsächliche Verfügbarkeit.

factsToVerify: Örtliche Einkaufsdienste, Bürgerbusse oder begleitete Fahrangebote sind mit Einsatzgebiet, Kosten und Buchungsbedingungen aktuell zu prüfen. Herr Osei erfährt in diesem Beispiel, dass eine erwogene Fahrmöglichkeit nur an bestimmten Tagen angeboten wird. Außerdem bleibt offen, ob er bei winterlichen Bedingungen überhaupt zum Abholpunkt gelangen könnte. Das Angebot löst damit einen Teil seiner Aufgabe. Die Verbindung zwischen Haus und Straße braucht eine eigene Antwort.

Auf seiner Karte stehen nun zwei Fragen, die vorher hinter dem schönen Ausblick verschwunden waren. Wie verlässlich gelingt der notwendige Einkauf bei ungünstigem Wetter? Und wie kann er Menschen treffen, wenn er den Hang mehrere Tage meidet? Er muss sein Haus deswegen heute nicht aufgeben. Aber bei der späteren Abwägung wird die Lage mit ihrem tatsächlichen Aufwand berücksichtigt werden.

Fünf Jahre vorausdenken, ohne die Zukunft festzulegen

Niemand kann Ihnen sagen, welche Wege Sie in fünf Jahren bewältigen werden. Trotzdem lässt sich prüfen, wie abhängig Ihr Alltag von einzelnen Voraussetzungen ist. Nehmen Sie eine davon gedanklich heraus, etwa das eigene Auto. Welche Verbindungen bleiben dann erhalten? Dabei geht es um eine Planungsannahme. Aus ihr folgt keine Vorhersage über Ihre Gesundheit oder Ihre künftige Fahrfähigkeit.

Arbeiten Sie mit überschaubaren Veränderungen. Vielleicht möchten Sie wissen, wie Ihre Woche aussähe, wenn Sie keine schweren Taschen mehr tragen würden oder Ihre regelmäßige Mitfahrgelegenheit entfiele. Schreiben Sie neben das betreffende Ziel eine mögliche Alternative. Kennzeichnen Sie, ob diese bereits geklärt ist. „Meine Tochter könnte fahren“ bleibt eine Vermutung, bis Ihre Tochter den Umfang kennt und dazu eine verlässliche Aussage gemacht hat.

Eine Alternative darf einen anderen Ablauf bedeuten. Der Einkauf könnte auf zwei kleinere Wege verteilt werden, sofern Ihnen das entgegenkommt. Ein Treffen könnte tagsüber stattfinden, wenn die Rückfahrt dann leichter ist. Solche Verschiebungen können viel bewirken. Ihr Wert hängt allerdings davon ab, ob die beteiligten Menschen mitgehen können und ob Sie selbst mit der Veränderung zufrieden wären.

Auch Angehörige verändern ihren Alltag. Ein Sohn, der heute auf dem Heimweg vorbeikommt, kann später eine andere Arbeitsstelle haben. Eine Nachbarin verreist vielleicht häufiger, sobald ihr Partner im Ruhestand ist. Das lässt sich ansprechen, ohne Hilfe kleinzureden. Für die Planung ist nützlich, welche Unterstützung fest vereinbart werden kann und welche gelegentlich möglich bleibt.

Wenn Sie zu zweit wohnen, erstellen Sie zunächst eigene Ergänzungen zur gemeinsamen Karte. Ihr Partner nutzt womöglich regelmäßig das Auto, während Sie Ihre Wege zu Fuß organisieren. Beide erleben dadurch denselben Wohnort unterschiedlich. Erst im Gespräch werden die Unterschiede sichtbar. Eine gemeinsame Wohnentscheidung sollte berücksichtigen, ob jede Person wichtige Kontakte auch unabhängig vom Tagesplan der anderen pflegen kann.

Halten Sie außerdem fest, was einen neuen Blick auf die Wohnlage auslösen soll. Das könnte der dauerhafte Wegfall einer Busverbindung sein oder die Erfahrung, dass Sie einen gewünschten Treffpunkt über längere Zeit kaum noch erreichen. Ein solcher Anlass macht spätere Gespräche konkreter. Sie müssen dann keine allgemeine Frage nach dem Älterwerden beantworten. Sie prüfen eine beobachtbare Veränderung Ihres Alltags.

Menschen gehören auf die Karte

Ergänzen Sie Ihre Zeichnung nun um Menschen. Dabei zählt neben der räumlichen Nähe auch die Art der Verbindung. Mit jemandem im Nachbarhaus können Sie gern plaudern, ohne diese Person um einen Schlüssel zu bitten. Eine Freundin in einer anderen Stadt kennt dagegen Ihre Sorgen sehr genau. Unterschiedliche Beziehungen erfüllen unterschiedliche Wünsche. Keine davon muss alles leisten.

Denken Sie zunächst an die kleinen wiederkehrenden Begegnungen. Wer grüßt Sie auf dem Weg, und bei wem bleiben Sie manchmal ein paar Minuten stehen? Solche Kontakte können einen Ort vertraut machen, ohne enge Freundschaften zu sein. Herr Osei bemerkt beispielsweise, dass ihm an den Tagen zu Hause das Gespräch vor dem Laden fehlt. Der gelieferte Einkauf deckt diesen Wunsch nicht mit ab. Deshalb erhält das Gespräch einen eigenen Platz in seinen Überlegungen.

Für praktische Hilfe braucht es genauere Absprachen. „Melden Sie sich jederzeit“ ist freundlich gemeint, lässt aber den möglichen Umfang offen. Fragen Sie lieber nach einer konkreten Aufgabe, etwa dem Hereinholen eines Pakets während Ihrer Abwesenheit. Das erleichtert eine ehrliche Antwort. Ein begrenztes Ja kann verlässlicher geplant werden als ein weitreichendes Versprechen, dessen Bedeutung niemand besprochen hat.

Die Zuständigkeiten für einen Notruf bleiben dabei in der bereits erarbeiteten Vereinbarung. Ein Nachbar, der Blumen gießt, übernimmt dadurch keine ständige Alarmbereitschaft. Ebenso sollte ein täglicher Gruß nicht unbemerkt zu einer Kontrollpflicht werden. Wenn Sie wünschen, dass jemand bei ungewöhnlich langer Abwesenheit nachfragt, besprechen Sie Anlass und Vorgehen ausdrücklich. Auch Ihre eigene Freiheit, spontan unterwegs zu sein, gehört dazu.

Gegenseitigkeit kann ganz verschieden aussehen. Vielleicht nimmt Ihre Nachbarin gelegentlich etwas Schweres mit, während Sie ihr bei einem Schreiben helfen. Vielleicht hören Sie aufmerksam zu, wenn sie einen schwierigen Tag hatte. Unterstützung muss nicht in gleichartigen Tätigkeiten zurückgegeben werden. Und Sie dürfen Hilfe annehmen, wenn gerade wenig Kraft für eine Gegenleistung vorhanden ist.

Manche Menschen beginnen auf diesem Blatt mit wenigen Namen. Das kann schmerzen. Schreiben Sie dennoch nur die Verbindungen auf, die tatsächlich bestehen, und lassen Sie Platz für neue. Eine ehrlich dünn besetzte Karte liefert einen Ansatzpunkt: Vielleicht fehlt Ihnen vor allem ein regelmäßiger Gesprächskontakt, während praktische Hilfe bereits organisiert ist. Daraus lässt sich ein passender nächster Versuch entwickeln.

Einen Ort finden, an dem Ankommen möglich ist

Ein Nachbarschaftstreff kann den Einstieg erleichtern, wenn man keine eigene Einladung aussprechen möchte. Dennoch ist das erste Betreten eines Raumes oft der schwierigste Teil. Von außen sind nur besetzte Tische zu sehen. Wer gehört schon zusammen? Fragen Sie vorab, ob eine Ansprechperson Sie begrüßen und den Ablauf erklären kann. So bekommt der erste Besuch einen Anfang, auf den Sie sich einstellen können.

Die Form des Angebots sollte zu Ihnen passen. Bei einer offenen Kaffeerunde steht das Gespräch im Vordergrund; bei einer gemeinsamen Tätigkeit kann es sich nebenbei entwickeln. Vielleicht möchten Sie etwas reparieren oder an einem Les-

ekreis teilnehmen. Ihr Lebensalter verpflichtet Sie zu keinem bestimmten Freizeitprogramm. Auch Interessen, die Sie bisher hauptsächlich allein verfolgt haben, können eine Verbindung zu anderen eröffnen.

Mehrgenerationenhäuser werden im Bundesprogramm als Begegnungsorte für Menschen verschiedener Altersgruppen vorgestellt. Für die Suche gibt es ein offizielles Verzeichnis der Mehrgenerationenhäuser. Ein solcher Treffpunkt ist von einem gemeinsamen Wohnprojekt zu unterscheiden: Sie können dort Angebote nutzen und weiterhin in Ihrer eigenen Wohnung leben. Welche Möglichkeiten das einzelne Haus eröffnet, zeigt sein örtliches Programm. Eine gemeinsame Anschrift allein sagt darüber wenig aus.

factsToVerify: Aktuelle Angebote, Öffnungszeiten, Teilnahmebedingungen und Zugänglichkeit des jeweiligen Mehrgenerationenhauses oder Nachbarschaftstreffs sind vor Ort zu bestätigen. Erfragen Sie auch, ob eine Anmeldung gebraucht wird und ob Kosten entstehen. Die Bezeichnung „offen“ beantwortet diese Einzelheiten nicht vollständig. Wenn Sie erstmals kommen möchten, kann ein kurzer Anruf unnötige Unsicherheit vermeiden. Eine Begleitperson darf diesen Anruf auf Ihren Wunsch übernehmen.

Seniorenbüros sind eine weitere mögliche Anlaufstelle für Informationen und Kontakte. Die Bundesarbeitsgemeinschaft Seniorenbüros bietet eine Standortsuche an. Für Ihre Suche zählt anschließend, was das konkrete Büro anbietet oder vermitteln kann. Vielleicht finden Sie dort einen Hinweis auf einen Besuchsdienst oder eine passende Möglichkeit zum Engagement. **factsToVerify: Zuständigkeit, Beratungsumfang und Erreichbarkeit sind beim örtlichen Seniorenbüro aktuell zu erfragen.**

Unter Bezeichnungen wie Quartiersarbeit oder Stadtteilkoordination können ebenfalls örtliche Ansprechpartner zu finden sein. Gemeint sein kann etwa eine Stelle, die Kontakte zwischen Bewohnern und Einrichtungen unterstützt oder Anliegen aus dem Viertel aufnimmt. Der Name allein beschreibt noch keine garantierte Leistung. **factsToVerify: Bestehen, Trägerschaft und Aufgaben einer Quartiersstelle sind über die Kommune oder den jeweiligen Träger zu prüfen.** Fragen Sie konkret nach dem Anliegen, mit dem Sie kommen möchten.

Fehlt ein bekanntes Büro, können Sie bei der Gemeinde- oder Stadtverwaltung nach einer passenden Anlaufstelle fragen. Beschreiben Sie Ihren Wunsch in einem Satz: „Ich suche einen erreichbaren Treffpunkt, zu dem ich auch ohne Begleitung kommen kann.“ Das ist leichter weiterzuvermitteln als eine allgemeine Bitte um Informationen für ältere Menschen. Lassen Sie sich einen Namen und eine Telefonnummer geben. Ein Stapel Broschüren hilft erst, wenn ein Angebot daraus für Sie nutzbar wird.

Einsamkeit ernst nehmen und Rückzug respektieren

Allein zu wohnen sagt wenig darüber aus, ob sich jemand einsam fühlt. Auch in einem belebten Haus kann eine vertraute Beziehung fehlen. Das Kompetenznetz Einsamkeit beschreibt Einsamkeit als subjektiv erlebte Lücke zwischen gewünschten und vorhandenen Beziehungen und unterscheidet sie von Alleinsein beziehungsweise sozialer Isolation. Quelle: Kompetenznetz Einsamkeit, Begriffe und Einordnung. Für die Wohnentscheidung zählt deshalb, welche Verbindung Ihnen persönlich fehlt.

Vielleicht sind Ihre Wochen gut gefüllt, doch niemand kennt die Geschichte, die Sie gerade beschäftigt. Dann bringt ein weiterer Veranstaltungstermin möglicherweise wenig. Vielleicht wünschen Sie sich dagegen vor allem beiläufige Gesellschaft, weil die Nachmittage sehr still geworden sind. Beides verdient Aufmerksamkeit. Versuchen Sie, den fehlenden Kontakt möglichst konkret zu beschreiben, auch wenn das zunächst nur im eigenen Heft geschieht.

Angehörige können dabei zuhören, ohne gleich ein Programm zusammenzustellen. Die Frage „Mit wem würdest du gern mehr Zeit verbringen?“ lässt Raum für eine eigene Antwort. Ein verordnetes Freizeitpensum kann zusätzlichen Druck erzeugen. Auch ein abgelehnter Vorschlag erklärt sich nicht automatisch durch mangelnde Bereitschaft. Vielleicht war der Raum zu laut oder das

Gespräch für die betreffende Person wenig zugänglich.

Teilhabe hängt außerdem von Bedingungen ab, die Einzelne kaum verändern können. Wenn ein Treffpunkt nur über Stufen erreichbar ist, löst mehr Mut das Zugangsproblem nicht. Hohe Fahrtkosten können regelmäßige Besuche verhindern. Solche Hindernisse dürfen gegenüber Trägern oder der Kommune benannt werden. Auf Ihrer Karte erscheinen sie als Bedingungen der Umgebung, für die Unterstützung oder eine andere Lösung gesucht wird.

Bei einem ersten Besuch müssen Sie weder persönliche Verluste erzählen noch Ihre Lebenssituation rechtfertigen. Es genügt, da zu sein. Sie dürfen beobachten und wieder gehen, wenn es Ihnen reicht. Falls ein Angebot grundsätzlich interessant wirkt, kann ein weiterer Versuch zu einer anderen Gelegenheit sinnvoll sein. Eine enttäuschende Begegnung erlaubt noch kein Urteil darüber, ob Sie irgendwo Anschluss finden können.

Ebenso verdient gewolltes Alleinsein Respekt. Vielleicht sind zwei verlässliche Kontakte für Sie ausreichend, und Sie genießen viele Stunden ohne Gesellschaft. Entscheidend ist, ob diese Lebensweise Ihren Wünschen entspricht und ob Sie bei Bedarf Verbindungen nutzen können. Eine volle Kontaktkarte ist kein Wettbewerbsergebnis. Ihr Blatt soll zeigen, was Ihnen guttut und was Ihnen fehlt.

Mitmachen in einem Umfang, der passt

Bürgerschaftliches Engagement kann einen Anlass schaffen, regelmäßig mit anderen in Verbindung zu bleiben. Wer bei einer Tauschbörse mithilft, hat eine gemeinsame Aufgabe und muss Gespräche weniger aus dem Nichts beginnen. Dabei dürfen Ihre Erfahrungen ebenso zählen wie ein neues Interesse. Sie müssen Ihre frühere berufliche Rolle nicht wieder aufnehmen. Vielleicht möchten Sie nach Jahren der Organisation lieber eine überschaubare praktische Tätigkeit übernehmen.

Vereinbaren Sie den Umfang vor dem ersten Einsatz. „Einmal im Monat für zwei Stunden“ lässt sich besser beurteilen als die Bitte, gelegentlich auszuhelfen. Klären Sie, wer einspringt, wenn Sie verhindert sind. Ein Nein muss möglich bleiben. Wer sich willkommen fühlt, darf trotzdem Grenzen setzen und eine Aufgabe später verändern.

factsToVerify: Verfügbarkeit, Anforderungen, Begleitung sowie gegebenenfalls Versicherungsschutz und Auslagenersatz eines konkreten Ehrenamts sind beim verantwortlichen Träger zu klären. Diese Fragen gehören zur verlässlichen Organisation. Sie nehmen der freiwilligen Tätigkeit nichts von ihrem persönlichen Wert. Zugleich darf Gemeinschaft ganz ohne Mitarbeit stattfinden. Ein Platz am Tisch muss nicht erst verdient werden.

Digitale Kontakte können Verbindungen über größere Entfernungen ermöglichen. Ein vereinbartes Videogespräch mit einem Freund lässt Sie gemeinsam Fotos betrachten oder über dieselbe Fernsehsendung sprechen. Es darf auch kurz sein. Hilfreich ist ein Termin, der für beide passt, und eine Bedienung, die Ihnen gelingt. Die technische Einrichtung wird ausgehend von dieser einen gewünschten Verbindung gewählt.

Ein digitaler Kontakt kann den Besuch ergänzen, während alltägliche Begegnungen vor Ort weiterhin fehlen. Prüfen Sie deshalb nach der Erprobung, welchen Wunsch er erfüllt. Vielleicht fühlen Sie sich Ihrer Schwester näher und möchten trotzdem wieder gelegentlich mit jemandem spazieren gehen. Beide Bedürfnisse dürfen auf Ihrer Karte stehen. Auch ein gewöhnliches Telefonat bleibt eine brauchbare Form der Verbindung.

Wenn Sie Unterstützung beim Gerät wünschen, suchen Sie nach einer geduldigen Einführung an Ihrem eigenen Beispiel. Ein erfolgreich selbst geführtes Gespräch kann mehr Nutzen bringen als viele erklärte Funktionen. **factsToVerify: Örtliche Techniksprechstunden oder Lernangebote sind hinsichtlich Terminen, Kosten und Unterstützung für das eigene Gerät aktuell zu erfragen.** Vereinbaren Sie außerdem eine einfache Alternative, falls die Verbindung beim nächsten Mal ausfällt.

Aus Möglichkeiten werden erreichbare Kontakte

Ihre Umfeldkarte enthält inzwischen Wege und Menschen, dazu offene Stellen. Wählen Sie nun wenige Anschlusspunkte aus, die Sie tatsächlich

prüfen möchten. Für jeden notieren Sie den nächsten kleinen Schritt und einen passenden Termin. Bei einem Treffpunkt könnte das ein Anruf sein. Bei einer vorhandenen Freundschaft vielleicht die Frage, ob Sie sich künftig an einem leichter erreichbaren Ort sehen können.

Planen Sie den ersten Besuch bis zur Rückkehr. Dazu gehören der tatsächliche Eingang und eine Vorstellung davon, wie lange Sie bleiben möchten. Wenn eine Begleitperson mitkommt, besprechen Sie deren Rolle: Soll sie die ganze Zeit bleiben oder Ihnen lediglich beim Ankommen helfen? Sie bestimmen das. Ein überschaubarer Versuch lässt sich leichter bewerten als ein Nachmittag, dessen Ablauf vollständig andere festgelegt haben.

Nachher genügt eine kurze Notiz. Konnten Sie sich verständigen, und möchten Sie wiederkommen? Halten Sie ein konkretes Detail fest, etwa die freundliche Begrüßung oder den beschwerlichen Heimweg. Daraus ergibt sich, ob eine Anpassung möglich ist. Eine grundsätzlich angenehme Runde kann beispielsweise weiterhin infrage kommen, wenn eine andere Rückfahrt geklärt wird.

Bei Frau Weber, deren Wunsch nach einem Treffpunkt den vorherigen Abschnitt des Buches beendet hat, könnte ein solcher Versuch mit ihrer Tochter beginnen. In dieser fiktiven Fortsetzung gehen beide zu einer offenen Runde. Frau Weber möchte beim ersten Mal nur eine halbe Stunde bleiben. Nach dem Besuch notiert sie den Namen der Gastgeberin und fragt selbst nach dem nächsten Termin. Über einen weiteren Besuch entscheidet sie anschließend in Ruhe.

Herr Osei kommt zu einem anderen vorläufigen Ergebnis. Sein Haus bietet ihm die gewünschte Ruhe, doch seine Winterkarte enthält weiterhin eine ungeklärte Verbindung zur Straße. Er möchte die Möglichkeiten vor Ort genauer prüfen und zugleich erfahren, welche Wohnangebote näher am Ortszentrum bestehen. Beides kann er verfolgen, während er noch in seinem Haus lebt. Die Karte hat seine Zuneigung zum Garten um die Bedingungen seines Alltags ergänzt.

Für die spätere Wohnentscheidung liegt damit ein konkretes Arbeitsblatt vor: Ihre wichtigen Ziele sind mit tatsächlich nutzbaren Wegen verbunden, vereinbarte Hilfen sind erkennbar, und offene Möglichkeiten tragen einen nächsten Schritt. Diese soziale Infrastruktur bestimmt mit, wie selbstständig Sie leben können. Sie erhält deshalb ein eigenes Gewicht beim Vergleich der Wohnlagen. Eine schöne Wohnung, von der aus gewünschte Begegnungen kaum erreichbar sind, passt möglicherweise schlechter zu Ihnen, als ihr Grundriss vermuten lässt.

Wenn das bisherige Umfeld wesentliche Wünsche dauerhaft unerfüllt lässt, öffnet sich die Frage nach einer anderen Wohnform. Vielleicht suchen Sie lediglich eine gut gelegene Wohnung; vielleicht wünschen Sie sich einen Ort mit Gemeinschaftsräumen und erreichbarer Unterstützung. Nähe allein garantiert noch keine Beziehung, und ein freundlich klingender Angebotsname erklärt den Alltag vor Ort nur teilweise. Mit Ihrer Umfeldkarte können Sie nun genauer fragen, welche Möglichkeiten die verschiedenen Wohnformen tatsächlich eröffnen.

Kapitel 10: Wohnformen im Überblick: Von Service-Wohnen bis betreutem Wohnen

Die günstigste monatliche Rate steht bei Familie Roth zunächst ganz oben auf dem Vergleichsblatt. Im fiktiven Beispiel prüft die Familie mehrere Wohnangebote, und dieses scheint besonders gut zum verfügbaren Geld zu passen. Erst beim Nachfragen zeigt sich, dass die gewünschte Unterstützung zusätzlich bestellt und bezahlt werden müsste. Das verändert die Reihenfolge. Ein Preis beschreibt erst dann ein brauchbares Angebot, wenn er zu dem Alltag gehört, den jemand dort führen möchte.

Ähnlich verhält es sich mit den Namen der Wohnformen. „Betreutes Wohnen“ kann nach einer ständig erreichbaren Hilfsperson klingen, während tatsächlich nur eine wöchentliche Sprechstunde und die Vermittlung weiterer Dienste vorgesehen sind. „Seniorenresidenz“ lässt vielleicht an einen Speisesaal mit weißen Tischdecken denken. Ob nachts jemand beim Aufstehen helfen kann, bleibt damit offen. Für Ihre Suche braucht

jeder dieser Begriffe eine Übersetzung in gewöhnliche Situationen.

Ihre Umfeldkarte liefert dafür bereits einen Ausgangspunkt. Sie wissen genauer, welche Verbindungen Sie erhalten möchten und welche Wege leichter werden sollen. Nun kommt die Frage hinzu, wie das Wohnen selbst organisiert sein könnte. Vielleicht genügt eine passende Mietwohnung nahe dem Ortszentrum. Vielleicht wünschen Sie sich regelmäßige Unterstützung im Haus oder möchten bestimmte Aufgaben dauerhaft abgeben. Diese Wünsche führen zu unterschiedlichen Angeboten, auch wenn deren Prospekte ähnlich aussehen.

Vier Fragen hinter jedem Namen

Ein brauchbarer Begriffs-Kompass betrachtet vier Seiten eines Angebots: den privaten Wohnraum, die vereinbarte Unterstützung, das Zusammenleben und die vertragliche Bindung. Diese Seiten lassen sich getrennt untersuchen. Eine großzügige Wohnung kann mit einem sehr kleinen Servicepaket verbunden sein. Ein gemeinschaftliches Haus kann viel Begegnung ermöglichen und zugleich auf selbst organisierte Hilfe angewiesen sein. Keine dieser Kombinationen ist von sich aus überlegen.

Beginnen Sie beim privaten Bereich. Haben Sie eine abgeschlossene Wohnung mit eigener Küche, oder steht Ihnen ein Zimmer zur Verfügung, während andere Räume gemeinsam genutzt werden? Für jemanden, der morgens gern allein frühstückt, kann diese Unterscheidung viel bedeuten. Wer dagegen das Kochen abgeben möchte, bewertet dieselbe Ausstattung anders. Fragen Sie auch, wo eigene Möbel stehen können und wie Besuch in Ihren Alltag passt.

Danach wird die Unterstützung konkret. Wer übernimmt welche Aufgabe, zu welchen Zeiten und unter welchen Bedingungen? „Bei Bedarf“ bleibt unvollständig, solange unklar ist, wie dieser Bedarf angemeldet wird und ob dann tatsächlich jemand verfügbar ist. Eine vermittelte Telefonnummer ist etwas anderes als eine verbindlich vereinbarte Hilfe am nächsten Morgen. Beides kann nützlich sein. Nur die Erwartung muss dazu passen.

Das Zusammenleben bildet eine weitere Seite. Gibt es lediglich einen Gemeinschaftsraum, oder finden dort Treffen statt, an denen Sie teilnehmen möchten? Werden Bewohnerinnen und Bewohner an Entscheidungen beteiligt? Auch die Freiheit zum Rückzug gehört hierher. Schließlich betrachten Sie die Bindung: Welche Leistungen müssen Sie dauerhaft mitbezahlen, und welche können Sie einzeln verändern? Aus diesen Antworten entsteht ein genaueres Bild als aus einer Rangfolge vermeintlich besserer Wohnformen.

Die passende Mietwohnung als eigenständige Möglichkeit

Eine andere Wohnung kann bereits einen großen Teil der Schwierigkeiten lösen. Denken Sie an Herrn Yilmaz, dessen Wunsch nach kurzen Wegen im Haus am Anfang dieses Buches stand. Für ihn könnte eine gut zugängliche Wohnung mit einem übersichtlichen Grundriss viel bewirken. Ein umfangreiches Betreuungsangebot wäre damit noch gar nicht begründet. Zunächst zählt, ob sein gewöhnlicher Tag weniger Kraft verlangt.

Bei einer barrierefreien Mietwohnung richtet sich der Blick zuerst auf die bauliche Nutzbarkeit. Unterstützung gehört nur dann dazu, wenn sie gesondert vereinbart oder ausdrücklich Bestandteil des Angebots ist. Der Vorteil dieser Trennung kann darin liegen, dass Sie Dienste passend zu Ihren Wünschen zusammenstellen. Zugleich bleibt die Organisation bei Ihnen oder bei einer Person, mit der Sie diese Aufgabe vereinbaren. Eine geeignete Wohnung übernimmt keine Terminabsprachen.

Prüfen Sie die Räume anhand Ihrer bisherigen Befunde. Der Begriff auf dem Exposé ersetzt weder den Versuch, die Balkontür zu öffnen, noch die Frage, ob eine mögliche Gehhilfe im Bad genügend Platz hätte. Ein Aufzug verdient ebenfalls genaue Aufmerksamkeit: Führt er bis zur benötigten Ebene, und gelingt der vollständige Weg von der Straße zur Wohnung? Das lässt sich zeigen. Die ausführlichen baulichen Kriterien aus den vorherigen Überlegungen behalten hier ihren Wert.

Auch innerhalb einer passend gebauten Wohnung kann das Leben unterschiedlich organisiert sein.

Vielleicht bestellen Sie gelegentlich eine Reinigung und kochen weiterhin selbst. Vielleicht nutzen Sie einen externen Hausnotruf. Entscheidend ist, ob die gewünschten Dienste am neuen Ort tatsächlich verfügbar wären. **factsToVerify: Verfügbarkeit, Leistungsumfang und aktuelle Kosten externer Hilfen sind für die konkrete Anschrift zu bestätigen.** Eine bisherige Vereinbarung lässt sich bei einem Umzug möglicherweise nicht fortführen.

Für Ihre Vorauswahl kann eine solche Wohnung besonders interessant sein, wenn vor allem Treppen oder eine ungünstige Lage belasten, während Sie Ihren Haushalt gern selbst gestalten. Stellen Sie sich dabei eine Woche mit weniger Kraft vor. Wer würde dann den notwendigen zusätzlichen Aufwand organisieren? Wenn diese Frage eine tragfähige Antwort bekommt, darf eine gewöhnliche Mietwohnung im Vergleich gleichberechtigt neben einer Wohnanlage mit Service stehen.

Service-Wohnen und betreutes Wohnen entschlüsseln

factsToVerify: „Betreutes Wohnen“ und „Service-Wohnen“ sind nach der Verbraucherinformation keine gesetzlich geschützten Bezeichnungen mit einem einheitlich festgelegten Leistungsumfang; die aktuelle Einordnung und das konkrete Vertragsangebot sind vor Abschluss zu prüfen. Aus dem Namen allein folgt daher weder eine bestimmte Pflegeleistung noch eine durchgehende persönliche Betreuung. Die Verbraucherzentrale erläutert diese Begriffsunsicherheit beim betreuten Wohnen. Gerade das vertraut klingende Wort „betreut“ verlangt genaue Rückfragen.

Als erste Orientierung können Sie sich diese Angebote als Verbindung einer eigenen Wohnung mit vereinbarten Dienstleistungen vorstellen. Der Umfang unterscheidet sich. Ein Haus könnte eine Ansprechperson und einen Notrufdienst vorsehen; ein anderes ergänzt regelmäßig organisierte Aktivitäten oder hauswirtschaftliche Unterstützung. Was davon verbindlich dazugehört, erfahren Sie aus der Leistungsbeschreibung. Lassen Sie sich diese vor einer Entscheidung aushändigen.

Untersuchen Sie besonders die Grenze zwischen einer Grundleistung und einer frei wählbaren Zusatzleistung. Zur Grundpauschale könnte beispielsweise die Organisation eines Hilfsdienstes gehören, während dessen tatsächlicher Einsatz gesondert berechnet wird. Das ist leicht zu überlesen. Bitten Sie deshalb um eine Erklärung an Ihrem eigenen Beispiel: „Wenn ich einmal wöchentlich Hilfe beim Reinigen des Badezimmers möchte, was übernehmen Sie selbst, und was müsste ich zusätzlich vereinbaren?“

Eine Ansprechperson kann im Alltag sehr hilfreich sein, wenn sie Zuständigkeiten kennt und bei organisatorischen Schwierigkeiten unterstützt. Ihre Anwesenheit sagt jedoch noch wenig über pflegerische Aufgaben aus. Fragen Sie nach den Tätigkeiten, für die diese Person zuständig ist, und nach der Vertretung bei Abwesenheit. Lassen Sie auch erklären, welche Anliegen bis zur nächsten Sprechzeit warten müssten. So wird aus „jemand ist da“ eine überprüfbare Beschreibung.

Der Notruf verdient im neuen Wohnangebot dieselbe Sorgfalt wie zu Hause. Hier genügt zunächst die Klärung, ob eine vorhandene Anlage bereits einen nutzbaren Dienst einschließt oder ob dessen Freischaltung extra vereinbart werden muss. Fragen Sie, ob Hilfe aus dem Haus kommt oder von außerhalb. **factsToVerify: Grundpauschale, Zusatzentgelte, Dienstzeiten und Alarmzuständigkeiten sind anhand der aktuellen Unterlagen des jeweiligen Angebots zu bestätigen.** Die technische und organisatorische Prüfung aus Kapitel 8 können Sie anschließend gezielt anwenden.

Eine solche Wohnform kann passen, wenn Sie Ihren Haushalt weitgehend selbst führen möchten und eine erreichbare organisatorische Unterstützung schätzen. Sie kann auch bei bestehendem Hilfebedarf infrage kommen, sofern die benötigte Versorgung tatsächlich organisiert werden kann. Diese Bedingung gehört ausgesprochen. Ein Angebot, das heute angenehm wirkt, sollte sich außerdem daran messen lassen, wie es auf eine absehbare Veränderung Ihres Alltags reagieren könnte.

Residenz, Wohnstift und die Frage nach dem gewünschten Alltag

Bei einer Seniorenresidenz kann das Angebot einen ausgeprägten Hotelcharakter haben. Ein Restaurant im Haus oder ein Empfang können genau dem entsprechen, was jemand sucht. Andere empfinden dieselbe Umgebung als zu förmlich. Nehmen Sie Ihren Eindruck ernst. Er braucht nur eine Verbindung zu konkreten Gewohnheiten, damit aus einem angenehmen Besichtigungstag eine begründete Wohnentscheidung werden kann.

Stellen Sie sich einen gewöhnlichen Abend vor. Möchten Sie zu einer vorgesehenen Zeit essen, oder bereiten Sie sich gern später etwas Kleines zu? Würden Sie ein Veranstaltungsangebot regelmäßig nutzen? Vielleicht freuen Sie sich auf eine Umgebung, in der vieles vorbereitet wird, und möchten dafür bewusst mehr Geld ausgeben. Vielleicht würden Sie hauptsächlich Leistungen finanzieren, die an Ihren Interessen vorbeigehen.

Bezeichnungen wie Residenz oder Wohnstift sollten Sie deshalb zunächst wie einen Namen behandeln, der weitere Erläuterungen braucht. Fragen Sie nach dem tatsächlichen Wohn- und Versorgungskonzept. Unter einem Dach können unterschiedliche Bereiche liegen, deren Bewohner jeweils andere Verträge haben. Ein Pflegebereich im selben Gebäude gehört nicht automatisch zum Leistungsumfang jeder Wohnung. **factsToVerify: Angebotsstruktur, Vertragszuordnung und Zugangsbedingungen zu weiteren Bereichen sind beim jeweiligen Träger aktuell zu prüfen.**

Gerade ein großes Haus kann den Eindruck vermitteln, für jede spätere Situation vorbereitet zu sein. Lassen Sie sich deshalb einen möglichen Wechsel innerhalb der Anlage erklären. Würde dafür ein anderer Wohnraum gebraucht? Müssten Sie erneut einen Vertrag schließen, und wäre überhaupt ein geeigneter Platz verfügbar? Räumliche Nähe kann einen Übergang erleichtern. Eine verbindliche Zusage entsteht daraus erst unter den tatsächlich vereinbarten Bedingungen.

Achten Sie daneben auf kleine persönliche Freiheiten. Können Freunde zum Essen kommen, und welche Kosten entstehen dabei? Ist ein später Heimweg unkompliziert? Wie werden Wünsche aufgenommen, die vom üblichen Ablauf abweichen? **factsToVerify: Nutzungsregeln, eingeschlossene Leistungen und Zusatzpreise sind im aktuellen Angebot zu bestätigen.** Der passende Komfort zeigt sich daran, dass Sie Ihren Tag dort gern verbringen würden.

Gemeinschaft und Genossenschaft bezeichnen unterschiedliche Dinge

Gemeinschaftliches Wohnen beschreibt vor allem die Art des Zusammenlebens. Menschen können Räume teilen oder in eigenen Wohnungen leben und bestimmte Bereiche gemeinsam nutzen. Eine Genossenschaft beschreibt dagegen eine Organisationsform, die mit sehr verschiedenen Wohnkonzepten verbunden sein kann. Beides kann zusammenkommen. Wer eine Genossenschaftswohnung bezieht, zieht damit aber noch nicht automatisch in eine eng verbundene Hausgemeinschaft.

Bei gemeinschaftlichen Projekten lohnt zunächst die Frage, wie viel Alltag miteinander geteilt werden soll. Ein gemeinsamer Garten verlangt andere Absprachen als eine gemeinsame Küche. Das Ehepaar Sommer könnte sich etwa für ein Haus interessieren, in dem jede Partei eine eigene Wohnung hat und im Hof gemeinsam gegärtnert wird. Für eine Wohngemeinschaft mit geteiltem Haushalt müssten beide weitergehende Wünsche prüfen. Der Garten allein beantwortet diese Frage kaum.

Gemeinschaft kann gegenseitige Unterstützung ermöglichen, doch professionelle Pflege braucht eine eigene Organisation. Das Serviceportal „Zuhause im Alter“ beschreibt gemeinschaftliche Wohnformen mit unterschiedlichen Möglichkeiten des Zusammenlebens und ergänzender ambulanter Versorgung. Für Ihren Vergleich sollten nachbarschaftliche Hilfen und verbindlich vereinbarte Dienstleistungen getrennt erkennbar bleiben. Wer gern gemeinsam kocht, sagt damit noch keine regelmäßige persönliche Versorgung zu. Diese Grenze schützt alle Beteiligten.

Bei einem genossenschaftlichen Angebot fragen Sie zusätzlich nach Mitgliedschaft und Wohnungsnutzung. Welche Zahlungen wären vor dem Einzug erforderlich, und welche laufenden Verpflichtungen kämen hinzu? Welche Möglichkeiten

der Mitwirkung bestehen? **factsToVerify: Aufnahmebedingungen, erforderliche Geschäftsanteile, Nutzungsvertrag sowie Kündigungs- und Auszahlungsbedingungen sind anhand der aktuellen Satzung und Vertragsunterlagen fachlich zu prüfen.** Die finanzielle und rechtliche Bewertung wird in Kapitel 13 und 14 vertieft.

Für die erste Einordnung genügt, Organisation und Zusammenleben auf Ihrem Blatt auseinanderzuhalten. Schreiben Sie beispielsweise „eigene Wohnung mit Gemeinschaftsgarten“ als Wohnkonzept und ergänzen Sie gesondert den Träger. Dann bleibt sichtbar, was Sie tatsächlich anzieht. Die Anforderungen des gemeinsamen Wohnens, einschließlich der Absprachen bei Krankheit, bekommen anschließend ihren eigenen Raum. Sie verdienen mehr Aufmerksamkeit als ein freundliches Gruppenfoto.

Stationäre Pflege als eigenständiges Angebot

Eine vollstationäre Pflegeeinrichtung unterscheidet sich grundsätzlich von einer Wohnung, zu der einzelne Hilfen hinzukommen. Wohnen und pflegerische Versorgung werden dort in einem umfassenderen institutionellen Rahmen verbunden. Das Bundesgesundheitsministerium beschreibt vollstationäre Einrichtungen als Orte, an denen pflegebedürftige Menschen ganztägig versorgt werden. **factsToVerify: Maßgeblich sind das aktuelle Versorgungskonzept und die Leistungen der konkreten Einrichtung.** Zur grundlegenden Abgrenzung informiert das Bundesgesundheitsministerium über stationäre Pflegeeinrichtungen.

Diese Wohnmöglichkeit gehört ohne abwertenden Unterton in den Vergleich. Für einen Menschen kann sie Entlastung bringen, weil notwendige Unterstützung im bisherigen Umfeld kaum noch verlässlich zu organisieren ist. Ein anderer findet mit ambulanten Hilfen weiterhin eine passende Lösung. Aus dem Alter allein ergibt sich keine Entscheidung. Auch der Wunsch, Angehörige zu entlasten, sollte gemeinsam mit den eigenen Vorstellungen betrachtet werden.

Ganztägige Versorgung bedeutet dabei keine ununterbrochene persönliche Begleitung durch dieselbe Pflegekraft. Fragen Sie konkret, wie Hilfe im Alltag angefordert und organisiert wird. Welche persönlichen Gewohnheiten lassen sich berücksichtigen? Wie viel Rückzug bietet der Wohnbereich? Ein Gespräch über das späte Frühstück oder den abendlichen Anruf bei einer Freundin kann mehr über den möglichen Alltag verraten als ein allgemeines Versprechen individueller Betreuung.

Die persönliche Gestaltung bleibt auch hier bedeutsam. Ein vertrauter Sessel oder ein ruhiger Platz für Besuch können das Ankommen erleichtern. Prüfen Sie, ob ein Paar gemeinsam wohnen könnte, wenn beide unterschiedliche Unterstützung brauchen, und welche Möglichkeiten bei späteren Veränderungen bestehen. Solche Fragen dürfen früh gestellt werden. Sie betreffen das gemeinsame Leben ebenso wie die Versorgung.

Kosten und Leistungsansprüche werden später gesondert behandelt. Für die erste Orientierung reicht die Erkenntnis, dass ein Heimentgelt anders aufgebaut ist als eine Wohnungsmiete mit kleiner Servicepauschale. **factsToVerify: Die aktuellen Entgeltbestandteile und persönlichen Finanzierungsmöglichkeiten sind einrichtungsbezogen zu prüfen.** Das Bundesgesundheitsministerium erläutert zur vollstationären Pflege unter anderem die unterschiedlichen Kosten für Unterkunft und Verpflegung. Ein Vergleich einzelner groß gedruckter Monatsbeträge würde diese Unterschiede verdecken.

Wer hinter dem Angebot steht

Ein Wohnangebot kann von einem kommunalen Unternehmen oder einem privaten Anbieter stammen. Ebenso kommen freigemeinnützige Organisationen und genossenschaftliche Träger infrage. Die Trägerschaft liefert einen Ansatzpunkt für Fragen, ersetzt aber keine Prüfung des einzelnen Hauses. Ein bekannter Name erklärt noch keine Dienstzeiten. Und die freundliche Person bei der Besichtigung ist möglicherweise später für Ihre Anliegen gar nicht zuständig.

Lassen Sie sich die Beteiligten mit ihren jeweiligen Aufgaben nennen. Wer vermietet die Wohnung, und wer erbringt die Serviceleistungen? Falls ein Pflegedienst hinzukommt, ist dieser ein weiteres

en Sie die genauen Namen aus den Unterlagen. Bei mehreren Vertragspartnern sollte erkennbar sein, an wen Sie sich mit einer ausgefallenen Leistung wenden.

Fragen Sie außerdem, wie Beschwerden bearbeitet werden. Ein nachvollziehbarer Weg beginnt mit einer erreichbaren Person und lässt erkennen, wer bei ungelösten Anliegen zuständig wird. Sie können das ohne Misstrauen ansprechen. Wo Menschen dauerhaft wohnen, gibt es unterschiedliche Erwartungen und gelegentlich Fehler. Interessant ist, wie damit umgegangen wird.

Auch die persönliche Atmosphäre eines Hauses verdient Aufmerksamkeit. Vielleicht wünschen Sie eine religiös geprägte Umgebung, vielleicht ist Ihnen ein weltanschaulich offener Alltag besonders wichtig. Sprache und Essgewohnheiten können ebenfalls darüber entscheiden, ob Sie sich zugehörig fühlen. Fragen Sie an konkreten Beispielen nach. Ein allgemeines Bekenntnis zu Offenheit wird erst durch den gelebten Umgang für Ihre Entscheidung brauchbar.

Verträge: Welche Verbindung gehen Sie ein?

Beim Vergleich der Wohnformen reicht es zunächst, die vertragliche Grundstruktur zu verstehen. Lassen Sie sich alle Unterlagen geben, die für den Einzug unterschrieben werden sollen, einschließlich der Anlagen zu Preisen und Leistungen. Lesen Sie sie als zusammengehöriges Angebot. Eine Zusatzvereinbarung kann eine Einschränkung enthalten, die im Haupttext kaum auffällt. Offene Stellen gehören markiert und später fachlich geklärt.

factsToVerify: Ob das Wohn- und Betreuungsvertragsgesetz, kurz WBVG, gilt, hängt von der konkreten Verbindung zwischen Wohnraum und Pflege- oder Betreuungsleistungen ab. Reines Service-Wohnen mit allgemeinen Unterstützungsleistungen fällt nicht automatisch darunter. Dazu erläutert das zuständige Bundesministerium den Anwendungsbereich des WBVG. Die Bezeichnung des Hauses entscheidet diese Frage also nicht.

Mehrere getrennte Vertragsdokumente bedeuten ebenfalls nicht zwingend, dass rechtlich vollständig unabhängige Vereinbarungen vorliegen. Bei bestimmten Verknüpfungen kann das WBVG auch solche Konstellationen erfassen. **factsToVerify: Anwendbarkeit und Folgen sind anhand sämtlicher Verträge aktuell zu prüfen.** Beispiele dazu bietet die Verbraucherzentrale zum Geltungsbereich des Wohn- und Betreuungsvertragsgesetzes. Dieser Ratgeber ersetzt keine Rechtsberatung.

Für Ihre Vorauswahl stellen Sie eine einfache Frage: Was könnte ich ändern, während ich hier weiterwohne? Vielleicht möchten Sie später einen anderen Reinigungsdienst nutzen oder ein Mahlzeitenangebot beenden. Vielleicht benötigen Sie zusätzliche Pflege und wünschen dafür einen selbst gewählten Dienst. **factsToVerify: Wahlmöglichkeiten, Vertragskopplungen und Kündigungsbedingungen sind im jeweiligen Angebot rechtlich zu klären.** Lassen Sie die Antwort möglichst an den betreffenden Vertragsstellen erläutern.

Flexibilität hat dabei mehrere Seiten. Ein einzeln buchbarer Dienst kann gut zu wechselnden Wünschen passen, verlangt aber möglicherweise mehr eigene Organisation. Ein festes Paket kann Abläufe vereinfachen und zugleich Leistungen enthalten, die Sie selten nutzen. Bewerten Sie diesen Unterschied anhand Ihrer Gewohnheiten. Das Ziel ist eine Bindung, deren Umfang Sie verstehen und bewusst akzeptieren können.

Wenn später mehr Hilfe gebraucht wird

„Sie können bei uns alt werden“ klingt beruhigend. Für eine Wohnentscheidung braucht dieser Satz jedoch Einzelheiten. Was geschieht, wenn Sie morgens regelmäßig Hilfe beim Ankleiden benötigen oder nachts Unterstützung gebraucht wird? Fragen Sie nach dem tatsächlichen Ablauf. Wer stellt den Bedarf fest, wer organisiert die zusätzliche Hilfe, und welche Grenzen nennt das Haus?

Betrachten Sie eine vorübergehende Veränderung getrennt von dauerhaftem Unterstützungsbedarf. Nach einem Krankenhausaufenthalt könnten zusätzliche Dienste für eine begrenzte Zeit nötig sein. Später könnte eine andere Organisation erforderlich werden, falls Hilfe häufiger oder weniger planbar gebraucht wird. Sie müssen diese Zuk-

unft nicht vorhersagen. Es genügt zunächst, die Reaktionsmöglichkeiten des Angebots zu kennen.

Bei anwendbarem WBVG enthält das Gesetz Regelungen zur Anpassung von Leistungen bei verändertem Pflege- oder Betreuungsbedarf. Es lässt unter bestimmten Voraussetzungen auch vereinbarte Ausschlüsse der Anpassungspflicht zu. **factsToVerify: Aktueller Gesetzesstand, Anwendbarkeit und Wirksamkeit einer solchen Vereinbarung sind fachlich zu prüfen.** Die Grundlage steht in § 8 WBVG zur Vertragsanpassung. Bitten Sie ausdrücklich darum, Ihnen vorhandene Ausschlüsse zu zeigen und verständlich zu erklären.

Ein höherer Pflegegrad lässt für sich genommen keinen pauschalen Schluss über das Bleiben oder Ausziehen zu. Ebenso wenig ergibt sich aus dem Namen einer Wohnform eine uneingeschränkte Bleibegarantie. **factsToVerify: Bei anwendbarem WBVG sind die gesetzlichen Voraussetzungen einer Kündigung durch den Unternehmer sowie die konkreten Vertragsbedingungen zu prüfen.** § 12 WBVG knüpft eine solche Kündigung an einen wichtigen Grund und weitere Voraussetzungen. Eine mündliche Aussage über einen angeblich zwingenden Auszug sollte daher rechtlich geklärt werden.

Falls ein späterer Wechsel in einen angeschlossenen Pflegebereich angeboten wird, fragen Sie nach dem Grad der Verbindlichkeit. Eine bevorzugte Berücksichtigung auf einer Warteliste unterscheidet sich von einer zugesagten Aufnahme unter festgelegten Bedingungen. Auch die räumliche Veränderung zählt. Für ein Paar kann ein Wechsel bedeuten, dass es künftig in verschiedenen Gebäudeteilen lebt. Diese Möglichkeit verdient ein ruhiges Gespräch, bevor sie dringend wird.

Familie Roth vergleicht denselben Alltag

Frau Roth möchte weiterhin selbst frühstücken und ihren Tagesablauf bestimmen. Für die Wohnungsreinigung wünscht sie regelmäßige Unterstützung, und an mehreren Tagen soll ein warmes Mittagessen verfügbar sein. Außerdem möchte sie bei organisatorischen Fragen jemanden ansprechen können. Diese Wünsche hält die Familie vor weiteren Besichtigungen fest. Alle Angebote und Beträge des folgenden Rechenbeispiels sind erfunden; sie bilden weder Marktpreise noch Förderansprüche ab.

Angebot A nennt für Wohnung einschließlich der im Beispiel berücksichtigten Wohnnebenkosten und Grundservice monatlich 980 Euro. Die erwogene Reinigung würde zusätzlich 180 Euro kosten, das gewünschte Mittagessen 240 Euro. Für den von Frau Roth beschriebenen Umfang wären damit 1.400 Euro anzusetzen. Zunächst hatte die Familie nur die 980 Euro übertragen. Das war zu wenig. Erst die Ergänzungen machen den Betrag vergleichbar.

Bei Angebot B beträgt die entsprechende Grundsumme im Beispiel 1.190 Euro. Die gewünschte Reinigung gehört bereits dazu; für denselben Umfang an Mittagessen kommen 160 Euro hinzu. Damit ergibt sich ein Vergleichsbetrag von 1.350 Euro. Angebot C umfasst die betrachteten Leistungen für 1.480 Euro. Weitere persönliche Ausgaben bleiben in dieser begrenzten Übung bei allen Angeboten außerhalb der Rechnung und müssten im vollständigen Budget ergänzt werden.

Nun erscheint Angebot B günstiger als A, obwohl dessen Ausgangsbetrag niedriger war. Die Rechnung bewertet ausschließlich Frau Roths gewünschten Leistungsumfang. Wer weder Reinigung noch Mittagessen buchen möchte, könnte zu einer anderen Reihenfolge kommen. **factsToVerify: Für reale Vergleiche sind aktuelle Preislisten, identische Leistungsumfänge und sämtliche verpflichtenden Entgelte zu bestätigen.** Die langfristige Budgetrechnung folgt in Kapitel 13.

Die Tochter möchte B sofort an die erste Stelle setzen. Frau Roth hält inne. Sie möchte wissen, ob das Mittagessen auch in der eigenen Wohnung möglich wäre und ob die Ansprechperson zu Zeiten erreichbar ist, die zu ihrem Tagesablauf passen. Der Sohn ergänzt die Frage, was bei einem Wechsel des Reinigungsdienstes geschieht. Ein rechnerisch günstigeres Paket bleibt erklärungsbedürftig.

Beim ersten Besuch gefällt Frau Roth außerdem eine helle Wohnung in Angebot B. Die Familie notiert das, ohne daraus bereits die Entscheidung abzuleiten. Ob die Wege mit einer Gehhilfe funkt-

ionieren würden, soll später genauer geprüft werden. So bleiben Preis und räumliche Eignung als eigene Fragen erhalten. Die Besichtigungsmappe in Kapitel 17 wird aus solchen offenen Punkten einen systematischen Vergleich machen.

Eine überschaubare Auswahl vorbereiten

Legen Sie für jedes ernsthaft erwogene Angebot ein Blatt an. Oben stehen der Name und die konkrete Anschrift, daneben das Datum Ihrer Informationen. Darunter beschreiben Sie in eigenen Worten den privaten Wohnraum und die eingeschlossene Unterstützung. Ergänzen Sie, was Sie selbst organisieren müssten. Wenn sich ein Angebot so noch nicht erklären lässt, fehlen Informationen.

Für den Vergleich können Sie die Blätter nebeneinanderlegen und dieselben vier Felder betrachten: selbst gestaltbarer Alltag, Serviceumfang, Möglichkeiten des Zusammenlebens und vertragliche Veränderbarkeit. Tragen Sie keine scheinbar allgemeingültige Bewertung einer ganzen Wohnform ein. Eine bestimmte Residenz kann bei einem Punkt gut passen, eine andere weniger. Entscheidend ist das einzelne Angebot mit seinen bestätigten Eigenschaften.

Wartezeiten gehören gesondert vermerkt. Fragen Sie, ob sich eine Auskunft auf irgendeine freie Wohnung oder auf die von Ihnen benötigte Größe und Ausstattung bezieht. Auch ein geplanter Neubau verlangt andere Rückfragen als ein bestehendes Haus. **factsToVerify: Verfügbarkeit, Vergabeverfahren, voraussichtliche Einzugstermine und Bedingungen einer Vormerkung sind beim örtlichen Anbieter aktuell zu bestätigen.** Eine unverbindliche Zeitangabe sollte auf Ihrem Blatt als solche erkennbar bleiben.

Beschränken Sie die nächste Runde auf Angebote, die Ihre unverzichtbaren Wünsche plausibel erfüllen könnten. Ein ungelöstes Kernproblem darf dabei offenbleiben, braucht aber eine zuständige Person und einen nächsten Prüfschritt. Sie müssen noch nichts unterschreiben. Zunächst soll aus dem breiten Spektrum eine Auswahl entstehen, deren Unterschiede Sie selbst erklären können und deren offene Fragen überschaubar geworden sind.

Vielleicht bleibt am Ende eine gut gelegene Mietwohnung neben einem Serviceangebot auf Ihrem Tisch liegen. Vielleicht zieht Sie besonders ein Haus an, in dem Menschen gemeinsam einen Garten pflegen und sich regelmäßig zum Essen verabreden. Dann verschiebt sich die nächste Frage: Wie viel Alltag möchten Sie mit anderen teilen? Die Antwort führt zu den Wohnprojekten und Wohngemeinschaften, in denen aus einer passenden Wohnung auch ein gemeinsam gestalteter Lebensort werden kann.

Kapitel 11: Gemeinsam wohnen: Mehrgenerationenhäuser und Wohngemeinschaften

Gemeinschaft braucht Grenzen. Wer mit anderen Menschen wohnen möchte, sollte sagen können, wann die eigene Tür offensteht und wann sie geschlossen bleibt. Das klingt zunächst nüchtern. Doch gerade solche Absprachen können die Freiheit schaffen, sich aufeinander einzulassen, ohne jeden Abend Gesellschaft leisten oder für jede Abwesenheit eine Erklärung abgeben zu müssen. Eine passende Gemeinschaft lässt Platz für Verschiedenheit.

Vielleicht hat Sie bei den bisherigen Wohnangeboten besonders der Gedanke an einen gemeinsamen Garten angesprochen. Das Ehepaar Sommer verbindet damit die Aussicht, andere Menschen beiläufig zu treffen und gelegentlich zusammen draußen zu essen. Ob beide auch eine Küche teilen möchten, steht auf einem anderen Blatt. Zwischen einer Wohngemeinschaft und einem Haus mit selbstständigen Wohnungen liegen erhebliche Unterschiede im täglichen Miteinander. Diese Unterschiede verdienen Ihre Aufmerksamkeit, bevor aus einer schönen Vorstellung ein gemeinsamer Mietvertrag wird.

Dabei müssen Sie kein besonders geselliger Mensch sein, um gemeinschaftlich zu wohnen. Sie sollten allerdings bereit sein, eigene Wünsche auszusprechen und andere gelten zu lassen. Auch Zurückhaltung findet ihren Platz, wenn die Gruppe damit umgehen kann. Die folgenden Personen und das Projekt Sonnenhof sind erfundene

Beispiele. An ihrem Alltag lässt sich erproben, welche Form von Nähe zu Ihnen passen könnte.

Wie viel Alltag soll gemeinsam stattfinden?

In einer klassischen Senioren-Wohngemeinschaft hat jede Person einen eigenen Wohnbereich, häufig ein Zimmer; Küche und weitere Räume werden gemeinsam genutzt. Je nach Wohnung wird auch das Bad geteilt. Damit begegnet man sich ohne Verabredung, etwa beim Wasserkochen am Morgen. Zugleich werden scheinbar kleine Gewohnheiten zu gemeinsamen Angelegenheiten. Wer um sechs Uhr das Radio einschaltet, beeinflusst möglicherweise den Schlaf einer anderen Person.

Eine solche WG kann ihren Haushalt teilweise gemeinsam organisieren und beispielsweise eine Haushaltshilfe beauftragen. Dafür braucht es eine Vereinbarung darüber, welche Räume gereinigt werden und wie die Kosten verteilt sind. Wird das private Zimmer mitgereinigt, oder kümmert sich jede Person selbst darum? Wer bespricht Änderungen mit der Hilfe? Schon diese Fragen zeigen, dass ein geteilter Haushalt sowohl Entlastung als auch Abstimmungsarbeit mit sich bringt.

Eine selbst gegründete Freundes-WG gehört räumlich oft zum selben Modell. Ihr besonderer Ausgangspunkt ist die vorhandene Beziehung. Man kennt Geschichten und Vorlieben, vielleicht auch die schwierigen Seiten der anderen. Das hilft. Trotzdem erzählt eine jahrzehntelange Freundschaft noch wenig darüber, wie sich ein dauerhaft geteiltes Badezimmer anfühlt oder wer bemerkt, dass der gemeinsame Vorrat an Toilettenpapier zur Neige geht.

In einer Hausgemeinschaft bleiben die Haushalte stärker getrennt. Jede Partei bewohnt eine eigene Wohnung; gemeinsam genutzt werden beispielsweise ein Garten und ein Aufenthaltsraum. Begegnungen lassen sich leichter dosieren, weil das Frühstück in den eigenen Räumen möglich bleibt. Trotzdem kann eine gemeinsame Aufgabe Verbindlichkeit schaffen. Ein Garten braucht auch dann Aufmerksamkeit, wenn mehrere Bewohner gleichzeitig verreisen.

Generationenübergreifendes Wohnen beschreibt dabei die Zusammensetzung der Bewohnerschaft. Es kann als Hausgemeinschaft mit eigenen Wohnungen organisiert sein oder engere Formen des Zusammenlebens umfassen. Unterschiedliche Lebensphasen bringen unterschiedliche Tagesabläufe mit sich. Wer morgens zur Schule aufbricht, nutzt das Treppenhaus anders als jemand, der gern spät aufsteht. Das muss kein Hindernis sein. Es verlangt einen ehrlichen Blick auf das, was im konkreten Gebäude hörbar und zumutbar ist.

Beim Cluster-Wohnen verbinden sich kleine private Wohneinheiten mit unmittelbar zugeordneten Gemeinschaftsflächen. Die private Ausstattung kann ein eigenes Bad und eine kleine Kochmöglichkeit umfassen; der genaue Grundriss entscheidet darüber, wie unabhängig der Alltag dort möglich ist. Die Fachhochschule Potsdam beschreibt Cluster-Wohnungen als Verbindung von Kleinstwohnung und Wohngemeinschaft. Fragen Sie deshalb ganz praktisch, ob Sie einen Tag vollständig in Ihrem privaten Bereich verbringen könnten. Für manche Menschen liegt genau darin die passende Balance.

Ein offenes Mehrgenerationenhaus als Begegnungsort ist von einem Mehrgenerationenwohnprojekt zu unterscheiden. Ein Veranstaltungsprogramm sagt noch nichts darüber aus, ob dort überhaupt Wohnungen angeboten werden. Ebenso bezeichnet „genossenschaftlich“ zunächst die Organisation eines Vorhabens. Eine Genossenschaft kann eigene Wohnungen mit Gemeinschaftsräumen bereitstellen oder andere Wohnkonzepte tragen. Das räumliche Modell und die Organisation gehören deshalb getrennt auf Ihr Vergleichsblatt.

Für eine erste Skizze genügen vier Felder: WG, Hausgemeinschaft, Cluster-Wohnen und gemeinschaftliches Wohnen im vorhandenen Quartier. Tragen Sie jeweils ein, welchen Raum Sie allein nutzen würden und wo andere Menschen Ihren Alltag berühren. Bei der Quartierslösung könnte Ihre bisherige Wohnung der private Ausgangspunkt bleiben, während sich eine verbindlichere Nachbarschaft um einen gemeinsamen Treffpunkt bildet. So wird sichtbar, ob Ihr Wunsch tatsächlich einen geteilten Haushalt voraussetzt.

Vier Freundinnen und ein ungewohnter Donnerstag

Helga, Ruth, Monika und Sabine kennen sich im folgenden Beispiel seit vielen Jahren. Als ihre Wohnungen aus unterschiedlichen Gründen mühsamer werden, sprechen sie über eine gemeinsame Zukunft. Alle möchten weiterhin selbst über ihren Tagesablauf bestimmen. Keine möchte regelmäßig allein zu Abend essen müssen. Sie suchen deshalb nach einer Wohnung mit vier ausreichend großen privaten Zimmern und einem gemeinsamen Essbereich.

Zunächst reden sie über Möbel. Helga besitzt einen ausziehbaren Tisch, Ruth möchte ihren alten Lesesessel mitbringen. Erst bei einem längeren gemeinsamen Aufenthalt merken sie, wie viel bisher ungeklärt geblieben ist. Monika räumt benutztes Geschirr sofort weg, während Sabine ihre Tasse gern bis zum Nachmittag neben der Zeitung stehen lässt. Am Donnerstag ist die Stimmung gereizt. Niemand hatte mit einer Tasse gerechnet.

Der Versuch liefert ihnen eine nützliche Beobachtung: Eine liebe Gewohnheit kann im geteilten Raum eine andere Wirkung haben. Sabine empfindet das Abräumen als Eingriff in ihren Tagesablauf, Monika sieht einen dauerhaft unordentlichen Tisch. Beide beschreiben zunächst nur das Verhalten der anderen. Weiter kommen sie mit der Frage, wofür der Tisch gebraucht wird. Zum gemeinsamen Mittagessen soll er frei sein; außerhalb dieser Zeit bekommt jede einen eigenen Ablageplatz.

Danach beginnen sie ein Absprachebuch. Es ist ein gewöhnliches Heft mit Datum und ausreichend Platz für Änderungen. Auf die erste Seite schreiben sie, welche Bereiche privat bleiben und dass vor dem Betreten eines Zimmers angeklopft wird. Eine Einladung zum Gespräch gilt für diesen Besuch. Sie bedeutet keine allgemeine Erlaubnis, später einfach hereinzukommen.

Bei Lebensmitteln wählen die Freundinnen eine gemischte Lösung. Dinge für verabredete gemeinsame Mahlzeiten werden aus einer Haushaltskasse bezahlt, persönliche Vorräte bleiben getrennt. Ruths besondere Kaffeesorte muss dadurch niemand mitfinanzieren. Für größere Anschaffungen wollen sie vorher miteinander sprechen. Die konkrete Geldplanung folgt später; hier klären sie zunächst, welche Ausgaben überhaupt gemeinsam entstehen sollen.

Eine Haushaltshilfe soll im Beispiel die geteilten Räume reinigen. Die Freundinnen einigen sich darauf, dass Helga die Termine abstimmt und Sabine als Vertretung einspringt. Damit bleibt die Aufgabe auch bei einer Reise handhabbar. Allerdings übernehmen beide keine unbegrenzte Zuständigkeit für sämtliche Haushaltsprobleme. Nach den ersten Monaten wollen alle prüfen, ob die Arbeit fair verteilt ist und ob einzelne Aufgaben anders organisiert werden müssen.

Besuch erweist sich als weiteres Thema. Monikas Schwester würde gelegentlich mehrere Nächte bleiben, während Ruth längere Besuche im gemeinsamen Wohnzimmer anstrengend findet. Sie verständigen sich darauf, Übernachtungen vorher anzukündigen und bei längeren Aufenthalten miteinander zu sprechen. Besuch darf willkommen sein. Gleichzeitig soll der private Tagesablauf der übrigen Bewohnerinnen erhalten bleiben.

Das Heft beendet ihre Freundschaft nicht an der Wohnungstür. Es schützt sie vor Erwartungen, die sonst erst in einem gereizten Moment sichtbar würden. Noch haben sie keinen Vertrag unterschrieben. Doch jede kann inzwischen genauer sagen, welche Nähe sie sich wünscht und welche Bedingungen sie für das gemeinsame Wohnen braucht. Aus einer sympathischen Idee ist ein prüfbarer Entwurf geworden.

Sonnenhof: Unterschiedliche Generationen unter einem Dach

Im erfundenen Projekt Sonnenhof wohnen Familien und ältere Menschen in abgeschlossenen Wohnungen. Hinzu kommen eine Gemeinschaftsküche mit großem Tisch und ein gemeinsam genutzter Hof. Sonntags findet ein kurzes Planungstreffen statt. Dort werden die Nutzung der Gemeinschaftsräume und anstehende Aufgaben besprochen. Die eigene Wohnung bleibt davon räumlich getrennt.

Das Ehepaar Sommer besucht den Sonnenhof an einem Nachmittag. Herr Sommer entdeckt sofort die Hochbeete und fragt, wer sich darum kümm-

ert. Seine Frau interessiert sich mehr für die überdachte Terrasse. Sie gärtnert gern, möchte aber auch draußen sitzen können, ohne dass daraus jedes Mal ein Arbeitseinsatz entsteht. Beide mögen denselben Ort. Sie verbinden unterschiedliche Wünsche mit ihm.

Eine Bewohnerin erzählt, wie die Gartenarbeit zunächst organisiert war. Wer etwas sah, erledigte es. Nach einiger Zeit kümmerte sich fast immer dieselbe Person um die Bewässerung, weil sie tagsüber zu Hause war und die vertrocknenden Pflanzen schlecht ignorieren konnte. Inzwischen gibt es vereinbarte Zuständigkeiten mit Vertretung. Wer ein Beet allein bepflanzt, erklärt außerdem, welche Hilfe bei Abwesenheit gebraucht wird.

Beim Zusammenleben der Generationen taucht eine ähnliche Frage auf. Ein Vater bittet eine ältere Nachbarin gelegentlich, kurz bei seinem Kind zu bleiben. Sie tut das gern, möchte daraus jedoch keinen festen Nachmittagsdienst entstehen lassen. Die Bitte wird jedes Mal neu abgesprochen. Ihr Ruhestand ist ihre Zeit. Auch jüngere Bewohner übernehmen durch ihren Einzug keine automatische Zuständigkeit für schwere Arbeiten oder technische Probleme.

Solche Grenzen mindern den Wert der Begegnungen keineswegs. Gerade weil Hilfe freiwillig und überschaubar bleibt, kann sie gern gegeben werden. Ein Kind zeigt Herrn Sommer sein selbst gebautes Vogelhaus, später unterhalten sich beide über die Stellen im Hof, an denen es hängen könnte. Daraus entsteht ein Kontakt ohne festgelegte Familienrolle. Niemand muss Ersatzgroßvater werden, um dazugehören zu dürfen.

Die gemeinsame Küche wird an einigen Abenden genutzt, die Teilnahme am Essen bleibt frei. Wer mitisst, meldet sich bis zu einem vereinbarten Zeitpunkt an, damit die einkaufende Person planen kann. Auch die Kosten werden vorher geklärt. Frau Sommer fragt ausdrücklich nach, ob wiederholtes Fernbleiben kommentiert wird. Sie möchte an manchen Tagen zu Hause essen, ohne sich erklären zu müssen.

Ein Konflikt über Kinderfahrzeuge im Hof beschäftigt die Gruppe schon länger. Einige Bewohner wünschen sich nachmittags möglichst viel Bewegungsraum für die Kinder, andere möchten den Weg zum Ausgang jederzeit frei nutzen können. Beim Planungstreffen wird eine Abstellfläche vereinbart. Das löst einen konkreten Teil des Problems. Unterschiedliche Vorstellungen über Geräusche bleiben bestehen und brauchen weitere Gespräche über Zeiten und geeignete Orte.

Nach dem Besuch gefällt den Sommers das Projekt weiterhin. Ihre Vorstellung ist allerdings genauer geworden: Sie wünschen sich eine eigene Wohnung mit verbindlichem gemeinschaftlichem Leben in erreichbarer Nähe. Eine WG mit geteilter Küche wäre ihnen auf Dauer zu eng. Herr Sommer will bei einem weiteren Besuch erfahren, wie Entscheidungen tatsächlich fallen. Seine Frau möchte erleben, ob auch leisere Bewohnerinnen im Gespräch ausreichend Raum bekommen.

Regeln, die im Alltag benutzbar bleiben

Eine Gruppe kann viele schöne Grundsätze formulieren und trotzdem an alltäglichen Entscheidungen scheitern. „Wir gehen respektvoll miteinander um“ beantwortet noch keine Frage nach der Nutzung des Gästezimmers. Brauchbare Regeln nennen deshalb einen Anlass und ein Vorgehen. Wer einen Raum reservieren möchte, muss wissen, wo die Reservierung eingetragen wird. Andere müssen diese Information erreichen können.

Beginnen Sie bei den Situationen, in denen mehrere Wünsche auf dieselbe begrenzte Möglichkeit treffen. Ein gemeinsamer Raum kann beispielsweise als Werkstatt oder für einen ruhigen Nachmittag gebraucht werden. Wie werden solche Nutzungen abgestimmt? Müssen alle zustimmen, oder darf eine verantwortliche Gruppe innerhalb eines vereinbarten Rahmens entscheiden? Für die Planung sollten alltägliche Absprachen und Entscheidungen mit größeren finanziellen Folgen erkennbar auseinandergehalten werden.

Beteiligung braucht zugängliche Informationen. Wenn sämtliche Absprachen in einer Handygruppe stattfinden, kann eine Person ohne passendes Gerät schnell den Anschluss verlieren. Ein Ausdruck am vereinbarten Ort oder eine telefonische Rückmeldung kann das auffangen. Auch Sitzungen selbst sollten nutzbar sein. Wer schlecht

hört, benötigt möglicherweise eine ruhige Gesprächssituation und die Gewohnheit, dass jeweils nur eine Person spricht.

Redegewandtheit darf nicht unbemerkt über den Einfluss entscheiden. Eine schriftlich vorab verteilte Frage gibt Menschen Zeit, ihre Gedanken zu ordnen. Ebenso kann es helfen, bei größeren Entscheidungen eine Nacht zwischen Beratung und Beschluss vorzusehen. Eile braucht einen Grund. Fragen Sie bei bestehenden Projekten, wie Einwände dokumentiert werden und ob sich später nachvollziehen lässt, weshalb eine Entscheidung getroffen wurde.

Die Verteilung der Arbeit verdient dieselbe Sorgfalt. Sichtbare Tätigkeiten wie Gartenarbeit werden leicht anerkannt, während Terminabsprachen oder das Erinnern an offene Aufgaben wenig auffallen. Beides kostet Zeit. Halten Sie deshalb fest, welche organisatorische Arbeit tatsächlich anfällt und wer sie übernimmt. Ein Wohnprojekt sollte auch dann funktionieren können, wenn die bisher besonders engagierte Person ihre Aufgabe abgeben möchte.

Für Konflikte hilft ein vereinbarter erster Schritt. Die betroffenen Personen könnten zunächst ein ruhiges Gespräch führen und bei Bedarf jemanden hinzubitten, dem beide vertrauen. Bleibt der Streit festgefahren, kann eine externe Moderation erwogen werden; Verfügbarkeit und Kosten wären konkret zu klären. Respektloses Verhalten muss dabei angesprochen werden dürfen. Die Verpflichtung zur Gemeinschaft verlangt von niemandem, Demütigungen als gewöhnlichen Kompromiss hinzunehmen.

Wenn aus Nachbarschaft Unterstützung werden soll

Im Absprachebuch der Freundinnen bleibt eine Seite lange leer. Darüber steht: „Wenn eine von uns mehr Hilfe braucht“. Alle möchten einander beistehen. Doch jede versteht darunter etwas anderes, und erst beim Nachfragen wird deutlich, dass Sabine an mitgekochte Mahlzeiten denkt, während Helga sich auch Begleitung zu Terminen vorstellt. Regelmäßige nächtliche Hilfe hat keine von ihnen zugesagt.

Sie besprechen deshalb einen begrenzten Ausfall anhand einer erfundenen Situation. Ruth kommt nach einem Krankenhausaufenthalt zurück und braucht vorübergehend Unterstützung. Monika würde nach Absprache Essen mitbringen, Sabine könnte an bestimmten Tagen einen Einkauf übernehmen. Welche weiteren Hilfen erforderlich und verfügbar wären, müsste gesondert geklärt werden. Die Freundinnen halten ausdrücklich offen, ob ihre Beiträge zu diesem Zeitpunkt tatsächlich möglich sind.

Ein Hilfsversprechen erhält einen Umfang und einen Zeitpunkt zur erneuten Prüfung. „Ich übernehme deinen Einkauf bis zum nächsten Sonntag“ lässt sich besprechen und gegebenenfalls verlängern. „Wir kümmern uns schon“ lässt vieles ungesagt. Auch die helfende Person kann erkranken oder eine Pause benötigen. Deshalb gehört zu jeder wiederkehrenden Aufgabe die Frage, was bei ihrem Ausfall geschieht.

Für dauerhaften Pflegebedarf braucht die WG einen eigenen organisatorischen Rahmen. Die Freundinnen können Gespräche unterstützen und auf Wunsch bei der Suche nach Diensten helfen. Persönliche Pflege übernehmen sie damit noch nicht. Das Serviceportal „Zuhause im Alter“ erläutert gemeinschaftliche Wohnformen und die Möglichkeit ergänzender ambulanter Unterstützung. Welche Versorgung am jeweiligen Ort vereinbart werden kann, muss konkret geprüft werden; die ausführliche Planung folgt in Kapitel 15.

Dabei zählt auch der Raum. Könnte eine Pflegeperson das private Zimmer gut erreichen, und ließen sich notwendige Tätigkeiten dort mit ausreichender Privatsphäre durchführen? Ein großzügiges Gemeinschaftszimmer gleicht fehlende Bewegungsfläche am Bett nicht automatisch aus. Solche Fragen nehmen die baulichen Befunde wieder auf, diesmal unter den Bedingungen eines geteilten Haushalts. Eine Besichtigung sollte diesen späteren Gebrauch mitdenken.

Besondere Aufmerksamkeit verdienen Angebote, die ausdrücklich als ambulant betreute Pflege-Wohngemeinschaften organisiert sind. Deren Versorgungskonzept und Verantwortlichkeiten unterscheiden sich möglicherweise erheblich von einer selbst gegründeten Freundes-WG. **factsToVerify:**

Die rechtliche Einordnung, landesrechtliche Anforderungen sowie Zuständigkeiten und Leistungsvereinbarungen einer konkreten Pflege-WG sind aktuell fachlich zu prüfen. Der gemeinsame Name „WG“ erlaubt keine Gleichsetzung der Angebote.

Die vier Freundinnen ersetzen mit ihrem Heft weder Vollmachten noch einen Pflegevertrag. Sie halten darin Wünsche und freiwillige Absprachen fest, einschließlich ihrer Grenzen. Persönliche Gesundheitsinformationen sollen nur in dem Umfang geteilt werden, den die betreffende Person möchte und der für eine vereinbarte Aufgabe gebraucht wird. Auch bei wachsendem Hilfebedarf bleibt sie Gesprächspartnerin. Über ihre Wünsche wird mit ihr gesprochen.

Verträge und Geld: Was die Gemeinschaft zusammenhält

Wer eine WG gründet, muss früh klären, welche vertragliche Stellung jede Person haben soll. Denkbar sind unterschiedliche Gestaltungen, etwa ein gemeinsamer Mietvertrag oder getrennte vertragliche Beziehungen. Jede Variante wirft eigene Fragen auf. Was geschieht, wenn jemand auszieht, und wer trägt bis zum nächsten Einzug welche Kosten? Diese Antworten dürfen im Gründungseifer nicht offenbleiben.

factsToVerify: Haftung, Kündigungsmöglichkeiten, Untervermietung und der Wechsel einzelner Bewohner sind anhand der vorgesehenen Mietverträge und der aktuellen Rechtslage fachlich zu prüfen. Ein internes Absprachebuch kann nicht einfach voraussetzen, dass der Vermieter an jede Gruppenentscheidung gebunden ist. Ebenso gehört geklärt, wer bei der Auswahl neuer Bewohner mitwirken darf. Die rechtlichen Grundlagen werden in Kapitel 14 vertieft; für die Vorauswahl brauchen Sie eine verständliche Darstellung der vorgesehenen Struktur.

Eine Genossenschaft kann den organisatorischen Rahmen eines Wohnprojekts bilden. Für Interessierte stellen sich dann Fragen nach erforderlichen Anteilen und dem konkreten Nutzungsverhältnis ebenso wie nach der Beteiligung an Entscheidungen. Wer bestimmt über den Gemeinschaftsraum? Welche Aufgaben liegen bei gewählten Organen? Lassen Sie sich an einem tatsächlichen Vorgang erklären, wie ein Anliegen aus der Hausgemeinschaft bearbeitet wird.

Bezeichnungen wie „gemeinnützig“ oder „solidarisch“ sollten ebenfalls erläutert werden. Ein sozialer Anspruch kann sich etwa in einem bestimmten Vergabekonzept ausdrücken, braucht aber eine erkennbare Umsetzung. **factsToVerify: Ein behaupteter Gemeinnützigkeitsstatus, satzungsmäßige Zwecke, Mitgliedschaftsrechte und Vertragsbedingungen sind für die konkrete Organisation anhand aktueller Unterlagen zu prüfen.** Ein freundlicher Projektname beantwortet weder die Frage nach finanziellen Verpflichtungen noch die nach rechtlich gesicherten Mitwirkungsmöglichkeiten.

Gemeinschaftlich genutzte Räume verursachen Kosten, auch wenn die eigene Wohnung klein ist. Hinzu können Aufwendungen für Verwaltung oder beauftragte Leistungen kommen. Eine geteilte Haushaltshilfe kann einzelne Arbeiten bündeln; ob das für Sie günstiger wird, ergibt sich erst aus dem benötigten Umfang und der vereinbarten Verteilung. Gemeinschaft spart nicht automatisch Geld. Eine sorgfältige Rechnung folgt in Kapitel 13.

Bei einem neuen Bauvorhaben kommt die Zeit vor dem Einzug hinzu. Fragen Sie, welche Zahlungen in welcher Projektphase vorgesehen sind und was bei Verzögerung oder Scheitern geschieht. Wer möchte gemeinschaftlich wohnen und wer möchte zusätzlich über längere Zeit ein Bauprojekt mitorganisieren? Das sind unterschiedliche Aufgaben. **factsToVerify: Finanzielle Bindungen, Rückzahlungsmöglichkeiten und Risiken vor einem Einzug müssen anhand der konkreten Verträge unabhängig geprüft werden.**

Auch ein Auszug gehört von Anfang an in die Planung. Eine Person kann ihre Meinung ändern oder eine andere Versorgung benötigen. Die Gruppe sollte wissen, wie sie den Übergang menschlich und organisatorisch begleitet, ohne sofort eine neue Bewohnerin unter Zeitdruck auswählen zu müssen. **factsToVerify: Kündigungsfristen, fortbestehende Zahlungsverpflichtungen und gegebenenfalls die Auszahlung genossenschaftlicher Anteile sind vertragsbezogen zu klären.** Dieser

Ratgeber ersetzt die dafür erforderliche Rechts- oder Finanzberatung nicht.

Ein Projekt finden und seinen Alltag kennenlernen

Für die Suche können Sie zunächst unterscheiden, ob Sie einer bestehenden Gemeinschaft beitreten oder selbst etwas gründen möchten. Bei einem bewohnten Projekt lässt sich Alltag beobachten. Eine Initiative in der Planung bietet möglicherweise mehr Gestaltungsspielraum, verlangt aber Geduld und Mitarbeit. Ein freies Zimmer ist wiederum etwas anderes als eine unverbindliche Interessentenliste. Fragen Sie nach dem tatsächlichen Stand.

Das Wohnprojekte-Portal der Stiftung trias ermöglicht die Suche nach gemeinschaftlichen Wohnprojekten in unterschiedlichen Entwicklungsphasen. Für Kontakte zu Beratungsstellen bietet das FORUM Gemeinschaftliches Wohnen ein Regionalstellennetz. Solche Einstiege helfen beim Auffinden von Möglichkeiten. Eine passende Wohngelegenheit ergibt sich daraus erst, wenn Ihre Anforderungen mit einem konkreten Angebot zusammenkommen.

factsToVerify: Aktuelle Genossenschaftsangebote, freie Wohnungen, Aufnahmeverfahren und projektbezogene Wartezeiten sind unmittelbar bei den jeweiligen Organisationen zu bestätigen. Erfragen Sie auch, ob sich eine Warteangabe auf Ihre benötigte Wohnungsgröße bezieht. Eine Gruppe kann noch Mitglieder suchen, obwohl die für Sie geeigneten Räume bereits vergeben sind. Notieren Sie deshalb neben dem Projektnamen die konkrete Auskunft und deren Datum.

Für mögliche Förderung kann die Informationsplattform WIN des FORUM Gemeinschaftliches Wohnen mit ihrer Förderdatenbank einen Rechercheeinstieg bieten. **factsToVerify: Regionale Fördermöglichkeiten, antragsberechtigte Personen oder Träger, verfügbare Mittel und Antragszeitpunkte sind bei der jeweils zuständigen Förderstelle aktuell zu verifizieren.** Ein Hinweis auf ein früher gefördertes Projekt begründet keinen Anspruch für Ihr Vorhaben. Die Prüfung gehört vor finanzielle Verpflichtungen; Einzelheiten zur Finanzierung folgen in Kapitel 13.

Lernen Sie eine Gruppe möglichst bei einer gewöhnlichen Tätigkeit kennen. Ein gemeinsames Essen zeigt anderes als eine vorbereitete Führung. Noch aufschlussreicher kann mit Zustimmung der Gruppe die Teilnahme an einem Planungstreffen sein. Wie werden Nachfragen aufgenommen? Wer räumt hinterher auf? Beobachten Sie dabei konkrete Vorgänge, ohne aus einem einzigen müden Abend ein endgültiges Urteil über alle Bewohner abzuleiten.

Falls ein Probewohnen möglich ist, klären Sie Umfang und Bedingungen vorher. Ein Wochenende kann zeigen, wie sich Geräusche und Begegnungen anfühlen, bildet aber keinen vollständigen Wohnalltag ab. **factsToVerify: Verfügbarkeit, Kosten und Vereinbarungen eines Probewohnens sind mit dem jeweiligen Projekt zu prüfen.** Halten Sie danach fest, was angenehm war und wo Sie sich dauerhaft anpassen müssten. Beides zählt.

Die eigene Antwort darf genauer werden

Nehmen Sie Ihre persönlichen Wohnkriterien zur Hand und ergänzen Sie eine Seite über Gemeinschaft. Beginnen Sie mit einem gewöhnlichen Morgen: Wo möchten Sie frühstücken, und wie würde sich eine unerwartete Begegnung dabei anfühlen? Beschreiben Sie anschließend einen Abend, an dem Sie müde sind. Daraus wird häufig deutlicher als aus dem Wort „gesellig“, wie viel Nähe Sie im Wohnalltag wünschen.

Schreiben Sie auch auf, welche Aufgaben Sie gern übernehmen würden und welche Sie dauerhaft abgeben möchten. Wer Freude am gemeinsamen Garten hat, muss keine Buchhaltung führen wollen. Prüfen Sie den Umfang. Ein gelegentlicher Beitrag kann zu Ihnen passen, während eine feste wöchentliche Verpflichtung zu viel wäre. Ihre heutige Bereitschaft sollte außerdem Raum für veränderte Kräfte lassen.

Ergänzen Sie eine Grenze, die für Sie unverzichtbar ist. Vielleicht brauchen Sie ein eigenes Bad oder möchten übernachtenden Besuch in Ihrem privaten Bereich empfangen können. Eine andere Person legt vor allem Wert darauf, ohne Rechtfertigung mehrere Tage für sich zu bleiben. Solche

Wünsche helfen bei der Auswahl. Sie sind keine mangelnde Gemeinschaftsfähigkeit.

Wenn Sie zu zweit suchen, beantworten Sie diese Fragen zunächst getrennt. Bei den Sommers zeigt sich dadurch, dass er regelmäßige gemeinsame Aufgaben schätzt, während sie vor allem unkomplizierte Begegnungen möchte. Beide wünschen sich einen privaten Haushalt. Für ihre weitere Suche halten sie deshalb eine Hausgemeinschaft mit eigenen Wohnungen fest und wollen klären, welchen verbindlichen Beitrag das jeweilige Projekt erwartet.

Die Freundinnen kommen zu einer engeren Form des Zusammenlebens. Ihr Absprachebuch enthält inzwischen auch offene Fragen, die vor einer Zusage beantwortet werden müssen. Das gemeinsame Wohnen erscheint ihnen weiterhin reizvoll, gerade weil sie einzelne Schwierigkeiten benennen können. Eine letzte Entscheidung steht noch aus. Zunächst brauchen sie eine geeignete Wohnung und eine tragfähige vertragliche Gestaltung.

Auf Ihrem eigenen Blatt kann nun eine begründete Tendenz stehen: welche Form Sie näher prüfen möchten, welche Bedingung dafür erfüllt sein muss und welche Frage noch offenbleibt. Vielleicht ergibt sich auch, dass Ihre bisherige Wohnung mit verlässlicheren Kontakten im Viertel besser passt. Mit dieser Einschätzung lässt sich die Auswahl ernsthaft begrenzen. Nun stehen die Möglichkeiten nebeneinander: das vertraute Zuhause verändern oder an einem anderen Ort neu beginnen. Was davon trägt Ihren Alltag auf Dauer?

Kapitel 12: Umbau oder Umzug? Die große Abwägung

Stellen Sie sich ein Ehepaar vor, das seit vielen Jahren in einem Reihenhaus mit drei Etagen lebt. Die Lindners mögen ihren kleinen Garten und den Platz am Küchenfenster, an dem morgens die Zeitung liegt. Doch inzwischen überlegen sie vor jedem Gang nach oben, ob sich noch etwas mitnehmen lässt. Die Treppen kosten Kraft. Als ihre Tochter eine Wohnung mit Aufzug erwähnt, sagt Herr Lindner sofort: „Wir haben doch hier alles.“ Seine Frau antwortet erst später: „Ja. Aber auf verschiedenen Stockwerken.“

Beide haben recht. Das Haus enthält vieles, was ihr Leben angenehm macht, und sein Grundriss verlangt ihnen täglich Wege ab, die zunehmend mühsam werden. Ob ein Umbau genügt oder ein Umzug besser passt, lässt sich aus keinem dieser beiden Sätze allein ableiten. Dazu müssen die Lindners genauer werden. Welche Tätigkeiten sollen zu Hause weiterhin möglich sein, und welche Veränderungen würden das tatsächlich erreichen? Die Lindners und die weiteren Personen dieses Kapitels dienen als fiktive Beispiele.

Vielleicht liegen auch bei Ihnen inzwischen mehrere Blätter auf dem Tisch. Ihre persönlichen Wohnkriterien stehen neben den Befunden aus dem Rundgang; hinzu kommen Überlegungen zum Umfeld und erste Informationen über andere Wohnmöglichkeiten. Jetzt sollen diese Erkenntnisse miteinander ins Gespräch kommen. Das kann unübersichtlich wirken. Ein vertrautes Zuhause besitzt schließlich Eigenschaften, die sich kaum in eine Zahl fassen lassen, während ein neues Angebot mit einem übersichtlichen Grundriss und einer deutlich gedruckten Monatsmiete auftritt.

Die Aufgabe besteht darin, beiden Möglichkeiten dieselben Fragen zu stellen. Ein Umbau muss zeigen, welchen Alltag er ermöglicht. Ein Umzug muss erkennen lassen, welche Schwierigkeiten er löst und welche neuen Anforderungen entstehen. Ihre bisherige Wohnung erhält dabei keinen automatischen Vorrang, ein neues Gebäude ebenso wenig. Am Ende brauchen Sie eine begründete Richtung und Klarheit darüber, was vor einer verbindlichen Entscheidung noch geklärt werden muss.

Zwei konkrete Möglichkeiten auf denselben Tisch legen

„Bleiben oder gehen?“ ist als Ausgangsfrage verständlich, für einen sorgfältigen Vergleich jedoch zu weit. Bleiben kann bedeuten, lediglich Möbel anders zu stellen, mehrere Räume umzubauen oder den Alltag auf einer Etage neu zu organisieren. Auch hinter einem Umzug können sehr verschiedene Vorhaben stehen. Eine Wohnung im Nachbarhaus verändert andere Dinge als ein

Wohnprojekt am Stadtrand. Geben Sie jeder ernsthaft erwogenen Möglichkeit deshalb eine kurze, konkrete Beschreibung.

Bei den Lindners könnte die erste Variante lauten: „Im Reihenhaus bleiben, die notwendigen Wohnfunktionen besser zugänglich machen und schwere Hausarbeiten abgeben.“ Daneben steht: „Eine Wohnung mit durchgehend zugänglichen Wegen im bisherigen Stadtteil suchen.“ Noch sind beide Beschreibungen vorläufig. Doch sie lassen bereits erkennen, welche Fragen beantwortet werden müssen. Ein bloßes „Haus behalten“ würde den künftigen Alltag offenlassen und damit die vertraute Umgebung gegen eine unbestimmte Veränderung antreten lassen.

Frau Berger, deren Bindung an ihr Viertel schon zu Beginn dieses Buches sichtbar wurde, formuliert anders. Sie besitzt eine Erdgeschosswohnung und möchte vor allem ihre alltäglichen Kontakte bewahren. Ihre Umbauvariante umfasst gezielte Anpassungen innerhalb dieser Wohnung. Als Alternative betrachtet sie eine besser geeignete Wohnung in derselben Umgebung. Damit entdeckt sie etwas Entlastendes: Ihr Wunsch, im Viertel zu bleiben, legt noch keine bestimmte Wohnung fest.

Beschränken Sie die erste ausführliche Gegenüberstellung auf zwei plausible Varianten. Eine weitere Möglichkeit können Sie ergänzen, wenn sie einen wesentlichen Unterschied bietet. Zu viele fast gleiche Entwürfe erschweren die Orientierung. Schreiben Sie unter jede Variante außerdem, was sie voraussetzt. Beim Umbau könnte eine fachliche Bestätigung der räumlichen Machbarkeit fehlen; beim Umzug vielleicht ein tatsächlich verfügbares Angebot mit passendem Zugang.

Was unbedingt funktionieren muss

Bevor Sie Punkte vergeben, nehmen Sie Ihre unverzichtbaren Wohnkriterien zur Hand. Einige Wünsche erlauben Abstufungen, andere bilden eine klare Grenze. Ein schöner Ausblick kann unterschiedlich gut erfüllt sein. Wenn der einzige Zugang zu einer Wohnung für Sie nicht nutzbar ist und keine tragfähige Änderung möglich erscheint, betrifft das dagegen ihre grundlegende Eignung. Solche Grenzen gehören vor die rechnerische Bewertung.

Formulieren Sie jede Grenze anhand einer Alltagssituation. „Ich muss meine Wohnung ohne fremdes Tragen erreichen können“ lässt sich an einem konkreten Gebäude prüfen. „Ich möchte sicher wohnen“ bleibt dafür zu allgemein. Ebenso kann für ein Paar unverzichtbar sein, weiterhin unter einer gemeinsamen Adresse zu leben. Welche räumliche Gestaltung dafür nötig wäre, muss anschließend genauer besprochen werden.

Ein ungeklärter Punkt ist noch kein Ausschluss. Er ist offen. Tragen Sie deshalb ausdrücklich ein, wenn die Machbarkeit erst untersucht werden muss, und halten Sie fest, wer die Klärung übernimmt. Eine offene Türfrage darf weder als gelöst gelten noch aus bloßer Unsicherheit zum vorschnellen Abschied vom Haus führen. Erst eine belastbare Antwort erlaubt die passende Konsequenz.

Bei den Lindners ist der vollständige Weg durch den Alltag die Kernbedingung. Eine bequemere Verbindung zwischen zwei Stockwerken würde wenig helfen, wenn wichtige Tätigkeiten weiterhin nur über eine zusätzliche Treppe erreichbar wären. Beide möchten außerdem vermeiden, dauerhaft in einem provisorischen Schlafbereich zu leben. Diese Grenzen schränken die denkbaren Umbauten ein. Sie machen das Gespräch zugleich sachlicher, weil nun überprüfbare Anforderungen neben der emotionalen Bindung stehen.

Den Umbau als künftigen Alltag betrachten

Für die Umbauvariante greifen Sie auf Ihren Wohnungsbefund zurück. Übertragen Sie jedoch nicht jede kleine Verbesserung einzeln in den großen Vergleich. Fassen Sie zusammen, welche wesentlichen Hindernisse beseitigt werden könnten und welche bestehen blieben. Die Frage lautet etwa, ob die alltäglichen Wege anschließend zusammenhängend nutzbar wären. Ein angepasstes Bad entfaltet seinen Nutzen schließlich innerhalb einer Wohnung, deren Zugang und übrige Räume ebenfalls zum eigenen Leben passen müssen.

Technische Machbarkeit verdient eine fachliche Einschätzung am konkreten Gebäude. Eine Zeichnung kann zunächst überzeugend aussehen und trotzdem Fragen zum Bestand offenlassen. Lassen

Sie erläutern, welche Annahmen dem Entwurf zugrunde liegen und welche Untersuchungen noch fehlen. Fragen Sie auch nach dem Ergebnis im Gebrauch: Wo steht später ein Möbelstück, wie öffnet sich eine Tür, und welche Bewegungsfläche bleibt tatsächlich frei? Ein Plan muss Ihren Tagesablauf aufnehmen können.

Denken Sie an die Zeit dazwischen. Während eines Umbaus können Räume zeitweise ausfallen, und Arbeiten können Entscheidungen verlangen, obwohl Sie gerade Ruhe brauchen. Wo würden Sie sich tagsüber aufhalten? Wie bliebe die Körperpflege möglich? Lassen Sie sich für die erwogene Variante beschreiben, welche Bereiche wann nutzbar wären und welche Ausweichlösung erforderlich sein könnte. Die Belastung der Bauphase gehört zur Bewertung, auch wenn das fertige Ergebnis gut passt.

Bei den Lindners ergibt die Prüfung im fiktiven Fall, dass die für sie erforderliche Verbindung der Wohnfunktionen mit den untersuchten Umbauvarianten nicht überzeugend gelingt. Ein Lift allein würde ihre Anforderungen nicht erfüllen; für eine vollständige Verlagerung des Alltags auf eine Ebene fehlt im betrachteten Entwurf geeigneter Raum. Das gilt für ihr Beispielhaus und ihre Bedürfnisse. Daraus lässt sich kein Urteil über Reihenhäuser allgemein ableiten. Für die beiden verändert es jedoch die Ausgangslage erheblich.

Frau Berger kommt bei ihrer Erdgeschosswohnung zu einer anderen vorläufigen Einschätzung. Die wesentlichen Anpassungen scheinen innerhalb des vorhandenen Grundrisses möglich, und der Zugang zum Haus passt zu ihren Anforderungen. Trotzdem bleibt Arbeit übrig. Sie braucht einen belastbaren Leistungsumfang und eine Vorstellung davon, wie die Umbauzeit organisiert werden könnte. Ihre Bindung an das Viertel erhält nun eine sachliche Stütze, ohne die weitere Prüfung vorwegzunehmen.

Ein Umzug beginnt lange vor dem Möbelwagen

Auf der Umzugsseite sollte ein realistischer Suchweg stehen. Wenn noch keine passende Wohnung gefunden ist, vergleichen Sie zunächst ein klar beschriebenes Suchziel mit dem Umbauentwurf. Kennzeichnen Sie diesen Unterschied ausdrücklich. Ein gewünschtes Angebot besitzt noch keinen bestätigten Grundriss und keinen verlässlichen Einzugstermin. Die Umzugsvariante kann trotzdem aussichtsreich sein, ihre offenen Voraussetzungen müssen nur sichtbar bleiben.

Die Suchdauer lässt sich häufig erst allmählich einschätzen. Eine Wohnung kann räumlich geeignet sein und an einer Lage scheitern, die Ihre Kontakte erschwert. Ein anderes Angebot liegt gut, steht aber zum benötigten Zeitpunkt nicht zur Verfügung. Planen Sie deshalb einen Zeitraum für die Suche und einen Termin für die erneute Bewertung. Damit wird aus unbegrenztem Warten eine bewusst geführte Erkundung, deren Ergebnisse Ihre weitere Entscheidung beeinflussen dürfen.

Auch die Vorbereitung kostet Kraft. Unterlagen müssen zusammengestellt werden, Besichtigungen brauchen Zeit, und irgendwann stellt sich die Frage nach dem Inhalt der Schränke. Das trifft Menschen unterschiedlich. Frau Lindner würde manche Gegenstände gern abgeben; ihr Mann verbindet mit seiner Werkbank einen Teil seiner bisherigen Selbstständigkeit. Beide sprechen über dieselbe Verkleinerung und erleben etwas anderes dabei.

Beginnen Sie solche Gespräche an der Nutzung. Wann wurde die Werkbank zuletzt gebraucht, und was genau möchte Herr Lindner weiterhin dort tun können? Vielleicht braucht sein Hobby einen eigenen Raum, vielleicht genügt ein kleiner Arbeitsplatz. Die Antwort darf offenbleiben, bis sie ausprobiert oder genauer beschrieben wurde. Ein Gegenstand kann praktisch entbehrlich wirken und dennoch für eine Tätigkeit stehen, die dem Tag Freude gibt.

Die neue Wohnung muss außerdem eingerichtet werden können, ohne jeden freien Weg mit vertrauten Möbeln zu füllen. Ein maßstäblicher Möblierungsentwurf kann diesen Konflikt früh zeigen. Dabei wird sichtbar, welche Stücke gut mitkommen können und welche einen anderen Platz benötigen. Das ist manchmal traurig. Planen Sie für solche Entscheidungen mehrere ruhige Termine ein, damit der Abschied von Gegenständen

nicht unter dem Druck eines bereits bestellten Umzugswagens stattfinden muss.

Acht Kriterien geben dem Vergleich eine Form

Eine Entscheidungsmatrix ist ein Blatt, auf dem dieselben Kriterien für beide Möglichkeiten bewertet werden. Ihr Nutzen liegt in der sichtbaren Begründung. Sie zeigt, weshalb eine Variante zu Ihnen passt und wo ein gutes Gesamtergebnis eine Schwäche verdecken könnte. Rechnen dürfen Sie dabei durchaus. Die Zahlen bleiben allerdings Hilfsmittel für Ihr Urteil.

Das erste Kriterium ist die **bauliche Machbarkeit**. Hier bewerten Sie, wie gut der vorgesehene Wohnraum Ihre Anforderungen nach Umsetzung der jeweiligen Variante erfüllt. Beim Umbau zählt der erreichbare Endzustand. Beim Umzug zählt die Eignung der konkreten Wohnung oder, solange diese fehlt, die noch unbestätigte Aussicht des Suchziels. Ein ansprechender Entwurf erhält keine volle Bewertung, wenn eine wesentliche Voraussetzung ungeklärt ist.

Unter **Gesamtkosten über zehn Jahre** betrachten Sie die finanzielle Tragbarkeit beider Wege über denselben Zeitraum. Dazu gehören einmalige Aufwendungen und laufende Ausgaben, soweit sie durch die Wohnentscheidung entstehen oder sich verändern. Die ausführliche Erfassung und Berechnung folgt im nächsten Kapitel. Hier halten Sie zunächst fest, welche Größen bekannt sind und welche noch fehlen. Eine scheinbar präzise Bewertung wäre verfrüht, solange auf einer Seite größere Kostenblöcke unberücksichtigt bleiben.

Das **soziale Umfeld** beschreibt die Beziehungen und Begegnungsmöglichkeiten, die Sie im Alltag tatsächlich nutzen würden. Eine langjährige Nachbarin kann hier stärker wiegen als ein großer Gemeinschaftsraum, dessen Angebote Sie kaum interessieren. Umgekehrt kann ein neues Umfeld erwünschte Kontakte ermöglichen, während am bisherigen Ort wichtige Verbindungen bereits weggefallen sind. Betrachten Sie den gegenwärtigen Alltag. Erinnerungen an eine früher lebendige Nachbarschaft erzählen nicht vollständig, wie es heute dort ist.

Mit **Erreichbarkeit** bewerten Sie die Wege zu den für Sie bedeutsamen Orten. Dazu gehören die Erfahrungen aus Ihrer Umfeldkarte. Entscheidend ist etwa, ob Einkäufe mit Ihren üblichen Möglichkeiten zu bewältigen wären und wie ein Besuch bei Freunden zustande käme. Trennen Sie diesen Punkt vom sozialen Umfeld: Eine Freundin bleibt dieselbe Person, doch der Weg zu ihr kann nach einem Umzug erheblich leichter oder schwerer werden.

Die **emotionale Bindung** bekommt eine eigene Zeile. Hier darf stehen, was Ihnen an einer Wohnung und ihrer Umgebung persönlich viel bedeutet. Vielleicht ist es der Blick auf den Baum vor dem Fenster oder das Gefühl, die Geschichte jedes Zimmers zu kennen. Auch die Vorfreude auf einen neuen Ort gehört dazu. Sie müssen diese Empfindungen weder entschuldigen noch in technische Argumente übersetzen.

Bei **Zukunftssicherheit bei wachsendem Pflegebedarf** geht es um die Anpassungsfähigkeit der jeweiligen Lösung. Fragen Sie, ob zusätzliche Unterstützung räumlich und organisatorisch möglich erscheint und welche Grenzen bereits erkennbar sind. Eine Zusage für jede denkbare Zukunft lässt sich daraus nicht gewinnen. Bewertbar ist jedoch, ob ein späterer Bedarf absehbar eine völlig neue Wohnentscheidung verlangen würde oder ob die Variante Erweiterungen zulässt. Die genauere Unterstützungsplanung folgt in Kapitel 15.

Der **zeitliche Aufwand** umfasst Ihren eigenen Einsatz bis zum bewohnbaren Ergebnis. Ein langes Vorhaben kann mit wenig persönlicher Arbeit verbunden sein, während wenige Wochen voller Termine sehr anstrengend werden. Halten Sie deshalb die voraussichtliche Dauer und Ihren aktiven Anteil auseinander. Wer übernimmt Abstimmungen, wer begleitet Besichtigungen? Hilfe zählt erst dann verlässlich zum Plan, wenn ihr Umfang miteinander besprochen wurde.

Schließlich betrachten Sie die **Steuerungsbarkeit**: Wie gut können Sie den Ablauf beeinflussen und bei Schwierigkeiten reagieren? Bei einem Umbau könnte sich manches etappenweise umsetzen lassen; andere Arbeiten hängen eng zusammen. Beim Umzug kann ein flexibler Übergang entlasten, während ein knapper Auszugstermin Druck erz-

eugt. Bewerten Sie Ihre tatsächlichen Handlungsmöglichkeiten. Eine Variante ist leichter steuerbar, wenn Verzögerungen aufgefangen werden können und für kritische Aufgaben eine Vertretung vorhanden ist.

Ihre persönliche Gewichtung eintragen

Die Kriterien sind gleich benannt, ihre Bedeutung darf verschieden sein. Vergeben Sie zunächst für jedes ein Gewicht von eins bis vier. Eins bedeutet eine vergleichsweise geringe Bedeutung für Ihre Abwägung, vier eine sehr hohe. Es handelt sich um eine frei gewählte Arbeitsskala dieses Buches, ohne wissenschaftlichen Anspruch. Unverzichtbare Bedingungen bleiben außerhalb dieser Abstufung als Mindestanforderungen bestehen.

Tragen Sie die Gewichte möglichst ein, bevor Sie die Varianten bewerten. So verringern Sie die Versuchung, eine bereits bevorzugte Lösung nachträglich mit passenden Zahlen auszustatten. Fragen Sie sich bei jedem hohen Gewicht, woran dessen Bedeutung im Alltag erkennbar wird. Frau Berger könnte das soziale Umfeld stark gewichten, weil sie mehrmals wöchentlich Kontakte in unmittelbarer Nähe pflegt. Bei den Lindners steht die bauliche Nutzbarkeit weit oben, weil die Etagen ihren Tagesablauf unmittelbar belasten.

Anschließend erhält jede Variante je Kriterium eine Bewertung von null bis vier. Null steht für eine sehr schlechte Erfüllung, vier für eine sehr gute; die Werte dazwischen bilden Abstufungen. Ein Fragezeichen kennzeichnet fehlende Informationen. Verwenden Sie dafür keine Null. Sonst würde Ungewissheit unbemerkt wie ein bereits festgestellter Nachteil behandelt.

Multiplizieren Sie jeweils Gewicht und Bewertung und addieren Sie die Ergebnisse für jede Variante. Rechnen Sie nur dann eine vollständige Summe aus, wenn alle Zeilen sinnvoll bewertet werden können. Schreiben Sie neben jede Bewertung einen kurzen Grund. Genau dort entsteht der größte Nutzen: „Freundin ohne Fahrt erreichbar“ sagt Ihnen später mehr als eine alleinstehende Vier.

Arbeitsmatrix für Ihre beiden Varianten

Kriterium	Gewicht 1–4	Umbau 0–4 oder ?	Umzug 0–4 oder ?
Bauliche Machbarkeit			
Gesamtkosten über zehn Jahre			
Soziales Umfeld			
Erreichbarkeit			
Emotionale Bindung			
Zukunftssicherheit bei wachsendem Pflegebedarf			
Zeitlicher Aufwand			
Steuerungsbarkeit			

Unter die Tabelle gehören die genaue Beschreibung beider Varianten und das Datum. Ergänzen Sie die Begründungen auf einem eigenen Blatt, wenn der Platz knapp wird. Markieren Sie außerdem, worauf eine Einschätzung beruht: auf einer bestätigten Auskunft oder auf Ihrer bisherigen Annahme. Ein solches Arbeitsblatt darf Lücken haben. Es soll zeigen, welche Entscheidung heute begründbar ist und welche zusätzliche Information sie verändern könnte.

Wenn Sie zu zweit entscheiden, füllen Sie die Gewichte zunächst getrennt aus. Vergleichen Sie anschließend die Unterschiede, bevor Sie eine gemeinsame Fassung versuchen. Ein Mittelwert kann einen Konflikt verdecken. Hat eine Person große Bedenken gegen eine Wohnform, verdient das ein eigenes Gespräch. Eine gemeinsame Entscheidung wird tragfähiger, wenn beide ihre Gründe darin wiederfinden können.

Was die Zahlen zeigen und was sie offenlassen

Angenommen, Frau Berger gewichtet im fiktiven Rechenbeispiel die bauliche Machbarkeit mit vier, die Kosten mit vier, das soziale Umfeld mit vier und die Erreichbarkeit mit drei. Für emotionale Bindung vergibt sie eine Drei, für spätere Anpassungsfähigkeit eine Vier. Der zeitliche Aufwand erhält eine Zwei, die Steuerungsbarkeit ebenfalls. Diese Gewichtung beschreibt ihre persönlichen

Für ihre Umbauvariante trägt sie in derselben Reihenfolge die Bewertungen drei, drei, vier, drei, vier, drei, zwei und drei ein. Daraus ergibt sich eine gewichtete Summe von 83 Punkten. Eine bereits genauer betrachtete Umzugsalternative bewertet sie mit vier, zwei, zwei, vier, eins, vier, eins und zwei; diese erreicht 69 Punkte. Die Zahlen sind ausschließlich erfundenes Anschauungsmaterial und sagen nichts über Marktpreise oder die Eignung realer Angebote aus. Sie zeigen, wie aus Gründen eine nachvollziehbare Rechnung werden kann.

Interessant ist nun der Abstand zwischen den Varianten und seine Herkunft. Der Umbau liegt hier vor allem deshalb vorn, weil Frau Berger ihr Umfeld bewahren könnte und stark an ihrer Wohnung hängt. Die Umzugsalternative schneidet bei der baulichen Eignung und der angenommenen Anpassungsfähigkeit besser ab. Beides bleibt sichtbar. Die höhere Summe erlaubt ihr, den Umbau weiterzuverfolgen, verlangt aber weiterhin die Klärung seiner schwächeren Punkte.

Prüfen Sie die Stabilität Ihrer eigenen Tendenz, indem Sie eine unsichere Bewertung vorsichtig verändern. Bleibt die bevorzugte Variante auch dann vorn? Oder hängt das Ergebnis an einer einzigen optimistischen Annahme? Bei einem knappen Abstand lohnt zusätzliche Klärung besonders. Ein Unterschied von wenigen Punkten bildet keine Genauigkeit ab, die Ihre Einschätzungen gar nicht besitzen.

Bei den Lindners liegt die Sache anders. Wenn eine untersuchte Umbauvariante ihre unverzichtbare Anforderung an die alltägliche Erreichbarkeit der Räume verfehlt, kann eine hohe emotionale Bewertung diesen Mangel rechnerisch nicht aufheben. Die Variante müsste verändert oder ausgeschieden werden. Das tut weh. Doch die Klarheit erspart ihnen, einen erheblichen Aufwand auf einen Entwurf zu richten, der das grundlegende Problem bestehen ließe.

Die Zwischenräume der Entscheidung nutzen

Manchmal sind beide zunächst betrachteten Wege unbefriedigend, weil die Varianten zu eng gefasst wurden. Dann lohnt eine gezielte dritte Möglichkeit. Ein Etagenwechsel im selben Haus könnte vertraute Nachbarschaft mit einem leichter zugänglichen Wohnraum verbinden. Eine kleinere Wohnung im Viertel könnte soziale Bindungen bewahren und den Haushalt vereinfachen. Ob solche Möglichkeiten tatsächlich verfügbar und geeignet sind, bleibt konkret zu klären.

Auch die Verteilung von Tätigkeiten kann sich ändern. Wer einen selten genutzten Hobbyraum aufgibt und für diese Tätigkeit einen gut erreichbaren Ort außerhalb der Wohnung findet, bewertet den Platzbedarf vielleicht neu. Dabei muss der ausgelagerte Ort im gewöhnlichen Alltag nutzbar sein. Zusätzliche Wege können sonst die erhoffte Entlastung aufzehren. Grundlegende tägliche Bedürfnisse brauchen besonders verlässliche Lösungen.

Eine Zwischenlösung erhält denselben Prüfmaßstab wie die großen Varianten. Was verbessert sie, welche Belastung bleibt, und wie lange soll sie tragen? „Erst einmal so weitermachen“ wird erst durch klare Bedingungen zu einem brauchbaren Plan. Legen Sie einen Überprüfungstermin fest und benennen Sie den Anlass für eine frühere Neubewertung. So kann eine begrenzte Lösung bewusst gewählt werden, ohne sich unbemerkt zu verstetigen.

Für die Lindners könnte nach der baulichen Prüfung zunächst die Wohnungssuche im bisherigen Stadtteil im Vordergrund stehen. Währenddessen lassen sich einzelne alltägliche Belastungen angehen, soweit das im vorhandenen Haus sinnvoll möglich ist. Sie müssen den Umzug gedanklich nicht an einem Nachmittag vollständig vollziehen. Ihre nächste Aufgabe ist kleiner: herausfinden, ob eine konkrete Wohnung ihre wesentlichen Anforderungen erfüllt und beiden einen vorstellbaren Alltag bietet.

Dem Abschied und der Erleichterung Platz geben

Eine sachlich gut begründete Richtung kann sich zunächst falsch anfühlen. Herr Lindner denkt beim Wort Umzug an den Gartenzaun, den er selbst gesetzt hat. Seine Frau spürt dagegen Erleichterung, wenn sie sich eine Wohnung auf einer Ebene vorstellt. Diese unterschiedlichen Reaktion-

en bedeuten noch keinen unlösbaren Gegensatz. Beide brauchen Gelegenheit, auszusprechen, was sie verlieren würden und worauf sie hoffen.

Fragen Sie bei einem vertrauten Ort nach dem, was erhalten werden kann. Eine gewohnte Besuchsverbindung lässt sich vielleicht fortführen; eine Tätigkeit könnte einen neuen Platz finden. Manches bleibt an das Haus gebunden. Dafür darf Trauer entstehen, auch wenn die Entscheidung sinnvoll erscheint. Ein Abschied muss emotional nicht abgeschlossen sein, bevor die Suche nach einer anderen Wohnung beginnen kann.

Frau Berger erlebt eine andere Spannung. Die Aussicht auf einen Umbau erleichtert sie, doch sie möchte aus dieser Erleichterung keine voreilige Zusage machen. Sie weiß inzwischen genauer, weshalb das Bleiben zu ihr passen könnte. Jetzt braucht sie die fehlenden Grundlagen. Ihre vorläufige Tendenz lautet daher: „Umbau weiterprüfen, wenn Umfang und Belastung in meinem Rahmen bleiben." Damit ist eine Richtung gewählt, ohne offene Fragen zu überspringen.

Aus der Tendenz einen Prüfauftrag machen

Schreiben Sie unter Ihre Matrix einen kurzen Entscheidungssatz. Benennen Sie die bevorzugte Variante und den wichtigsten Grund dafür. Ergänzen Sie anschließend die Bedingung, unter der diese Richtung Bestand hat. Ein möglicher Satz lautet: „Ich verfolge den Umzug in eine Wohnung im bisherigen Viertel weiter, weil ich meine täglichen Wege auf einer Ebene bewältigen möchte." Danach steht, was noch bestätigt werden muss.

Ordnen Sie jeder offenen Kernfrage eine Person und einen Termin zu. Das kann ein Gesprächstermin zur baulichen Machbarkeit sein oder die Nachfrage nach einem konkreten Wohnangebot. Halten Sie den nächsten Schritt überschaubar. Eine lange Sammlung unerledigter Aufgaben erzeugt leicht neuen Druck, während eine geklärte Schlüsselfrage den gesamten Vergleich voranbringen kann.

Bewahren Sie auch die Gründe gegen Ihre bevorzugte Variante auf. Später helfen sie zu erkennen, ob eine zugesagte Verbesserung tatsächlich erreicht wird oder ob der Plan angepasst werden muss. Ihre Matrix bleibt ein Arbeitsdokument. Mit neuen Informationen dürfen Bewertungen wechseln, ohne dass die bisherige Überlegung wertlos wird.

Bei den Lindners liegt nun die Suche nach einer geeigneten Wohnung oben auf dem Tisch. Frau Berger bereitet die genauere Prüfung ihres Umbaus vor. Beide Wege brauchen als Nächstes eine Rechnung, die einmalige Ausgaben und den laufenden Lebensunterhalt zusammenführt. Denn eine räumlich passende Lösung soll auch finanziell genügend Luft zum Leben lassen. Dafür wird aus der vorläufigen Kostenzeile nun ein eigener, sorgfältig aufgebauter Budgetplan.

Kapitel 13: Kosten, Zuschüsse und Förderung: Finanzierung klug planen

„Wenn der Umbau gefördert wird, kann ich ihn mir leisten." Dieser Gedanke liegt nahe. Er überspringt allerdings die eigentliche Rechnung: Ein Zuschuss kann einen Teil der Ausgaben auffangen, während der verbleibende Betrag und spätere laufende Kosten weiterhin aus dem eigenen Haushalt bezahlt werden müssen. Außerdem kann zwischen einer Rechnung und der Auszahlung einer Förderung Zeit liegen. Das Geld fehlt dann trotzdem. Eine tragfähige Finanzierung beginnt deshalb bei dem, was Sie selbst aufbringen können, und untersucht anschließend, welche Unterstützung hinzukommen könnte.

Vielleicht haben Sie nach der bisherigen Abwägung eine bevorzugte Richtung. Nun soll sich zeigen, ob diese Richtung finanziell genügend Bewegungsfreiheit lässt. Dafür brauchen Sie keine besondere Begabung für Zahlen. Hilfreich sind vollständige Unterlagen und die Bereitschaft, offene Beträge vorerst als offen zu kennzeichnen. Die folgenden Personen und sämtliche Rechenbeträge sind erfundene Beispiele; sie bilden weder Marktpreise noch tatsächlich bewilligte Leistungen ab. Aktuelle Förderbedingungen und rechtliche Aussagen sind als **factsToVerify** gekennzeichnet und vor einer Entscheidung zu prüfen.

Was Ihr Haushalt tatsächlich tragen kann

Beginnen Sie mit den regelmäßigen Einnahmen, die Ihnen nach Abzügen zur Verfügung stehen. Nehmen Sie dafür Ihre Kontoauszüge zur Hand, möglichst über ein vollständiges Jahr. Ein einzelner Monat kann täuschen, weil manche Zahlungen nur gelegentlich eingehen und manche Rechnungen einmal jährlich fällig werden. Übertragen Sie verlässliche Einnahmen in eine monatliche Übersicht. Erwartete Geschenke oder mögliche Verkaufserlöse erhalten einen gesonderten Vermerk, solange sie ungewiss sind.

Daneben stehen Ihre heutigen Ausgaben. Erfassen Sie zunächst die Wohnkosten und anschließend den übrigen Lebensunterhalt, einschließlich der Beträge, die Sie für persönliche Gewohnheiten ausgeben möchten. Der Besuch bei einer Freundin kostet vielleicht eine Fahrkarte; das Schwimmen verlangt einen Eintritt. Solche Ausgaben gehören zu Ihrem Leben. Wenn eine neue Wohnlösung nur funktioniert, nachdem alle angenehmen Tätigkeiten aus der Rechnung gestrichen wurden, verdient der Plan eine gründliche Überarbeitung.

Jährliche Zahlungen teilen Sie für die Monatsübersicht durch zwölf. Bei unregelmäßigen Ausgaben hilft der Rückblick auf tatsächlich bezahlte Rechnungen, etwa für Reparaturen oder Ersatzanschaffungen. Eine solche Monatsumrechnung glättet den Überblick, verändert aber keinen Zahlungstermin. Die Versicherungsrechnung wird weiterhin auf einmal fällig. Deshalb braucht Ihr Budget neben dem monatlichen Durchschnitt auch einen Kalender für größere Abbuchungen.

Was nach diesen Ausgaben übrig bleibt, ist zunächst ein rechnerischer Spielraum. Prüfen Sie ihn am Alltag: Bleibt dieser Betrag gewöhnlich auf dem Konto, oder verschwindet er durch Ausgaben, die Sie noch nicht erfasst haben? Hier lohnt Genauigkeit. Erst wenn sich die Rechnung mit Ihrer Erfahrung verträgt, lässt sich beurteilen, welche zusätzliche monatliche Belastung möglich wäre und welcher Abstand zu Ihrer persönlichen Belastungsgrenze bleiben soll.

Bei Paaren gehört außerdem eine vertrauliche Frage auf den Tisch: Wie würde die Rechnung aussehen, wenn später nur eine Person den Haushalt führt? Manche Ausgaben würden sinken, andere blieben nahezu unverändert. Für mögliche Veränderungen der Einnahmen brauchen Sie belastbare individuelle Auskünfte. **factsToVerify: Ansprüche und Beträge etwaiger Hinterbliebenenleistungen sind bei den zuständigen Versorgungsträgern persönlich zu klären.** Tragen Sie bis dahin keine vermuteten Leistungen als gesicherte Einnahme ein.

Erspartes hat verschiedene Aufgaben

Ein Kontostand beantwortet noch nicht, welcher Betrag für einen Umbau verfügbar ist. Vielleicht ist ein Teil des Geldes für eine absehbare Reparatur vorgesehen, ein anderer soll als Reserve für unerwartete Ausgaben erhalten bleiben. Geben Sie diesen Beträgen auf Ihrem Blatt einen Zweck. Das schafft Übersicht. Erst der verbleibende, tatsächlich verfügbare Anteil kommt als Eigenmittel für die Wohnentscheidung infrage.

Unterscheiden Sie dabei zwischen Vermögen und Geld, auf das Sie zum erforderlichen Zeitpunkt zugreifen können. Eine Wohnung kann einen erheblichen Wert haben und trotzdem keine Handwerkerrechnung bezahlen, solange kein entsprechender Geldzufluss organisiert ist. Auch gebundene Geldanlagen stehen möglicherweise erst später zur Verfügung. Für Ihre Planung zählt deshalb neben jedem Betrag ein Datum. Ein erwarteter Erlös gehört mit seinen noch offenen Voraussetzungen in die Rechnung.

Manche Menschen möchten Erspartes möglichst unangetastet lassen. Andere empfinden es als sinnvoll, einen Teil davon für einen leichteren Alltag einzusetzen. Beides verdient ein ruhiges Gespräch über die eigenen Absichten. Frau Berger könnte sich beispielsweise fragen, welcher Betrag ihr nach dem Umbau noch genügend Sicherheit geben würde und welche Verbesserung ihr die Ausgabe wert ist. Eine allgemeine richtige Reserve gibt es für diese persönliche Abwägung nicht.

Falls Angehörige Geld anbieten, sollte der Umfang früh geklärt werden. Handelt es sich um eine einmalige Hilfe oder um regelmäßig erwartete Zahlungen? Könnte die Unterstützung ausfallen? **factsToVerify: Die rechtliche und steuerliche Einordnung einer Schenkung oder eines privaten**

Darlehens einschließlich der erforderlichen Vereinbarungen ist individuell zu prüfen. Für die Budgetarbeit genügt zunächst eine klare Trennung zwischen verbindlich geklärten Mitteln und einem freundlichen, bislang unverbindlichen Angebot.

Den Umbau vollständig erfassen

Beim Umbau fällt der Blick häufig zuerst auf das sichtbare Ergebnis. Eine neue Dusche lässt sich leichter vorstellen als die Vorbereitung des Untergrunds. Doch auch Planung und begleitende Arbeiten müssen bezahlt werden. Bitten Sie deshalb um eine Beschreibung des gesamten Vorhabens vom ersten vorbereitenden Handgriff bis zum wieder nutzbaren Raum. Wo Zuständigkeiten zwischen Betrieben wechseln, sollte erkennbar sein, wer die Übergabe organisiert.

Zu den leicht übersehenen Aufwendungen gehören beispielsweise Demontage und Entsorgung. Hinzukommen können Arbeiten an angrenzenden Flächen, die im ersten Gespräch kaum erwähnt wurden. Wird nach einer Türverbreiterung auch die Wand fertiggestellt? Ist der Bodenanschluss enthalten? Solche Fragen wirken klein, bis mehrere davon offenbleiben und nachträglich eigene Rechnungen erzeugen. Notieren Sie ungeklärte Positionen ausdrücklich, auch wenn noch kein Betrag vorliegt.

Die Bauzeit besitzt ebenfalls eine finanzielle Seite. Vielleicht können Sie während der Arbeiten zu Hause bleiben, brauchen aber vorübergehend zusätzliche Hilfe. Vielleicht ist eine andere Unterkunft erforderlich, samt Fahrten zwischen beiden Orten. Beschreiben Sie den vorgesehenen Ablauf möglichst konkret. Wer morgens keinen nutzbaren Küchenbereich hat, benötigt eine realistische Lösung für Mahlzeiten; die pauschale Annahme, das werde sich schon finden, verschiebt lediglich eine Ausgabe aus dem Budget in den Alltag.

Für Arbeiten am bestehenden Gebäude können Befunde erst bei näherer Untersuchung sichtbar werden. Klären Sie vorab, welche Unsicherheiten sich durch eine Besichtigung oder gezielte Prüfung verringern lassen. Das kostet möglicherweise selbst Geld, kann aber die Planung verbessern. Eine ungeklärte Leitung ist kein ausreichender Grund, beliebig hohe Reserven anzusetzen. Sie ist zunächst eine konkrete Frage an den zuständigen Fachbetrieb.

Auch der Umzug hat einen Übergang

Auf der Umzugsseite beginnt die Rechnung ebenfalls vor dem eigentlichen Transport. Besichtigungsfahrten und Vorbereitung können Ausgaben verursachen, ebenso das Einpacken, wenn Sie dafür Hilfe beauftragen. Eine kleinere Wohnung benötigt möglicherweise andere Möbel oder eine angepasste Küche. Überlegen Sie deshalb früh, was tatsächlich mitkommt. Ein günstiger Transportpreis sagt wenig über die Gesamtausgaben aus, wenn notwendige Anpassungen am neuen Ort fehlen.

Besonders aufmerksam sollten Sie den Zeitraum betrachten, in dem alte und neue Wohnung gleichzeitig Kosten verursachen. Eine Überschneidung kann organisatorisch entlasten, muss aber finanzierbar sein. Tragen Sie dafür konkrete Monate ein. **factsToVerify: Welche Mietzahlungen, Renovierungs- oder Rückgabeverpflichtungen tatsächlich bestehen, ergibt sich aus den jeweiligen Verträgen und der aktuellen Rechtslage und ist gesondert zu prüfen.** Die rechtliche Klärung folgt im nächsten Kapitel; hier erhält der noch offene Betrag seinen Platz.

Eine Kaution oder genossenschaftliche Beteiligung unterscheidet sich von einer verbrauchten Umzugsausgabe. Zunächst wird dafür trotzdem Geld gebraucht. **factsToVerify: Höhe, Fälligkeit und Rückzahlungsbedingungen solcher Beträge sind anhand des konkreten Vertrags zu prüfen.** Führen Sie gebundene Mittel deshalb gesondert auf. Eine erwartete Rückzahlung aus dem bisherigen Wohnverhältnis darf erst dann eine frühere Zahlung decken, wenn der zeitliche Ablauf tatsächlich zusammenpasst.

Bei einem Immobilienkauf oder Verkauf kommen weitere Fragen hinzu. Lassen Sie sich sämtliche Transaktionskosten und bestehende finanzielle Verpflichtungen für Ihren Fall darstellen, bevor Sie mit einem frei verfügbaren Verkaufserlös rechnen. **factsToVerify: Nebenkosten, mögliche Steuern und Kosten einer vorzeitigen Kreditablösung sind individuell fachlich zu klären.** Eine

allgemeine Beispielrechnung kann diese Beträge nicht zuverlässig liefern. Sie kann aber verhindern, dass sie vollständig vergessen werden.

Angebote so lesen, dass sie vergleichbar werden

Ein schriftliches Angebot sollte erkennen lassen, welche Leistung Sie für welchen Betrag erhalten sollen. Dafür brauchen Sie mehr als die Überschrift „Bad altersgerecht umbauen“. Lassen Sie den geplanten Umfang konkret beschreiben, einschließlich der vorbereitenden Arbeiten und der Fertigstellung. Vergleichen Sie möglichst auf derselben Grundlage. Wenn ein Betrieb die Entsorgung einrechnet und ein anderer sie ausnimmt, stehen unter beiden Angeboten zwar Summen, aber unterschiedliche Leistungen.

Bitten Sie um einen Gesamtbetrag einschließlich der für Sie anfallenden Umsatzsteuer und um eine erkennbare Trennung wichtiger Kostenpositionen. Prüfen Sie außerdem, wo geschätzte Mengen oder Stundenansätze verwendet werden. Das ist zulässig zu hinterfragen. Eine Position nach tatsächlichem Aufwand lässt die Endsumme zunächst offen; deshalb sollten Sie verstehen, welche Annahme dahintersteht und wie über zusätzliche Arbeiten gesprochen wird.

Ein vereinbarter Festpreis kann die Planung erleichtern, wenn sein Leistungsumfang hinreichend genau beschrieben ist. Das Wort allein genügt nicht. **factsToVerify: Verbindlichkeit, Ausnahmen und die Behandlung von Leistungsänderungen richten sich nach der konkreten Vereinbarung und sind bei Unklarheiten rechtlich zu prüfen.** Für Ihr Gespräch mit dem Betrieb bedeutet das: Welche Arbeiten sind eingeschlossen, welche ausdrücklich ausgenommen, und wie soll eine notwendige Änderung vor ihrer Ausführung abgestimmt werden?

In einem typischen Fall wirkt Angebot A zunächst deutlich günstiger. Erst beim Lesen fällt auf, dass der elektrische Anschluss und die Wiederherstellung angrenzender Wände fehlen. Angebot B enthält beide Positionen. Der Preisabstand schrumpft. Entscheidend für Ihre Rechnung ist der Betrag, der für das vollständig nutzbare Ergebnis voraussichtlich erforderlich wird; dafür müssen Sie fehlende Leistungen ergänzen lassen und verbleibende Unsicherheiten sichtbar halten.

Achten Sie auch auf den Zahlungsplan. Eine hohe frühe Zahlung bindet Geld, bevor Sie das fertige Ergebnis nutzen können, und muss in Ihrem Zeitplan berücksichtigt werden. Fragen Sie nach dem Anlass jeder Teilzahlung und nach dem vorgesehenen Leistungsstand. **factsToVerify: Fälligkeit, Angemessenheit und Absicherung von Voraus- oder Abschlagszahlungen sind vertragsbezogen zu prüfen.** Unterschreiben Sie erst, wenn Sie sowohl den Umfang als auch den Zahlungsablauf verstanden haben.

Eine Reserve mit nachvollziehbarem Zweck

Für eine erste Arbeitsrechnung können Sie zusätzlich zehn bis fünfzehn Prozent der geschätzten Umbau- oder Umzugsausgaben als Planungspuffer ansetzen. Dieser Bereich ist eine Rechenhilfe dieses Buches, keine fachlich garantierte Reserve. Er sagt auch nichts darüber aus, wie stark ein bestimmtes Vorhaben teurer werden könnte. **factsToVerify: Die tatsächlichen Kostenansätze und ein angemessener Puffer sind anhand des konkreten Leistungsumfangs und der erkennbaren Risiken zu überprüfen.**

Bei einem fiktiven Vorhaben mit geschätzten Ausgaben von 20.000 Euro entspräche ein Puffer von fünfzehn Prozent weiteren 3.000 Euro. Die vorläufige Finanzierung müsste somit 23.000 Euro tragen können. Das Beispiel ist frei gewählt. Wenn bereits eine notwendige Zusatzarbeit bekannt ist, gehört deren geschätzter Preis in die Grundrechnung; sie sollte nicht unter dem unbestimmten Wort „Reserve“ verschwinden.

Halten Sie diesen Projektpuffer von Ihrer allgemeinen Haushaltsreserve getrennt. Sonst wird derselbe Betrag womöglich zweimal verplant. Eine unerwartete Baurechnung und eine private Ersatzanschaffung können im selben Monat anfallen. Lassen Sie sich bei größeren baulichen Unsicherheiten auch sagen, welche Untersuchung zunächst nötig wäre. Ein pauschaler Prozentsatz kann fehlende Kenntnisse über das Gebäude nur begrenzt auffangen.

Fördermöglichkeiten nach ihrer Aufgabe ordnen

Förderung wird übersichtlicher, wenn Sie zunächst zwischen einem Zuschuss und einem Kredit unterscheiden. Ein Zuschuss kann bei erfüllten Bedingungen einen Teil der anerkannten Ausgaben abdecken; ein Kredit verschafft Geld, das nach den vereinbarten Konditionen zurückgezahlt werden muss. Die Wirkungen auf Ihren Haushalt unterscheiden sich erheblich. Eine kleinere eigene Anfangszahlung kann bei einem Darlehen mit einer langjährigen monatlichen Verpflichtung verbunden sein.

Für den Barriereabbau sind die KfW-Förderangebote ein möglicher Rechercheweg. **factsToVerify: Die KfW führt den Kredit „Altersgerecht Umbauen“ unter der Programmnummer 159; aktuelle Verfügbarkeit, Höchstbetrag, Zinsen, Antragsweg und technische Förderanforderungen sind vor einer Planung anhand der geltenden Produktunterlagen zu bestätigen.** Der Name eines Programms erlaubt keine Aussage darüber, ob Ihre konkrete Maßnahme oder Ihre persönliche Finanzierung dafür infrage kommt. Maßgeblich sind die Unterlagen zum KfW-Kredit Altersgerecht Umbauen.

Beim Zuschuss ist besondere Aktualität erforderlich. **factsToVerify: Die beim Quellenabruf am 7. September 2026 verfügbare KfW-Produktseite zum Investitionszuschuss 455-B nennt ausgeschöpfte Mittel und keine Möglichkeit für neue Anträge; eine spätere Wiedereröffnung und deren Bedingungen müssen unmittelbar bei der KfW geprüft werden.** Ein älterer Prospekt kann daher ein Programm beschreiben, das Sie gegenwärtig nicht beantragen können. Die offizielle Seite zum Zuschuss 455-B ist hierfür der Ausgangspunkt. Tragen Sie eine solche Möglichkeit zunächst mit null Euro in Ihre gesicherte Finanzierung ein.

Ein Kreditangebot beurteilen Sie anhand des vollständigen Zahlungsplans. Lassen Sie sich zeigen, welche Monatsrate wann beginnt und welcher Betrag am Ende einer Zinsbindung noch offen wäre. **factsToVerify: Effektivzins, Laufzeit, mögliche tilgungsfreie Zeiten und weitere Vertragskosten sind im persönlichen Angebot aktuell zu prüfen.** Ein günstiger Anfangszins allein beantwortet Ihre Budgetfrage nicht. Entscheidend ist, ob der gesamte vorgesehene Verlauf zu Ihren verfügbaren Mitteln passt.

Pflegekasse, Landesprogramme und örtliche Hilfen

Eine weitere mögliche Anlaufstelle ist die Pflegekasse. **factsToVerify: Nach den beim Quellenabruf verfügbaren Informationen des Bundesgesundheitsministeriums kommen Zuschüsse zu wohnumfeldverbessernden Maßnahmen für Menschen mit Pflegegrad infrage, wenn die jeweiligen pflegebezogenen Voraussetzungen erfüllt sind; Anspruch, aktuelle Höchstbeträge und der anerkannte Maßnahmenumfang sind persönlich zu prüfen.** Die Informationen des Bundesgesundheitsministeriums zur Wohnungsanpassung erläutern diesen Förderweg. Das höhere Lebensalter allein beantwortet die Anspruchsfrage nicht.

Beschreiben Sie gegenüber der Kasse, welches konkrete Hindernis durch die Anpassung behoben werden soll. Ein Grundriss und ein nachvollziehbares Angebot können das Gespräch erleichtern; welche Unterlagen benötigt werden, erfahren Sie dort. **factsToVerify: Klären Sie außerdem, welche Arbeiten als zusammengehörige Maßnahme bewertet werden und unter welchen Bedingungen später weitere Unterstützung möglich wäre.** Rechnen Sie keinesfalls für jedes Zimmer automatisch mit einem eigenen vollen Zuschuss. Ihre Budgetzeile braucht einen individuell bestätigten Betrag.

Landesprogramme und kommunale Angebote bilden einen weiteren Rechercheweg. **factsToVerify: Ob am Wohnort eine Förderung besteht, wer sie beantragen darf und welche Einkommens- oder Objektvoraussetzungen gelten, ist bei der zuständigen Förderstelle aktuell zu bestätigen.** Für einen ersten Überblick können Sie die Förderdatenbank des Bundes nach Region und Vorhaben durchsuchen. Anschließend gehört die konkrete Frage zur Stelle, die das jeweilige Programm betreut. Ein Suchtreffer ist noch keine Zusage.

Fragen Sie dabei nach der Abgrenzung zu anderen Hilfen. **factsToVerify: Die Kombination mehrerer**

Förderungen, mögliche Obergrenzen und die Zuordnung einzelner Rechnungspositionen müssen bei allen beteiligten Stellen geprüft werden. Es reicht nicht, die jeweils genannten Höchstbeträge zusammenzurechnen. Legen Sie offen, welche weitere Förderung beantragt wird, damit die Auskünfte zu demselben Vorhaben passen und eine unzulässige Mehrfachförderung vermieden werden kann.

Herr Yilmaz lernt die Reihenfolge kennen

Herr Yilmaz möchte im fiktiven Beispiel seine täglichen Wege erleichtern. Er hat ein Angebot eingeholt und vermutet, dass sowohl eine Leistung der Pflegekasse als auch ein Landesprogramm infrage kommen könnten. Die mögliche Kombination gefällt ihm. Als der Betrieb einen freien Termin anbietet, möchte er schnell zusagen, damit sich der Umbau nicht verschiebt. Den Förderantrag könnte er doch anschließend erledigen.

Bei einer Nachfrage erfährt er, dass gerade diese Reihenfolge problematisch sein kann. **factsToVerify: Je nach Förderprogramm kann bereits ein verbindlicher Liefer- oder Leistungsvertrag als Vorhabenbeginn gelten; Antragstellung, notwendige Zusage und zulässige vorbereitende Leistungen sind vor jeder Beauftragung programmspezifisch zu klären.** „Antrag vor Auftrag“ wird für Herrn Yilmaz zur hilfreichen Merkhilfe. Sie ersetzt allerdings die Nachfrage nach dem genauen Verfahren nicht. Auch ein eingereichter Antrag bedeutet noch keine automatische Freigabe.

Zum Glück hat er noch nichts verbindlich beauftragt. Er lässt sich von beiden möglichen Förderstellen erklären, welche Unterlagen fehlen und ob die gedachte Kombination überhaupt zulässig wäre. Die beiden Hilfen bleiben in seiner Rechnung zunächst offen. Dieses Beispiel behauptet keine tatsächlich verfügbare Kombination in einem bestimmten Bundesland. Es zeigt, warum die Reihenfolge zur Finanzierung gehört und weshalb ein freier Handwerkertermin allein noch keinen Beginn rechtfertigt.

Herr Yilmaz legt nun einen Ablauf mit Zuständigkeiten an. Zuerst werden Förderfähigkeit und Kombination geklärt, danach die vollständigen Anträge gestellt; die Beauftragung folgt erst, wenn die jeweils erforderlichen Voraussetzungen bestätigt sind. Den genauen Freigabepunkt trägt er für jedes Programm gesondert ein. Später sollen Rechnungen und erforderliche Nachweise den vereinbarten Leistungen zugeordnet werden. Seine Tochter hilft beim Ordnen, während er die Entscheidungen selbst trifft.

Wohngeld und steuerliche Entlastung richtig einordnen

Während ein Umbauzuschuss auf ein Vorhaben zielt, betrifft Wohngeld die laufenden Wohnkosten. **factsToVerify: Wohngeld kann als Mietzuschuss oder als Lastenzuschuss für selbst genutztes Eigentum infrage kommen; persönliche Berechtigung, anrechenbare Kosten und Höhe sind bei der örtlichen Wohngeldbehörde zu prüfen.** Das zuständige Bundesministerium erläutert die Grundstruktur des Wohngeldes. Für Ihr Budget gehört eine bestätigte laufende Leistung in die betreffenden Monate, mit dem zugehörigen Bewilligungszeitraum.

Eine vorläufige Berechnung kann bei der Orientierung helfen. Sie sollte jedoch als Schätzung erkennbar bleiben. **factsToVerify: Haushaltszusammensetzung, Einkommen, berücksichtigungsfähige Wohnkosten und mögliche Ausschlüsse durch andere Leistungen sind anhand der aktuellen Regeln zu klären.** Übertragen Sie einen bisherigen Wohngeldbetrag daher nicht ungeprüft auf eine neue Wohnung. Auch eine spätere Veränderung des Haushalts kann eine neue Rechnung erforderlich machen.

Bei Handwerkerleistungen wird häufig von „Absetzen“ gesprochen. **factsToVerify: § 35a EStG sieht unter bestimmten Voraussetzungen eine Steuerermäßigung für begünstigte Arbeitskosten vor; Rechnung und Zahlung auf das Konto des Leistungserbringers gehören zu den gesetzlichen Anforderungen. Aktuelle Höchstbeträge und Ihre persönliche steuerliche Wirkung sind fachlich zu prüfen.** Maßgeblich ist die geltende Fassung von § 35a Einkommensteuergesetz. Lassen Sie Arbeitskosten im Rechnungsaufbau nachvollziehbar ausweisen.

Förderung und Steuerermäßigung dürfen dabei nicht gedankenlos addiert werden. **factsToVerify:**

Für öffentlich geförderte Maßnahmen mit zinsverbilligten Darlehen oder steuerfreien Zuschüssen enthält § 35a EStG einen Ausschluss; welche Maßnahme betroffen ist und welche weiteren Aufwendungen gegebenenfalls getrennt zu beurteilen sind, muss individuell geklärt werden. Auch entsteht aus einer möglichen Steuerermäßigung keine sofort verfügbare Baukasse. Individuelle Steuer- und Erbschaftsfragen gehören in qualifizierte Beratung; dieser Ratgeber ersetzt sie ebenso wenig wie Rechtsberatung.

Zehn Jahre auf einem Blatt

Für den Vergleich aus dem vorigen Kapitel erhalten beide Wohnvarianten denselben Zeitraum. Beginnen Sie mit einer einfachen Rechnung in heutigen Preisen: einmalige verbrauchte Ausgaben zuzüglich der laufenden Ausgaben über zehn Jahre, abzüglich bestätigter Zuschüsse. Kennzeichnen Sie diese Rechnung als vereinfachtes Modell. Sie bildet weder zukünftige Preisentwicklungen noch Vermögenswerte vollständig ab, erlaubt aber einen ersten nachvollziehbaren Vergleich unter gleichen Annahmen.

Nehmen wir zwei rein fiktive Varianten ohne Kredit an. Für den Umbau werden einschließlich Projektpuffer 24.000 Euro angesetzt, dazu monatlich 850 Euro für die erfassten Wohnkosten. Über 120 Monate ergeben diese laufenden Ausgaben 102.000 Euro. Zusammen sind es 126.000 Euro. Für den Umzug stehen einmalig 8.000 Euro und monatlich 1.020 Euro in der Rechnung; daraus werden über denselben Zeitraum insgesamt 130.400 Euro.

Der rechnerische Abstand beträgt hier 4.400 Euro. Er ist keine Preisprognose. Bereits eine zusätzliche monatliche Belastung von 50 Euro ergibt über zehn Jahre weitere 6.000 Euro und könnte die Reihenfolge verändern. Das macht laufende Kosten so bedeutsam. Prüfen Sie deshalb bei Serviceangeboten genau, welche wiederkehrenden Leistungen Sie tatsächlich benötigen und welche Ausgaben zusätzlich zum angegebenen Grundpreis entstehen würden.

Für Ihr eigenes Modell legen Sie neben der Ausgangsrechnung eine vorsichtigere Variante an. Sie könnten beispielsweise höhere laufende Kosten oder einen späteren Beginn der gewünschten Wohnlösung unterstellen. Diese Annahmen erhalten eine klare Beschriftung. Preissteigerungen werden bei Bedarf Jahr für Jahr berechnet, sodass ein erhöhter Vorjahresbetrag zur Grundlage des nächsten Jahres wird. Eine angenommene Erhöhung ist dabei eine Rechenannahme, keine Vorhersage.

Bei einer Kreditfinanzierung brauchen Sie zwei getrennte Ansichten. Im Kostenvergleich erfassen Sie die Investition und zusätzlich ihre Finanzierungskosten, ohne die Tilgung noch einmal als zweite Investition zu zählen. Im Zahlungsplan stehen dagegen die tatsächliche Kreditauszahlung und sämtliche Raten an ihren jeweiligen Terminen. Halten Sie außerdem die Restschuld nach zehn Jahren fest. Ein noch nicht zurückgezahlter Kredit verschwindet durch das Ende Ihres Vergleichszeitraums nicht.

Gebundene Mittel wie eine Kaution führen Sie ebenfalls außerhalb der verbrauchten Kosten, aber innerhalb des benötigten Geldbestands. Bei Eigentum ergänzen Sie verbleibende Vermögenswerte und Schulden gesondert. Sonst könnte ein Verkauf als scheinbar kostenloser Geldzufluss auftreten, obwohl ihm die Aufgabe eines Vermögenswerts gegenübersteht. Für eine größere Vermögensentscheidung lassen Sie diese erweiterte Gegenüberstellung unabhängig prüfen. Die einfache Haushaltsrechnung bleibt trotzdem wertvoll: Sie zeigt, was monatlich tragbar ist.

Der Monat mit dem höchsten Geldbedarf

Selbst eine überzeugende Zehnjahresrechnung kann an einem einzelnen Zahlungstermin scheitern. Zeichnen Sie deshalb zusätzlich den Zeitraum vom ersten Auftrag bis zur letzten erwarteten Erstattung auf. Unter jeden Monat kommen der verfügbare Anfangsbestand und die vorgesehenen Ein- und Auszahlungen. So wird sichtbar, wann am wenigsten Geld übrig bleibt. Genau dieser Tiefpunkt verdient besondere Aufmerksamkeit.

Im erfundenen Beispiel hat Herr Yilmaz genügend Eigenmittel für seinen erwarteten endgültigen Anteil. Eine Abschlagsrechnung könnte jedoch fällig werden, bevor ein möglicher Zuschuss ausge-

ungen, Nachweisfristen und mögliche Bearbeitungszeiten sind bei der jeweiligen Förderstelle zu klären. Bis der Ablauf bestätigt ist, braucht diese Zwischenzeit eine eigene Lösung. Ein bewilligter Betrag und verfügbares Geld auf dem Konto sind zu unterschiedlichen Zeitpunkten möglich.

Am Ende Ihrer Budgetarbeit sollte jede wesentliche Zahl eine Herkunft haben: ein schriftliches Angebot oder eine ausdrücklich benannte Annahme. Daneben stehen Datum und nächster Prüftermin. Offene Fördermöglichkeiten bleiben getrennt von gesicherten Mitteln, und für die erforderlichen Anträge ist eine Reihenfolge festgehalten. Damit kann Frau Berger ihren Umbau weiterverfolgen und zugleich erkennen, bei welchem Betrag sie den Umfang neu besprechen müsste.

Nun liegt die Wohnentscheidung auch finanziell genauer vor Ihnen. Vielleicht passt der bevorzugte Weg, vielleicht verlangt er eine kleinere erste Etappe oder ein anderes Angebot. Vor einer Unterschrift bleibt jedoch eine weitere Grundlage zu klären: Welche Veränderungen dürfen Sie veranlassen, welche Zustimmung brauchen Sie, und welche Verpflichtungen entstehen aus Ihrer Wohnsituation? Dafür wandert neben den Budgetplan jetzt der Mietvertrag oder die Eigentumsunterlage.

Kapitel 14: Miete oder Eigentum: Rechte, Pflichten, Möglichkeiten

Der Schlüssel allein genügt nicht.

Er öffnet die Wohnungstür, beantwortet aber noch keine Frage nach einem Wanddurchbruch oder einem späteren Wohnrecht. Nach der finanziellen Planung kommen deshalb die Unterlagen auf den Tisch, die das Wohnen rechtlich tragen. Vielleicht ist es ein Mietvertrag mit handschriftlichen Ergänzungen. Vielleicht eine notarielle Urkunde, deren letzte Seiten Sie seit Jahren nicht gelesen haben. Jetzt lohnt sich die erneute Beschäftigung damit, denn manche gewünschte Veränderung hängt an einer Zustimmung, während andere Möglichkeiten bisher ungenutzt geblieben sind.

Dabei müssen Sie keine juristische Fachsprache beherrschen. Sie brauchen zunächst Klarheit darüber, auf welcher Grundlage Sie wohnen und welche konkrete Veränderung Sie erwägen. „Ich möchte meine Wohnung anpassen“ ist ein verständlicher Wunsch. „Ich möchte die Badezimmertür verbreitern und dafür einen Teil der Wand verändern“ ergibt bereits eine prüfbare Frage. Je genauer Ihr Vorhaben beschrieben ist, desto hilfreicher kann eine fachliche Antwort ausfallen.

Die folgenden Erläuterungen beziehen sich auf Deutschland und ersetzen keine Rechts- oder Steuerberatung. Rechtliche Aussagen und vertragsabhängige Punkte sind mit **factsToVerify** gekennzeichnet; sie müssen anhand der geltenden Vorschriften und Ihrer Unterlagen geprüft werden. Die Beispiele sind fiktiv. Sie zeigen typische Entscheidungssituationen, ohne eine bestimmte rechtliche Lösung für Ihren eigenen Fall vorwegzunehmen.

Zuerst klären, auf welcher Grundlage Sie wohnen

Beginnen Sie mit einem Blatt, auf das Sie Ihre Wohnsituation in einem Satz schreiben. Etwa: „Ich wohne mit meinem Mann zur Miete; wir haben beide den Vertrag unterschrieben.“ Oder: „Die Wohnung gehört inzwischen meiner Tochter; ich habe mir bei der Übertragung ein Wohnrecht vorbehalten.“ Schon dabei kann eine Unsicherheit auftauchen. Stehen tatsächlich beide Namen im Vertrag? Was genau wurde seinerzeit zum Wohnrecht vereinbart? Solche Lücken verdienen eine Markierung, bevor Sie weitere Pläne darauf aufbauen.

factsToVerify: Für die rechtliche Einordnung zählen die maßgeblichen Verträge und gegebenenfalls Grundbucheintragungen einschließlich der zugrunde liegenden Urkunden. Eine familiäre Bezeichnung wie „unser Haus“ sagt noch nicht, wem welche Rechte zustehen. Lassen Sie bei Unklarheiten feststellen, wer Eigentümer ist, wer mitentscheiden muss und welche Nutzungsrechte bestehen. Das gilt auch bei gemeinsam geerbten Immobilien oder mehreren Eigentümern außerhalb einer Wohnungseigentümergemeinschaft. Die passende Ausgangsfrage lautet: „Wer darf hier welche Entscheidung treffen?“

Suchen Sie die Unterlagen zusammen, ohne sofort jede Seite verstehen zu wollen. Für eine Mietwohnung gehören dazu der Vertrag und spätere Ergänzungen, bei Wohnungseigentum insbesondere die Teilungserklärung und vorhandene Beschlüsse zum betroffenen Gebäudebereich. Zur übertragenen Immobilie gehört die Übertragungsurkunde. Legen Sie eine kurze Beschreibung Ihres Vorhabens dazu. Originale bleiben sicher verwahrt; für erste Gespräche können Sie geordnete Kopien bereithalten und sensible Angaben nur dort weitergeben, wo sie benötigt werden.

Ein Datum hilft. Schreiben Sie auf Ihr Arbeitsblatt, wann Sie die Unterlagen zuletzt geprüft haben und welche Auskunft noch fehlt. So wird aus einem alten Ordner eine brauchbare Grundlage für die Wohnentscheidung. Die Eigentümerin einer Erdgeschosswohnung braucht andere Antworten als ein Mieter, der eine Rampe vor dem gemeinsamen Hauseingang benötigt. Beide können gezielt weiterarbeiten, sobald ihre Ausgangslage feststeht.

Die Mietwohnung anpassen: Was braucht eine Erlaubnis?

factsToVerify: Größere bauliche Eingriffe in eine Mietwohnung sollten grundsätzlich vorab mit dem Vermieter abgestimmt und rechtlich auf ihre Zustimmungspflicht geprüft werden. Davon zu unterscheiden sind gewöhnliche Nutzung und kleinere Veränderungen, deren Einordnung vom Eingriff und vom Vertrag abhängt. Ein umgestellter Sessel wirft andere Fragen auf als eine entfernte Badewanne. Auch bei einem Haltegriff kommt es darauf an, wie und wo er befestigt werden soll. Die bloße Möglichkeit, etwas später wieder abzubauen, beantwortet die Erlaubnisfrage noch nicht.

Für das erste Gespräch beschreiben Sie die gewünschte Verbesserung aus Ihrem Alltag heraus. Herr Aydin könnte schreiben, dass ihn die vorhandene Schwelle beim Zugang zum Bad behindert und er ihren fachgerechten Abbau prüfen lassen möchte. Dazu legt er ein Foto und eine kurze Beschreibung des vorgesehenen Eingriffs. Das ist überschaubar. Der Vermieter muss nun keine unbekannte Komplettsanierung beurteilen, sondern kann sich mit einer bestimmten Maßnahme befassen.

factsToVerify: § 554 BGB eröffnet einen Anspruch auf Erlaubnis baulicher Veränderungen, die dem Gebrauch durch Menschen mit Behinderungen dienen. Dieser Anspruch hat Grenzen, wenn die Veränderung dem Vermieter unter Berücksichtigung der Mieterinteressen nicht zugemutet werden kann. Er ist außerdem keine pauschale Verpflichtung des Vermieters, den gewünschten Umbau zu bezahlen. Ob Ihr Vorhaben darunter fällt und welche Interessen abzuwägen sind, muss im konkreten Fall geklärt werden. Ausgangspunkt ist § 554 Bürgerliches Gesetzbuch.

Aus dieser Grundlage entsteht ein sinnvoller Beratungsauftrag. Fragen Sie, wie der Bedarf für die beantragte Anpassung nachvollziehbar beschrieben werden kann und welche Informationen dafür tatsächlich erforderlich sind. Ein vollständiger medizinischer Lebenslauf gehört nicht vorsorglich an jedes Anschreiben. Erläutern Sie zunächst das Hindernis und die geplante Lösung. Falls weitere Nachweise nötig erscheinen, können Sie deren Umfang gezielt klären lassen.

factsToVerify: Ein möglicher Anspruch auf Zustimmung ersetzt die erforderliche Erlaubnis nicht. Lassen Sie bei einer Ablehnung die Begründung und die rechtlichen Durchsetzungsmöglichkeiten prüfen, bevor Sie Arbeiten beginnen. Auch ein unbeantwortetes Schreiben sollten Sie nicht als Freigabe behandeln. Für Herrn Aydin bedeutet das: Der Handwerker kann den Eingriff beschreiben und ein Angebot erstellen; der verbindliche Ausführungstermin folgt erst nach Klärung der erforderlichen Zustimmungen und der bereits besprochenen Fördervoraussetzungen.

Die Vereinbarung muss über den Einbautag hinausreichen

Eine mündliche Verständigung kann freundlich verlaufen und trotzdem wesentliche Fragen offenlassen. „Machen Sie ruhig“ sagt wenig darüber aus, welcher Entwurf gemeint ist. Bitten Sie deshalb um eine schriftliche Vereinbarung, die auf die konkrete Planung Bezug nimmt. Darin sollte auch stehen, wer die Arbeiten beauftragt und wie Än-

einsame Erinnerung. Nach mehreren Jahren lässt sich eine beigefügte Zeichnung leichter nachvollziehen als ein Gespräch im Treppenhaus.

factsToVerify: Eine erteilte Umbauerlaubnis bedeutet nicht automatisch, dass beim Auszug jeder Rückbau entfällt oder ein Ausgleich für zurückbleibende Einbauten entsteht. Maßgeblich sind die Vereinbarung und die rechtliche Bewertung des Einzelfalls. Lassen Sie deshalb ausdrücklich regeln, was bei Beendigung des Mietverhältnisses mit der Anpassung geschehen soll. Der Deutsche Mieterbund behandelt diesen Zusammenhang in seinen Fachinformationen zum selbstbestimmten Wohnen im Alter; ältere Gesetzesverweise darin benötigen einen Abgleich mit dem geltenden Recht.

Bei einer bodengleichen Dusche wäre die Rückbaufrage besonders anschaulich. Soll später tatsächlich wieder eine Wanne eingebaut werden? Wer würde das bezahlen? Vielleicht lässt sich vereinbaren, dass die fachgerecht ausgeführte Dusche verbleibt. Vielleicht möchte der Vermieter zunächst genauere Angaben zur Ausführung. Halten Sie die Antwort fest, bevor aus der heutigen Verbesserung eine unbekannte spätere Verpflichtung wird, die in Ihrem Budget bislang keinen Platz hat.

factsToVerify: § 554 BGB sieht vor, dass sich der Mieter im Zusammenhang mit der Veränderung zur Leistung einer besonderen Sicherheit verpflichten kann. Ob und wie eine solche Absicherung vereinbart wird, ist gesondert zu prüfen. Sie ist von den eigentlichen Umbaukosten zu unterscheiden. Lassen Sie Zweck und Freigabebedingungen verständlich erläutern und übertragen Sie einen vereinbarten Betrag in Ihren Zahlungsplan. Auch hierfür ist die aktuelle Fassung von § 554 BGB maßgeblich.

Denken Sie ebenso an die Nutzung nach dem Umbau. Wer ist Ansprechpartner, wenn eine eingebaute Vorrichtung ausfällt? Welche Unterlagen und Wartungshinweise erhalten Sie? **factsToVerify:** Zuständigkeiten für Instandhaltung, Schäden und gegebenenfalls Versicherungsschutz sollten passend zur konkreten Vereinbarung rechtlich geprüft werden. Eine Zustimmung zur Montage beantwortet diese Folgefragen nicht vollständig.

Praktisch hilft eine gemeinsame Durchsicht des fertigen Ergebnisses mit Fotos, auf denen der vereinbarte Zustand erkennbar ist.

Wenn der Vermieter modernisiert

Bisher ging es um eine Veränderung, die von Ihnen ausgeht. Eine andere Situation entsteht, wenn der Vermieter selbst einen Umbau ankündigt. Vielleicht soll der Hauseingang angepasst werden, vielleicht kommt ein Aufzug hinzu. Das kann Ihren Alltag erleichtern und zugleich neue Fragen zur Monatsmiete auslösen. Lassen Sie sich deshalb sowohl den vorgesehenen Nutzen als auch die finanziellen Folgen erklären. Beides gehört auf dasselbe Blatt.

factsToVerify: Für Modernisierungsankündigungen bestehen gesetzliche Anforderungen an Inhalt und zeitlichen Vorlauf; Ausnahmen sind möglich. Dazu gehören grundsätzlich Angaben zu Art und Umfang sowie zum vorgesehenen Ablauf. Auch eine erwartete Mieterhöhung und künftige Betriebskosten können mitzuteilen sein. Die Einzelheiten stehen in § 555c BGB. Prüfen Sie eine erhaltene Ankündigung zeitnah, damit offene Fragen während der Planung geklärt werden können.

factsToVerify: Unter gesetzlichen Voraussetzungen können bestimmte Modernisierungskosten eine Mieterhöhung begründen. Kostenanteile für ohnehin erforderliche Erhaltung sind dabei gesondert zu behandeln; zudem gelten Berechnungsregeln und Begrenzungen. Ob der angekündigte Badumbau oder Lift eine zulässige Erhöhung auslöst, lässt sich daher aus der Gesamtrechnung des Betriebs allein nicht ablesen. Lassen Sie die aktuelle Anwendung von § 559 BGB und der ergänzenden Vorschriften auf Ihr Mietverhältnis prüfen. Ein von Ihnen bezahlter Umbau darf in dieser Betrachtung nicht gedankenlos mit einer vom Vermieter finanzierten Modernisierung gleichgesetzt werden.

Vielleicht ist die angekündigte Bauphase für Sie schwer zu bewältigen. Ein zeitweise gesperrtes Bad kann ganz andere Folgen haben, wenn die Körperpflege nur mit Unterstützung gelingt. **factsToVerify:** Das Gesetz unterscheidet Härtegründe gegen die Durchführung von Modernisierungsarbeiten und die Bewertung einer finanziellen Härte

durch eine Mieterhöhung. Für Mitteilungen können Formvorgaben und Fristen gelten. Die Grundlage bildet § 555d BGB; lassen Sie Zugang und Inhalt des Schreibens sowie Ihre persönlichen Umstände rechtzeitig prüfen.

Warten Sie damit nicht bis zum ersten Bautag. Notieren Sie, wann das Schreiben angekommen ist, und bewahren Sie den Umschlag auf. Ein Mieterverein oder eine auf Mietrecht spezialisierte Kanzlei kann anhand der Unterlagen gezielter helfen als auf Grundlage einer telefonischen Erinnerung. **factsToVerify:** Leistungsumfang, Kosten und gegebenenfalls Voraussetzungen einer Beratung durch einen Mieterverein sind örtlich zu erfragen. Nehmen Sie neben dem Vertrag auch Ihre konkreten Fragen und die bisherige Korrespondenz mit.

Eine Auseinandersetzung muss nicht sofort verhärten. Bitten Sie zunächst um eine nachvollziehbare Begründung oder eine ergänzende Planung, wenn genau diese fehlt. Herr Aydin könnte etwa erfahren, dass die erste Schwellenlösung wegen des Bodenaufbaus problematisch erscheint, eine andere Ausführung aber besprochen werden kann. Bleibt der Konflikt bestehen, hilft die fachliche Prüfung beim nächsten Schritt. Sie müssen dafür weder auf jeden Wunsch verzichten noch jede Unstimmigkeit selbst juristisch austragen.

Eigentum: Die Wohnung gehört Ihnen, das Gebäude gehört zusammen

Bei Frau Berger steht nun ihre Eigentumswohnung im Mittelpunkt. Der geplante Badumbau betrifft zunächst Räume, die sie allein nutzt. Trotzdem möchte der beauftragte Planer wissen, welche Wand verändert werden soll und wo gemeinsame Leitungen verlaufen. Eine vernünftige Frage. Eigentum erleichtert manche Entscheidung, hebt die baulichen Zusammenhänge eines Hauses jedoch nicht auf.

factsToVerify: Im Wohnungseigentum wird zwischen Sondereigentum und Gemeinschaftseigentum unterschieden. Gebäudeteile, die für Bestand oder Sicherheit erforderlich sind, können auch innerhalb einer Wohnung Gemeinschaftseigentum sein. Die räumliche Lage allein entscheidet deshalb nicht über die Zuständigkeit. Lassen Sie die betroffenen Bauteile anhand der Teilungserklärung und der gesetzlichen Vorgaben einordnen. Die Grundlage enthält § 5 Wohnungseigentumsgesetz.

Für Ihre Planung genügt zunächst eine farbige Markierung im Grundriss. Welche Arbeiten betreffen Oberflächen, welche reichen in Wände oder Leitungswege hinein? Bitten Sie den Fachbetrieb, diese Unterschiede verständlich zu beschreiben. Damit kann die Verwaltung erkennen, welche Unterlagen für die weitere Abstimmung benötigt werden. Frau Berger vermeidet auf diese Weise, einen vermeintlich kleinen Eingriff zu beauftragen, dessen Auswirkungen erst während der Bauarbeiten sichtbar werden.

factsToVerify: Für bauliche Veränderungen des Gemeinschaftseigentums ist grundsätzlich eine Beschlussfassung erforderlich. § 20 WEG sieht außerdem Ansprüche auf angemessene Veränderungen vor, die dem Gebrauch durch Menschen mit Behinderungen dienen; über die Durchführung ist zu beschließen. Grenzen betreffen unter anderem grundlegende Umgestaltungen und unbillige Benachteiligungen. Die konkrete Anwendung auf einen Lift oder eine Rampe muss fachlich geprüft werden. Maßgeblich ist § 20 WEG.

Der Antrag an die Gemeinschaft sollte das Vorhaben anschaulich machen. Eine Skizze mit Lage und Abmessungen hilft mehr als der Satz „Ich brauche einen Lift“. Ergänzen Sie Angaben zur Nutzung und zu den vorgesehenen Zuständigkeiten. Fragen Sie die Verwaltung früh nach dem Ablauf bis zur Beschlussfassung. So können fehlende technische Informationen beschafft werden, bevor die Eigentümerinnen und Eigentümer über einen Entwurf sprechen sollen, den niemand ausreichend kennt.

factsToVerify: Ein Beschluss zugunsten einer Maßnahme bedeutet nicht automatisch, dass alle Eigentümer ihre Kosten gemeinsam tragen. § 21 WEG enthält unterschiedliche Regeln zur Verteilung von Kosten und Nutzungen; bei einer auf Verlangen eines Eigentümers gestatteten Maßnahme kann die Kostentragung gerade bei diesem liegen. Lassen Sie auch die Behandlung späterer Betriebs- und Erhaltungskosten klären. Die Grundlage bietet § 21 WEG. Für Ihre Entscheidung

zählt die Belastung während der Nutzung ebenso wie die erste Rechnung.

Mitunter treffen Mietrecht und Wohnungseigentumsrecht aufeinander. **factsToVerify:** Wer eine Eigentumswohnung gemietet hat und eine Veränderung am Gemeinschaftseigentum benötigt, muss die mietrechtliche Erlaubnis und die erforderliche Entscheidung innerhalb der Eigentümergemeinschaft aufeinander abstimmen lassen. Die Zustimmung des vermietenden Eigentümers ersetzt nicht ohne Weiteres einen notwendigen Gemeinschaftsbeschluss. Klären Sie deshalb früh, wer den Antrag auf welcher Ebene verfolgt. Sonst warten Beteiligte möglicherweise aufeinander, obwohl niemand den nächsten Schritt übernommen hat.

Welche Grenzen auch beim eigenen Haus bleiben

Beim allein gehaltenen Haus fällt die Abstimmung mit einer Wohnungseigentümergemeinschaft weg. Dafür stehen andere Unterlagen im Vordergrund. **factsToVerify:** Öffentliches Baurecht und gegebenenfalls Denkmalschutz oder Rechte Dritter können einen Umbau begrenzen. Ob eine Genehmigung oder weitere Nachweise erforderlich sind, hängt vom Vorhaben und vom Standort ab. Lassen Sie das für einen Außenlift, einen Anbau oder eine neue Wohneinheit vor Ort klären. Eine private Zustimmung und eine baurechtliche Zulässigkeit beantworten unterschiedliche Fragen.

Die Trennung hilft auch im Gespräch mit Fachleuten. Ein Betrieb kann erläutern, wie sich eine Rampe technisch herstellen ließe. Damit ist noch offen, ob die vorgesehene Fläche dafür genutzt werden darf. Umgekehrt belegt eine behördliche Auskunft nicht, dass der konkrete Aufbau für Ihre täglichen Wege gut funktioniert. Bewahren Sie die Antworten deshalb mit ihrer jeweiligen Zuständigkeit auf. Eine umfassend klingende mündliche Zusage sollte nicht sämtliche Prüfungen ersetzen.

factsToVerify: Bei Streit über eine verweigerte bauliche Veränderung sind neben dem Gesetz auch die aktuelle Rechtsprechung und die konkrete Planung zu berücksichtigen. Für die Beratung im Wohnungseigentumsrecht sind beispielsweise die BGH-Entscheidungen vom 9. Februar 2024, V ZR 244/22 und V ZR 33/23, zur Barrierereduzierung einschlägige Ausgangspunkte; ihre Übertragbarkeit und spätere Entwicklungen müssen geprüft werden. Die Entscheidung V ZR 244/22 betrifft einen konkreten Aufzugsfall. Ein Aktenzeichen ist ein Recherchehinweis, keine persönliche Baufreigabe.

Wohnrecht und Nießbrauch: Auch den späteren Auszug mitdenken

Frau Conrad hat ihr Haus im fiktiven Beispiel vor Jahren auf ihre Tochter übertragen. Dabei wurde ein Wohnrecht vereinbart. Beide verstehen sich gut, und bisher gab es keinen Anlass, die Urkunde erneut zu lesen. Nun erwägt Frau Conrad eine kleinere Wohnung in der Nähe ihrer Schwester. Sie geht davon aus, dass ihre bisherigen Räume anschließend vermietet werden könnten und die Einnahmen ihre neue Miete mittragen würden. Genau diese Annahme lässt sie prüfen.

factsToVerify: Ein dingliches Wohnungsrecht nach § 1093 BGB ermöglicht die Nutzung eines Gebäudes oder Gebäudeteils als Wohnung unter Ausschluss des Eigentümers. Welche Räume und Mitbenutzungsrechte erfasst sind, ergibt sich aus seiner Ausgestaltung. Die Vorschrift berücksichtigt auch die Aufnahme von Familie und erforderlichen Pflegepersonen. Ein allgemeines Recht zur Vermietung lässt sich daraus jedoch nicht ohne Weiteres ableiten. Ausgangspunkt der Prüfung ist § 1093 BGB.

Beim Lesen stellt Frau Conrad fest, dass ihre Urkunde den dauerhaften eigenen Gebrauch beschreibt, aber ihre Vorstellung einer späteren Vermietung nicht ausdrücklich aufnimmt. Das überrascht sie. Ihre Tochter hatte ebenfalls angenommen, man könne die Einnahmen bei Bedarf einfach der Mutter zuordnen. Nun haben beide eine konkrete Frage für die Beratung: Welche Nutzung ist mit dem bestehenden Recht zulässig, und welche zusätzliche Vereinbarung wäre gegebenenfalls erforderlich? Der gute Wille bleibt hilfreich, bekommt aber eine belastbare Grundlage.

factsToVerify: Ein persönlicher Auszug beendet ein eingetragenes Wohnungsrecht nicht automatisch in jedem Fall. Ebenso entsteht aus der fehlenden Nutzung nicht automatisch ein Anspruch auf Auszahlung seines Werts. Vertragsinhalt und

rechtliche Umstände sind dafür maßgeblich. Lassen Sie bei einem geplanten dauerhaften Umzug ausdrücklich prüfen, ob das Recht fortbesteht und welche Gestaltungsmöglichkeiten bestehen. Für Frau Conrad wäre es verfrüht, mit Mieteinnahmen oder einer Abfindung zu rechnen, bevor diese Frage geklärt ist.

Ein Nießbrauch eröffnet einen anderen Ausgangspunkt. **factsToVerify:** Er umfasst grundsätzlich das Recht, Nutzungen aus einer Sache zu ziehen; bei einer Immobilie kann dazu auch Vermietung gehören. Der Umfang lässt sich jedoch ausgestalten und begrenzen. Das Recht selbst ist grundsätzlich nicht übertragbar, während seine Ausübung einem anderen überlassen werden kann. Die gesetzlichen Ausgangspunkte finden sich in § 1030 BGB und § 1059 BGB. Welche Einnahmen und Verpflichtungen daraus in Ihrem Fall folgen, gehört in die Beratung.

Für eine geplante Übertragung sollten Sie daher den Alltag nach einem möglichen Auszug mitbesprechen. Wer kümmert sich um die Räume, wenn Sie längere Zeit anderswo wohnen? Wie soll eine Vermietung organisiert werden? **factsToVerify:** Kostenverteilung und Befugnisse müssen zum gewählten Recht und zur Urkunde passen; ein Nießbrauch ist nicht automatisch von laufenden Lasten frei. Lassen Sie sich die Folgen an Ihrem Gebäude erklären. Die passendere Gestaltung ergibt sich aus Ihren Absichten, nicht aus dem vertrauteren Begriff.

factsToVerify: Die Absicherung eines Wohnungsrechts oder Nießbrauchs hängt auch von Grundbucheintragung und Rang gegenüber anderen Rechten ab. Ein späterer Eigentümerwechsel oder eine Zwangsversteigerung verlangt deshalb eine gesonderte Prüfung. Besprechen Sie außerdem, was für eine mitwohnende Partnerin oder einen Partner gilt. Der Satz „lebenslang abgesichert“ sollte anhand dieser Situationen erklärt werden können. Unterschreiben Sie insbesondere einen Rangrücktritt oder eine Löschungsbewilligung erst, wenn Sie deren Folgen verstanden haben.

Frau Conrad und ihre Tochter gehen mit zwei beschriebenen Zukunftssituationen zum Termin: einem vorübergehenden Aufenthalt außerhalb des Hauses und einem dauerhaften Umzug. Dazu nehmen sie die vollständige Übertragungsurkunde mit. **factsToVerify:** Mögliche steuerliche Folgen einer Änderung sowie Fragen zu früheren Schenkungen und etwaigen Rückforderungsrechten benötigen individuelle fachliche Prüfung. Die Familie entscheidet erst danach, ob die vorhandene Regelung genügt. Eine vorschnelle Aufgabe des Wohnrechts würde die Klärung unnötig erschweren.

Einen Teil vermieten und selbst kleiner wohnen

Vielleicht möchten Sie Eigentum behalten und zugleich weniger Fläche bewirtschaften. In einem typischen Fall zieht eine Eigentümerin in die kleinere Erdgeschosseinheit ihres Hauses und vermietet die bisherige Familienwohnung darüber. Ein solches Wechselmodell kann räumlich passen. Es verändert allerdings den Alltag: Aus selten genutzten Zimmern wird Wohnraum anderer Menschen, mit eigenen Gewohnheiten und berechtigten Erwartungen. Überlegen Sie deshalb auch, ob Sie Vermieteraufgaben selbst übernehmen möchten oder Unterstützung dafür brauchen.

factsToVerify: Eine Aufteilung oder veränderte Nutzung muss baurechtlich zulässig sein; der Mietvertrag begründet zudem Verpflichtungen gegenüber den Mietern. Mietgestaltung und Betriebskostenabrechnung sind ebenso zu prüfen wie die Möglichkeiten einer späteren Beendigung. Vermietete Räume stehen bei eigenem Mehrbedarf nicht kurzfristig nach Belieben wieder zur Verfügung. Lassen Sie deshalb gerade die Frage klären, was geschieht, wenn Sie die Räume später für sich oder eine Unterstützungsperson benötigen. Eine erhoffte Flexibilität muss rechtlich zur Vertragsgestaltung passen.

factsToVerify: Bei einer Mietwohnung kann § 553 BGB unter Voraussetzungen einen Anspruch auf Erlaubnis zur Überlassung eines Teils des Wohnraums eröffnen, wenn nach Vertragsschluss ein berechtigtes Interesse entsteht. Die vollständige Überlassung der Wohnung ist davon zu unterscheiden. Ablehnungsgründe und gegebenenfalls eine angemessene Mieterhöhung sind fallbezogen zu prüfen. Fragen Sie vor einer verbindlichen Zusage an einen Untermieter nach der erforderlichen Erlaubnis. Grundlage ist § 553 BGB.

Auch „Wohnen gegen Hilfe“ braucht verständliche Grenzen. Ein wöchentlicher Einkauf ist etwas anderes als die Erwartung, bei jedem nächtlichen Klingeln verfügbar zu sein. Schreiben Sie die tatsächlich gewünschte Unterstützung zunächst in gewöhnlichen Worten auf. **factsToVerify:** Anschließend müssen mietrechtliche und gegebenenfalls arbeits-, sozialversicherungs- oder steuerrechtliche Fragen der Vereinbarung geklärt werden. Eine freundlich formulierte Hilfezusage schafft für sich genommen keine verlässliche pflegerische Versorgung.

Eigentum zu Geld machen: Was geben Sie dafür ab?

Ein Haus kann wertvoll sein und dennoch zu wenig verfügbares Geld für den Alltag lassen. Diese Spannung ist real. Bevor Sie ein Finanzierungsmodell betrachten, formulieren Sie den Zweck des benötigten Betrags: Soll eine einmalige Anpassung bezahlt werden oder eine dauerhaft bestehende monatliche Lücke? Anschließend fragen Sie, wie lange Sie voraussichtlich dort wohnen möchten. Ein Vertrag, der auf langjähriges Bleiben ausgerichtet ist, verdient besondere Prüfung, wenn ein Umzug bereits ernsthaft erwogen wird.

factsToVerify: Beim gewerblichen Immobilien-Teilverkauf wird ein Anteil am Eigentum an einen Anbieter verkauft; für die weitere Nutzung wird häufig ein laufendes Entgelt vereinbart. Hinzukommen können weitere vertragliche Belastungen und Regelungen zur Instandhaltung oder zum späteren Verkauf. Umfang und Veränderbarkeit dieser Pflichten sind im vollständigen Vertragswerk zu prüfen. Die Verbraucherzentrale erläutert typische Risiken des Teilverkaufs. Eine große Auszahlung auf der ersten Angebotsseite beschreibt den wirtschaftlichen Verlauf nur unvollständig.

Lassen Sie sich deshalb einen späteren Ausstieg vorrechnen. Was bliebe Ihnen, wenn das Haus nach einigen Jahren verkauft würde und sein Wert kaum gestiegen wäre? Welcher Betrag wäre bei einem Rückkauf aufzubringen? **factsToVerify:** Mindestvergütungen für den Anbieter und zusätzliche Abwicklungsentgelte können das Ergebnis beeinflussen; ihre konkrete Vereinbarung und rechtliche Wirksamkeit sind zu prüfen. Bestehen Sie auf einer Rechnung mit sämtlichen Abzügen. Ein zugesagter Eigentumsanteil lässt noch keinen verlässlichen Schluss auf Ihren späteren Nettoerlös zu.

factsToVerify: Beim Teilverkauf müssen außerdem die Absicherung des weiteren Wohnens, Folgen von Zahlungsproblemen und die Situation bei einer Insolvenz des Anbieters rechtlich untersucht werden. Welche Verbraucherschutzvorschriften auf die Vertragsgestaltung anwendbar sind, bedarf aktueller fachlicher Prüfung. Die rechtliche Einordnung solcher Modelle wird kontrovers diskutiert. Eine notarielle Beurkundung ersetzt dabei Ihre unabhängige wirtschaftliche Bewertung nicht. Für die Vorbereitung bietet die BaFin eine Checkliste zum Immobilienteilverkauf.

Nehmen Sie den Entwurf mit nach Hause. Bitten Sie eine unabhängige Beratung darum, die ungünstigen Situationen ebenso zu betrachten wie den vorgesehenen Normalverlauf. Ein Angehöriger kann beim Lesen helfen und offene Stellen markieren; für die abschließende Vertragsbewertung braucht es passende Fachkenntnis. Entscheiden Sie auch, welchen verbleibenden Handlungsspielraum Sie mindestens behalten möchten. Die Möglichkeit, später umzuziehen, verdient dabei ebenso viel Aufmerksamkeit wie die heutige Auszahlung.

Umkehrhypothek und Verkauf gegen laufende Zahlungen

factsToVerify: Eine Umkehrhypothek ist im Grundmodell eine durch die Immobilie abgesicherte Kreditgestaltung. Eigentum bleibt zunächst erhalten; aufgeschobene Zinsen und weitere Auszahlungen können die Schuld wachsen lassen. Wann Rückzahlung verlangt wird und welche Rolle Auszug oder Tod spielen, hängt vom Vertrag ab. Auch die tatsächliche Verfügbarkeit entsprechender Angebote in Deutschland ist aktuell zu prüfen. Die Verbraucherzentrale beschreibt das Grundmodell der Umkehrhypothek.

Lassen Sie sich die Entwicklung der Schuld zu mehreren Zeitpunkten zeigen. Eine Auszahlung fühlt sich unmittelbar nützlich an, während auflaufende Zinsen erst auf dem Papier sichtbar werden. Genau dort gehören sie hin. **factsToVerify:** Prüfen Sie Laufzeit und Zinsbindung sowie die

Regelungen zur Haftung, insbesondere wenn der spätere Immobilienerlös zur Rückzahlung nicht genügt. Übertragen Sie Zusicherungen eines anderen Produkts niemals ungeprüft auf das vorliegende Angebot. Der Name allein beschreibt seine Grenzen nicht.

factsToVerify: Bei einem Immobilienverkauf gegen Leibrente wird dagegen Eigentum übertragen und eine wiederkehrende Zahlung vereinbart, gegebenenfalls verbunden mit einem Wohnungsrecht. Dauer und Absicherung der Zahlungen sowie die Folgen eines Zahlungsausfalls müssen konkret geprüft werden. Gleiches gilt für Rechte einer überlebenden Partnerperson. Die Verbraucherzentrale erläutert Unterschiede zwischen Umkehrhypothek und Leibrente. Hinter ähnlich klingender Werbung können damit sehr verschiedene Bindungen stehen.

Vergleichen Sie solche Angebote auch mit dem vollständigen Verkauf und einem passenden neuen Zuhause oder einer gewöhnlichen Immobilienfinanzierung, sofern diese persönlich infrage kommt. Vielleicht ergibt sich dabei eine klare Präferenz. Vielleicht zeigt sich, dass die gewünschte Auszahlung mit einem zu großen Verlust an Bewegungsfreiheit verbunden wäre. Ihre Wohnkriterien behalten hier Gewicht. Eine wirtschaftlich mögliche Vereinbarung muss auch zu dem Leben passen, das Sie führen möchten.

Mit konkreten Fachfragen zum Beratungstermin

Ihr Arbeitsblatt kann inzwischen präziser werden. Oben steht Ihre rechtliche Wohnsituation, darunter die geplante Veränderung. Ergänzen Sie, welche Zustimmung bereits vorliegt und welche Verpflichtung noch ungeklärt ist. Für Herrn Aydin könnte die Hauptfrage lauten: „Wie vereinbaren wir den Schwellenabbau einschließlich der späteren Rückgabe?“ Frau Berger braucht Klarheit darüber, ob ihr Entwurf Gemeinschaftseigentum berührt. Frau Conrad möchte wissen, welche Möglichkeiten ihr Wohnrecht bei einem dauerhaften Umzug lässt.

Begrenzen Sie den ersten Termin auf die Fragen, von denen Ihre nächste Entscheidung abhängt. Ein vollständiger Vertragsentwurf hilft dabei mehr als einzelne herauskopierte Sätze. Bitten Sie um verständliche Erläuterungen und halten Sie fest, welche Antwort gesichert ist und welche weitere Prüfung verlangt. Eine kurze Rückfrage ist erlaubt. Sie sollten anschließend in eigenen Worten erklären können, was Sie veranlassen dürfen und welche Bindung damit verbunden wäre.

Zum Schluss des Gesprächs vereinbaren Sie den nächsten konkreten Schritt. Vielleicht wird eine Umbauvereinbarung überarbeitet, vielleicht eine zusätzliche Urkunde angefordert. Übernehmen Sie die daraus entstehenden Kosten und Termine in Ihre vorhandene Planung. So erhält die bevorzugte Wohnlösung nach und nach einen Rahmen, auf den Sie sich stützen können. Offene Rechtsfragen bleiben sichtbar, bis sie tatsächlich beantwortet sind.

Bei Frau Conrad führt die Beratung zunächst dazu, dass sie ihre Umzugsrechnung ohne unbestätigte Mieteinnahmen neu betrachtet. Frau Berger kann ihren Entwurf mit der Verwaltung abstimmen. Beide wissen nun genauer, welche Möglichkeiten ihr Zuhause bietet. Doch selbst geklärte Rechte übernehmen keinen Einkauf und helfen morgens nicht beim Anziehen. Sobald solche Tätigkeiten Unterstützung verlangen, muss die Wohnentscheidung um Menschen und Dienste ergänzt werden, die im Alltag tatsächlich erreichbar sind.

Kapitel 15: Wenn Unterstützung nötig wird: Pflege und Hilfe im Alltag

Die Einkaufstasche steht noch vor der Wohnungstür. Herr Nowak hat sie nach seiner Knieoperation bis hierher bekommen; jetzt möchte er erst einmal sitzen. In diesem fiktiven Beispiel klappt die persönliche Versorgung bereits wieder selbstständig, doch Einkaufen und Putzen strengen ihn vorübergehend zu sehr an. Seine Frau kann die schweren Arbeiten ebenfalls nicht übernehmen. Als eine Haushaltshilfe beim nächsten Besuch die Lebensmittel einräumt, zeigt er ihr, wohin die Kaffeepackung gehört. Darüber möchte er weiterhin selbst bestimmen.

Diese kleine Szene enthält bereits eine wesentliche Frage: Welche Unterstützung erleichtert das Leben, während die eigenen Gewohnheiten ihren Platz behalten? Herr Nowak braucht zunächst Entlastung bei bestimmten Aufgaben. Die Wohnung aufzugeben steht für ihn deshalb noch gar nicht zur Debatte. Allerdings muss jemand zuverlässig kommen. Ein freundliches „Melden Sie sich, wenn etwas ist“ hilft wenig, wenn am Donnerstag der Kühlschrank leer ist und niemand weiß, wer einkaufen geht.

Hilfe anzunehmen kann sich ungewohnt anfühlen. Plötzlich öffnet eine fremde Person den Küchenschrank, und eine bisher selbstverständliche Tätigkeit wird zum Gesprächsthema. Geben Sie dieser Veränderung Raum. Sie dürfen erklären, wie Sie Ihren Haushalt führen möchten, und zugleich ausprobieren, welche Aufgaben Sie abgeben können. Die folgenden Beispiele sind erfunden; die Erläuterungen zu Leistungen beziehen sich auf Deutschland und ersetzen keine individuelle Rechts- oder Medizinberatung. Veränderliche Voraussetzungen und Leistungsregeln stehen als **factsToVerify** im Text und müssen vor ihrer Nutzung aktuell geprüft werden.

Welche Hilfe fehlt tatsächlich?

Beginnen Sie mit einer gewöhnlichen Woche. Schreiben Sie auf, bei welcher Tätigkeit Unterstützung fehlt und was daran schwierig geworden ist. „Der Haushalt geht nicht mehr“ ist als Gefühl verständlich, für die Organisation aber zu ungenau. Vielleicht gelingt das Frühstück gut, während das Wechseln der Bettwäsche zu viel Kraft kostet. Vielleicht bereitet jemand gern das Essen zu, braucht jedoch Begleitung zum Geschäft. Solche Unterschiede bestimmen, welche Hilfe passt und wie häufig sie gebraucht wird.

Alltagshilfe umfasst hier beispielsweise Unterstützung beim Haushalt oder Begleitung außer Haus. Bei körperbezogener Pflege geht es unter anderem um Hilfe beim Waschen und Anziehen. Die Grenze im Erleben verläuft oft fließend: Wer die Kleidung bereitlegt, unterstützt anders als jemand, der beim Anziehen unmittelbar helfen muss. Beschreiben Sie deshalb den Handgriff. Aus dieser Beschreibung lässt sich gemeinsam mit einer Fachperson ableiten, welche Kenntnisse erforderlich sind und wer die Aufgabe zuverlässig übernehmen kann.

Daneben steht die medizinische Behandlungspflege, etwa ein fachgerecht auszuführender Verbandwechsel. Sie folgt einem eigenen Versorgungsweg. **factsToVerify:** Ärztlich verordnete häusliche Krankenpflege kann unter bestimmten Voraussetzungen über die gesetzliche Krankenversicherung erfolgen; Verordnung, Genehmigung und mögliche Zuzahlungen sind individuell zu klären. Ein Pflegegrad ist dafür nicht pauschal Voraussetzung. Die Informationen des Bundesgesundheitsministeriums zur häuslichen Krankenpflege erläutern die Abgrenzung. Für Ihre Planung bedeutet das: Lassen Sie medizinisch erforderliche Tätigkeiten gesondert prüfen, auch wenn derselbe Dienst weitere Hilfen übernimmt.

Achten Sie außerdem auf Unterstützung, die leicht übersehen wird. Eine Person kann körperlich in der Lage sein, sich anzuziehen, und dennoch regelmäßige Anleitung benötigen, damit sie überhaupt beginnt oder die Reihenfolge findet. Ein anderer Mensch braucht jemanden, der beim Essen dabeibleibt. Solche Hilfe verbraucht Zeit. Schreiben Sie daher auch auf, wann Erinnerung oder Anwesenheit erforderlich sind, ohne daraus selbst eine Diagnose abzuleiten. Bei ungeklärten Veränderungen gehört die medizinische Einordnung in ärztliche Hände.

Herr Nowak und seine Frau halten zunächst fest, welche Arbeiten liegen bleiben und welche weiterhin gelingen. Sie vermerken ebenso, was er selbst übernehmen möchte, auch wenn es länger dauert. Das schützt vor einem häufigen Missverständnis: Eine Hilfe, die aus Eile alles erledigt, kann dem Betroffenen Tätigkeiten abnehmen, an denen ihm viel liegt. Vereinbaren Sie ausdrücklich, wo gemeinsames Tun erwünscht ist. Ein langsamer Handgriff darf seinen Platz behalten, wenn er unter den gegebenen Umständen gut möglich ist.

Vorübergehend eingeschränkt oder länger auf Unterstützung angewiesen?

Nach einem Krankenhausaufenthalt steht häufig zuerst die nächste Woche im Vordergrund. Wer bringt Lebensmittel, und ist das Badezimmer zu

ehende Haushaltshilfe passt im Beispiel zu einer überschaubaren Lücke. Daraus folgt keine allgemeine Empfehlung für die Zeit nach einer Knieoperation. Welche Versorgung erforderlich ist, muss anhand des persönlichen Zustands und der häuslichen Situation geklärt werden. Die Art des Eingriffs allein beantwortet diese Frage nicht.

factsToVerify: Bei voraussichtlichem Unterstützungsbedarf nach einem Krankenhausaufenthalt gehört die Organisation der Anschlussversorgung zum Entlassmanagement. Welche Leistungen veranlasst werden können und welche Einwilligungen erforderlich sind, ist mit dem Krankenhaus zu besprechen. Das Bundesgesundheitsministerium beschreibt die Aufgaben des Entlassmanagements. Sprechen Sie vorhandene Lücken möglichst früh an. Der Satz „Meine Frau ist zu Hause“ reicht als Versorgungsbeschreibung kaum aus, wenn sie selbst keine schweren Arbeiten übernehmen kann.

factsToVerify: Nach schwerer Krankheit oder akuter Verschlimmerung können unter Voraussetzungen auch ohne längerfristigen Pflegebedarf Leistungen der Krankenversicherung infrage kommen, darunter Haushaltshilfe oder Kurzzeitpflege. Falls erforderliche Anschlussleistungen unmittelbar nach dem Krankenhaus nicht ausreichend organisiert werden können, ist gegebenenfalls Übergangspflege zu prüfen. Anspruch und Dauer müssen persönlich bestätigt werden. Die BMG-Erläuterungen zu Hilfen nach Krankheit bieten einen Ausgangspunkt. Verlassen Sie sich deshalb weder auf eine vermutete Kostenübernahme noch auf die Annahme, ohne Pflegegrad gebe es grundsätzlich keine Hilfe.

Bei Herrn Nowak lässt die anfängliche Einschränkung nach. Die Haushaltshilfe wird wieder beendet, sobald die vereinbarten Aufgaben anderweitig bewältigt werden können. Ein Jahr später zeigt sich im fiktiven Verlauf ein anderer Bedarf: Morgens braucht er regelmäßig Unterstützung bei der Körperpflege. Jetzt wird neu hingeschaut. Die frühere Lösung erhält keinen automatischen Dauerauftrag; Herr Nowak und seine Frau beschreiben die veränderte Situation und lassen klären, welche Versorgung diesmal erforderlich ist.

Was ein Pflegegrad aussagt

factsToVerify: Die Pflegeversicherung unterscheidet fünf Pflegegrade. Für die Einstufung zählt das Ausmaß gesundheitlich bedingter Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit oder Fähigkeiten; der Hilfebedarf muss voraussichtlich mindestens sechs Monate bestehen. Eine bestimmte Diagnose führt deshalb nicht automatisch zu einem bestimmten Pflegegrad. Die aktuelle Definition und ihre Anwendung erläutert das Bundesgesundheitsministerium zur Pflegebedürftigkeit. Besprechen Sie die voraussichtliche Dauer mit den zuständigen Fachpersonen, ohne erst sechs Monate abzuwarten, bevor Sie sich beraten lassen.

Für den eigenen Blick hilft eine einfache Frage: Was gelingt im tatsächlichen Alltag ohne personelle Unterstützung? Denken Sie dabei über die Gehfähigkeit hinaus. Wer allein durchs Zimmer geht, kann bei der Orientierung erhebliche Hilfe benötigen; wer beim Aufstehen Unterstützung braucht, entscheidet möglicherweise sämtliche Angelegenheiten selbst. Der Pflegegrad beschreibt keine Persönlichkeit. Er sagt auch nichts darüber aus, wie viel Mitbestimmung einem Menschen zusteht oder welche Interessen ihm weiterhin Freude machen.

factsToVerify: Das Begutachtungsinstrument betrachtet mehrere Lebensbereiche, darunter Mobilität und Selbstversorgung, außerdem kognitive beziehungsweise kommunikative Fähigkeiten, Verhaltensweisen sowie den Umgang mit krankheitsbedingten Anforderungen und die Alltagsgestaltung. Die Bereiche werden unterschiedlich gewichtet; eine einfache Addition selbst beobachteter Schwierigkeiten ergibt daher keinen verlässlichen Pflegegrad. Die BMG-Darstellung des Begutachtungsinstruments erklärt die Grundstruktur. Für Ihre Vorbereitung genügt zunächst, den Hilfebedarf nachvollziehbar zu schildern. Eine selbst berechnete Punktzahl ist dafür entbehrlich.

factsToVerify: Leistungen der Pflegeversicherung müssen beantragt werden. Bei gesetzlich Versicherten ist die Pflegekasse der Ansprechpartner; sie veranlasst üblicherweise die Begutachtung durch den Medizinischen Dienst. Privat Versicherte wenden sich an ihr Pflegeversicherungsunternehmen, bei dem der entsprechende Begutachtungsweg zu erfragen ist. Verfahren und mögliche

beschleunigte Abläufe beschreibt das Bundesgesundheitsministerium zur Begutachtung. Notieren Sie das Antragsdatum und bewahren Sie eine Eingangsbestätigung auf, damit der Verlauf nachvollziehbar bleibt.

Den Alltag bei der Begutachtung sichtbar machen

Vor einem Begutachtungstermin müssen Sie Ihre Wohnung weder besonders herrichten noch Schwierigkeiten vorführen. Hilfreicher ist eine ehrliche Vorbereitung. Halten Sie über mehrere gewöhnliche Tage fest, wobei jemand hilft und wie diese Hilfe aussieht. Schreiben Sie beispielsweise: „Beim Waschen des Unterkörpers unterstützt mich meine Frau.“ Ergänzen Sie, ob dies regelmäßig erforderlich ist oder nur gelegentlich. Auch nächtlicher Bedarf gehört auf das Blatt, weil er bei einem Gespräch am Vormittag sonst leicht unsichtbar bleibt.

Manche Menschen möchten beim Termin zeigen, was noch geht. Das ist verständlich. Wenn Herr Nowak jedoch sagt, das Anziehen gelinge allein, während seine Frau jeden Morgen dabei hilft, entsteht ein unvollständiges Bild. Beschreiben Sie gute und schwierige Tage nebeneinander. Erklären Sie auch, wenn eine Tätigkeit nur deshalb gelingt, weil zuvor jemand alles vorbereitet hat, und halten Sie fest, welche Unterstützung Sie tatsächlich erhalten, obwohl sie inzwischen selbstverständlich geworden ist.

Eine vertraute Person kann auf Ihren Wunsch beim Gespräch ergänzen. Sie sollte Ihnen das Wort lassen und konkrete Beobachtungen beitragen. „Das stimmt überhaupt nicht“ verletzt leichter, als es klärt. Besser wäre: „Gestern habe ich beim Aufstehen geholfen; solche Tage kommen derzeit öfter vor.“ Legen Sie vorhandene relevante Unterlagen bereit und fragen Sie im Vorfeld nach, welche benötigt werden. **factsToVerify:** Ob die Begutachtung vor Ort oder unter zulässigen Voraussetzungen in einem anderen Format erfolgt, ist anhand des aktuellen Verfahrens zu bestätigen.

factsToVerify: Nach der Entscheidung sollten Bescheid und Gutachten auf ihre Nachvollziehbarkeit geprüft werden. Bei einer aus Ihrer Sicht unzutreffenden Einstufung kommen Rechtsbehelfe infrage; beachten Sie insbesondere die konkrete Rechtsbehelfsbelehrung und lassen Sie sich rechtzeitig beraten. Bei später verändertem Bedarf kann eine erneute Einstufung beantragt werden. Die Informationen zu Pflegegraden auf gesund.bund.de bieten weitere Orientierung. Eine Ablehnung beantwortet außerdem nur die geprüfte Leistungsfrage; Ihr tatsächlich bestehender Unterstützungsbedarf verlangt weiterhin eine Lösung.

Pflegegeld und Pflegedienst sinnvoll verbinden

factsToVerify: Pflegegeld unterstützt unter gesetzlichen Voraussetzungen die selbst organisierte häusliche Pflege bei Pflegegrad 2 bis 5. Es wird an die pflegebedürftige Person gezahlt; die erforderliche Versorgung muss damit in geeigneter Weise sichergestellt sein. Höhe und gegebenenfalls verpflichtende Beratungsbesuche sind aktuell zu prüfen. Das Bundesgesundheitsportal erläutert Pflegegeld. Für eine Familie bleibt dabei eine eigene Vereinbarung nötig: Wer übernimmt welche Aufgaben, und welcher Umfang ist für diese Person dauerhaft möglich?

Eine Geldleistung schafft keine zusätzlichen Stunden im Kalender der Tochter. Sie hebt auch die körperlichen Grenzen eines Partners nicht auf. Sprechen Sie daher über die tatsächliche Arbeit, bevor Sie sich auf eine Versorgungsform festlegen. Wer zweimal wöchentlich einkauft, hat etwas anderes zugesagt als tägliche Körperpflege. Hilfe darf begrenzt sein. Eine klare Zusage für einen überschaubaren Bereich trägt oft weiter als ein umfassendes Versprechen, das nach kurzer Zeit nicht mehr eingehalten werden kann.

factsToVerify: Ambulante Pflegesachleistungen stehen unter Voraussetzungen bei Pflegegrad 2 bis 5 für vereinbarte Leistungen zugelassener Dienste zur Verfügung. Dazu können körperbezogene Pflege und pflegerische Betreuung sowie Hilfen bei der Haushaltsführung gehören. Die Pflegeversicherung trägt die anerkannten Kosten innerhalb der geltenden Höchstbeträge; darüber hinaus können eigene Ausgaben entstehen. Die Erläuterungen zu Pflegesachleistungen beschreiben den Leistungsweg. Trotz ihres Namens handelt es sich dabei also um erbrachte Hilfeleistungen, beis-

pielsweise einen vereinbarten morgendlichen Pflegeeinsatz.

factsToVerify: Pflegegeld und ambulante Pflegesachleistungen können als Kombinationsleistung verbunden werden. Dabei vermindert sich das Pflegegeld anteilig entsprechend dem ausgeschöpften Anteil des Sachleistungsanspruchs. Werden in einer rein rechnerischen Veranschaulichung vierzig Prozent des verfügbaren Sachleistungsbetrags genutzt, bleiben grundsätzlich sechzig Prozent des jeweiligen Pflegegeldanspruchs. Die persönliche Abrechnung und aktuelle Bedingungen sind zu bestätigen. Der BMG-Ratgeber Pflege erläutert diesen Zusammenhang. Es wird somit mit Anteilen verschiedener Leistungsbeträge gerechnet, weshalb eine einfache Subtraktion der Dienstrechnung vom Pflegegeld fehlführen würde.

Einen Dienst in den eigenen Alltag aufnehmen

Herr Nowak vereinbart im fiktiven Beispiel einen morgendlichen Einsatz. Seine Frau übernimmt weiterhin einzelne Aufgaben, erhält aber Entlastung bei der Körperpflege. Vor dem ersten Besuch sprechen beide mit dem Dienst darüber, was Herr Nowak selbst tun möchte und wobei er Hilfe braucht. Auch sein Tagesrhythmus kommt zur Sprache. Ein Einsatz sehr früh am Morgen würde zwar organisatorisch eine Lücke schließen, könnte aber schlecht zu seinen Gewohnheiten passen. Deshalb wird ein Zeitfenster gesucht, das der Dienst tatsächlich anbieten kann.

Fragen Sie nach dem vorgesehenen Ablauf und nach möglichen Abweichungen. Wer meldet sich, wenn die Pflegekraft später kommt? Wie erfahren wechselnde Mitarbeitende, welche Handgriffe vereinbart sind? Lassen Sie sich erläutern, wie Beschwerden oder Änderungswünsche aufgenommen werden. Solche Fragen gehören zur Zusammenarbeit. Ebenso dürfen Sie Wünsche bei der Intimpflege ansprechen, auch wenn ein kleiner Dienst nicht jede personelle Präferenz jederzeit erfüllen kann.

factsToVerify: Vor Vertragsabschluss sind der konkrete Leistungsumfang, die voraussichtlichen Eigenkosten und die Abrechnung mit den jeweiligen Kostenträgern zu prüfen. Lassen Sie körperbezogene Pflege und gegebenenfalls gesondert verordnete Behandlungspflege nachvollziehbar zuordnen. Aktuelle Preise und örtliche Kapazitäten müssen direkt bestätigt werden. Eine Leistungszusage der Versicherung sichert noch keinen freien Einsatztermin. Für den Überblick über die ambulanten Möglichkeiten hilft die Darstellung zur Pflege zu Hause auf gesund.bund.de.

Betrachten Sie anschließend die Stunden zwischen den Besuchen. Ein morgendlicher Einsatz deckt keine spontane Hilfe am Nachmittag ab. Herr Nowak und seine Frau prüfen deshalb, welche Tätigkeiten später anfallen und was geschieht, wenn eine davon plötzlich nicht mehr gelingt. Der bekannte Notruf aus Kapitel 8 bleibt eine Ergänzung mit einem bestimmten Alarmablauf. Er übernimmt weder planbare Pflege noch die fortlaufende Anwesenheit, die manche Situationen verlangen.

Entlastung im Haushalt gezielt nutzen

factsToVerify: Für Pflegebedürftige in häuslicher Versorgung gibt es einen zweckgebundenen Entlastungsbetrag, auch bei Pflegegrad 1. Er ist keine frei verfügbare zusätzliche Barauszahlung. Welche Leistungen erstattet werden, welche Anbieter anerkannt sein müssen und welche Übertragungsfristen gelten, ist aktuell zu prüfen. Das Bundesgesundheitsministerium erläutert den Entlastungsbetrag und Alltagsangebote. Fragen Sie vor einer Beauftragung ausdrücklich, ob genau die gewünschte Tätigkeit bei genau diesem Anbieter über diesen Weg abrechenbar ist.

Das wird anschaulich, wenn eine Nachbarin regelmäßig beim Putzen hilft. Ihre Unterstützung kann persönlich wertvoll sein, ohne automatisch die Voraussetzungen einer Kostenerstattung zu erfüllen. **factsToVerify:** Für anerkannte Angebote zur Unterstützung im Alltag gelten landesabhängige Regeln; auch die Anerkennung nachbarschaftlicher Hilfe ist regional zu klären. Eine Pflegeberatung kann den passenden Prüfweg nennen. Vereinbaren Sie außerdem unabhängig von der Finanzierung den Umfang der Hilfe, damit aus gelegentlichem Wischen keine unausgesprochene Erwartung an den gesamten Haushalt entsteht.

Bei Herrn Nowak bleibt die frühere Erfahrung mit der Haushaltshilfe nützlich. Er weiß inzwischen, welche Arbeiten er gern abgibt und was er weiterhin selbst organisiert. Seine Frau merkt, dass ihr ein verlässlicher freier Vormittag mehr Erholung verschafft als mehrere unbestimmte Hilfsangebote. Daraus wird ein konkreter Wunsch an die weitere Planung. Entlastung sollte im Kalender erkennbar werden, einschließlich der Frage, wer während dieser Zeit erreichbar ist und Verantwortung übernimmt.

Wenn die vertraute Pflegeperson ausfällt

Eine pflegende Person kann krank werden oder Urlaub brauchen. Dafür sollte eine Vertretung bekannt sein, bevor die erste Absage nötig wird. Überlegen Sie, wer die pflegebedürftige Person bereits kennt und welche Aufgaben diese Vertretung übernehmen kann. Ein kurzer gemeinsamer Termin kann den Einstieg erleichtern. Dabei werden praktische Einzelheiten sichtbar: Wo liegt die benötigte Kleidung, und welche Unterstützung wird beim Toilettengang gebraucht? Vertrautheit lässt sich vorbereiten, auch wenn sie nicht sofort entsteht.

factsToVerify: Verhinderungspflege dient unter Voraussetzungen der Ersatzversorgung, wenn eine private Pflegeperson vorübergehend verhindert ist. Für Pflegegrad 2 bis 5 steht nach der beim Quellenabruf geltenden Regelung ein gemeinsamer Jahresbetrag mit der Kurzzeitpflege zur Verfügung. Bei nahen Angehörigen oder im selben Haushalt lebenden Ersatzpflegepersonen können besondere Erstattungsgrenzen gelten. Höhe, zeitliche Grenzen und Nachweise sind aktuell zu bestätigen. Die Informationen zur Verhinderungspflege auf gesund.bund.de erläutern diese Unterschiede.

factsToVerify: Seit Juli 2025 werden Verhinderungs- und Kurzzeitpflege aus einem gemeinsamen Jahresbudget finanziert; verbrauchte Mittel fehlen entsprechend für die andere Leistungsart. Auch die jeweils geltenden Fristen zur Erstattung müssen beachtet werden. Lassen Sie sich vor einer längeren Ersatzversorgung den noch verfügbaren Betrag bestätigen. Die aktuelle BMG-Seite zur häuslichen Pflege beschreibt den Zusammenhang. Führen Sie deshalb eine einfache Übersicht über bereits abgerechnete Leistungen, ohne beide Möglichkeiten als voneinander unabhängige volle Geldtöpfe zu verplanen.

Zeitweise an einem anderen Ort versorgt werden

factsToVerify: Kurzzeitpflege ermöglicht unter Voraussetzungen einen befristeten Aufenthalt in einer Pflegeeinrichtung, wenn die häusliche Versorgung vorübergehend nicht ausreichend gelingt. Sie kann beispielsweise nach einem Krankenhausaufenthalt oder während einer Versorgungskrise infrage kommen. Welche Kosten aus dem verfügbaren Leistungsbetrag getragen werden und welche Eigenanteile verbleiben, muss vor der Aufnahme geklärt werden. Unterkunft und Verpflegung sind dabei gesondert zu beachten. Das Bundesgesundheitsportal zur Kurzzeitpflege erläutert die Grundzüge und die Abgrenzung der Kostenträger.

Ein befristeter Aufenthalt braucht eine Vorstellung vom Danach. Vielleicht muss zu Hause erst ein Dienst beginnen; vielleicht wird währenddessen geklärt, ob der bisherige Unterstützungsumfang noch ausreicht. Fragen Sie möglichst früh, wer die Rückkehr vorbereitet. Sonst verstreichen Tage, während dieselbe Versorgungslücke bestehen bleibt. Besprechen Sie mit der Einrichtung auch, welche Gewohnheiten erhalten werden können, damit der Aufenthalt trotz der fremden Umgebung persönliche Anknüpfungspunkte bietet.

Die freie Kapazität entscheidet mit. **factsToVerify:** Verfügbarkeit, Aufnahmebedingungen und aktuelle Eigenkosten eines Kurzzeitpflegeplatzes sind örtlich und für den benötigten Zeitraum zu bestätigen. Eine unverbindliche Auskunft von vor mehreren Monaten genügt bei einem konkreten Bedarf kaum. Halten Sie deshalb mehr als einen möglichen Kontakt bereit. Zugleich sollte eine Übergangslösung zum Versorgungsbedarf passen; ein freies Bett allein beantwortet noch nicht, ob die notwendige Unterstützung dort erbracht werden kann.

Tagespflege als Ergänzung zum Zuhause

Tagespflege verbindet den Aufenthalt in einer Einrichtung während eines Teils des Tages mit

dem weiteren Wohnen zu Hause. Für eine alleinlebende Person kann dabei der gemeinsame Tagesablauf interessant sein, für ein Paar auch die verlässlich freie Zeit des pflegenden Partners. Beides darf Gewicht haben. Wie sich ein solches Angebot anfühlt, lässt sich anhand eines Prospekts nur begrenzt beurteilen. Fragen Sie nach einem Kennenlernen und danach, wie auf persönliche Interessen sowie Rückzugsbedarf eingegangen wird.

factsToVerify: Leistungen der teilstationären Tages- oder Nachtpflege stehen unter Voraussetzungen bei Pflegegrad 2 bis 5 zur Verfügung. Die Leistungshöhe und die Kombination mit häuslichen Leistungen sind aktuell zu prüfen; für Pflegegrad 1 gelten andere Finanzierungsmöglichkeiten. Zusätzlich können eigene Kosten etwa für Verpflegung und Investitionen anfallen. Der BMG-Ratgeber Pflege zur teilstationären Versorgung erläutert die Grundstruktur. Lassen Sie sich für Ihre gewünschten Besuchstage einen vollständigen Kostenplan erstellen.

Prüfen Sie den gesamten Tagesablauf. Wann beginnt die Abholung, wie lange dauert die Fahrt, und wer hilft vor dem Verlassen der Wohnung? Ein Angebot kann angenehm sein und dennoch schlecht passen, wenn der Morgen dadurch zu anstrengend wird. Denken Sie ebenso an die Rückkehr. Tagespflege schließt die Versorgung am Abend oder am Wochenende nicht automatisch ein. **factsToVerify:** Fahrdienst, Öffnungstage und vorhandene Plätze müssen beim konkreten Anbieter bestätigt werden.

Wenn die Wohnform mehr Unterstützung tragen muss

In einer Servicewohnung kann ein ambulanter Pflegedienst dieselben vereinbarten Aufgaben übernehmen wie in einer gewöhnlichen Mietwohnung, sofern die konkrete Organisation dies ermöglicht. Entscheidend bleibt der tatsächliche Leistungsumfang. Die Bezeichnung der Wohnanlage liefert darüber keine verlässliche Auskunft. **factsToVerify:** Prüfen Sie im jeweiligen Angebot, welche Pflegeleistungen hinzukommen können und welche Grenzen bestehen. Stellen Sie die Frage anhand einer Alltagssituation: „Wer hilft, wenn ich nachts regelmäßig Unterstützung beim Aufstehen brauche?“

Auch eine Wohngemeinschaft benötigt belastbare Absprachen. Mitbewohner können Gesellschaft bieten, ohne körperbezogene Pflege übernehmen zu wollen. In einer ambulant betreuten Pflegewohngemeinschaft wiederum muss genau geklärt werden, welche Präsenz und welche fachliche Versorgung organisiert sind. **factsToVerify:** Personelle Besetzung, Leistungsumfang und vertragliche Verantwortlichkeiten sind für das jeweilige Modell zu prüfen. Ein Gemeinschaftsraum und eine vertraute Nachbarin ersetzen keine ungedeckte Versorgung am späten Abend.

Ein Pflegeheim kann passend werden, wenn der erforderliche Umfang zu Hause dauerhaft nicht zuverlässig organisiert werden kann oder die betroffene Person diese Wohnform bevorzugt. Dafür gibt es keinen allgemeinen persönlichen Stichtag. Vielleicht werden häufige unvorhersehbare Hilfen benötigt; vielleicht trägt die bisherige private Unterstützung nicht mehr. Beziehen Sie pflegefachliche Einschätzung und eigene Wünsche ein. Die Frage lautet, welche Umgebung die erforderliche Versorgung unter den tatsächlichen Bedingungen leisten kann.

Ein hoher Pflegegrad allein entscheidet diese Wohnfrage nicht. Ebenso wenig beweist eine angepasste Wohnung, dass jeder künftige Bedarf dort gedeckt werden kann. Lassen Sie konkret beschreiben, welche Hilfe fehlt und welche Möglichkeiten vor Ort bestehen. **factsToVerify:** Bei stationärer Versorgung sind aktuelle Pflegeleistungen und verbleibende Eigenkosten individuell zu berechnen; bei unzureichenden eigenen Mitteln kann unter Voraussetzungen Hilfe zur Pflege infrage kommen. Einen Einstieg bietet das Bundesgesundheitsportal zu Pflegeleistungen und Hilfsangeboten. Die vertiefte Angebotsprüfung folgt in Kapitel 17.

Angehörige brauchen verlässliche Grenzen

Frau Nowak sagt im Beispiel zunächst, sie komme schon zurecht. Beim genaueren Gespräch zeigt sich jedoch, dass sie eigene Termine verschiebt, weil sie ihren Mann ungern allein lässt. Das verdient Aufmerksamkeit. Belastung wird oft erst sichtbar, wenn man nach ausgefallenen Tätigkeiten fragt: Wann war der letzte freie Nachmittag?

Wer könnte einspringen, wenn morgen ein eigener Arzttermin ansteht? Antworten darauf machen den Unterstützungsbedarf der pflegenden Person greifbar.

Vereinbaren Sie freie Zeiten so konkret wie einen Pflegeeinsatz. Währenddessen muss geklärt sein, wer übernimmt und welche Unterbrechungen tatsächlich erforderlich wären. Ein Nachmittag, an dem die Tochter ständig anrufen soll, bleibt nur eingeschränkt frei. Sprechen Sie außerdem früh über Handgriffe, die körperlich zu schwer werden. Fachliche Anleitung kann helfen, geeignete Vorgehensweisen zu finden; sie macht aus einer erschöpften Person aber keine unbegrenzt verfügbare Pflegekraft.

factsToVerify: Pflegeberatung kann auch Entlastungsmöglichkeiten für Angehörige erschließen; der eigene Beratungsanspruch weiterer Pflegepersonen setzt nach den geltenden Regeln die Zustimmung der pflegebedürftigen Person voraus. Fragen Sie ebenso nach verfügbaren Schulungsangeboten und einer Beratung in der häuslichen Umgebung. Die BMG-Informationen zur Pflegeberatung beschreiben diese Wege. Wer seine Grenzen ausspricht, liefert eine notwendige Information für die Versorgung. Darauf sollte der gemeinsame Plan reagieren.

Ein Unterstützungsplan, der mitgehen kann

Legen Sie nun ein eigenes Blatt an, auf dem der heutige Bedarf den Anfang bildet. Daneben stehen die vereinbarte Hilfe und eine Vertretung. Ergänzen Sie eine nächste Ausbaustufe, etwa einen zusätzlichen ambulanten Einsatz oder die Prüfung von Tagespflege. Weitere Möglichkeiten können eine befristete Versorgung außerhalb der Wohnung und schließlich ein dauerhafter Wohnwechsel sein. Diese Stufen sind Planungshilfen. Sie dürfen übersprungen, miteinander verbunden oder nach einer Verbesserung wieder zurückgenommen werden.

Für jede mögliche Veränderung benennen Sie einen beobachtbaren Anlass. „Wenn es schlechter wird“ bleibt zu vage. „Wenn morgens auch mit der vereinbarten Hilfe Aufgaben ungedeckt bleiben, vereinbare ich einen neuen Beratungstermin“ lässt sich umsetzen. Schreiben Sie dazu, wer diesen Termin organisiert. Halten Sie ebenfalls fest, welche Übergangslösung bis zur Anpassung tragen könnte und welche Kosten noch geprüft werden müssen. So bekommt der Plan einen Bezug zum wirklichen Alltag.

factsToVerify: Pflegekassen beziehungsweise private Pflegeversicherungsunternehmen bieten unter den gesetzlichen Voraussetzungen individuelle Pflegeberatung; örtliche Pflegestützpunkte können bei der Koordination helfen. Zuständigkeit, Erreichbarkeit und regionale Angebote sind am Wohnort zu bestätigen. Die BMG-Informationen zu Pflegestützpunkten nennen deren Aufgaben. Tragen Sie einen konkreten Kontakt ein und vereinbaren Sie einen Prüftermin für Ihren Plan. Eine Telefonnummer mit einem Namen daneben ist im Bedarfsfall brauchbarer als ein ungeordneter Stapel Broschüren.

Bei Herrn Nowak steht nun der morgendliche Pflegedienst im Kalender. Seine Frau hat einen verlässlich freien Zeitraum, und beide wissen, an wen sie sich bei verändertem Bedarf wenden möchten. Ihre Wohnung bleibt vorerst der passende Ort. Doch einige Wünsche sind bisher nur ausgesprochen worden: welche Hilfe Herr Nowak von seiner Frau annehmen möchte und wen sie verständigen soll, falls er selbst vorübergehend keine Auskunft geben kann. Diese Fragen führen in Kapitel 16. Dort werden Pflegewünsche zum Gegenstand eines vorbereiteten Gesprächs und finden ihren Platz in den Vorsorge- und Notfalldokumenten.

Kapitel 16: Im Gespräch bleiben: Familie, Vorsorge und Notfalldokumente

Wer weiß, was Ihnen beim Wohnen wichtig ist, wenn Sie es selbst vorübergehend nicht erklären können? Vielleicht haben Sie Ihrer Tochter einmal gesagt, dass Sie im Viertel bleiben möchten. Ihr Partner kennt die Gewohnheiten am Morgen, und ein Freund weiß, welche Unterstützung Sie annehmen würden. Doch diese Kenntnisse liegen bislang bei verschiedenen Menschen. Ob daraus im Bedarfsfall eine gemeinsame Richtung entsteht,

ist offen. Ein vorbereitetes Gespräch kann die einzelnen Vorstellungen zusammenführen und zugleich zeigen, wo noch niemand genau nachgefragt hat.

Das braucht etwas Mut. Über einen möglichen Krankenhausaufenthalt zu sprechen berührt andere Gefühle als die Auswahl einer neuen Küchenlampe. Manche Menschen befürchten, dass nach dem ersten Gespräch bereits über ihren Kopf hinweg geplant wird; Angehörige wiederum schweigen, weil sie keine Unruhe auslösen möchten. So bleibt ein Thema liegen, obwohl beide Seiten gern mehr Klarheit hätten. Sie dürfen den Anfang klein halten: „Ich möchte mit dir besprechen, was während einer kurzen Abwesenheit zu Hause geregelt sein müsste.“

Ein solches Gespräch verpflichtet Sie zu keinem Umzug. Es schafft zunächst Verständigung. Die folgenden fiktiven Beispiele zeigen, wie daraus brauchbare Absprachen und auffindbare Unterlagen entstehen können. Die rechtlichen Erläuterungen beziehen sich auf Deutschland und ersetzen keine individuelle Rechts- oder Medizinberatung. Veränderliche rechtliche Aussagen und Formanforderungen sind mit **factsToVerify** gekennzeichnet und vor der Verwendung anhand aktueller amtlicher Informationen zu prüfen.

Einen Anfang finden, der Ihnen gehört

Wählen Sie für das erste Gespräch ein überschaubares Anliegen. Vielleicht möchten Sie erklären, warum Ihre Wohnung Ihnen viel bedeutet, oder festhalten, wer während eines Klinikaufenthalts erreichbar sein soll. Beides lässt sich besprechen, ohne sofort die gesamte Zukunft zu ordnen. Schreiben Sie vorher einen Satz auf: „Nach unserem Treffen möchte ich wissen, wer mich bei der Suche nach Beratung unterstützt.“ Daran können Sie später erkennen, ob das Gespräch seinen Zweck erfüllt hat.

Auch der Rahmen verdient Aufmerksamkeit. Ein Besuch zwischen Tür und Angel bietet wenig Raum für Fragen, die möglicherweise eine längere Antwort brauchen. Vereinbaren Sie beispielsweise eine Dreiviertelstunde an einem ruhigen Nachmittag und legen Sie Unterlagen erst dann auf den Tisch, wenn sie gebraucht werden. Sorgen Sie dafür, dass alle gut hören und lesen können. Wer dem Gespräch wegen eines laufenden Fernsehers kaum folgt, wirkt sonst womöglich unbeteiligt, obwohl er sich lediglich anstrengen muss.

Überlegen Sie, wen Sie dabeihaben möchten. Das können erwachsene Kinder sein, ebenso eine Freundin oder ein langjähriger Nachbar. Verwandtschaft allein sagt wenig darüber aus, wer aufmerksam zuhört oder eine vereinbarte Aufgabe zuverlässig erledigt. Bei mehreren Beteiligten hilft ein kleiner Kreis für den Anfang. Sie können weitere Menschen später informieren und dabei selbst festlegen, welche persönlichen Einzelheiten weitergegeben werden sollen.

Wenn Sie als Angehörige das Thema eröffnen, beschreiben Sie Ihren Anlass möglichst genau. „Beim letzten Besuch warst du nach dem Wäschetragen sehr erschöpft; ich würde gern hören, wie du das selbst erlebst“ lässt eine Antwort zu. „So kannst du nicht weiterwohnen“ enthält bereits ein Urteil. Bleiben Sie neugierig. Vielleicht belastet die Wäsche tatsächlich, während die Treppe im gewöhnlichen Alltag noch gut bewältigt wird, und eine begrenzte Hilfe würde bereits etwas verändern.

Ein abgelehntes Gespräch muss kein endgültiges Nein sein. Fragen Sie bei einer späteren passenden Gelegenheit nach einem kleineren Thema oder bieten Sie an, zunächst nur zuzuhören. Druck kann dazu führen, dass Menschen ihre Schwierigkeiten verbergen, um ihre Entscheidungsfreiheit zu schützen. Gleichzeitig dürfen Angehörige benennen, welche Hilfe sie selbst leisten können. Ein eigener freier Abend oder eine gesundheitliche Grenze braucht eine ehrliche Erklärung.

Familie Yilmaz setzt sich zusammen

Bei Familie Yilmaz beginnt das fiktive Treffen mit einem Missverständnis. Herr Yilmaz möchte besprechen, wie er im Haus kürzere Wege erreichen könnte. Seine Tochter bringt bereits den Prospekt einer Wohnanlage mit, weil sie glaubt, damit Arbeit abzunehmen. Als er das Titelbild sieht, schiebt er den Prospekt weg. „Ihr habt also schon entschieden“, sagt er. Seine Tochter ist überrascht; sie hatte die mitgebrachte Information als unverbindliche Hilfe verstanden.

Für das nächste Treffen bittet die Familie die erwachsene Tochter einer Nachbarin, das Gespräch zu begleiten. Alle stimmen zu. Sie kennt die Beteiligten, hat aber kein eigenes Interesse an einer bestimmten Wohnlösung. Ihre Aufgabe besteht darin, das Gespräch zu ordnen und am Ende die Absprachen vorzulesen. Fachliche Rechtsfragen wird sie sammeln, damit sie später an geeigneter Stelle geklärt werden können.

Zu Beginn fragt sie Herrn Yilmaz, was heute besprochen werden soll. Er möchte erklären, welche Wege ihn anstrengen, und erfahren, wer bei einer Bestandsaufnahme helfen würde. Die Moderatorin schreibt genau das oben auf ein Blatt. Anschließend bekommt seine Frau Zeit, ihre Sicht zu schildern. Dabei zeigt sich ein bisher übersehener Punkt: Sie übernimmt schon länger zusätzliche Wege zwischen den Etagen und hatte ihre eigene Belastung kaum erwähnt.

Nun verändert sich das Gespräch. Herr Yilmaz hört, dass seine Frau beim Wäschetragen Unterstützung wünscht; seine Tochter versteht, warum ein sofortiger Umzugsvorschlag bei ihm Abwehr ausgelöst hat. Eine Einigung über die Wohnform entsteht noch nicht. Das ist vorerst ausreichend. Die Familie vereinbart eine konkrete Erkundung und lässt die größere Entscheidung offen, bis die fehlenden Informationen vorliegen.

Die Moderatorin hält auf einer Seite fest, dass Herr Yilmaz zunächst Anpassungsmöglichkeiten prüfen möchte und seine Tochter weiterhin Zweifel an der langfristigen Eignung des Hauses hat. Seine Frau bittet darum, die täglichen Aufgaben beider Personen zu erfassen. Daneben stehen die vereinbarten Zuständigkeiten und ein neuer Gesprächstermin. Alle lesen den Text. Eine Formulierung wird geändert, weil „Familie prüft Umzug“ weiter ging, als tatsächlich verabredet worden war.

Sagen, was Sie brauchen, und hören, was gemeint ist

Ich-Botschaften helfen, wenn sie die eigene Erfahrung wirklich beschreiben. Der Satz „Ich finde, du bist völlig uneinsichtig“ bleibt ein Vorwurf. Genauer wäre: „Ich mache mir Sorgen, wenn ich dich nach einer vereinbarten Rückmeldung lange nicht erreiche.“ Damit wird sichtbar, was die sprechende Person beschäftigt. Anschließend kann gemeinsam über eine passende Vereinbarung gesprochen werden, ohne dem anderen eine Eigenschaft zuzuschreiben.

Fünf mögliche Gesprächsanfänge zeigen, wie unterschiedlich solche Aussagen klingen dürfen. „Ich möchte zuerst erzählen, was mir an meiner Wohnung wichtig ist.“ Ebenso kann jemand sagen: „Ich brauche Zeit, bevor ich über einen Umzug entscheide.“ Für eine Grenze passt: „Ich kann dienstags helfen; tägliche Besuche schaffe ich nicht.“ Bei einer Unsicherheit wäre möglich: „Ich weiß noch nicht, wem ich eine Vollmacht anvertrauen möchte.“ Und wenn der Gesprächsverlauf aus dem Gleichgewicht gerät: „Ich möchte diese Frage selbst beantworten.“

Zuhören wird überprüfbar, wenn Sie das Verstandene kurz zurückgeben. „Du möchtest Unterstützung beim Organisieren und die Entscheidung über Besichtigungen selbst treffen. Habe ich dich richtig verstanden?“ Eine solche Rückfrage kann verhindern, dass aus einem Hilfewunsch versehentlich ein umfassender Auftrag wird. Warten Sie die Antwort ab. Schon ein ergänzender Halbsatz kann die Aufgabe deutlich verändern.

Achten Sie auf Wörter, die in der Familie verschieden gefüllt sind. „Selbstständig“ kann für eine Person bedeuten, jeden Handgriff allein zu erledigen; für eine andere heißt es, selbst auszuwählen, wer hilft. „In der Nähe“ beschreibt vielleicht einen kurzen Fußweg oder eine direkte Zugverbindung. Fragen Sie nach einer Alltagsszene. Wenn jemand erklären kann, wie ein gewöhnlicher Mittwoch aussehen soll, bekommt ein großes Wort eine verständliche Bedeutung.

Bei Gereiztheit darf das Gespräch unterbrochen werden. Vereinbaren Sie möglichst gleich, wann und mit welchem Thema es weitergeht, damit die Pause nicht zur unbeabsichtigten Vertagung auf unbestimmte Zeit wird. Manchmal hilft ein Gespräch unter vier Augen mit einer neutralen Beratungsperson. Wer sich unter Druck gesetzt fühlt, braucht Raum für eigene Gedanken. Eine Unterschrift sollte niemals der Preis für einen friedlichen Familiennachmittag sein.

Aufgaben verteilen, ohne Verantwortung zu verwischen

Nach der Verständigung beginnt die organisatorische Arbeit. „Wir kümmern uns“ klingt zugewandt, lässt aber offen, wer tatsächlich anruft. Schreiben Sie eine Aufgabe deshalb mit einem Namen und einem Termin auf. Bei Familie Yilmaz übernimmt die Tochter, bis zum kommenden Freitag nach einem Beratungstermin zu fragen; Herr Yilmaz sammelt bis dahin seine Beobachtungen. Seine Frau ergänzt die Tätigkeiten, die sie inzwischen für beide erledigt.

Trennen Sie praktische Unterstützung von Entscheidungen. Wer Unterlagen sortiert, muss deshalb keine Verträge unterschreiben dürfen. Eine Person kann zu Besichtigungen begleiten, während eine andere nach entsprechender Bevollmächtigung bestimmte rechtliche Angelegenheiten übernimmt. Diese Unterschiede gehören ausgesprochen. Sie verhindern, dass aus Hilfsbereitschaft stillschweigend eine Zuständigkeit entsteht, die niemand beabsichtigt hat.

Fragen Sie jede vorgesehene Person, ob sie die Aufgabe übernehmen möchte und welchen Umfang sie leisten kann. Nähe schafft keine unbegrenzte Verfügbarkeit. Eine Tochter in einer anderen Stadt kann möglicherweise Schriftverkehr gut organisieren, während ein Freund vor Ort einen vereinbarten Zugang zur Wohnung ermöglicht. Für wichtige Aufgaben sollte außerdem eine Ersatzlösung bekannt sein. Ein Name auf dem Papier hilft wenig, wenn die betreffende Person seit Monaten nichts von der Planung weiß.

Das Gesprächsprotokoll darf knapp bleiben. Halten Sie das Besprochene und die offenen Fragen in gewöhnlichen Sätzen fest, ergänzt um Zuständigkeiten und den nächsten Termin. Lassen Sie allen Beteiligten ihre abweichende Einschätzung. **factsToVerify:** Ein solches Protokoll erteilt für sich genommen keine verlässliche Vertretungsmacht; ob eine Erklärung rechtlich als Vollmacht wirkt, hängt von Inhalt und gegebenenfalls erforderlicher Form ab. Für rechtliche Befugnisse sollten Sie deshalb bewusst gestaltete und geprüfte Dokumente verwenden.

Wer Sie rechtlich vertreten darf

factsToVerify: Erwachsene Kinder erhalten allein durch ihre Verwandtschaft keine allgemeine Befugnis, für ihre Eltern rechtsgeschäftlich zu handeln. Auch Ehe bedeutet keine umfassende Vertretungsmacht für sämtliche Angelegenheiten. Eine Vorsorgevollmacht kann eine ausgewählte Vertrauensperson für die darin erfassten Bereiche zur Vertretung berechtigen. Welche Aufgaben abgedeckt werden sollen, verlangt eine bewusste Entscheidung. Die amtlichen Informationen zur Vorsorgevollmacht erläutern ihre Funktion und die Bedeutung einer erreichbaren Vollmachtsurkunde.

factsToVerify: Für Ehegatten besteht unter bestimmten Voraussetzungen ein gesetzliches Notvertretungsrecht in Gesundheitsangelegenheiten. Es ist zeitlich begrenzt und kennt Ausschlussgründe; eine allgemeine Befugnis zur Vermögensverwaltung entsteht daraus nicht. Die derzeitige gesetzliche Höchstdauer beträgt sechs Monate und ist vor Anwendung aktuell zu prüfen. Einzelheiten regelt § 1358 BGB. Für die Wohnplanung bleiben deshalb zusätzliche Fragen offen, etwa wer erforderlichen Schriftverkehr mit der Bank übernehmen dürfte.

Eine Vorsorgevollmacht setzt großes Vertrauen voraus. Fragen Sie sich, wer Ihre Wünsche auch dann vertreten könnte, wenn er persönlich anders entscheiden würde. Sorgfalt bei Unterlagen ist ebenso hilfreich wie die Bereitschaft, Rückfragen zu stellen. Besprechen Sie eine konkrete Situation: Sie benötigen länger Unterstützung und können selbst gerade keine Verträge prüfen. Wie würde die vorgesehene Person Informationen beschaffen und Ihre bekannten Vorstellungen berücksichtigen?

factsToVerify: Eine Vollmacht muss wirksam erteilt sein und den benötigten Aufgabenbereich erfassen. Für bestimmte besonders eingriffsintensive Entscheidungen verlangt § 1820 BGB eine schriftliche und ausdrückliche Bevollmächtigung; zusätzliche gesetzliche Genehmigungserfordernisse können bestehen. Ein allgemeiner Satz zur Vertretung deckt deshalb nicht automatisch jede medizinische oder freiheitsentziehende Maßnahme ab. Lassen Sie die Reichweite fachlich prüfen. Ausgangspunkt ist § 1820 BGB.

Besprechen Sie außerdem, wann die bevollmächtigte Person die Vollmacht verwenden soll. Die praktische Hilfe kann klein beginnen, während das Dokument weitreichende Befugnisse enthält. **factsToVerify:** Die Wirkung gegenüber Dritten und interne Absprachen über den Gebrauch einer Vollmacht sind rechtlich zu unterscheiden. Bedingungen können im Bedarfsfall Nachweisprobleme auslösen; die passende Gestaltung muss individuell geklärt werden. Die amtliche Broschüre zum Betreuungsrecht bietet hierzu Erläuterungen und Ausfüllhinweise.

Form und Absicherung bewusst klären

factsToVerify: Je nach vorgesehenem Geschäft können für eine Vorsorgevollmacht besondere Form- oder Nachweisanforderungen gelten. Öffentliche Beglaubigung und notarielle Beurkundung sind unterschiedliche Verfahren; welche Form benötigt wird, sollte insbesondere bei Immobilienangelegenheiten vorab geklärt werden. Die erforderliche Geschäftsfähigkeit bei Erteilung gehört ebenfalls zur rechtlichen Prüfung, wenn daran Zweifel bestehen. Nutzen Sie die amtlichen Hinweise zur Vorsorgevollmacht als Einstieg und lassen Sie Ihre konkrete Gestaltung beraten.

Nehmen Sie vorhandene Vollmachten zum Termin mit. Vielleicht haben Sie vor Jahren ein Formular ausgefüllt und später eine zusätzliche Bankvollmacht erteilt. Die Unterlagen sollten zusammenpassen. **factsToVerify:** Klären Sie mit dem Kreditinstitut und gegebenenfalls rechtlicher Beratung, wie die Vertretungsbefugnis für Ihre Konten zuverlässig nachgewiesen wird. Die Weitergabe einer Karte oder eines Passworts ersetzt keine passend geregelte Bankvertretung.

Wenn Sie mehrere Personen einsetzen möchten, besprechen Sie den Ablauf besonders genau. Eine gemeinsame Entscheidung kann Kontrolle ermöglichen, verlangt aber Abstimmung. Einzelne Zuständigkeiten können Arbeit verteilen und zugleich Übergaben nötig machen. **factsToVerify:** Ob Personen einzeln oder gemeinsam handeln dürfen und wie eine Ersatzbevollmächtigung wirksam gestaltet wird, muss aus der Regelung hervorgehen beziehungsweise rechtlich geklärt sein. Auch Widerruf und Rückgabe ausgegebener Urkunden sollten Sie bei der Beratung ansprechen.

Ein gewisses Maß an Kontrolle lässt sich als normale Organisationsfrage besprechen. Bitten Sie etwa darum, Belege aufzubewahren und über größere Vorgänge nachvollziehbar zu berichten. Das entlastet auch die handelnde Person, wenn später Fragen aus der Familie kommen. **factsToVerify:** Rechtlich verbindliche Kontroll- und Rechenschaftsregelungen sowie die Grenzen einer Vollmacht gehören in eine individuelle Gestaltung. Wer niemandem ausreichendes Vertrauen entgegenbringt, sollte die Möglichkeiten einer Betreuungsverfügung besprechen, bevor er eine weitreichende Vollmacht unterschreibt.

Die Betreuungsverfügung als eigener Vorsorgeweg

factsToVerify: Mit einer Betreuungsverfügung können Sie Wünsche für den Fall festhalten, dass ein Gericht eine rechtliche Betreuung bestellen muss. Dazu gehört, wen Sie als Betreuungsperson wünschen oder ablehnen. Die Verfügung selbst verleiht dieser Person noch keine Vertretungsmacht. Das Gericht prüft die Voraussetzungen und die Eignung; Ihre Wünsche sind nach den gesetzlichen Vorgaben zu berücksichtigen. Grundlage für die Auswahl ist § 1816 BGB.

Für manche Menschen ist dieser Weg passend, weil keine geeignete Vertrauensperson für eine Vollmacht verfügbar ist. Andere möchten eine ergänzende Regelung für den Fall treffen, dass ihre bevollmächtigte Person ausfällt. **factsToVerify:** Eine Betreuungsverfügung kann mit einer Vorsorgevollmacht verbunden werden; die Abstimmung beider Dokumente und die aktuellen Formempfehlungen sollten geprüft werden. Die Informationen des Justizministeriums zur rechtlichen Betreuung erläutern diese Möglichkeit.

Ergänzen Sie persönliche Hinweise zur Lebensführung. Vielleicht möchten Sie bei einem erforderlichen Wohnwechsel möglichst in einem bestimmten Stadtteil bleiben, weil dort Ihre regelmäßigen Kontakte bestehen. Begründen Sie diesen Wunsch. Der Hinweis auf eine wöchentliche Begegnung ist für eine fremde Person anschaulicher als das Wort „Heimatnähe“. Formulieren Sie zug-

leich, welche Alternativen Sie unter veränderten Umständen erwägen würden.

Rechtliche Betreuung und tägliche Pflege sind unterschiedliche Aufgaben. Eine Person kann rechtliche Angelegenheiten organisieren, ohne selbst beim Aufstehen zu helfen. **factsToVerify:** Umfang und Aufgabenbereiche einer Betreuung werden gerichtlich bestimmt und richten sich nach dem rechtlich erforderlichen Unterstützungsbedarf. Lassen Sie sich erklären, welche Aufgaben im persönlichen Fall betroffen wären. Die praktische Versorgung muss daneben weiterhin organisiert werden.

Medizinische Wünsche verständlich festhalten

Die Patientenverfügung betrifft einen anderen Bereich. **factsToVerify:** Eine einwilligungsfähige volljährige Person kann schriftlich festlegen, ob sie in bestimmte künftige Untersuchungen oder Behandlungen einwilligt oder diese ablehnt, falls sie später nicht einwilligungsfähig ist. Entscheidend ist, ob die Festlegungen auf die aktuelle Lebens- und Behandlungssituation zutreffen. Eine Patientenverfügung benennt für sich genommen keine umfassend bevollmächtigte Vertretungsperson. Die gesetzliche Grundlage enthält § 1827 BGB.

Nehmen Sie sich Zeit. Ein Formular kann Fragen sichtbar machen, die sich beim ersten Lesen kaum beantworten lassen. Was würde eine bestimmte Behandlung in der beschriebenen Situation bewirken, und welche Belastungen könnten entstehen? Solche Fragen gehören in ein ärztliches Gespräch. Nehmen Sie eigene Unsicherheiten mit; niemand muss medizinische Begriffe verstehen, nur weil unter dem Text bereits eine Zeile für die Unterschrift steht.

factsToVerify: Allgemeine Formulierungen wie die Ablehnung „lebenserhaltender Maßnahmen“ reichen für sich allein regelmäßig nicht aus, um eine konkrete Behandlungsentscheidung festzulegen. Behandlungssituationen und gewünschte beziehungsweise abgelehnte Maßnahmen müssen hinreichend bestimmt beschrieben werden. Die amtlichen Erläuterungen zur Rechtsprechung über Patientenverfügungen erklären diesen Zusammenhang; ältere Paragrafenverweise sind mit dem geltenden Recht abzugleichen. Verwenden Sie möglichst die aktuellen Materialien und lassen Sie deren Bedeutung für Ihre Situation erläutern.

Ihre persönlichen Werte können das Verständnis ergänzen. Beschreiben Sie beispielsweise, welche Erfahrungen mit Krankheit Ihre Vorstellungen geprägt haben und was Ihnen bei schwerer Erkrankung besonders am Herzen liegt. Angehörige erfahren dadurch, warum Sie eine Entscheidung treffen. Zugleich dürfen Wünsche offenbleiben, bis Sie ausreichend informiert sind. **factsToVerify:** Die ergänzende Darstellung persönlicher Wertvorstellungen ersetzt die erforderliche Konkretisierung medizinischer Festlegungen nicht; Hinweise enthält die Broschüre zur Patientenverfügung.

factsToVerify: Eine Patientenverfügung kann jederzeit formlos widerrufen werden. Niemand darf zu ihrer Errichtung verpflichtet werden; das Gesetz untersagt auch, sie zur Bedingung eines Vertragsschlusses zu machen. Solange Sie selbst einwilligungsfähig sind, entscheiden Sie über die konkrete Behandlung. Prüfen Sie diese Grundsätze und die Anforderungen an Ihre schriftliche Erklärung anhand von § 1827 BGB. Bei Schwierigkeiten mit der Unterschrift lassen Sie die geeignete Form fachlich klären.

Besprechen Sie das fertige Dokument mit der vorgesehenen Vertrauensperson. Sie sollte wissen, welche Überlegungen dahinterstehen und wo die aktuelle Fassung liegt. Ein bloßes „Du kennst mich doch“ kann später eine schwere Last werden. **factsToVerify:** Wenn keine passende Patientenverfügung vorliegt, sind Behandlungswünsche oder der mutmaßliche Wille anhand konkreter Anhaltspunkte festzustellen. Die amtlichen Informationen zur Patientenverfügung erläutern das weitere Vorgehen.

Eine Notfallmappe, in der man etwas findet

Die Mappe darf schlicht sein. Ein vorhandener Ordner mit gut lesbaren Registern genügt, wenn jemand ihn unter Zeitdruck verstehen kann. Denken Sie beim Einrichten an zwei Situationen: Eine Person braucht sofort einen Kontakt, oder sie muss während Ihrer längeren Abwesenheit Unterl-

agen finden. Diese Aufgaben verlangen unterschiedlich viele Informationen. Auf die erste Seite gehört deshalb eine kurze Orientierung; ausführliche Dokumente folgen dahinter.

Das Deckblatt enthält Ihren Namen und die Anschrift sowie die wichtigsten Ansprechpersonen mit aktuellen Telefonnummern. Vermerken Sie, wer zuerst kontaktiert werden soll und wer ersatzweise erreichbar ist. Kennzeichnen Sie ausdrücklich, wer bevollmächtigt ist und wo der entsprechende Nachweis liegt. Eine reine Kontaktperson kann Ihnen nahestehen, ohne rechtlich entscheiden zu dürfen. Schreiben Sie außerdem das Datum der letzten Überprüfung auf die Seite.

Im medizinischen Teil stehen ärztliche Kontakte und Angaben zur Krankenversicherung. Legen Sie eine aktuelle, ärztlich geprüfte Medikamentenliste bei und vereinbaren Sie mit der behandelnden Praxis, wie Änderungen darin nachvollzogen werden. Dazu gehören auch tatsächlich eingenommene frei verkäufliche Mittel, damit die Übersicht vollständig geprüft werden kann. Vermerken Sie vorhandene Allergieausweise oder relevante weitere Unterlagen. Die Mappe gibt Informationen weiter; sie ist keine Grundlage für eigenständige Änderungen der Behandlung durch Angehörige.

Ein weiterer Abschnitt führt zu Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung, gegebenenfalls ergänzt um die Betreuungsverfügung. Kennzeichnen Sie Kopien und den Aufbewahrungsort der maßgeblichen Urkunden. **factsToVerify:** Welcher Nachweis bei der jeweiligen Verwendung benötigt wird, muss geprüft werden; eine beliebige Kopie genügt nicht für jedes Rechtsgeschäft. Stimmen Sie deshalb die Aufbewahrung mit Ihrer Beratung ab. Ein sicher verwahrtes Original erfüllt seinen Zweck erst dann, wenn die berechtigte Person es bei Bedarf erreichen kann.

Für Wohnungsangelegenheiten genügt zunächst eine Übersicht mit den zuständigen Kontakten und Hinweisen auf die Vertragsablage. Dazu können Vermieter oder Hausverwaltung gehören sowie bereits beauftragte Unterstützungsdienste. Schreiben Sie auf, wer einen Schlüssel besitzt und welche Absprachen für dessen Gebrauch bestehen. Auch ein versorgungsbedürftiges Haustier braucht einen eindeutigen Hinweis. Die Person, die nach der Post sieht, weiß sonst möglicherweise nichts von der Katze, die sich bei Fremden unter dem Bett versteckt.

Bankinformationen gehören in einen geschützten Teil. Sie können eine Übersicht der Institute und bestehender Vollmachten in einem verschlossenen Umschlag aufbewahren und den Zugang mit der berechtigten Person klären. Ein Umschlag bietet allerdings nur begrenzten Schutz vor unbefugter Einsicht. Legen Sie keine frei zugängliche Sammlung von PINs und Zugangsdaten an. **factsToVerify:** Die Nutzung von Konten und digitalen Zugängen muss mit den rechtlichen Befugnissen und den jeweiligen Vertragsbedingungen abgestimmt werden.

Persönliche Wünsche erhalten ein eigenes Register. Dort kann stehen, welche Sprache Sie in belastenden Situationen bevorzugen oder welche vertrauten Kontakte Sie bei einem längeren Aufenthalt außerhalb der Wohnung erhalten möchten. Auch Bestattungswünsche können getrennt abgelegt werden, ohne das erste Notfallblatt zu überladen. **factsToVerify:** Zuständigkeiten, rechtliche Verbindlichkeit und Umsetzung solcher Wünsche hängen von der konkreten Gestaltung und teilweise vom Landesrecht ab. Lassen Sie nötigenfalls klären, welche zusätzliche Verfügung erforderlich ist; die Mappe ersetzt kein Testament.

Zugang ermöglichen und kurze Ausfälle durchspielen

Eine ausschließlich digitale Ablage kann schwer erreichbar sein, wenn gerade Ihr Telefon oder ein unbekanntes Passwort benötigt wird. Halten Sie wesentliche Informationen deshalb auch in einer praktisch zugänglichen Form bereit. Eine kleine Hinweiskarte im Portemonnaie kann auf die Vertrauensperson und den Ablageort aufmerksam machen. Darauf gehören nur die benötigten Angaben. Ausführliche Gesundheits- und Vermögensinformationen müssen nicht bei jedem Einkauf mitgeführt werden.

factsToVerify: Im Zentralen Vorsorgeregister der Bundesnotarkammer können Angaben zu bestehenden Vorsorgeregelungen und benannten Vertrauenspersonen registriert werden. Die Urkunden selbst werden dort nicht hinterlegt; eine

Registrierung ersetzt weder ihre wirksame Erstellung noch die Prüfung ihrer Geltung. Sie kann dazu beitragen, vorhandene Regelungen aufzufinden. Aktuelle Möglichkeiten und Gebühren sind beim Register zu prüfen. Die Erläuterung zum Inhalt einer Registrierung beschreibt, welche Angaben erfasst werden.

Spielen Sie nun einen kurzen Ausfall gedanklich durch. Sie bleiben unerwartet einige Tage im Krankenhaus, können aber weiterhin selbst entscheiden. Wer bringt benötigte persönliche Dinge, und wer informiert einen vereinbarten Besuchsdienst? Vielleicht muss lediglich jemand die Wohnung kontrollieren. Übertragen Sie für diese Situation genau die Aufgaben, die erforderlich sind, und halten Sie fest, welche Entscheidungen Sie selbst treffen möchten.

Danach betrachten Sie eine längere Zeit, in der eigene Entscheidungen möglicherweise nicht getroffen oder mitgeteilt werden können. Jetzt müssen die benannten Vertretungspersonen und ihre Befugnisse mit der praktischen Organisation zusammenpassen. Wer behält den Überblick über eingehende Schreiben? Wie werden laufende Aufgaben weitergeführt? **factsToVerify:** Insbesondere langfristige Verträge oder die Aufgabe der bisherigen Wohnung verlangen eine Prüfung der Vertretungsbefugnis und möglicher weiterer rechtlicher Voraussetzungen.

Familie Yilmaz erprobt die Mappe an einem gewöhnlichen Samstag. Seine Tochter sucht die ärztliche Telefonnummer, während Herr Yilmaz zunächst keine Hinweise gibt. Nach kurzem Blättern findet sie zwei unterschiedliche Nummern. Gemeinsam entfernen sie den veralteten Eintrag und ergänzen, wo die aktuelle Medikamentenübersicht liegt. Der kleine Probelauf zeigt eine echte Lücke, ohne dass dafür erst eine belastende Situation eintreten muss.

Absprachen lebendig halten

Legen Sie einen regelmäßigen Prüftermin fest, etwa einen gut merkbaren Tag im Jahr. Änderungen an Kontakten oder Medikamenten werden zeitnah eingetragen; der feste Termin dient der zusätzlichen Durchsicht. Prüfen Sie auch, ob die vorgesehenen Personen ihre Aufgaben weiterhin übernehmen möchten. Lebensumstände verändern sich. Eine frühere Zusage kann wegen eigener Erkrankung oder eines Umzugs neu besprochen werden müssen.

factsToVerify: Für eine Patientenverfügung besteht keine allgemeine gesetzliche Pflicht, sie jährlich neu zu unterschreiben. Regelmäßiges Überdenken kann dennoch helfen, aktuelle Wünsche erkennbar zu halten. Wenn Sie Vorsorgedokumente ändern oder widerrufen, müssen rechtliche Wirksamkeit und die praktischen Folgen für ausgegebene Unterlagen geklärt werden. Aktualisieren Sie gegebenenfalls auch Registerangaben. Hinweise zur Wirkung und Aktualisierung einer Registrierung gibt die Bundesnotarkammer.

Bei den Yilmaz liegt inzwischen ein einseitiges Gesprächsprotokoll vor. Die Wohnentscheidung bleibt offen, doch die nächste Beratung ist vorbereitet, und jede übernommene Aufgabe hat einen Namen. Die Notfallmappe enthält bereits die erreichbaren Kontakte; die rechtlichen Dokumente werden nach Beratung ergänzt. Herr Yilmaz hat darum gebeten, bei künftigen Angeboten besonders auf kurze Wege zu achten. Seine Frau möchte wissen, welche Unterstützung tatsächlich verfügbar wäre.

Beim nächsten Termin darf deshalb auch der Prospekt wieder auf den Tisch. Nun stehen Fragen daneben, die aus ihrem eigenen Alltag stammen. Ob ein Angebot diese Erwartungen erfüllt, wird sich bei einer Besichtigung und beim Prüfen der Unterlagen zeigen müssen. Für diesen Schritt brauchen die Yilmaz ein Werkzeug, mit dem sie Beobachtungen festhalten und Zusagen vergleichbar machen können. Genau dort setzt Kapitel 17 an.

Kapitel 17: Angebote prüfen: Besichtigungen und Checklisten

Der Rollator passt durch die Wohnungstür. Ob er auch um die Ecke vor dem Badezimmer kommt, zeigt das Foto im Prospekt nicht. Genau an dieser Stelle gerät Familie Roth bei der Besichtigung von Angebot B ins Stocken. In diesem fiktiven Beispiel vergleichen die Roths mehrere Wohnangebote,

und gerade diese Wohnung gefällt ihnen auf Anhieb. Der helle Wohnraum öffnet sich zu einem kleinen Balkon. Doch zwischen geöffneter Badezimmertür und gegenüberliegender Wand bleibt zu wenig Platz für den Weg, den Frau Roth mehrmals täglich zurücklegen müsste.

Der Eindruck verändert sich. Die Wohnung bleibt schön, aber eine bislang unbeantwortete Frage steht plötzlich mitten im Flur. Frau Roth möchte ihren Rollator im Alltag dort verwenden können, wo sie ihn braucht. Ihr Sohn hatte vor allem auf den Aufzug geachtet und die Wege innerhalb der Wohnung kaum bedacht. Jetzt bittet er um Erlaubnis, die Engstelle zu fotografieren. Zu Hause wollen sie nachvollziehen können, woran es gelegen hat.

Eine Besichtigung liefert viele Eindrücke gleichzeitig. Während jemand die Gemeinschaftsräume zeigt, erklären Sie vielleicht Ihre Wünsche, achten auf eine Stufe und versuchen, sich die monatliche Servicepauschale zu merken. Das Gedächtnis muss dabei einiges leisten. Eine vorbereitete Mappe nimmt ihm Arbeit ab. Sie hält Ihre Fragen fest und lässt Platz für Antworten, damit später die tatsächlich passende Wohnung eine Chance bekommt, auch wenn eine andere den schöneren Ausblick hatte.

Die eigene Mappe vorbereiten

Legen Sie für jedes Angebot dieselbe Grundstruktur an. Vier Bereiche genügen: das Vorgespräch, die Wohnung, das Umfeld und die Vertragsunterlagen. Ein dünner Ordner mit Registern funktioniert ebenso wie ein Heft, dessen Seiten Sie entsprechend beschriften. Wer gern am Tablet arbeitet, kann eine digitale Vorlage verwenden. Entscheidend ist, dass Sie beim Rundgang ohne langes Suchen eine Beobachtung eintragen können. Große Schrift und freie Zeilen erleichtern das mehr als ein dicht bedruckter Fragebogen.

Auf die erste Seite gehören die genaue Anschrift und die Bezeichnung der besichtigten Wohnung. Ergänzen Sie Datum und Namen der Person, die Auskunft gibt. Das klingt selbstverständlich. Bei mehreren Angeboten verschwimmen Einzelheiten jedoch schnell: War der Hausmeister in Anlage A täglich anwesend, oder gehörte diese Aussage zu Anlage C? Auch innerhalb eines Hauses können sich Wohnungen erheblich unterscheiden. Eine Musterwohnung gibt Ihnen deshalb noch keinen verlässlichen Eindruck von jeder verfügbaren Einheit.

Übertragen Sie anschließend Ihre unverzichtbaren Wohnkriterien aus der bisherigen Arbeit. Halten Sie deren Bedeutung in einem überprüfbaren Satz fest. „Kurze Wege“ könnte heißen: „Ich erreiche Schlafzimmer und Bad auf derselben Ebene und kann dabei mein gewohntes Hilfsmittel verwenden.“ Bei „Nähe zu Menschen“ hilft eine Formulierung wie: „Ich kann regelmäßig an einem Angebot teilnehmen, das mich interessiert und das ich selbstständig erreiche.“ Solche Sätze lassen sich mit einem Ort abgleichen. Allgemeine Schlagwörter bieten dafür weniger Halt.

Vereinbaren Sie mit einer Begleitperson vorab die Aufgaben. Vielleicht möchten Sie selbst die Fragen stellen, während Ihr Sohn Antworten notiert. Eine Freundin kann darauf achten, welche offenen Punkte übergangen wurden. Die Person, die später dort wohnen soll, braucht dabei genug Zeit für eigene Eindrücke und eigene Antworten. Werden Fragen wiederholt nur an die Begleitung gerichtet, können Sie freundlich unterbrechen: „Bitte erklären Sie mir das direkt.“ Auch die Reaktion darauf gehört zu Ihrer Wahrnehmung des Angebots.

Am Telefon die erste Auswahl treffen

Ein kurzes Vorgespräch kann einen unnötigen Weg ersparen. Fragen Sie zunächst, ob eine Wohnung angeboten wird, die zu Ihren wesentlichen Anforderungen passt, und ob genau diese Einheit besichtigt werden kann. Lassen Sie sich erläutern, ob es um eine sofort verfügbare Wohnung oder um einen Platz auf einer Interessentenliste geht. Fragen Sie bei Wartezeiten nach, worauf die Einschätzung beruht. Eine unverbindliche Erfahrung aus vergangenen Vermietungen lässt sich anders einordnen als ein bereits feststehender Auszugstermin.

Beschreiben Sie den eigenen Bedarf möglichst konkret. „Ich suche etwas Altersgerechtes“ lässt dem Gegenüber viel Spielraum. „Ich nutze einen Rollator und brauche einen durchgehend nutzbaren Weg von der Straße bis zur Wohnung“ führt

eher zu einer brauchbaren Antwort. Fragen Sie bei einem Aufzug auch nach den Wegen davor und danach. Es kann vorkommen, dass der Hauseingang nur über Stufen erreichbar ist oder zwischen Aufzug und Wohnung noch eine weitere Ebene liegt.

Danach kommt der Preis. Erfragen Sie die regelmäßig verpflichtenden Zahlungen für die konkret angebotene Wohnung und lassen Sie sich erklären, welche weiteren Beträge nach Verbrauch oder gewählter Leistung entstehen können. Ein beworbener Einstiegspreis hilft wenig, wenn er eine kleinere Wohnung betrifft oder verpflichtende Leistungen ausspart. Bitten Sie um eine schriftliche Kostenübersicht mit Datum. Offene Beträge bleiben vorerst offen; tragen Sie dafür weder eine vermutete Summe noch eine Null ein.

Beim Serviceumfang lohnt eine Rückfrage am Beispiel. Wenn „Ansprechpartner im Haus“ genannt wird, fragen Sie nach den Anwesenheitszeiten und danach, wofür diese Person zuständig ist. Bei „Unterstützung nach Bedarf“ möchten Sie wissen, wie diese angefragt wird und wer sie tatsächlich erbringt. Fragen Sie ebenfalls nach den Unterlagen, die vor einer Entscheidung bereitgestellt werden. **factsToVerify:** Verfügbarkeit, Wartezeiten und sämtliche Preis- oder Leistungsangaben müssen für das konkrete Angebot aktuell bestätigt werden.

Telefonkarte

- Welche konkrete Wohnung ist verfügbar, wann und mit welcher Zugangssituation?
- Welche Zahlungen sind verpflichtend, welche zusätzlich möglich?
- Welche Leistungen sind enthalten, durch wen und zu welchen Zeiten?
- Welche Unterlagen erhalten wir vorab, und was bleibt noch ungeklärt?

Diese Karte ist ein Gedächtnisanker. Die ausführlichen Antworten schreiben Sie daneben, zusammen mit dem Datum der Auskunft. Familie Roth entdeckt bereits am Telefon, dass die zuerst genannte Rate bei Angebot A nur einen Teil der erwartbaren monatlichen Belastung beschreibt. Die zusätzliche Information macht das Angebot vergleichbarer. Sie streichen es deshalb noch nicht, bitten aber um eine vollständige Aufstellung, bevor sie einen Besichtigungstermin vereinbaren.

Den Termin nach dem eigenen Alltag gestalten

Planen Sie ausreichend Zeit für den Rundgang und eine anschließende Pause ein. Zwei dicht aufeinanderfolgende Besichtigungen können dazu führen, dass Sie beim zweiten Angebot vor allem erschöpft sind. Wählen Sie möglichst eine Tageszeit, zu der Sie gewöhnlich gut unterwegs sein können. Teilen Sie besondere Anforderungen vorher mit, etwa den Wunsch nach einem Sitzplatz während des Gesprächs. Schon die Terminplanung kann zeigen, ob Ihre Bedürfnisse aufmerksam aufgenommen werden.

Nehmen Sie das Hilfsmittel mit, das Sie tatsächlich benutzen, sofern der Weg dorthin damit gut möglich ist. Ein fremder Rollator kann andere Abmessungen und ein anderes Fahrverhalten haben. Wer gewöhnlich eine Tasche daran befestigt, sollte auch deren Platzbedarf bedenken. Ein Maßband und ein Stift passen meist noch in die Tasche. Sie müssen damit keine bautechnische Prüfung übernehmen; gemessene Engstellen helfen jedoch, später gezielt nachzufragen.

Beginnen Sie vor dem Gebäude. Folgen Sie möglichst dem Weg, den Sie im Alltag nehmen würden, und lassen Sie sich anschließend weitere Zugänge zeigen. Wo hält ein Taxi? Wie erreichen Sie den Eingang nach dem Einkauf? Achten Sie darauf, ob ein bequemer Zugang jederzeit nutzbar ist oder nur geöffnet wird, wenn jemand Bescheid weiß. Eine seitliche Tür kann gut geeignet sein, verlangt aber Klarheit darüber, wie Sie sie selbstständig erreichen und öffnen.

Am Eingang zeigt sich viel. Prüfen Sie, ob Sie die Klingel erkennen und die Tür mit Ihrer üblichen Vorgehensweise bedienen können, ohne sich dabei zu überfordern. Eine schwere Tür kann selbst bei großer Durchgangsbreite hinderlich sein. Im Aufzug interessiert Sie der gesamte Ablauf: hineingehen, wenden oder rückwärts herausgehen, die Tasten erreichen und anschließend die richtige Etage erkennen. Lassen Sie sich auch erklären, welche Unterstützung bei einem Ausfall vorgeseh-

en ist, wenn Sie auf den Aufzug angewiesen wären.

In der Wohnung Bewegungen nachvollziehen

Gehen Sie den Grundriss wie einen gewöhnlichen Tag durch. Vom Eingang führt der Weg vielleicht zunächst zur Garderobe, später in die Küche und irgendwann vom Bett ins Bad. Fragen Sie sich, wo Sie etwas abstellen würden und ob dabei der Durchgang frei bliebe. Leere Räume wirken großzügig. Zeichnen Sie deshalb auf einer Grundrisskopie ein, wo Ihre benötigten Möbel ungefähr stehen könnten, bevor Sie die Bewegungsfläche beurteilen.

Frau Roth bittet in Angebot B darum, die Badezimmertür selbst zu öffnen. Im fiktiven Beispiel steht ihr Rollator danach dort, wo die Tür zum Weiterschwenken Platz bräuchte. Sie müsste ihn zurücksetzen und sich seitlich vorbeibewegen. Das möchte sie mehrmals täglich vermeiden. Der Anbieter schlägt eine andere Türlösung vor; die Familie notiert sie zunächst als Vorschlag, dessen Machbarkeit und Umsetzung noch nachzuweisen sind. Bis dahin bleibt die Engstelle bestehen.

Im Bad zählt der ganze Vorgang. Ein niedriger Duscheinstieg sagt wenig darüber aus, ob Sie sich davor umziehen und gegebenenfalls Unterstützung erhalten könnten. Betrachten Sie die erreichbaren Ablagen und den Platz neben dem WC. Prüfen Sie vorgesehene Bewegungen nur so weit, wie dies ohne riskante Versuche möglich ist. Belastungsproben an unbekannten Griffen gehören nicht zur Besichtigung. Bei Unsicherheiten zur persönlichen Nutzbarkeit kann eine fachliche Einschätzung erforderlich sein.

Auch die Küche lässt sich anhand weniger vertrauter Tätigkeiten erschließen. Wo würden Sie eine Tasse füllen, und wohin mit einem benutzten Teller? Im Schlafzimmer geht es darum, ob das benötigte Bett samt Zugang sinnvoll Platz findet. Achten Sie im Wohnraum auf blendendes Licht und darauf, ob Sie Fenster oder vorhandene Bedienelemente erreichen könnten. Die baulichen Einzelheiten haben ihren eigenen Platz in den früheren Kapiteln; hier prüfen Sie, ob das angebotene Zuhause zu Ihren Bewegungen passt.

Fragen Sie nach Rettungswegen und nach dem vorgesehenen Vorgehen bei einem Alarm, besonders wenn Sie Treppen nicht selbstständig nutzen können. Lassen Sie sich zeigen, wohin die entsprechenden Wege führen und wer Ihre Fragen fachkundig beantworten kann. Ein allgemeiner Hinweis auf den Aufzug beantwortet diese Frage nicht. **factsToVerify:** Das für das Gebäude geltende Brandschutz- und Räumungskonzept sowie mögliche Unterstützung bei eingeschränkter Mobilität sind beim zuständigen Anbieter beziehungsweise einer geeigneten Fachstelle zu prüfen. Eigene Vermutungen gehören hier nicht in das Feld „geklärt“.

Wohnungskarte

- Sind Zugang und tägliche Wege mit meinen benötigten Möbeln und Hilfsmitteln nutzbar?
- Passen Bad und Küche zu meinen tatsächlichen Handgriffen?
- Kann ich Licht, Türen und wichtige Bedienelemente ausreichend bedienen?
- Welche Fragen zu Rettungswegen und erforderlichen Anpassungen sind noch offen?

Schreiben Sie neben ein positives Urteil, worauf es beruht. „Weg zum Bad mit eigenem Rollator erprobt“ ist später nachvollziehbarer als ein Häkchen bei „barrierearm“. Für einen unbekannten Punkt verwenden Sie ein Fragezeichen oder das Wort „offen“. Ungeprüft bedeutet weder geeignet noch ungeeignet. Diese Unterscheidung verhindert, dass Lücken im Gespräch unbemerkt als Zusagen in Ihre Entscheidung eingehen.

Das Umfeld selbst erleben

Nach dem Rundgang beginnt eine zweite Besichtigung draußen. Gehen Sie, soweit es Ihnen möglich ist, einen Weg zu einem Ziel, das für Ihren Alltag zählt. Vielleicht ist es der Lebensmittelmarkt oder die Haltestelle, die Ihre bestehende Verbindung zu Freunden erhält. Achten Sie auf den vollständigen Weg einschließlich Straßenquerungen und Eingang. Eine kurze Entfernung auf der Karte kann durch einen steilen Abschnitt oder eine unübersichtliche Kreuzung erheblich an Bedeutung verlieren.

Machen Sie unterwegs eine Pause, wenn Sie eine brauchen. Gerade dadurch erfahren Sie, ob der Weg zu Ihnen passt und ob eine Sitzmöglichkeit dort steht, wo sie hilfreich wäre. Lassen Sie sich bei eingeschränkter Kraft weder von einer sportlichen Begleitung noch vom Wunsch nach einem guten Ergebnis antreiben. Ihr Tempo zählt. Wer die Strecke an diesem Tag nicht selbst gehen kann, kann eine Begleitperson um eine genaue Beschreibung bitten und die eigene Erprobung als offenen Punkt festhalten.

Betrachten Sie außerdem die erreichbaren Möglichkeiten für gewöhnliche Begegnungen. Ein Gemeinschaftsraum im Haus kann angenehm sein, sagt aber wenig darüber aus, ob dort etwas stattfindet, das Sie interessiert. Fragen Sie nach einem konkreten aktuellen Angebot und danach, wie neue Bewohner dazukommen können. Denken Sie zugleich an vertraute Kontakte außerhalb der Anlage. Eine neue Adresse soll den eigenen Alltag tragen; dazu können weiterhin der bisherige Chor oder der Besuch bei einer Freundin gehören.

Lärm und Ruhe brauchen unterschiedliche Beobachtungszeiten. Während der Führung ist eine benachbarte Lieferzufahrt vielleicht unbenutzt, und der Schulhof liegt still. Fragen Sie nach typischen Veränderungen im Tagesverlauf und prüfen Sie einen wichtigen Zweifel bei einem weiteren Besuch. Halten Sie dabei Wahrnehmung und Vermutung auseinander. „Bei geöffnetem Fenster war während unseres Gesprächs Lieferverkehr hörbar“ beschreibt mehr als „bestimmt immer laut“.

Umfeldkarte

- Sind meine wichtigen Alltagsziele über tatsächlich nutzbare Wege erreichbar?
- Wo brauche ich Pausen, und welche Hindernisse treten unterwegs auf?
- Welche passenden Kontakte und Aktivitäten kann ich von hier aus pflegen?
- Was muss ich zu Lärm, Tageszeiten und örtlichen Angeboten noch überprüfen?

factsToVerify: Öffnungszeiten, Verkehrsverbindungen und lokale Angebote sind zum Entscheidungszeitpunkt aktuell zu bestätigen. Notieren Sie deshalb bei solchen Angaben auch, wann und wo Sie sie geprüft haben. Ein Fahrplan aus einer älteren Vermietungsmappe kann als Hinweis dienen, trägt aber noch keine Umzugsentscheidung. Dasselbe gilt für angekündigte Geschäfte oder einen geplanten Nachbarschaftstreff. Behandeln Sie Vorhaben als Vorhaben, bis deren Umsetzung ausreichend belegt ist.

Den Betrieb zwischen den Antworten wahrnehmen

Neben Maßen und Preisen gibt es Eindrücke, die sich kaum in Kästchen fassen lassen. Wie spricht eine Mitarbeiterin mit einem Bewohner, der das Gespräch unterbricht? Wird dessen Anliegen aufgenommen oder vor Ihren Augen abgewertet? Achten Sie auf konkrete Situationen. Ein freundlicher Empfang ist angenehm, doch der Umgang mit einer unerwarteten Frage verrät oft mehr darüber, wie Kommunikation im Haus abläuft.

Ein einzelner Moment erklärt allerdings keinen ganzen Betrieb. Eine erschöpfte Person kann einen schwierigen Tag haben; eine besonders aufmerksame Führung kann sorgfältig vorbereitet sein. Bleiben Sie bei dem, was Sie beobachten konnten. Schreiben Sie etwa: „Auf die Frage nach Vertretung wurde zweimal allgemein geantwortet.“ Daraus entsteht eine Rückfrage nach Zuständigkeiten. Das pauschale Urteil „schlecht organisiert“ wäre auf dieser Grundlage verfrüht.

Gerüche verlangen ebenfalls Zurückhaltung. Essensgeruch im Flur kann auf das Mittagessen hinweisen, ein auffälliger Reinigungsgeruch auf eine gerade erledigte Arbeit. Wenn etwas Sie belastet, benennen Sie den Ort und fragen Sie nach. Prüfen Sie bei Gelegenheit, ob der Eindruck bestehen bleibt. Vermeiden Sie, aus einem Geruch eine Diagnose über Hygiene oder Versorgung abzuleiten. Für Ihre Wohnentscheidung darf trotzdem feststehen, dass Sie sich in einer dauerhaft so wahrgenommenen Umgebung unwohl fühlen würden.

Gespräche mit Bewohnerinnen und Bewohnern können den Blick erweitern, wenn diese dazu bereit sind. Fragen Sie zunächst, ob ein kurzer Austausch gelegen kommt, und respektieren Sie eine Ablehnung. Gut geeignet sind Fragen nach eigenen Erfahrungen: Was hat sich nach dem Einzug anders angefühlt als erwartet? Wie werden Anliegen an die Verwaltung weitergegeben? Persönlic-

he Auskünfte über andere Menschen gehören nicht zu Ihrer Prüfung.

Frau Roth spricht bei Angebot C mit einer Bewohnerin, die gerade vom Einkauf zurückkehrt. Diese mag ihre Wohnung, erwähnt aber, dass sie den angekündigten Gemeinschaftsraum seltener nutzt als anfangs gedacht. Ihr Freundeskreis besteht überwiegend außerhalb des Hauses. Für Frau Roth ist das hilfreich: Sie erkennt, dass eine Wohnanlage verschiedene Lebensweisen zulassen kann. Die Erfahrung dieser Bewohnerin bleibt eine einzelne Perspektive, die sie mit ihren eigenen Wünschen abgleicht.

Schriftliche Zusagen auf Alltagssituationen beziehen

Nach der Besichtigung brauchen Sie Ruhe für die Unterlagen. Bitten Sie um vollständige Vertragsentwürfe und die zugehörigen Leistungsbeschreibungen, soweit diese für das Angebot vorgesehen sind. Lesen Sie auch Verweise auf Anlagen oder Preisverzeichnisse. Eine freundlich erläuterte Leistung sollte in den Unterlagen auffindbar sein, wenn Sie Ihre Entscheidung darauf stützen. Bei Abweichungen fragen Sie nach einer schriftlichen Klärung.

Ordnen Sie zunächst zu, mit wem Sie welche Vereinbarung eingehen würden. Sind Vermietung und Service bei derselben Stelle angesiedelt oder bei verschiedenen Unternehmen? Wohin müssten Sie eine Beschwerde richten? Lassen Sie erläutern, welche Bestandteile gemeinsam abgeschlossen werden sollen und welche wählbar sind. **factsToVerify:** Vertragsart, rechtliche Verknüpfungen und die Anwendung besonderer Schutzvorschriften müssen anhand der konkreten Dokumente aktuell geprüft werden. Die Bezeichnung der Wohnanlage allein klärt das nicht.

Bei Kündigung und Vertragsende helfen konkrete Fragen. Welche Fristen sollen für Sie gelten, und welche Beendigungsmöglichkeiten beansprucht die andere Vertragsseite? Was wäre vorgesehen, wenn Sie länger im Krankenhaus bleiben oder zusätzliche Pflege benötigen? Lassen Sie sich die entsprechenden Passagen zeigen. Verlangen Sie bei wachsendem Unterstützungsbedarf eine Erklärung, welche Versorgung möglich wäre und welche Grenzen der Anbieter benennt. Ein mündliches „Sie können immer bleiben“ braucht eine belastbare Grundlage.

factsToVerify: Ob und unter welchen Voraussetzungen ein Vertrag wegen veränderten Unterstützungsbedarfs beendet werden könnte, welche Anpassungspflichten bestehen und welche Klauseln wirksam sind, ist individuell rechtlich zu klären. Das gilt ebenso für behauptete Schutzregelungen bei einem bestimmten Pflegegrad. Nehmen Sie entsprechende Aussagen als Prüfauftrag mit in eine qualifizierte Beratung. Für die Besichtigungsmappe genügt zunächst die genaue Fundstelle im Vertrag samt Ihrer offenen Frage.

Prüfen Sie die Kostenentwicklung anhand der vorgesehenen Regelungen. Fragen Sie, welche Bestandteile sich verändern können und wie darüber informiert werden soll. Lassen Sie zusätzliche Leistungen anhand eines möglichen Monats erklären, etwa wenn vorübergehend häufiger Unterstützung gebraucht würde. Halten Sie gegenwärtige Beträge getrennt von künftigen Möglichkeiten fest. Eine heutige Kostenübersicht und die Bedingungen späterer Änderungen beantworten unterschiedliche Fragen.

Vertragskarte

- Wer schuldet welche Leistung, und wo steht sie schriftlich?
- Welche Kosten sind verbindlich, zusätzlich möglich oder veränderlich?
- Welche Regelungen betreffen Vertragsende und wachsenden Unterstützungsbedarf?
- Welche Widersprüche oder Rechtsfragen benötigen vor einer Zusage Beratung?

Die Karte ersetzt keine Vertragsprüfung. Sie hilft, deren Gegenstand präzise vorzubereiten und den Beratungstermin sinnvoll zu nutzen. Nehmen Sie alle zusammengehörigen Dokumente mit und markieren Sie nur die Stellen, zu denen Sie konkrete Fragen haben. Wenn Unterlagen fehlen, notieren Sie deren Bezeichnung und das zugesagte Nachlieferdatum. Eine ungeklärte Kernfrage darf die Entscheidung aufhalten, auch wenn die Besichtigung bereits mehrere Wochen zurückliegt.

Eindrücke sichern und fair vergleichen

Fotografien helfen beim Erinnern, sofern Sie vorab um Erlaubnis bitten und darauf achten, keine unbeteiligten Personen oder privaten Informationen aufzunehmen. Fragen Sie auch in einer leerstehenden Wohnung, was fotografiert werden darf. Bei einer bewohnten Einheit verdient die Privatsphäre besondere Rücksicht. Ein enges Detailbild kann für Ihre Prüfung ausreichen. Ordnen Sie jedes Bild unmittelbar einem Ort und einer Frage zu.

Im Beispiel der Roths erhält die Aufnahme der Badezimmertür eine kurze Notiz zur beobachteten Schwierigkeit. Ein weiteres Bild zeigt den Zugang vom Aufzug zur Wohnung. Dadurch lässt sich später erkennen, was bereits praktisch erprobt wurde und was nur auf einer Aufnahme großzügig wirkt. Fotos verzerren Entfernungen. Für relevante Maße bleiben deshalb die eigene Messung oder eine verlässliche Planangabe erforderlich.

Setzen Sie sich möglichst bald nach dem Termin zusammen, ohne sofort eine Rangfolge festzulegen. Jede beteiligte Person hält zunächst den eigenen Eindruck fest. Was hat überzeugt, und wo blieb ein Widerstand? Erst danach vergleichen Sie die Beobachtungen. So bekommt Frau Roth Raum für ihren Eindruck, bevor ihr Sohn mit seinem Favoriten beginnt. Unterschiedliche Wahrnehmungen müssen sich nicht gegenseitig aufheben; sie können auf verschiedene Bedürfnisse aufmerksam machen.

Geben Sie Antworten einen erkennbaren Status. Sie können vermerken, ob etwas selbst beobachtet, mündlich erklärt oder schriftlich zugesagt wurde. „Noch zu klären“ bleibt als eigener Status sichtbar. Das ist besonders bei angekündigten Umbauten hilfreich. Eine grundsätzlich denkbare Türänderung wird erst dann zur Entscheidungsgrundlage, wenn die relevanten Fragen zu Ausführung und Zeitpunkt ausreichend geklärt sind.

Ein Bauchgefühl verdient Aufmerksamkeit. Versuchen Sie, ihm eine Beobachtung zur Seite zu stellen: Hat Sie eine ausweichende Antwort verunsichert, oder fühlte sich die gesamte Situation ungewohnt an? Manchmal bleibt das Gefühl zunächst ohne Erklärung. Ein zweiter Besuch kann helfen, es besser einzuordnen. Sie müssen weder jede Abneigung wegargumentieren noch aus einem angenehmen ersten Eindruck sofort ein belastbares Urteil machen.

Der zweite Besuch und die nächste Entscheidung

Vereinbaren Sie einen weiteren Termin dort, wo ein Angebot ernsthaft infrage kommt oder eine offene Frage entscheidend sein könnte. Wählen Sie nach Möglichkeit eine andere Tageszeit und kündigen Sie an, was Sie noch prüfen möchten. Eine erneute vollständige Führung ist oft entbehrlich. Vielleicht möchten Sie nur die Wohnung bei anderem Licht sehen und den Weg zur Haltestelle gehen. Halten Sie anschließend fest, welche Unsicherheit kleiner geworden ist und welche fortbesteht.

Vergleichen Sie die Angebote nun anhand derselben persönlichen Kriterien. Ein unverzichtbarer Punkt verdient dabei eine andere Behandlung als ein angenehmes Extra. Der Balkon kann eine ungeeignete tägliche Wegführung für Frau Roth kaum ausgleichen. Verwenden Sie Punktwerte nur als Hilfe zur Verständigung und bewahren Sie die Begründungen daneben auf. Eine rechnerische Rangfolge mit fehlenden Angaben würde eine Genauigkeit vortäuschen, die Ihre Informationen noch nicht hergeben.

Bei Familie Roth bleibt Angebot B im fiktiven Beispiel charmant, scheidet aber aus, weil keine ausreichend geklärte Lösung für den benötigten Rollatorweg vorliegt. Angebot A erweist sich nach Einbeziehung zusätzlich benötigter Leistungen als finanziell weniger günstig als erwartet. Für Angebot C sprechen mehrere praktisch erprobte Wege; offen bleibt eine Vertragsfrage, die vor einer Entscheidung beraten werden soll. Die Familie hat damit einen begründeten nächsten Schritt. Eine Unterschrift steht noch aus.

Ihre eigene Mappe darf zu einem anderen Ergebnis führen. Vielleicht passt ein Angebot nach dem Zweitbesuch besser, als die erste Führung vermuten ließ. Vielleicht zeigt sich, dass die bisherige Wohnung vorerst die tragfähigere Wahl bleibt. Auch dann hat sich die Prüfung gelohnt: Sie wissen genauer, welche Bedingungen eine Alternative

erfüllen müsste. Bewahren Sie die Unterlagen mit ihrem Datum auf, damit ältere Auskünfte später als solche erkennbar bleiben.

Legen Sie zuletzt für jedes noch ernsthaft erwogene Angebot ein Blatt mit den offenen Punkten nach vorn. Schreiben Sie dazu, wer die jeweilige Antwort beschafft und bis wann sie gebraucht wird. Bei den Roths übernimmt der Sohn die Terminabstimmung für die Vertragsberatung; Frau Roth möchte selbst am Gespräch teilnehmen und hat ihre Frage bereits markiert. Aus dem Vergleich entstehen nun Aufgaben mit einem Termin. Daran knüpft der persönliche Aktionsplan an, der die Wohnentscheidung mit den übrigen Vorbereitungen zusammenführt.

Kapitel 18: Ihr persönlicher Aktionsplan: Schritt für Schritt zur Entscheidung

Aufschieben entscheidet mit. Wenn Wohnfragen über Jahre liegen bleiben, können andere irgendwann den Takt vorgeben: eine Reparatur, die plötzlich nötig wird, oder ein Alltag, der mehr Kraft verlangt als bisher. Trotzdem muss heute kein endgültiger Entschluss fallen. Für den Anfang genügt eine überschaubare Aufgabe mit einem Datum. Aus Ihren bisherigen Überlegungen soll nun ein Arbeitsplan werden, den Sie tatsächlich benutzen können, auch wenn zwischendurch das Leben dazwischenkommt.

Vielleicht liegen Ihre Notizen bereits in einer Mappe. Vielleicht haben Sie beim Lesen einzelne Stellen markiert und vieles im Kopf bewegt. Beides ist ein Ausgangspunkt. Nehmen Sie ein Blatt und schreiben Sie oben Ihren Namen sowie das heutige Datum hin. Darunter kommt ein Satz, der Ihr Vorhaben beschreibt, beispielsweise: „Ich möchte klären, unter welchen Bedingungen ich die nächsten Jahre in meiner Wohnung gut leben kann.“

Die folgenden zwölf Schritte geben diesem Vorhaben eine Reihenfolge. Einige lassen sich gleichzeitig bearbeiten, andere brauchen Ergebnisse aus einem früheren Schritt. Die genannten Zeiträume sind Vorschläge für Ihre eigene Planung und keine Zusagen über verfügbare Beratungstermine oder die Dauer von Bauarbeiten. Jeder Schritt erhält eine verantwortliche Person und ein erkennbares Ergebnis. So wissen Sie später, ob eine Aufgabe erledigt ist oder lediglich viel darüber gesprochen wurde.

Frau Berger begleitet diesen Weg als fiktives Beispiel. Ihre Eigentumswohnung liegt im Erdgeschoss, und ihr Viertel möchte sie möglichst behalten. Nach elf Monaten wird sie sich für einen Umbau entscheiden und eine spätere Wohnalternative weiter im Auge behalten. Bis dahin verändert sich manches an ihrem Plan. Gerade daran lässt sich erkennen, wie eine Entscheidung reifen kann, ohne dass jeder Umweg vergeblich gewesen wäre.

Die Richtung festlegen und den Ausgangspunkt prüfen

Der erste Schritt gilt Ihren Wohnkriterien. Planen Sie dafür in der kommenden Woche zwei ruhige Termine von jeweils etwa einer halben Stunde ein. Die Verantwortung bleibt bei Ihnen; eine vertraute Person kann beim Aufschreiben helfen. Nehmen Sie Ihre Überlegungen aus Kapitel 1 zur Hand und lesen Sie sie mit dem Wissen, das inzwischen hinzugekommen ist. Passt das damalige Wort „Unabhängigkeit“ noch, oder können Sie mittlerweile genauer ausdrücken, welche Entscheidungen Sie selbst treffen und welche Aufgaben Sie gern abgeben möchten?

Kennzeichnen Sie die drei unverzichtbaren Anforderungen Ihrer Drei-Sterne-Liste. Prüfen Sie jede an einer gewöhnlichen Alltagssituation. „Im Viertel bleiben“ kann bedeuten, weiterhin allein zum vertrauten Lebensmittelgeschäft zu gelangen und eine Freundin ohne aufwendige Fahrt zu besuchen. Eine bestimmte Postleitzahl würde diesen Wunsch nur unvollständig beschreiben. Ergänzen Sie weitere Wünsche mit einer niedrigeren Gewichtung und halten Sie fest, worauf Sie bei Bedarf verzichten könnten.

Bei Frau Berger stand zunächst: „Ich bleibe in meiner Wohnung.“ Beim erneuten Lesen merkt sie, dass dieser Satz bereits eine Lösung festlegt, bevor deren Tragfähigkeit geprüft ist. Sie formuliert genauer: Ihre vertrauten Wege sollen erhalten

bleiben, ihre monatlichen Ausgaben sollen beherrschbar sein, und sie möchte ihren Tagesablauf selbst bestimmen können. Die bisherige Wohnung bleibt ihr Favorit. Das Ergebnis dieses Schrittes ist dennoch offen genug, um auch eine andere Wohnung im selben Viertel ernsthaft zu prüfen.

Im zweiten Schritt aktualisieren Sie den Wohnungs-Befundbogen. Reservieren Sie innerhalb der nächsten zwei Wochen einen Rundgang und anschließend Zeit für die Eintragungen. Wenn eine weitere Person mitgeht, übernimmt sie das Notieren oder misst eine unklare Stelle nach; Sie schildern, wie Sie den Ort tatsächlich nutzen. Verwenden Sie die Unterlagen aus Kapitel 2. Neue Beobachtungen erhalten ein Datum, damit ältere Einschätzungen erkennbar bleiben.

Gehen Sie von konkreten Vorgängen aus. Wo müssen Sie eine Tasche abstellen, bevor Sie eine Tür öffnen können? Welche Tätigkeit lassen Sie inzwischen liegen, weil der Aufwand zu groß geworden ist? Notieren Sie auch, was gut funktioniert. Ein Befundbogen, auf dem nur Schwierigkeiten stehen, würde die Stärken Ihres Zuhauses unterschlagen und könnte später einen aufwendigen Umbau größer erscheinen lassen, als er erforderlich ist.

Frau Berger entdeckt bei ihrem zweiten Rundgang, dass sie einen niedrigen Küchenschrank kaum noch benutzt. Beim ersten Mal hatte sie lediglich dessen Inhalt als unpraktisch bezeichnet. Nun beschreibt sie die Bewegung, die ihr Mühe macht, und kann gezielter nach einer Lösung suchen. Für eine unklare bauliche Frage vermerkt sie einen Beratungsbedarf. Der Schritt ist abgeschlossen, wenn jeder relevante Befund entweder verständlich beschrieben oder ausdrücklich als fachlich zu prüfender Punkt gekennzeichnet ist.

Der dritte Schritt ordnet die Maßnahmen aus den Kapiteln 3 bis 8. Nehmen Sie sich dafür eine Woche nach dem Rundgang. Zuständig ist die Person, die Ihre Maßnahmenübersicht führt; Entscheidungen über Veränderungen treffen Sie selbst oder gemeinsam mit den ebenfalls betroffenen Bewohnern. Trennen Sie unmittelbar lösbare Schwierigkeiten von Maßnahmen, die Planung und fachliche Auskunft brauchen. Akute Gefahren dürfen dabei keinen Platz am Ende eines monatelangen Entscheidungswegs bekommen.

Für jede größere Idee schreiben Sie zunächst auf, welches Alltagsproblem sie lösen soll. „Bad umbauen“ ist als Arbeitsauftrag zu weit gefasst. „Die tägliche Körperpflege soll ohne den bisher beschwerlichen Einstieg möglich sein“ führt zu einer Aufgabe, für die verschiedene Lösungen untersucht werden können. So bleibt Raum für eine kleinere Anpassung, falls diese ausreicht. Gleichzeitig lässt sich später prüfen, ob ein umfangreiches Angebot tatsächlich den gewünschten Nutzen bringt.

Bei Frau Berger können einige häufig benötigte Gegenstände gleich einen besser erreichbaren Platz bekommen. Die Veränderung des Badezimmers wartet dagegen auf eine fachliche Einschätzung. Sie bestellt noch nichts. **factsToVerify:** Vor bindenden Aufträgen sind erforderliche Zustimmungen sowie die aktuellen Antrags- und Förderbedingungen zu klären. Als Erfolg zählt hier eine geordnete Maßnahmenübersicht, aus der hervorgeht, was sofort angegangen wird und welche Voraussetzungen für die übrigen Arbeiten noch fehlen.

Den Blick über die Wohnung hinaus öffnen

Im vierten Schritt überprüfen Sie Ihr Umfeld. Dafür eignen sich zwei Wochen mit einigen bewusst beobachteten Alltagswegen. Sie selbst beurteilen, wie anstrengend und angenehm diese Wege sind; eine Begleitperson kann bei Bedarf Einzelheiten festhalten. Holen Sie die Umfeldkarte aus Kapitel 9 hervor. Ergänzen Sie vor allem die Verbindungen, die Ihnen tatsächlich etwas bedeuten, etwa den Weg zum Wochenmarkt oder die Fahrt zu einem regelmäßig besuchten Treffpunkt.

Betrachten Sie auch einen weniger bequemen Tag. Wie erreichen Sie Ihr Ziel bei Regen oder wenn Sie eine Pause brauchen? Bleibt ein wichtiger Kontakt möglich, sobald Sie nicht selbst fahren möchten? Solche Fragen verlangen keine Vorhersage Ihrer Gesundheit. Sie helfen einzuschätzen, wie viel Spielraum eine Wohnlage bietet, wenn der Alltag einmal anders verläuft.

Frau Berger merkt, dass zwei regelmäßige Begegnungen einen großen Teil ihrer Bindung an das Viertel ausmachen. Zugleich fällt ihr auf, wie sehr sie bei schwereren Einkäufen auf eine einzelne Nachbarin baut. Das spricht für eine zusätzliche Lösung, deren Verfügbarkeit sie noch erfragen muss. **factsToVerify:** Örtliche Dienste und Verkehrsangebote sind aktuell zu bestätigen. Erledigt ist der Schritt, wenn Ihre wichtigen Wege bewertet sind und für erkennbare Lücken ein konkreter Prüfauftrag besteht.

Der fünfte Schritt begrenzt die Wohnformoptionen. Nehmen Sie sich nach der Umfeldprüfung etwa eine Woche für eine erste Auswahl. Die Verantwortung für diese Auswahl liegt bei Ihnen, auch wenn jemand anderes Informationen zusammenträgt. Aus den Möglichkeiten der Kapitel 10 und 11 wählen Sie zunächst zwei ernsthafte Alternativen zur bisherigen Situation. Eine kleine Auswahl ermöglicht gründliche Prüfung. Weitere Möglichkeiten können Sie aufnehmen, wenn sich die ersten als ungeeignet erweisen.

Beschreiben Sie jede Option anhand Ihres gewünschten Alltags. Eine kleinere Wohnung im vertrauten Viertel könnte Wege erhalten und Hausarbeit verringern. Ein gemeinschaftliches Wohnprojekt könnte Kontakte ermöglichen, würde aber auch Absprachen verlangen, die zu Ihrer Persönlichkeit passen müssen. Halten Sie bei jeder Möglichkeit fest, was Sie daran anzieht und welcher Punkt zuerst geklärt werden müsste. Wer Rückzug schätzt, sollte diesem Wunsch ebenso viel Gewicht geben wie dem Wunsch nach Gesellschaft.

Frau Berger entscheidet sich, neben dem Umbau eine andere gut zugängliche Wohnung im Viertel sowie ein konkretes Angebot mit Serviceleistungen zu prüfen. Eine Wohngemeinschaft verfolgt sie vorerst nicht weiter, weil sie ihren Haushalt gern allein führt. Dafür braucht sie keine Entschuldigung. Der Schritt ist gelungen, wenn Ihre Auswahl begründet ist und Sie zu jeder verbleibenden Möglichkeit sagen können, weshalb sie einen genaueren Blick verdient.

Im sechsten Schritt füllen Sie die Umbau-Umzug-Matrix aus. Planen Sie innerhalb der folgenden zwei Wochen einen längeren Arbeitstermin mit einer Pause ein. Sie verantworten die Gewichtung, eine Begleitperson kann fehlende Angaben markieren. Verwenden Sie die acht Kriterien aus Kapitel 12 und übertragen Sie die bislang gesammelten Ergebnisse. Noch unbekannte Kosten bleiben als unbekannt stehen. Eine Schätzung erhält eine erkennbare Kennzeichnung und ihre Grundlage.

Prüfen Sie zuerst die unverzichtbaren Bedingungen. Eine hohe Gesamtpunktzahl darf kein Hindernis verdecken, das Ihren gewöhnlichen Alltag unmöglich machen würde. Danach vergleichen Sie die übrigen Stärken und Belastungen. Auch die Steuerbarkeit zählt: Können Sie notwendige Arbeiten selbst organisieren, oder würde gerade diese Aufgabe Unterstützung erfordern? Ein technisch machbarer Umbau kann organisatorisch anspruchsvoll bleiben.

Bei Frau Berger spricht viel für den Erhalt ihrer Wohnung. Die täglichen Wege außerhalb des Hauses sind vertraut, und die Erdgeschosslage bietet einen brauchbaren Ausgangspunkt. Doch die Kosten und einige Fragen zum Bad sind noch offen. Ihre Matrix ergibt deshalb zunächst eine begründete Tendenz zum Umbau. Der Erfolg dieses Schrittes besteht in einer vorläufigen Richtung samt den offenen Punkten, die diese Richtung noch verändern könnten.

Aus einer Tendenz einen belastbaren Plan machen

Der siebte Schritt führt zum Budget und zu möglichen Förderanträgen. Reservieren Sie für das Zusammentragen der Unterlagen zunächst vier Wochen; die tatsächliche Bearbeitung durch andere Stellen kann länger dauern. Bestimmen Sie eine Person, die Angebote und Rückmeldungen zusammenhält. Diese organisatorische Aufgabe verleiht keine Befugnis, in Ihrem Namen Verpflichtungen einzugehen. Halten Sie ausdrücklich fest, welche Entscheidung Sie selbst treffen möchten.

Arbeiten Sie mit dem Budgetmodell aus Kapitel 13. Stellen Sie einmalige Ausgaben und laufende Belastungen getrennt dar, und prüfen Sie den Vergleich über zehn Jahre mit offen benannten Annahmen. Ein solcher Zeitraum schafft Übersicht,

kann Preisentwicklungen jedoch nur als Annahme abbilden. Rechnen Sie außerdem durch, was geschieht, wenn eine erwartete Vergünstigung entfällt. Dann sehen Sie, ob Ihr Vorhaben davon vollständig abhängt oder weiterhin tragbar wäre.

Fördermöglichkeiten gehören mit ihrem Prüfstatus in die Planung. **factsToVerify:** Verfügbarkeit, Voraussetzungen und Höhe einer Förderung sowie mögliche Kombinationen und die erforderliche Reihenfolge von Antrag und Auftrag müssen aktuell bei der zuständigen Stelle geklärt werden. Frau Berger führt dafür ein eigenes Blatt mit Datum und Auskunftsperson. Ihr Erfolgskriterium lautet: Die Finanzierung ist nachvollziehbar dargestellt, offene Beträge sind sichtbar, und vor einer verbindlichen Beauftragung werden die maßgeblichen Bedingungen geklärt.

Im achten Schritt bearbeiten Sie die Rechtsfragen. Sammeln Sie Ihre Unterlagen möglichst parallel zur Budgetarbeit und vereinbaren Sie für die anschließenden Wochen einen geeigneten Beratungstermin. Verantwortlich für die Vorbereitung kann eine Vertrauensperson sein; Ihre persönlichen Ziele müssen im Gespräch dennoch erkennbar bleiben. Verwenden Sie die Fragen aus Kapitel 14. Nehmen Sie die tatsächlich geltenden Dokumente mit, einschließlich zugehöriger Anlagen.

Formulieren Sie den Beratungsbedarf anhand des Vorhabens. Bei einer geplanten Veränderung möchten Sie wissen, welche Zustimmung benötigt wird und welche Verpflichtungen danach bestehen könnten. Bei einem Umzug interessiert Sie, welche bisherigen Bindungen zu berücksichtigen sind. **factsToVerify:** Die rechtliche Beurteilung hängt von der aktuellen Rechtslage und den konkreten Verträgen beziehungsweise Eigentumsverhältnissen ab. Eine allgemeine Auskunft ersetzt diese Prüfung nicht.

Frau Berger klärt, welche Teile ihres Vorhabens ihre eigene Wohnung betreffen und ob weitere Belange berührt werden. Sie lässt sich offene Fragen schriftlich erläutern oder notiert die Antwort mit ihrer Quelle. Das schützt sie auch vor Missverständnissen, wenn Wochen später ein Angebot geändert wird. Der Schritt ist abgeschlossen, sobald die für die nächste Verpflichtung wesentlichen Fragen geklärt sind oder eine eindeutig benannte Voraussetzung den weiteren Fortgang noch aufhält.

Der neunte Schritt plant Unterstützung ein. Setzen Sie dafür innerhalb des nächsten Monats ein Gespräch an und ergänzen Sie fehlende Auskünfte anschließend. Sie beschreiben Ihre Wünsche; vorgesehene Helferinnen und Helfer erklären, welchen Umfang sie tatsächlich übernehmen können. Nutzen Sie die Überlegungen aus Kapitel 15. Denken Sie sowohl an eine vorübergehende Entlastung als auch an einen dauerhaft veränderten Alltag.

Vermeiden Sie eine starre Leiter, auf der zwangsläufig immer die nächste Versorgungsform folgen müsste. Ein Mensch kann zeitweise viel Hilfe brauchen und später wieder mehr selbst übernehmen. Unterschiedliche Angebote können sich ergänzen. **factsToVerify:** Verfügbare Dienste, Leistungsansprüche und die jeweiligen Voraussetzungen sind vor Ort und nach aktuellem Stand zu prüfen. In Ihrem Plan genügt für den Anfang eine nachvollziehbare Antwort darauf, wen Sie bei einem veränderten Bedarf zuerst ansprechen würden.

Bei Frau Berger übernimmt die Nachbarin weiterhin gelegentliche kleine Hilfen, sagt aber tägliche Unterstützung klar ab. Frau Berger hält diese Grenze fest und erkundigt sich nach ergänzenden Möglichkeiten. Für ihre Wohnalternative fragt sie außerdem nach den dortigen Möglichkeiten bei steigendem Unterstützungsbedarf. Als Ergebnis liegt ein abgestufter Plan für unterschiedliche Situationen vor, mit erreichbaren Kontakten und einer Ersatzlösung, falls die zuerst angefragte Hilfe ausfällt.

Menschen beteiligen und Angebote erproben

Im zehnten Schritt führen Sie das Familiengespräch und arbeiten an der Notfallmappe. Wählen Sie innerhalb der nächsten vier Wochen einen Termin für das Gespräch. Für die Unterlagen können anschließend mehrere kurze Arbeitseinheiten folgen. Sie legen fest, wer beteiligt wird und welche Informationen geteilt werden. Wenn keine Angehörigen verfügbar sind, kann eine geeignete

Vertrauensperson oder Beratung den Gesprächsrahmen bilden.

Bringen Sie die bisherige Tendenz samt ihren offenen Punkten mit. Erklären Sie, welche Unterstützung Sie wünschen und welche Entscheidungen bei Ihnen bleiben sollen. Geben Sie anderen Raum, eigene Belastungsgrenzen auszusprechen. Die Gesprächsweise und die Dokumente aus Kapitel 16 helfen dabei. **factsToVerify:** Rechtliche Vorsorgeunterlagen müssen zu Ihrer Situation passen; ihre Wirksamkeit und die gegebenenfalls erforderliche Form sind fachlich zu klären.

Frau Berger bittet ihre Nichte um Unterstützung beim Vergleichen schriftlicher Angebote. Die Nichte sagt zu, kann aber keine laufende Baustellenbetreuung übernehmen. Diese Aufgabe bleibt gesondert zu lösen. Parallel richtet Frau Berger die erste Orientierung ihrer Notfallmappe ein und klärt deren Zugang. Der Schritt gilt als bearbeitet, wenn übernommene Aufgaben ausdrücklich bestätigt sind und die wesentlichen Notfallinformationen auffindbar vorliegen; noch fehlende Vorsorgedokumente erhalten einen eigenen Folgetermin.

Der elfte Schritt prüft konkrete Angebote. Reservieren Sie für Besichtigungen und die anschließende Klärung zunächst vier bis acht Wochen. Dieser Zeitraum ist Ihr Arbeitsfenster und sagt nichts über die örtliche Verfügbarkeit aus. Sie beurteilen die persönliche Passung, während Ihre Begleitung nach Absprache dokumentiert. Die Besichtigungsmappe aus Kapitel 17 begleitet Sie. Für einen Umbau ergänzen Sie die entsprechenden Angebots- und Fachgespräche.

Behandeln Sie jede Zusage nach ihrem tatsächlichen Stand. Eine angekündigte Anpassung braucht noch eine belastbare Klärung, und eine besichtigte Musterwohnung beantwortet weiterhin keine Fragen zu jeder anderen Wohnung im Haus. Ebenso muss ein Handwerksangebot erkennen lassen, welche Arbeiten enthalten sind. Lassen Sie sich Zeit für Rückfragen. **factsToVerify:** Preise, Leistungen und Vertragsbedingungen sind für das konkrete Angebot aktuell zu bestätigen und erforderlichenfalls fachlich zu prüfen.

Frau Berger besichtigt ihre Wohnalternativen, obwohl der Umbau inzwischen wahrscheinlicher geworden ist. Dabei gewinnt sie einen Vergleich, der über Prospektbilder hinausgeht. Eine Wohnung überzeugt räumlich, würde jedoch ihre vertrauten Kontakte umständlicher machen; ein Serviceangebot bleibt als mögliche spätere Richtung interessant. Erledigt ist dieser Schritt, wenn zu jeder ernsthaften Option ausreichend überprüfbare Informationen vorliegen, um die eigenen Kernfragen zu beantworten. Wesentliche Lücken verhindern weiterhin eine bindende Entscheidung.

Im zwölften Schritt verbinden Sie die Ergebnisse mit Terminen. Dafür genügt zunächst ein ruhiger Nachmittag nach Abschluss der nötigen Prüfungen. Sie geben die Richtung frei; jede beteiligte Person bestätigt die eigene Aufgabe. Schreiben Sie zu den nächsten Handlungen ein konkretes Datum und benennen Sie, woran die Erledigung erkannt wird. Beginnen Sie mit dem unmittelbar anstehenden Schritt. Der ganze Plan muss noch keinen lückenlosen Baukalender enthalten.

Unterscheiden Sie eigene Zieltermine von zugesagten Terminen anderer Beteiligter. „Ich frage bis Freitag nach“ liegt in Ihrer Hand; ein Arbeitsbeginn ist erst ausreichend belastbar, wenn die zuständigen Beteiligten ihn bestätigt haben und notwendige Voraussetzungen erfüllt sind. Vermerken Sie deshalb auch Abhängigkeiten. Ein Auftrag, der eine vorherige Klärung braucht, bleibt an diese Klärung gebunden. So wird aus Zeitdruck kein Anlass, eine offene Frage zu übergehen.

Nach elf Monaten entscheidet sich Frau Berger im fiktiven Verlauf für den Umbau ihrer Wohnung. Die Prüfung hat ergeben, welche Anpassungen ihren Alltag verbessern können, und die erforderlichen finanziellen sowie rechtlichen Fragen sind für ihr Vorhaben geklärt. Ihre Nichte unterstützt weiterhin beim Schriftverkehr; die Organisation der Arbeiten wird gesondert vereinbart. Auf dem Plan stehen nun die nächsten bestätigten Termine. Die spätere Möglichkeit eines Wohnwechsels bleibt eine Richtung für erneute Prüfung, kein versprochener freier Platz.

Ein Arbeitsblatt, das im Alltag bestehen kann

Übertragen Sie die zwölf Schritte auf höchstens wenige gut lesbare Seiten. Jeder Eintrag enthält die Aufgabe und die zuständige Person sowie Termin und Erfolgskriterium. Eine zusätzliche freie Zeile nimmt Hindernisse auf. Schreiben Sie oben das Datum der Fassung hin. So können Sie das Blatt beim nächsten Gespräch verwenden, ohne erst rekonstruieren zu müssen, welche Verabredung zuletzt galt.

Ein brauchbarer Eintrag könnte lauten: „Bis zum 14. November kläre ich mit Unterstützung meiner Nichte die noch fehlende Leistungsbeschreibung zum Badangebot. Erledigt ist die Aufgabe, wenn die offenen Positionen schriftlich beantwortet sind.“ Das ist überprüfbar. Wenn am genannten Tag lediglich eine Rückfrage versandt wurde, bleibt die Aufgabe offen und erhält einen neuen Termin. Dieser Unterschied bewahrt Sie davor, Betriebsamkeit mit Fortschritt zu verwechseln.

Halten Sie die Zahl gleichzeitig laufender Aufgaben klein genug, dass Sie den Überblick behalten. Eine Person, die gerade auf mehrere Rückmeldungen wartet, braucht möglicherweise keine weiteren Termine, sondern zuerst eine geordnete Nachfrage. Planen Sie zwischen anstrengenden Gesprächen freie Zeit ein. Auch Erholung gehört zur Durchführung. Wer seinen Kalender ständig überfüllt, beurteilt Angebote womöglich vor allem danach, wie schnell das Thema endlich erledigt sein könnte.

Falls Sie wenig Unterstützung haben, verkleinern Sie den jeweiligen Arbeitsauftrag. Ein Telefonat mit einer genau notierten Frage kann ein vollständiger Wochenfortschritt sein. Bitten Sie bei umfangreichen Unterlagen um eine verständliche Erläuterung und halten Sie fest, was Sie noch nicht beurteilen können. **factsToVerify:** Welche Wohn- oder Sozialberatung erreichbar ist und welche Aufgaben sie übernimmt, muss örtlich geklärt werden. Fehlende private Hilfe verdient einen Platz im Plan, damit daraus eine zu lösende Organisationsfrage wird.

Manchmal führt die Arbeit vorerst zu keiner großen Veränderung. Vielleicht bleiben Sie in Ihrer Wohnung, setzen begrenzte Verbesserungen um und beobachten einen noch offenen Punkt. Auch dafür lässt sich ein datierter Beschluss formulieren: „Ich bleibe vorläufig hier und prüfe im Frühjahr erneut, wie ich mit den täglichen Wegen zurechtkomme.“ Ergänzen Sie einen Anlass für eine frühere Überprüfung. Bewusstes Weiterwohnen erhält damit eine nachvollziehbare Grundlage.

Wenn der Plan sich ändern muss

Eine Verzögerung verlangt zuerst eine Erklärung. Fehlt eine Information, ist eine Aufgabe zu groß geraten, oder hat sich Ihre Einschätzung verändert? Daraus folgen unterschiedliche nächste Schritte. Eine fehlende Rückmeldung braucht eine Nachfrage; eine überfordernde Aufgabe braucht gegebenenfalls Unterstützung. Wenn Ihr bisheriger Favorit seine Anziehung verliert, dürfen Sie dagegen zur Auswahl zurückgehen, ohne die bereits geleistete Arbeit abzuwerten.

Vereinbaren Sie erkennbare Haltepunkte. Bei Frau Berger wäre eine erhebliche ungeklärte Ausweitung des Umbauumfangs ein Grund, Kosten und Nutzen erneut gegenüberzustellen. Dasselbe gilt, wenn die Organisation ihre Kräfte übersteigen würde und keine passende Unterstützung verfügbar wäre. Eine Unterbrechung kann vernünftig sein. Sie braucht dann eine benannte Klärung, damit das Vorhaben weder unbemerkt weiterläuft noch auf unbestimmte Zeit verschwindet.

Auch Gefühle verändern sich. Nach einer guten Besichtigung kann Vorfreude entstehen, die Wochen später von Abschiedsschmerz begleitet wird. Beides darf zur selben Entscheidung gehören. Fragen Sie sich, ob neue Informationen Ihre Einschätzung verändern oder ob Sie gerade die Bedeutung einer Veränderung spüren. Ein zweites Gespräch hilft häufig, diese Erfahrungen auseinanderzuhalten, ohne sie vorschnell als Zustimmung oder Ablehnung zu behandeln.

Der jährliche Termin mit dem eigenen Zuhause

Wählen Sie bereits jetzt einen festen Termin für Ihre jährliche Überprüfung. Ein Monat, in dem gewöhnlich wenig ansteht, eignet sich besser als eine ohnehin volle Festtagszeit. Planen Sie etwa

eine Stunde ein und nehmen Sie das Arbeitsblatt vom Vorjahr dazu. Größere Veränderungen im Alltag werden selbstverständlich früher aufgegriffen. Der jährliche Termin bietet zusätzlich einen verlässlichen Anlass, auch schleichende Entwicklungen wahrzunehmen.

Beginnen Sie mit einer einfachen Frage: Was funktioniert heute leichter? Danach betrachten Sie, welche Aufgabe mehr Kraft kostet und welche Unterstützung sich verändert hat. Prüfen Sie Ihre wichtigsten Wohnkriterien erneut. Vielleicht ist inzwischen Nähe zu Menschen dringlicher geworden, während ein früher unverzichtbarer Garten kaum noch genutzt wird. Aktualisieren Sie den Plan mit Datum und begründen Sie größere Änderungen in wenigen Sätzen.

Frau Berger möchte nach dem Umbau besonders beobachten, ob die vorgesehenen Erleichterungen im täglichen Gebrauch tatsächlich ankommen. Sie will außerdem ihre Informationen zu Wohnalternativen in angemessenen Abständen erneuern. **factsToVerify:** Verfügbarkeit und Bedingungen eines späteren Angebots müssen dann neu geprüft werden. Ihr elfmonatiger Entscheidungsweg gibt ihr Erfahrung und Unterlagen an die Hand. Für kommende Jahre bleiben Aufmerksamkeit und die Bereitschaft zur Korrektur nötig.

Sie müssen die nächsten zehn Jahre nicht beherrschen. Es genügt, den nächsten begründeten Schritt zu kennen und Veränderungen rechtzeitig wahrzunehmen. Ihr Zuhause darf weiterhin Spuren Ihres Lebens tragen und zugleich neue Bedürfnisse aufnehmen. Manches wird bleiben, anderes bekommt einen neuen Platz. Die Entscheidung darüber beginnt mit Ihrer Vorstellung davon, wie ein guter gewöhnlicher Tag aussehen soll.

Glossar: Begriffe für Ihre weiteren Schritte

Wohnkriterien sind die persönlichen Anforderungen, an denen Sie eine Wohnlösung messen. Ein Kriterium wird besonders brauchbar, wenn es einen erkennbaren Alltag beschreibt. „Ich kann meine Freundin selbstständig besuchen“ lässt sich beispielsweise konkreter prüfen als das Wort „Nähe“. Die Gewichtung zeigt, welche Anforderungen unverzichtbar sind und wo Spielraum besteht.

Barriereabbau bezeichnet hier Veränderungen, die Hindernisse im Alltag verringern. **Barrierefrei** kann dagegen mit bestimmten technischen Anforderungen verbunden sein. **factsToVerify:** Welche Anforderungen im jeweiligen Fall gelten und ob eine Wohnung sie erfüllt, muss fachlich und anhand der aktuellen Grundlagen geprüft werden. Eine werbliche Bezeichnung allein belegt keine persönliche Eignung.

Service-Wohnen und betreutes Wohnen bezeichnen Angebote, deren genauer Leistungsumfang anhand der jeweiligen Unterlagen geprüft werden muss. **Ambulante Unterstützung** meint hier Hilfe, die in die Wohnung kommt. **factsToVerify:** Vertragsbedingungen, verfügbare Leistungen und mögliche Ansprüche sind aktuell und für das konkrete Angebot zu klären. Aus einem Namen lässt sich keine dauerhaft gesicherte Versorgung ableiten.

Entscheidungsmatrix nennt dieses Buch die geordnete Gegenüberstellung von Wohnmöglichkeiten anhand gewichteter Kriterien. Das **Zehn-Jahres-Budget** ergänzt diesen Vergleich um einmalige Ausgaben und laufende Belastungen auf Grundlage offengelegter Annahmen. Beide Werkzeuge unterstützen Ihr Urteil. Unbekannte Angaben bleiben sichtbar und dürfen keine scheinbar genaue Bewertung erzeugen.

Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung betreffen die Vorbereitung rechtlicher Vertretung, erfüllen jedoch unterschiedliche Funktionen. Die **Patientenverfügung** betrifft Festlegungen zu medizinischen Situationen. **factsToVerify:** Wirkung und Anforderungen sind anhand aktueller amtlicher Informationen sowie nötigenfalls individueller Beratung zu klären. Kapitel 16 erläutert die Unterschiede und nennt weiterführende Quellen.

Notfallmappe bezeichnet Ihre geordnete Sammlung erreichbarer Kontakte und relevanter Unterlagen. Ein **Erfolgskriterium** beschreibt, wann eine Aufgabe tatsächlich erledigt ist. **factsToVerify** kennzeichnet im Buch eine veränderliche oder im Einzelfall zu prüfende Aussage. Die Markierung ist

ein Arbeitsauftrag zur Überprüfung und bedeutet keine Bestätigung für Ihren persönlichen Fall.

Quellen und weiterführende Orientierung

Für bauliche Fragen führen Ihre Unterlagen aus den Kapiteln 2 bis 7 zu den jeweiligen Prüfpunkten. Fachliche Einschätzungen zur konkreten Wohnung sollten sich auf deren tatsächlichen Zustand beziehen. Bei Normen ist die zutreffende aktuelle Fassung heranzuziehen. Fragen Sie nach, welche Grundlage eine vorgeschlagene Lösung trägt und wie deren Nutzbarkeit für Ihren Alltag beurteilt wurde.

Zu Finanzierung und Unterstützung bieten die Kapitel 13 und 15 den thematischen Zugang. Für eine eigene Prüfung kommen die offiziellen Informationen der jeweiligen Förderstelle beziehungsweise des zuständigen Leistungsträgers hinzu. **factsToVerify:** Programme, Leistungsbedingungen und Zuständigkeiten sind aktuell zu verifizieren. Halten Sie bei Auskünften das Abruf- oder Gesprächsdatum fest und bewahren Sie verbindliche Unterlagen getrennt von allgemeinen Hinweisen auf.

Für rechtliche Vorsorge verweist Kapitel 16 auf amtliche Erläuterungen des zuständigen Bundesjustizministeriums, Gesetzestexte bei „Gesetze im Internet“ sowie Informationen der Bundesnotarkammer zum Zentralen Vorsorgeregister. **factsToVerify:** Verwenden Sie die jeweils aktuelle Fassung und klären Sie deren Bedeutung für Ihre Situation. Dieser Band ersetzt keine individuelle Rechts-, Steuer- oder Medizinberatung.

Ihre persönliche Quellensammlung wächst schließlich mit jedem geprüften Angebot. Versehen Sie eine Kostenübersicht oder Beratungsnotiz mit Datum und Herkunft, damit deren Aussage später nachvollziehbar bleibt. Die erzählten Fälle dienen der Veranschaulichung und sind keine dokumentierten Erfahrungsberichte. Was Sie für Ihr eigenes Zuhause entscheiden, stützt sich auf Ihre Wünsche und die sorgfältig geprüften Möglichkeiten vor Ort.