

Lange Leben leben
Altern gestalten

Christoph Strünck

WO WOLLEN WIR ALT WERDEN?

Wie wir unsere Städte und Gemeinden
altersgerecht gestalten können

Kohlhammer

Lange Leben leben I Altern gestalten

Wissen – Positionen – Impulse

Hrsg. von Hans-Werner Wahl, Hans Förstl, Ines Himmelsbach und Elisabeth Wacker

Eine Übersicht aller lieferbaren und im Buchhandel angekündigten Bände der Reihe finden Sie unter:



<https://shop.kohlhammer.de/lange-leben-leben>

Der Autor

Prof. Dr. Christoph Strünck ist Professor für Politikwissenschaft mit Schwerpunkt Sozialpolitik an der Universität Siegen sowie Gründungsdekan der Lebenswissenschaftlichen Fakultät. Darüber hinaus ist er Direktor des Instituts für Gerontologie an der TU Dortmund.

Christoph Strünck

Wo wollen wir alt werden?

**Wie wir unsere Städte und
Gemeinden altersgerecht
gestalten können**

Verlag W. Kohlhammer

Dieses Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwendung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechts ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Pharmakologische Daten verändern sich ständig. Verlag und Autoren tragen dafür Sorge, dass alle gemachten Angaben dem derzeitigen Wissensstand entsprechen. Eine Haftung hierfür kann jedoch nicht übernommen werden. Es empfiehlt sich, die Angaben anhand des Beipackzettels und der entsprechenden Fachinformationen zu überprüfen. Aufgrund der Auswahl häufig angewandeter Arzneimittel besteht kein Anspruch auf Vollständigkeit.

Die Wiedergabe von Warenbezeichnungen, Handelsnamen und sonstigen Kennzeichen berechtigt nicht zu der Annahme, dass diese frei benutzt werden dürfen. Vielmehr kann es sich auch dann um eingetragene Warenzeichen oder sonstige geschützte Kennzeichen handeln, wenn sie nicht eigens als solche gekennzeichnet sind.

Es konnten nicht alle Rechtsinhaber von Abbildungen ermittelt werden. Sollte dem Verlag gegenüber der Nachweis der Rechtsinhaberschaft geführt werden, wird das branchenübliche Honorar nachträglich gezahlt.

Dieses Werk enthält Hinweise/Links zu externen Websites Dritter, auf deren Inhalt der Verlag keinen Einfluss hat und die der Haftung der jeweiligen Seitenanbieter oder -betreiber unterliegen. Zum Zeitpunkt der Verlinkung wurden die externen Websites auf mögliche Rechtsverstöße überprüft und dabei keine Rechtsverletzung festgestellt. Ohne konkrete Hinweise auf eine solche Rechtsverletzung ist eine permanente inhaltliche Kontrolle der verlinkten Seiten nicht zumutbar. Sollten jedoch Rechtsverletzungen bekannt werden, werden die betroffenen externen Links soweit möglich unverzüglich entfernt.

1. Auflage 2023

Alle Rechte vorbehalten

© W. Kohlhammer GmbH, Stuttgart

Gesamtherstellung: W. Kohlhammer GmbH, Stuttgart

Print:

ISBN 978-3-17-040716-9

E-Book-Formate:

pdf: ISBN 978-3-17-040717-6

epub: ISBN 978-3-17-040718-3

Inhalt

1	Grundlegendes	7
1.1	Gutes Altern braucht gute Orte: auf dem Weg zu altersfreundlichen Städten und Gemeinden	8
1.2	Alles anders? Älter werden auf dem Land	17
2	Gestaltungsmöglichkeiten	25
2.1	Bewegung und Begegnung: Wie Stadtplanung gutes Altern fördern kann	25
2.2	Für Leib und Seele: Teilhabe am kulturellen und sozialen Leben vor Ort	32
2.3	Mobil bleiben: Mit oder ohne Auto	36
2.4	Zeit für die Senioren-WG? Neues Wohnen und neue Wohnformen	44
2.5	Smart Home: Wie Digitalisierung das Leben und Wohnen im Alter verändert	52
2.6	Am Leben teilhaben: Pflege als Teil des Wohnens	58
2.7	Wer kann mir vor Ort helfen? Beratung und Information	65
2.8	Gesunde Orte schaffen: Prävention und Versorgung als lokale Aufgaben	71
2.9	Wenn selbständig leben schwieriger wird: Hilfen im Alltag	79
3	Herausforderungen für die kommunale Seniorenpolitik und Seniorenarbeit	84
3.1	Solidarität im Kleinen: Was lässt sich vor Ort tun gegen Exklusion und Einsamkeit?	84

Inhalt		
3.2	Auf dem Weg in die lokale Rentner-Demokratie? Politische Beteiligung in der späteren Lebensphase	91
3.3	Freiwilliges Engagement der Älteren: eine ungenutzte Ressource?	96
3.4	Gemeinsame Visionen: Ansätze einer partizipativen Altenhilfeplanung	99
3.5	Vorsorge statt Fürsorge? Von der Altenhilfe zur modernen Seniorenarbeit	102
4	Ausblick	107
	Literatur	113

1 Grundlegendes

- ✓ Wie altersfreundliche Umgebungen entstehen
- ✓ Altenhilfe ist Teil der kommunalen Daseinsvorsorge
- ✓ Altern auf dem Land ist anders

Wo wollen wir alt werden? Natürlich zuhause, in der vertrauten Umgebung, zusammen mit Familie und Freunden, dort, wo wir uns auskennen. Was aber ist unser »Zuhause«? Ist es die eigene Wohnung? Oder sind es in erster Linie die Menschen und sozialen Kontakte, die uns ein Gefühl von Zuhause vermitteln? Und was machen wir, wenn wir Unterstützung brauchen im Alltag? Eine Gesellschaft des langen Lebens hat unterschiedliche Orte, an denen Menschen alt werden können und alt werden wollen.

Wir wollen weiterhin am öffentlichen Leben teilnehmen, auch wenn wir nicht mehr so mobil sind. Dafür sind noch einige Barrieren wegzuräumen, nicht nur im wörtlichen Sinne. Auch begegnen sich Generationen nicht automatisch draußen, auf der Straße, im Café, oder anderswo im öffentlichen Raum. Sie besuchen häufig getrennte Orte, sind zu unterschiedlichen Zeiten unterwegs. Städte und Gemeinden leben jedoch von und mit Vielfalt, auch von der Vielfalt und vom Austausch der Altersgruppen. Eine Gesellschaft des langen Lebens braucht daher auch neue Ansätze der Stadtplanung und Gemeindeentwicklung, über die Seniorenarbeit hinaus. Die Idee einer alters- oder generationenfreundlichen Gemeinde ist eine der großen sozialen Innovationen unserer Zeit. Denn gutes Altern braucht gute Orte.

logien nutzen wollen, um selbstständig zu bleiben und selbstbestimmt zu leben. Ältere setzen vorhandene Technologien nicht einfach ein, sie verändern ihre Funktion und Zwecke, indem sie mit ihnen auf ihre eigene Art umgehen. Außerdem erleben sie das Älterwerden durch den Einsatz der Technologien anders (Peine & Neven, 2019).

Andererseits schließen technikgetriebene Konzepte wie »Smart City« häufig diejenigen aus, die keinen Zugang oder Vorbehalte gegenüber digitaler Technik haben. Wenn das Leben auf dem Land und in Städten vielfältiger wird, wenn soziale Ungleichheit auch im Alter besteht, haben Technologien auch soziale Funktionen. Das zu entdecken und umzusetzen, erfordert kommunales und zivilgesellschaftliches Engagement. Denn die Digitalisierung ist keine Technologie, sondern ein transformativer Prozess, der von vielen beeinflusst und gestaltet wird.

Die Ansprüche an das Wohnen im Alter, an Wohnformen, an vernetzte Technologien verändern sich, ebenso wie die Möglichkeiten, zuhause wohnen bleiben zu können. Was aber, wenn Menschen pflegebedürftig werden?

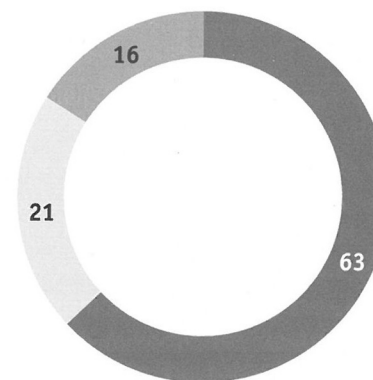
2.6 Am Leben teilhaben: Pflege als Teil des Wohnens

Die meisten Menschen in Deutschland werden zuhause gepflegt: 84 Prozent wurden Ende 2021 zuhause gepflegt, über die Hälfte von ihnen hauptsächlich durch Angehörige. Die Zahl derjenigen, die in Heimen versorgt werden, geht weiter zurück.

Pflegeheime als stationäre Einrichtungen passen häufig nicht zu unseren Vorstellungen vom »Wohnen«, denn das ist ja auch eine private und persönliche Angelegenheit. Wenn sich Menschen ein Zimmer teilen, wenn Essenszeiten vorgegeben sind, stehen die per-

Pflegebedürftige nach Versorgungsart 2021

in %, insgesamt 5,0 Millionen



- Pflegebedürftige zu Hause versorgt (überwiegend durch Angehörige)
- Pflegebedürftige zu Hause versorgt (ambulante Pflege-/Betreuungsdienste)
- Pflegebedürftige vollstationär in Heimen

Rundungsbedingte Abweichung möglich.

Abb. 2.3: Pflegebedürftigkeit nach Versorgungsart, 2021 (Quelle: Statistisches Bundesamt, 2023)

sönlichen Bedürfnisse zurück. Vieles hat sich auch in Deutschland inzwischen geändert. Der Anspruch auf ein Einzelzimmer ist inzwischen gesetzlich geregelt, muss aber noch flächendeckend umgesetzt werden. Die Konzepte für stationäre Pflegeeinrichtungen sind ebenfalls vielfältig. Dennoch versuchen viele Kommunen, stärker auf ambulante Modelle und wohnortnahe Hilfen zu setzen. Das steht im Einklang mit den Bedürfnissen der Betroffenen und mit wissenschaftlichen Erkenntnissen.

Pflegeheime als Auslaufmodell? Die Vielfalt neuer Pflegemodelle

Der Begriff des Pflegeheims hat in Deutschland keinen guten Ruf. Viele Menschen befällt ein schlechtes Gewissen, wenn sie daran denken, ihren Angehörigen ein Pflegeheim als neues Zuhause vorzuschlagen, als ob sie beabsichtigten, diese damit »abzuschieben«. Heime erscheinen als »Sondereinrichtung«, als Ersatz für Familie, in der das Wahl- und Hausrecht eingeschränkt sind und kaum Privatsphäre möglich ist. Außerdem sind die Kosten für die stationäre Pflege sehr hoch. Die Pflegebeauftragte der Bundesregierung, Claudia Moll, sieht daher in der klassischen stationären Pflege keine Zukunft. Doch Alternativen zum Heim haben ihre Tücken. So müssen Pflegewohngemeinschaften z.B. die gleichen hohen Sicherheitsstandards wie Pflegeheime erfüllen, was sie teuer macht. Auch fehlen häufig die geeigneten Investoren und Träger, vor allem in ländlichen Regionen. Dennoch zeigen gerade die Konzepte des Kuratoriums Deutsche Altershilfe (KDA), wie Prävention und Pflege innovativ mit neuen Wohnkonzepten zum Wohnen 6.0 verbunden werden könnten (Kremer-Preiß, 2021). Länder wie Dänemark haben diesen Weg bereits beschritten und fördern nur noch kleinräumige Strukturen. In Deutschland fordern Pflegeexperten, die Grenzen zwischen ambulanter und stationärer Pflege aufzulösen. Das würde bedeuten, dass sowohl in Heimen als auch in privaten oder öffentlichen Wohngemeinschaften die gleichen Leistungen gebucht und ehrenamtliches Engagement mit einbezogen werden könnte (Rothgang et al., 2020).

Wie können Wohnen und Pflege besser miteinander vereinbart werden? Bereits jetzt gibt es sehr viele Möglichkeiten, neue Formen zwischen stationärer und ambulanter Pflege auszuprobieren (Kremer-Preiß, 2021). Dazu gehören u. a.:

- ♦ Stationäre Hausgemeinschaften
- ♦ Verbundmodelle aus betreutem Wohnen und weiteren Hilfsangeboten
- ♦ »Stambulante« Wohnformen zwischen stationärem und ambulanten Sektor
- ♦ Quartiershäuser in Verbindung mit Angeboten für andere Gruppen
- ♦ Ambulant betreute Pflegewohngemeinschaften

Bei ambulant betreuten Wohngemeinschaften übernimmt in der Regel ein Träger die Planung und Organisation und richtet die Wohngruppe altersgerecht ein. Jeder hat seine Privatsphäre, doch gibt es in der Regel gemeinschaftliche Küchen und Wohnräume. Es existiert auch hier eine Art von Hausgemeinschaft, um die sich die Mitglieder mit Pflegebedarf selbst kümmern. So gibt es eine gemeinsame Haushaltskasse für Lebensmittel, Haushaltsgeräte, Möbel oder Reparaturen. Neben regulär finanzierten Pflegeleistungen können die Mitglieder zusätzlich einen Wohngruppenzuschlag über die Pflegekassen beantragen. Solche neuen Formen zwischen Heim und Häuslichkeit können die Lebensqualität der Menschen erhöhen (Stiefler et al., 2022). Sie sind allerdings noch immer die Ausnahme.

Aus Sicht des Kuratoriums Deutsche Altershilfe bietet ein Konzept wie »Wohnen 6.0« die Chance, persönliche Bedürfnisse und Beteiligung mit professioneller Pflege und freiwilligem Engagement zu verbinden (Kremer-Preiß, 2021). Damit verbunden ist die Erwartung, dass pflegebedürftige Menschen im doppelten Sinne am sozialen Leben teilhaben: Sie können *teilnehmen* und *mitgestalten*. Mitverantwortung und Mitgestaltung sind die Leitbilder sorgender Gemeinschaften, wie sie auch der Siebte Altenbericht diskutiert. Sorgende Gemeinschaften sprengen nicht nur die Grenzen zwischen ambulant und stationär, sondern auch zwischen Zielgruppen, bis hin zu inklusiven, gemischten Wohnmodellen.

Die inklusive Wohngemeinschaft: Nicht nur für Ältere

Ein Kölner Verein hat sich zum Ziel gesetzt, Menschen ein persönliches Wohnen in Gemeinschaft zu ermöglichen, über das sie mitbestimmen. In der inklusiven Wohngemeinschaft leben Menschen mit Behinderung, ältere Pflegebedürftige und Studierende zusammen. Es gibt eigene Wohnungen und Gemeinschaftsräume, professionelle Pflegeleistungen, Assistenzen und andere Leistungen. Studierende verringern ihre Mietkosten, indem sie anderen im Alltag im Haus und außerhalb des Hauses helfen. Es gibt außerdem regelmäßige Aktionen für und mit der Nachbarschaft.

Weiterführende Infos: <https://inklusive-wohnen-koeln.de/>

Neue Wohnkonzepte gibt es auch speziell für Demenzerkrankte, in denen sie ihre besonderen Bedürfnisse besser erfüllen können. Ein besonderes, allerdings auch besonders umstrittenes Projekt sind die »Demenzdörfer« in den Niederlanden. Ob es sinnvoll ist, wenn Demenzerkrankte in einer eigenen, künstlichen Welt leben, oder ob sie nicht in ihrem eigenen Sozialraum unterstützt werden sollten, ist auch in der Wissenschaft eine kontrovers diskutierte Frage.

Demenzdorf de Hogeweyk in den Niederlanden

In den Niederlanden entstand bereits 1995 ein eigenes Dorf nur für demenzerkrankte Menschen. Hier leben die Menschen nach ihren Regeln und Bedürfnissen. Im Dorf gibt es alles, was man braucht: einen Supermarkt, ein Café, einen Friseursalon, eine Praxis und jede Menge Freizeitmöglichkeiten. Eines ist allerdings anders: Es gibt einen zentralen Eingang und abends werden die Wohnungstüren abgeschlossen. Wenn Menschen in das Dorf ziehen wollen, müssen sie und ihre Angehörigen viele Fragen beantworten. Denn die Umgebung soll sich ihren Erfahrungen und Bedürfnissen anpassen, nicht umgekehrt. Im Dorf leben rund 150 Menschen, es gibt 250 hauptamtliche und 130 freiwillige Helfer. Die Leistungen werden komplett von der staatlichen Pflegeversicherung bezahlt.

Der niederländische Staat gibt für die Altenpflege mehr als drei Mal so viel Geld aus wie Deutschland.

Weiterführende Infos: <https://hogeweyk.dementiavillage.com/>



Abb. 2.4: Vorbild Niederlande: das Demenzdorf de Hogeweyk (© Vivium Caregroep | The Hogeweyk)

Trotz der Diskussion um kleinräumige Wohngemeinschaften gibt es weiterhin in vielen Ländern größere stationäre Pflegeeinrichtungen. Auch sie können stärker mit den Stadtteilen verbunden sein und die Teilhabe im Quartier ermöglichen. Dafür sind nicht nur andere Nutzungskonzepte notwendig, sondern auch Veränderungen in der Pflege selbst.

Auch in Pflegeheimen geht es daher um bessere Wohn- und Lebensqualität. Bislang müssen sich die Bedürfnisse der Bewohner meist den Arbeits- und Organisationsprozessen anpassen und nicht umgekehrt. Typisch waren lange Zeit die standardisierten Zeiten, zu denen Bewohner geweckt wurden oder auf ihre Zimmer gehen mussten. Es ist für Träger eine Herausforderung, hier mehr Wahl-

freiheit und Individualität zuzulassen. Ebenso in Heimen muss jedoch ein selbstbestimmtes Leben gefördert werden.

Pflegeheime können krankenhaushähnliche Versorgungseinrichtungen sein, sie können ebenfalls einladende, bunte und lebensfrohe Orte des Lebens und Zusammenlebens sein, in denen Menschen gerne wohnen wollen. Vorreiter für innovative architektonische Konzepte sind vor allem die Niederlande oder skandinavische Länder. Im dicht besiedelten Dänemark werden seit 1987 keine klassischen Altenheime mehr gebaut. Im Grunde lösen gemeinschaftliche Wohnformen mit pflegerischer Unterstützung dort das Altenheim ab.

Es gibt große architektonische und bauliche Unterschiede, wie Alten- und Pflegeheime gestaltet sein können. Innenräume können wie ein Erlebnisweg gestaltet sein, sie können verschiedene Gemeinschaftszonen bieten, hell und offen wirken. Es geht zudem um den Außenbereich, und hier nicht nur um Grünanlagen. Wie sich ein Gebäude in die Umgebung fügt, beeinflusst, ob sich die Bewohner im Viertel zuhause fühlen und ob die Bürger das Heim als einen aktiven Ort ihres Stadtteils sehen und erleben.

Modernes Seniorenheim in Blancafort, Spanien

Ein Seniorenheim mit Tagespflege im kleinen Ort Blancafort in Spanien wurde architektonisch außergewöhnlich gestaltet. Auf einem schräg ansteigenden Platz sitzt ein Quader mit einem riesigen Fenster zum Platz. Auf dem vorgelagerten Sockel befindet sich eine Terrasse. Wenn sich die Bewohner dort zusammensetzen, haben sie das Dorfleben auf dem Platz direkt vor sich. Ist ihnen der Trubel zu viel, können sich die Bewohner in die Mitte des dreieckigen Gebäudes zurückziehen, wo Olivenbäume in einem ruhigen Innenhof stehen, der die maurische Architektur in Andalusien widerspiegelt. Lebendigkeit, Ruhe und Privatsphäre finden ihren Platz in diesem hochmodernen, kommunikativen Gebäude.

Weiterführende Infos: <https://blog.dormakaba.com/de/diese-5-seniorenheime-machen-architektonische-stereotypen-zu-nichte/>



Abb. 2.5: Wie eine architektonische Gestaltung gelingen kann: Seniorenheim in Blancafort, Spanien (© Guillem Carrera)

Weitergehende Konzepte für moderne Pflegeheime sehen vor, dass Generationen und Zielgruppen zusammenleben, z.B. inklusive Kitas zusammen mit Pflege- und Betreuungseinrichtungen. Kommunen können Rahmenbedingungen schaffen, damit solche lebenswerten Modelle entstehen. Wo und wie erfahren Menschen, welche Möglichkeiten es gibt? Am Beispiel der Pflege zeigt sich, wie wichtig bedarfsgerechte Beratung vor Ort ist, die weit über Fragen der Pflege hinaus geht.

2.7 Wer kann mir vor Ort helfen? Beratung und Information

Für eine bessere Beratung von Pflegebedürftigen und ihren Angehörigen wurden 2008 neue lokale Anlaufstellen geschaffen, unter dem eher hässlichen Namen »Pflegestützpunkte«. Angesichts der großen Bedeutung von Ansprache und Kommunikation ist es schon verwunderlich, dass ein so wenig ansprechender und auch irrefüh-

Christoph Strünck

Wo wollen wir alt werden?

Die meisten Menschen möchten zuhause alt werden. Aber was heißt zuhause? Wohnungen, Städte und Gemeinden können alters- und generationengerecht gestaltet werden. Dazu braucht es eine anregende Umgebung, neue Wohnmodelle und Mobilität für alle. Die Kommunen müssen die Vielfalt des Alters und die soziale Ungleichheit im Alter im Blick haben, auch in der Stadtentwicklung. Denn in einer Gesellschaft des langen Lebens sollte unsere Umgebung fördern, dass wir selbstständig und selbstbestimmt altern können. Das Buch stellt Beispiele vor, wie das gelingen kann, und weist auf Herausforderungen hin, die zu meistern sind.

Prof. Dr. Christoph Strünck ist Professor für Politikwissenschaft mit Schwerpunkt Sozialpolitik an der Universität Siegen sowie Gründungsdekan der Lebenswissenschaftlichen Fakultät. Darüber hinaus ist er Direktor des Instituts für Gerontologie an der Technischen Universität Dortmund.

ISBN 978-3-17-040716-9



9 783170 407169 €[D] 24,-

www.kohlhammer.de

Kohlhammer