

# GEWAPPNET BIS INS HOHE ALTER



**WOHNGESUND | ÖKOLOGISCH | BEDARFSGERECHT**  
**HANDBUCH FÜR EINE VORAUSSCHAUENDE PLANUNG BEIM  
HAUSBAU UND WOHNUNGSUMBAU**

Nina Schubert

## Mehr über die Autorin:



[www.life-cycle-living-concept.de](http://www.life-cycle-living-concept.de)

## **VORWORT**

Der Titel "GEWAPPNET BIS INS HOHE ALTER - WOHN GESUND | ÖKOLOGISCH | BEDARFSGERECHT" umschreibt das Ziel, welches mit diesem Handbuch verfolgt wird. Das Handbuch basiert auf Anforderungskriterien, welche durch eine ausführliche Recherche sowie wissenschaftlich fundiertes Wissen entwickelt wurden. Sie finden hier Unterstützung bei der Planung der eigenen vier Wände, damit Sie bis ins hohe Alter und bei möglichem Eintritt von Pflegebedürftigkeit das eigene Zuhause komfortabel, gesundheits- und umweltbewusst gestalten und später weiterhin möglichst selbstständig bewohnen können. Das Handbuch umfasst sämtliche Inhalte von der Standortanalyse, über Baustoffe, Konstruktion bis hin zur Ausstattung inkl. dem Thema zum energieeffizienten Bauen, welche für Jung und Alt relevant sind und gibt weitere wertvolle Tipps und Informationen zum aktuellen Stand der Wissenschaft rund ums Thema Wohnen im Alter. Die Inhalte orientieren sich an den olfaktorischen, akustischen, visuellen und thermischen Behaglichkeitsfaktoren, dem damit zusammenhängenden Wohlbefinden und anderen Einflüssen, die sich auf die Gesundheit auswirken. Dabei ist bei einem Neubau bei der Vorbereitung auf das Alter zunächst die vorangehende Standortanalyse inkl. der Ausrichtung des Gebäudes entscheidend. Um ein Wohlgefühl verspüren zu können, ist die Umgebung ein wichtiger Bestandteil. Die Planung des Grundrisses ist entscheidend, damit später eine Anpassung des Wohnraums ohne größeren Aufwand durchgeführt werden kann. Die Konstruktion sollte mit möglichst wenigen statischen Festpunkten versehen sein, um die konstruktive Flexibilität zu gewährleisten. Zudem ist eine diffusionsoffene Bauweise sinnvoll, damit Feuchtigkeit und Schadstoffe aus

der Luft abgeleitet werden können. Die Auswahl der Baustoffe liefert einen wertvollen Beitrag zu einem gesunden Leben, damit dieses nicht durch zusätzliche chemische Stoffe oder Gase beeinflusst wird. Es wird eine Haustechnik einschließlich Elektronik und Heizung aufgezeigt, welche den Anforderungen des zunehmenden Alters gerecht werden kann und laufende Kosten gering hält. Das Lüftungskonzept zeigt Varianten auf, wie die Lüftung an das Nutzungsverhalten der Bewohner angepasst werden kann, damit sich keine Schadstoffe in der Luft ansammeln und immer genug Sauerstoff vorhanden ist. Das Lichtkonzept trägt zur Orientierung, zu einem höheren Sicherheitsempfinden und zur Entspannung in den eigenen vier Wänden bei. Ein geeignetes Farbkonzept kann zur Orientierung, zur Trittsicherheit sowie zu einer besseren Wahrnehmung beitragen und die eigene Stimmung positiv beeinflussen. Die Ausstattung kann im Alter den Erhalt der eigenen Selbstständigkeit unterstützen und sorgt für einige Annehmlichkeiten in jüngeren Jahren.

Mit Hilfe der Checkliste am Ende der Themengebiete können Sie die örtlichen Begebenheiten und ihre entwickelten Konzepte anhand der erfüllten Kriterien überprüfen. Das Handbuch ist dabei kein allgemein gültiges Regelwerk. Die Maßnahmen sollten immer entsprechend der persönlichen Situation und den eigenen Vorlieben abgewogen werden.

# **Inhaltsverzeichnis**

VORWORT

EINFÜHRUNG

STAND DER WISSENSCHAFT

DEFINITIONEN

PFLEGEGRAD

PFLEGEFORMEN

BESTEHENDE WOHNKONZEPTE FÜR SENIOREN

BETREUTES WOHNEN

SERVICE-WOHNEN

HÄUSLICHE 24-STUNDEN-PFLEGE

ALTENHEIM/ PFLEGEHEIM

SENIORENRESIDENZ/ SENIORENSTIFT

MEHRGENERATIONEN WOHNEN

MEHRGENERATIONENHAUS

SENIORENWOHNGEMEINSCHAFT

BIELEFELDER MODELL

SENIORENWOHNPAK

WEITERE PROJEKTE UND WOHNMODELLE

SCHLUSSWORT

READY-STANDARD – BARRIEREFREIES BAUEN

BESCHREIBUNG

SCHLUSSWORT

LEITFADEN FÜR EIN ALTERSGERECHTES WOHNUMFELD  
RESSOURCEN- UND ENERGIEEFFIZIENTES BAUEN

ZUSAMMENSETZUNG DER ENERGIEBILANZ

BESTIMMUNG DER ENERGIEEFFIZIENZ

CHECKLISTE RESSOURCEN- UND  
ENERGIEEFFIZIENTES BAUEN

STANDORTANALYSE

STANDORT

LANDSCHAFTLICHE LAGE

TOPOGRAPHISCHE LAGE

BODENBESCHAFFENHEIT

BEEINTRÄCHTIGENDE UMWELTEINFLÜSSE

KLIMATISCHE BEDINGUNGEN

INFRASTRUKTUR

SOZIALE INFRASTRUKTUR

KOSTEN

ENERGIE

WASSER

ABFALL

SCHLUSSWORT

CHECKLISTE STANDORTANALYSE

ANALYSE DES GRUNDRISSES

EXEMPLARISCHER GRUNDRISS EINES EIGENHEIMS  
ZUR VISUALISIERUNG DES READY-PLUS-STANDARDS

EXEMPLARISCHER GRUNDRISS EINER WOHNUNG  
EINES MEHRFAMILIENHAUSES

EXEMPLARISCHER GRUNDRISS EINES LOFTS

SCHLUSSWORT

CHECKLISTE GRUNDRISS

ANALYSE DER KONSTRUKTION

BAUWEISE

KONSTRUKTIVE UND FUNKTIONALE FLEXIBILITÄT

INSTANDHALTUNGSZYKLUS

ENERGIEEFFIZIENTE DÄMMUNG

SONNENSCHUTZ

SCHLUSSWORT

CHECKLISTE KONSTRUKTION

ANALYSE DER BAUSTOFFE

SCHADSTOFFE

INSTRUMENTE ZUR BEURTEILUNG VON BAUSTOFFEN

WOHNGESUNDE BAUSTOFFE

BAUSTOFFVARIANTEN EINER TRAGENDEN  
AUSSENWAND

BAUSTOFFVARIANTEN BEI FENSTERN

BAUSTOFFVARIANTEN BEI BODENBELÄGEN

ÜBERSICHT ÖKOLOGISCH GUTER BAUSTOFFE

SCHLUSSWORT

CHECKLISTE BAUSTOFFE

ANALYSE DER HAUSTECHNIK

ELEKTRONIK

FUNKTIONSBEREICH: SCHALTBARE STECKDOSEN/  
GESCHALTETE GERÄTE/ ENERGIEMANAGEMENT

FUNKTIONSBEREICH: SONNENSCHUTZ

FUNKTIONSBEREICH: HEIZEN, LÜFTEN, KÜHLEN

FUNKTIONSBEREICH: SICHERHEIT

WEITERE SMART HOME MÖGLICHKEITEN

WEITERE HILFSMITTEL ZUR ALLTAGSENTLASTUNG

HEIZUNG

ENERGIEEFFIZIENTE ANLAGENTECHNIK

AUSSENANLAGEN ZUR VERBESSERUNG DES  
MIKROKLIMAS

DACHBEGRÜNUNG IN KOMBINATION MIT PV-  
MODULEN

ANLAGEN ZUR REGENWASSERRETENTION UND -  
NUTZUNG

SCHLUSSWORT

CHECKLISTE HAUSTECHNIK

ANALYSE DES LÜFTUNGSKONZEPTES

MANUELLE VS. MECHANISCHE LÜFTUNG

MANUELLE LÜFTUNG

MECHANISCHE LÜFTUNG

LÜFTUNGSANLAGE MIT WÄRMETAUSCHER

ZENTRALE VS. DEZENTRALE LÜFTUNG

SCHLUSSWORT

CHECKLISTE LÜFTUNGSKONZEPT

ANALYSE DES LICHTKONZEPTES

TAGESLICHT IN INNENRÄUMEN

FENSTERVERTEILUNG UND -AUSSTATTUNG

BEDEUTUNG DES TAG-NACHT-RHYTMUS

MINDESTANFORDERUNG AN TAGESLICHT NACH  
DIN 5034

LICHTLEITENDE SYSTEME UND LICHTSCHUTZ

KÜNSTLICHE RAUMBELEUCHTUNG

GRUNDBELEUCHTUNG

AKZENTBELEUCHTUNG

INDIREKTE BELEUCHTUNG

EMPFEHLUNG BEI ARBEITSZIMMERN/BÜROS

BELEUCHTUNG AUSSENBEREICH

NUTZUNGSORIENTIERTE AUSLEUCHTUNG

WITTERUNGSSCHUTZARTEN

AUSWAHL DER HELBIGKEIT UND LICHTFARBE

STROMVERSORGUNG UND BEDIENUNG

UMSETZUNGSBEISPIEL

EXKURS: HEALING ARCHITECTURE

SCHLUSSWORT

CHECKLISTE LICHTKONZEPT

ANALYSE DES FARBKONZEPTES

EINFÜHRUNG IN DIE FARBPSYCHOLOGIE UND  
FARBWIRKUNG

FARBGESTALTUNG JE NACH  
WAHRNEHMUNGSSENSIBILITÄT

UNTERSTÜTZUNG DES SEHVERMÖGENS

FARBWIRKUNG AUF DIE PSYCHE UND GESUNDHEIT

FARBWIRKUNG IM RAUM (DECKE, WAND, BODEN)

## ANWENDUNGSBEISPIELE AUS DER PRAXIS

FARBGESTALTUNGSBEISPIEL – BAD

FARBGESTALTUNGSBEISPIEL – FLUR

FARBGESTALTUNGSBEISPIEL – SCHLAFZIMMER

FARBGESTALTUNGSBEISPIEL –  
HAUSWIRTSCHAFTSRAUM

FARBGESTALTUNGSBEISPIEL – KÜCHE

FARBGESTALTUNGSBEISPIEL – WOHNZIMMER

FARBEMPFEHLUNG – AUSSENFASSADE

EXKURS: HEALING ARCHITECTURE

SCHLUSSWORT

CHECKLISTE FARBKONZEPT

## ANALYSE DES AUSSTATTUNGSKONZEPTS

KOMFORTABLE/ERLEICHTERENDE AUSSTATTUNG

EINGANGSBEREICH UND FLUR

BAD

SCHLAFZIMMER

HAUSWIRTSCHAFTSRAUM

KÜCHE

WOHN- UND ESSZIMMER

AUSSENBEREICH

## ANWENDUNGSBEISPIEL

BODENBELÄGE

MÖBEL UND SANITÄRANLAGEN

INNENRAUMBEGRÜNUNG UND WASSERELEMENTE

INNENRAUMBEGRÜNUNG

WASSERELEMENTE

SCHLUSSWORT

CHECKLISTE AUSSTATTUNG

SCHLUSSWORT

QUELLEN

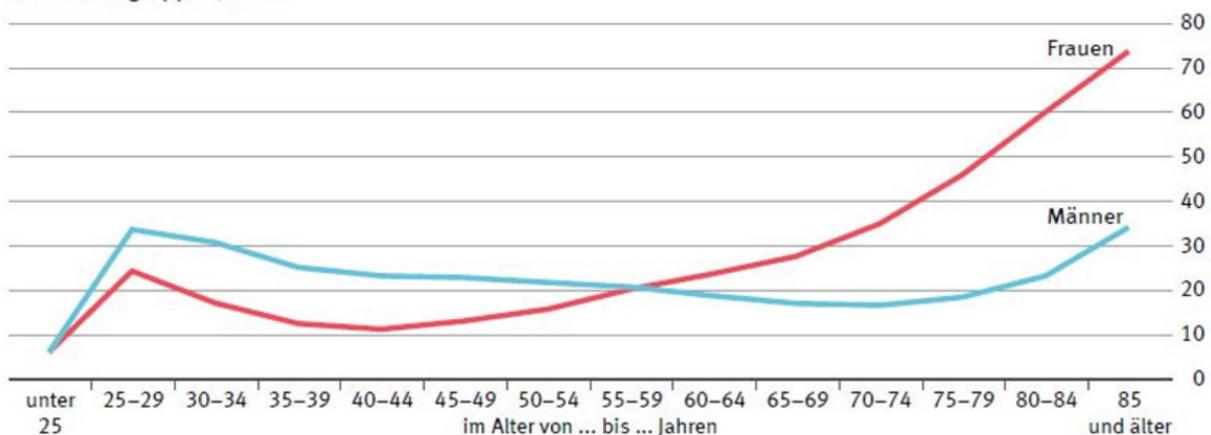
LITERATURVERZEICHNIS

BILDQUELLENVERZEICHNIS

## EINFÜHRUNG

*Altersgerechtes Bauen* gewinnt auf Grund des demographischen Wandels, den Entwicklungen im Pflegepersonalsektor und durch persönliche Vorsorgegedanken immer mehr an Bedeutung. Der demographische Wandel zeigt, dass die Menschen immer älter werden. [StBu15] Mit zunehmenden Alter nehmen meist auch körperliche Beschwerden zu. Schlechter werdende Augen, Arthritis und die Zunahme von Einpersonenhaushalten durch den Verlust des Partners führen oft zum Verlust der Selbstständigkeit und erhöhen den Wunsch nach Gemeinschaft. Dass mehrere Generationen unter einem Dach leben, hat im Zeitvergleich von 1991 (13%) zu 2014 (8%), abgenommen, zudem handelt es sich meist maximal um Zweigenerationenhaushalte. [StBu16, S. →]

Anteil der Alleinlebenden 2014  
nach Altersgruppen, in %



Anteil der Alleinlebenden 2014 © Statistisches Bundesamt [StBu16, S. →]

**Vor diesem Hintergrund ergeben sich unter anderem folgende Fragen:**

- Welches Wohnkonzept passt am besten zu meinen Bedürfnissen/ den Bedürfnissen meines Angehörigen?
- Was sollte die Umgebung bieten, um einer möglichen Vereinsamung entgegenzuwirken?
- Wie kann mein Wohnumfeld möglichst schadstoffarm gestaltet werden?
- Welche Vorsorgemaßnahmen können ergriffen werden, um später im eigenen Haus wohnen bleiben zu können, selbst wenn bei einem selbst oder dem Partner Pflegebedürftigkeit eintritt?

Um diesen Fragen zu begegnen, wird im ersten Teil des Handbuches der derzeitige Stand der Wissenschaft erläutert. Begriffe, die hier in diesem Zusammenhang immer wieder auftauchen, werden erläutert. Dann werden derzeit bestehende Pflegegrade und -formen vorgestellt, um aufzuzeigen, wer bei welchen Pflegegraden welche Pflegeform in Anspruch nehmen kann. Zudem werden bestehende Wohnkonzepte aufgezeigt. Dieser Teil ist besonders interessant, wenn Pflegebedürftigkeit bereits eingetreten ist oder ein Umzug in eine Wohnanlage angedacht ist.

Es werden pro Themengebiet Anforderungskriterien entwickelt, damit beim Neubau eines eigenen Hauses oder beim Umbau eines Bestandsgebäudes, dieses für die Herausforderungen des Lebens vorbereitet ist. So können später aufwendige Umbaumaßnahmen entfallen.

### **Durch diese ergeben sich folgende Teilziele:**

- Feststellung der Bedeutung der Behaglichkeit als Faktor für das Wohlbefinden
- Sicherstellung der Möglichkeit zur Teilnahme am gesellschaftlichen Leben durch eine entsprechende Umgebung

- Barrierefreier und flexibler Grundriss
- Funktional flexible und nachhaltige Konstruktion
- Schaffung eines möglichst gering belasteten Wohnumfeldes anhand wohngesunder Baustoffe
- Vorausschauende Haustechnik
- Schaffung einer guten Raumluftqualität durch ein entsprechendes Lüftungskonzept
- Ausgewogene Lichtverhältnisse (Tages- und Kunstlicht)
- Orientierungsförderndes Farbkonzept
- Vorausschauende Ausstattung
- Beseitigung von Störquellen wie Lärm, mikrobiologische Belastungen durch Pilze, Bakterien, chemische Wohngifte wie Gase, leicht- und schwerflüchtige Schadstoffe, Schwermetalle und Elektrosmog

Das Handbuch beschreibt im zweiten Teil die abgeleiteten Empfehlungen und Maßnahmen, auf die bei der Planung eines Eigenheims oder bei einem entsprechenden Umbau zurückgegriffen werden kann. Ein selbstentworfenes Eigenheim begleitet Sie bei diesen Erläuterungen, um die Empfehlungen zu visualisieren und eine Variante der Umsetzung exemplarisch aufzuzeigen. Weiterhin finden Sie zusätzliche Informationen zu meist gesundheitlichen Aspekten sowie Themenbereichen die speziell für Mehrfamilienhäuser, Pflegeheime, Residenzen oder ähnliche Institutionen relevant sind. Am Ende jedes Themenbereichs fassen Checklisten die zentralen Inhalte zusammen und helfen dabei den Überblick zu behalten.

### **Inhaltlicher Fokus:**

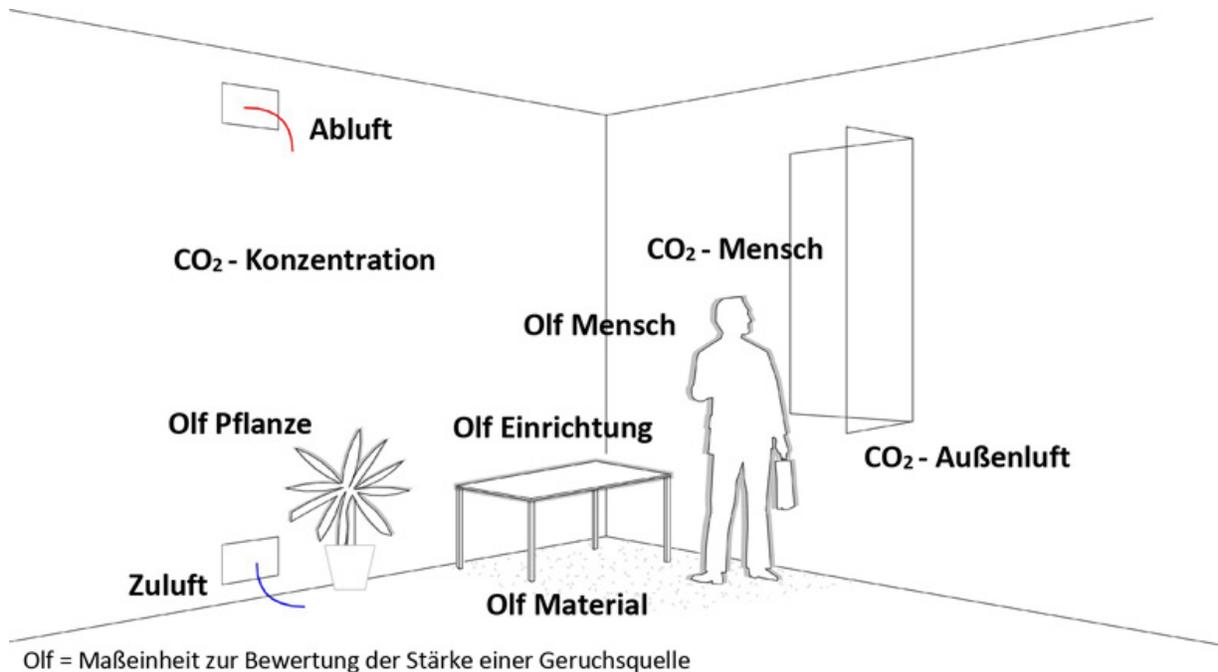
Um sich möglichst lange ein selbstbestimmtes Leben im eigenen Heim ermöglichen zu können, spielt das eigene Wohlbefinden eine entscheidende Rolle bei der Gestaltung eines bedarfsgerechten und später altengerechten Wohnumfeldes. Das Wohlbefinden des Menschen resultiert aus dem Umfeld, in welchem sich der Mensch bewegt, sowie

seinem physischen und psychischen Zustand. Das Umfeld bezieht sich auf die Wohngegend, die Menschen um einen herum und auf das unmittelbare Wohnumfeld, zu welchem unter anderem das Innenraumklima gehört. In diesem Zusammenhang ist dann auch vom Behaglichkeitsempfinden die Rede.

Das Behaglichkeitsempfinden setzt sich aus drei Teilbereichen zusammen [Hegg07]:

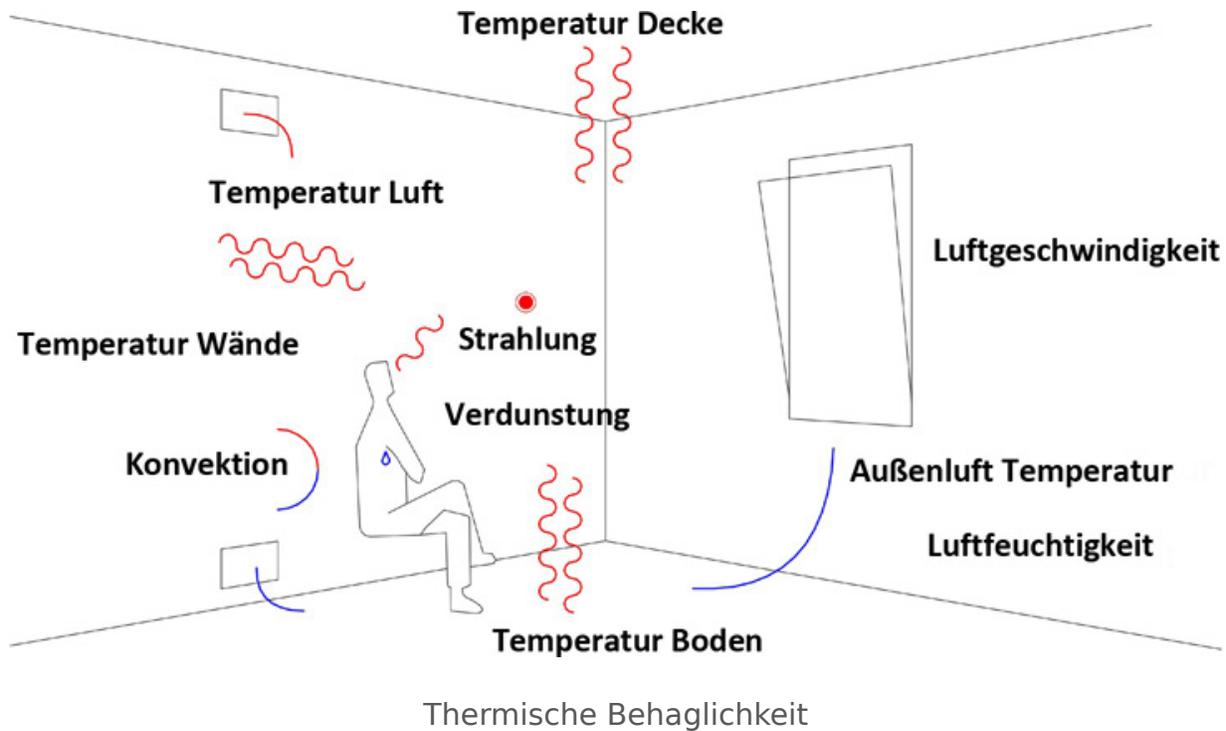
1. Intermediäre Bedingungen (Art der Bekleidung, psychische Faktoren, körperliche Tätigkeit, die Jahreszeit, Erwartungen)
2. Physiologische Bedingungen (Alter, Geschlecht, gesundheitlicher Zustand)
3. Physikalische Bedingungen (olfaktorische, thermische, visuelle, und akustische Behaglichkeit)

Das Handbuch konzentriert sich auf die physikalischen Bedingungen, da diese die Basis für das wahrgenommene Innenraumklima bilden und durch die hier vorgestellten Maßnahmen beeinflusst werden können. Laut statistischen Werten des Bundesamtes für Umwelt verbringt der Mensch fast 90% seiner Zeit in geschlossenen Räumen. Die Bedeutung des Innenraumklimas wird noch größer, sobald die Aufenthaltszeit in den Innenräumen durch körperliche Beeinträchtigungen unweigerlich zunimmt. Daher ist der Einfluss dieser vier Behaglichkeitsfaktoren entscheidend für das Wohlbefinden und im Zuge dessen auch für die Gesundheit des Menschen. Im Folgenden werden daher diese vier Faktoren beschrieben und die jeweiligen Themenbereiche genannt, welche diese positiv beeinflussen können.

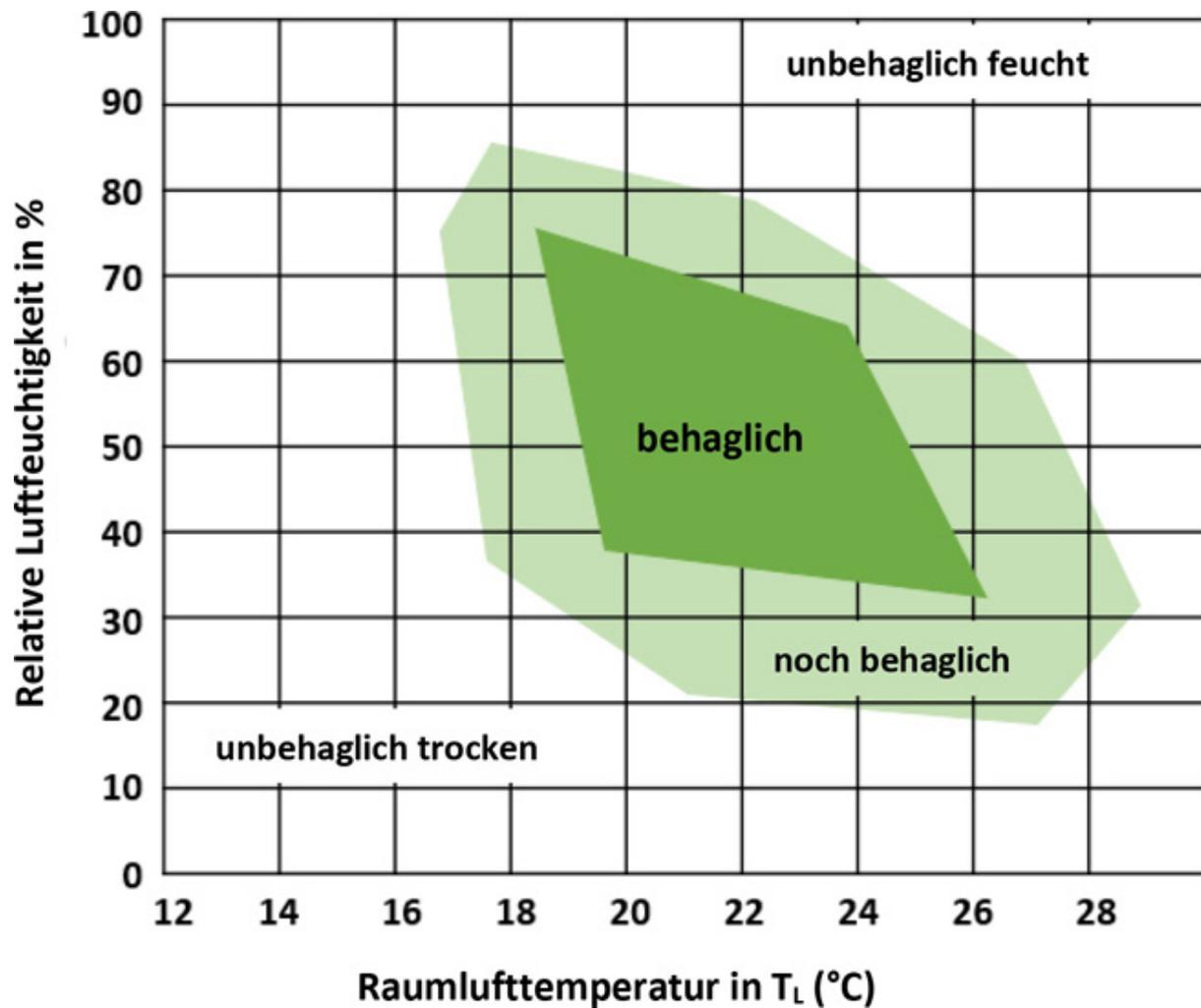


### Olfaktorische Behaglichkeit

Die olfaktorische Behaglichkeit (= frei von Geruchsbelästigung), wird durch die Vermeidung von Schadstoffemissionen aus Baustoffen und Bauprodukten, dem Vermeiden mikrobieller Verunreinigungen und flüchtiger organischer Verbindungen sowie anderen chemischen Stoffen, welche beispielsweise aus Möbeln ausgasen, gewährleistet. Auch die Kohlendioxidkonzentration in der Raumluft sollte möglichst gering gehalten werden. Die Themenbereiche, welche in den Kapiteln Baustoffe, Lüftungskonzept und Ausstattung behandelt werden, tragen maßgeblich zu dieser Gewährleistung bei.



Die thermische Behaglichkeit ist der zentrale Begriff der Norm EN ISO 7730. Er beschreibt die wahrgenommene Raumlufttemperatur, welche sich durch das Zusammenspiel von Luftbewegung, Luftfeuchtigkeit, der Wärmeabstrahlung von Heizung und Geräten sowie der Temperatur der raumumschließenden Innenflächen ergibt. Die Themenbereiche aus den Kapiteln Haustechnik und Lüftung beeinflussen diese physikalische Bedingung.



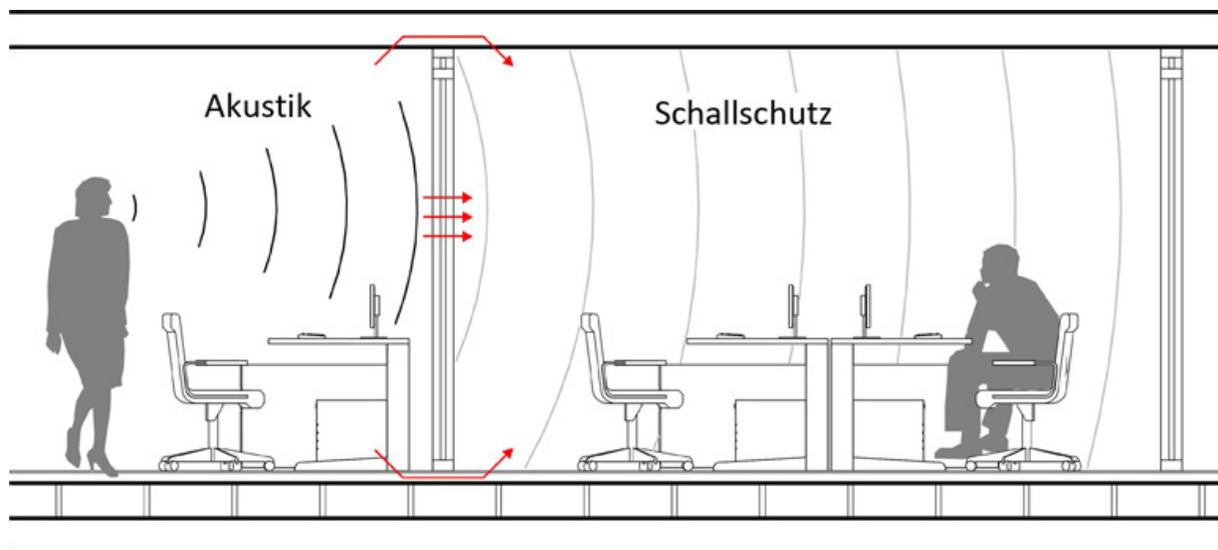
Behaglichkeitsdiagramm

Das obere Diagramm verdeutlicht den Zusammenhang zwischen der relativen Raumluftfeuchte und der Raumlufttemperatur im Zusammenhang zu der empfundenen Behaglichkeit. Der Durchschnitt der Bevölkerung empfindet eine Raumtemperatur von 21° C bei einer Raumluftfeuchtigkeit von ca. 50 % als behaglich. Hingegen wird bei derselben Temperatur eine Luftfeuchtigkeit von 85 % als zu feucht wahrgenommen.



Visuelle Behaglichkeit

Die visuelle Behaglichkeit wird durch das Licht beeinflusst, welches sowohl das Tageslicht als auch das künstliche Licht umfasst und durch Sonnen- und Blendschutz sowie Beschattung verändert werden kann. Das Kapitel Lichtkonzept beschäftigt sich hauptsächlich mit diesem Bereich.



Akustische Behaglichkeit

Die Akustik, als letzte der vier physikalischen Eigenschaften, bezieht sich auf Schallübertragung in Innenräumen. Diese kann sich auf Stimmen aus Nebenräumen beziehen, akustische Geräusche von unteren oder oberen Räumen umfassen und auch die Schallübertragung von Haushaltsgeräten, Heizungen oder anderem elektronischen Equipment meinen. Dieser Behaglichkeitsfaktor kann hauptsächlich unter der Berücksichtigung der Erkenntnisse aus den Themenbereichen Standort, Grundriss, Baustoffe, Haustechnik und Ausstattung beeinflusst werden.

All diese Faktoren beeinflussen das Behaglichkeitsempfinden des Menschen und wirken sich auf die Psyche aus, immer unter Berücksichtigung der subjektiven Prägungen, welche sich durch die intermediären und physiologischen Bedingungen ergeben.

Im Zusammenspiel mit einer angemessenen Umgebung (siehe Standortanalyse), geeigneten Flächenverhältnissen (siehe Grundriss, Konstruktion) und bedarfsgerechten Rahmenbedingungen (siehe Baustoffe, Haustechnik, Lüftung, Licht, Farbe, Ausstattung) lässt sich eine Wohnung oder ein Haus erschaffen, das ein selbstbestimmtes Leben bis ins hohe Alter ermöglicht. So kann sichergestellt werden, dass das persönliche Umfeld und Haus im Falle einer überschaubaren Pflegebedürftigkeit nicht direkt verlassen werden muss.

## **STAND DER WISSENSCHAFT**

Niemand möchte gerne pflegebedürftig werden, doch die Statistik zeigt, dass der Anteil an Pflegebedürftigen stetig ansteigt. Dem Statistischen Bundesamt zufolge, stieg der Anteil gemessen an der Gesamtbevölkerung zwischen 2003 und 2013 von 2,5% auf 3,3%. Der Grund dafür ist, dass die Menschen immer älter werden.

Die Anzahl der über 80-Jährigen in Deutschland stieg in diesem Zeitraum von 3,4 auf 4,4 Millionen. Statistisch wurde erwiesen, dass ab 75 Jahren das Pflegerisiko stark ansteigt. [[StBu16](#), S. →]

Tritt dieser Fall ein, kommt der Moment, der eine Entscheidung verlangt. Wie soll es weitergehen? Damit zu einem solchen Zeitpunkt keine überstürzten Entscheidungen getroffen werden müssen, ist es sinnvoll, sich im Vorhinein mit den verschiedenen Arten von Pflegeformen und -graden sowie entsprechenden Wohnkonzepten, die für den jeweiligen Pflegegrad in Frage kommen, auseinander zu setzen. Dadurch kann jeder in Ruhe die Eventualitäten, die eintreten können, betrachten und für sich die geeignetste Wohnform herausuchen. Vorkehrungen können, wenn nötig, getroffen werden und keiner ist überfordert, wenn der Fall der Fälle eintritt.

Nach der Erläuterung der Begriffe, werden in diesem Kapitel die möglichen Pflegegrade und -formen vorgestellt. Zudem wird ein Überblick über in Deutschland übliche Wohnkonzepte gegeben und es folgt ein kleiner Ausblick auf weitere Wohnkonzepte innerhalb und außerhalb Deutschlands.

## **DEFINITIONEN**

Da viele Begriffe nicht von einem gewissen Interpretationsspielraum freigesprochen werden können, werden die Wichtigsten in diesem Abschnitt erläutert und ihre Bedeutung für dieses Handbuch beschrieben.

### **Altersgerechtes Wohnen**

Der Begriff "altersgerechtes Wohnen" besitzt keine juristische Definition, aus der eindeutig hervorgeht, was darunter zu verstehen ist. Er beschreibt häufig barrierefreie oder barrierearme Wohnungen. Die Rechtsprechung zeigt auf, dass für den Begriff "altersgerecht" keine technischen Regeln definiert sind, anders als bei den Begriffen "behinderten- oder rollstuhlgerecht":

- „Der Begriff "seniorengerechte Wohnungen" bedeutet nicht, dass das Bauwerk besondere technische Eigenschaften aufweisen muss. (OLG Koblenz, Urteil vom 25.2.2011, Az. 10 U 1504/09)“ [[Siem13](#)]
- Eine Vereinbarung, wie zum Beispiel "barrierefrei", enthält dagegen konkrete Soll-Vorgaben für die Planer, in diesem Fall die Einhaltung der DIN 18040-2.

In diesem Handbuch ist der Begriff "altersgerecht" allumfassend gemeint. Zum einen meint er eine Wohnung, in der sich die ganz Jungen bis hin zu den Personen mit hohem Alter gut bewegen, orientieren und leben können, ohne große Barrieren in Kauf nehmen zu müssen. Zum anderen wird damit der positive psychische Effekt beschrieben, der durch eine entsprechende Farbwahl und Umgebungsgestaltung erreicht werden kann.

### **Wohnumfeld**

Laut Duden: „Wohnumfeld = auf die Art und Weise des Wohnens unmittelbar einwirkendes Umfeld“ [[Bibl18](#)]

Zudem ist es ein Raumsystem, z.B. ein Gemeinde- oder Mehrgenerationenhaus, welches privat, gemeinschaftlich

und öffentlich genutzt wird und somit Raum für Begegnungen, Aufenthalt, Regeneration und Aktivität bietet. [Kemp12]

Mit dem Begriff "Wohnumfeld" wird in diesem Handbuch besonders auch die Gestaltung des Wohnraums in Bezug auf den Grundriss, die Ausstattung, die verwendeten Baustoffe, das Lüftungs-, Licht- und Farbkonzept usw. beschrieben.

Um Unklarheiten zu vermeiden, wird in diesem Handbuch für den Bereich außerhalb des unmittelbaren Wohnumfelds der Begriff Umgebung verwendet. Die Umgebung beschreibt dabei den Lebensbereich, der sich räumlich in Sichtweite und fußläufiger Nähe der Wohnung befindet.

### **Ökologische Baustoffe**

Wie ökologisch ein Baustoff ist, kann anhand folgender Ökobilanzkriterien bestimmt werden:

- CO<sub>2</sub> äquivalent
- SO<sub>2</sub> äquivalent (Schwefeldioxid)
- Ozonschichtabbaupotential
- Primärenergiebedarf nicht erneuerbar (= PEne)  
(benötigter Energieaufwand bei der Herstellung, dem Transport, etc. - auch graue Energie genannt)
- Treibhauspotential
- Versauerungspotential
- Schadstoffgehalt (inkl. Gesundheitsverträglichkeit bei der Herstellung, Verarbeitung und Nutzung)
- Lebensdauer
- Recyclingfähigkeit
- Wartung- bzw. Instandhaltungsfreundlichkeit
- Eigenschaften (Behaglichkeit z.B. durch Feuchtigkeitsregulierung, Dämmeigenschaft, Akustik, Geruch, Haptik)
- Reinigungsverhalten
- Ressourcenschonung bzw. Knappheit

Je positiver die Bewertung ausfällt, desto ökologischer kann der Baustoff eingestuft werden.

### **Wohngesunde Baustoffe**

Der Begriff "wohngesunde" oder auch der Begriff "natürliche" Baustoffe, beschreibt Baustoffe wie Kalk, Lehm, Holz, Natursteine, keramische Stoffe und tierische Produkte wie Schafwolle. Die Wahl eines Baustoffs hat Einfluss auf das Raumklima und in diesem Zusammenhang auf das Wohlbefinden des Menschen. Allerdings gilt es zu bedenken, dass nicht alle natürlichen Baustoffe auch wohngesund sein müssen.

In diesem Handbuch werden mit dem Begriff "wohngesunde Baustoffe" solche Baustoffe beschrieben, die möglichst schadstoffarm sind, den Menschen gesundheitlich nicht gefährden und bestenfalls noch eine positive Auswirkung auf das Raumklima und somit das Wohlbefinden haben.

Zudem wird bei der im Kapitel Baustoffe aufgelisteten Auswahl von Baustoffen darauf geachtet, dass es sich möglichst um Naturbaustoffe mit einer guten Ökobilanz handelt.

### **Healing Architecture**

Der Begriff meint eine genesungsunterstützende Architektur, durch eine optimale räumliche Gestaltung für das psychische und physische Wohlbefinden des Menschen und wird bisher meist im Zusammenhang mit Gesundheitsbauten verwendet.

"Healing Architecture" bezieht sich auch auf die räumliche Qualität, welche durch eine Vielzahl von Einflussfaktoren wie Licht, Geräusche, Geruch und Orientierung geprägt ist.

Zum Beispiel wirken sich die Suche nach Orientierungspunkten, die Belichtung und die Durchlüftung auf das Stressempfinden aus. [[Thei18](#)]

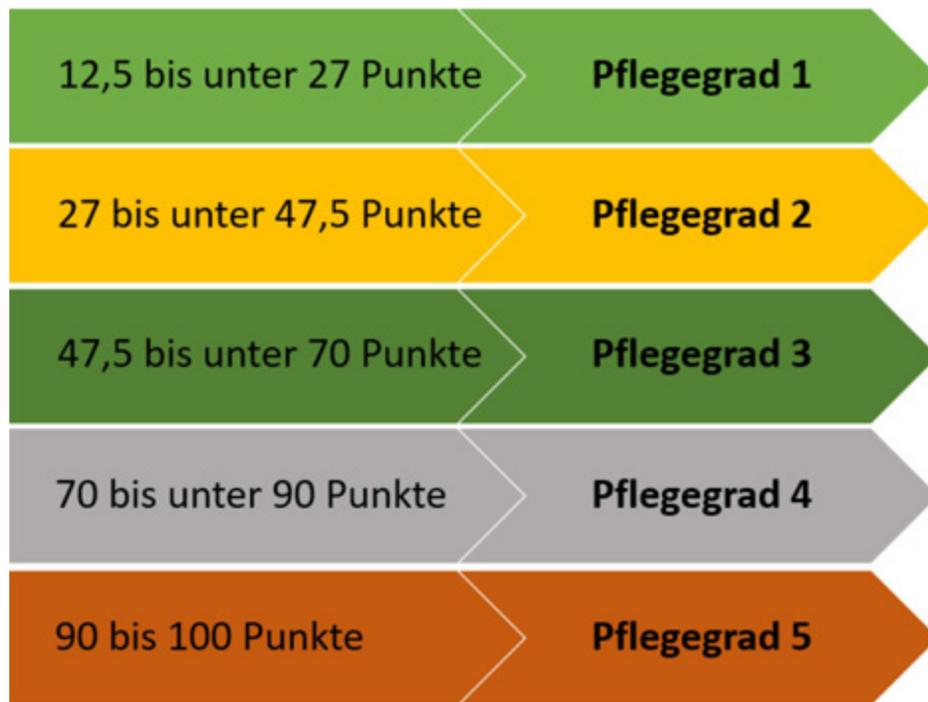
Das Handbuch bezieht sich in den Kapiteln Lüftungs-, Licht- und Farbkonzept auf Erkenntnisse aus dem Themenbereich der Healing Architecture und gibt im Leitfaden Anreize zur Lüftung, Beleuchtung und Farbgestaltung, die sich positiv auf das Wohlbefinden auswirken.

## **PFLEGEGRAD**

Die Eingruppierung des Pflegegrades findet u.a. über einen Gutachter des MDK (= Medizinischer Dienst der Krankenversicherung) anhand des Prüfverfahrens NBA (= neues Begutachtungsassessment) statt. Dabei wird der Antragssteller anhand eines Fragenkatalogs auf den Grad seiner noch vorhandenen Selbstständigkeit überprüft. Anhand des Gutachtens entscheidet die Pflegekasse, welcher Pflegegrad dem Antragsteller zugewiesen wird.

Hinter den Pflegegraden steht folgende Definition [[weca18a](#)]:

- Pflegegrad 1: Geringe Beeinträchtigung der Selbstständigkeit
- Pflegegrad 2: Erhebliche Beeinträchtigung der Selbstständigkeit
- Pflegegrad 3: Schwere Beeinträchtigung der Selbstständigkeit
- Pflegegrad 4: Schwerste Beeinträchtigung der Selbstständigkeit
- Pflegegrad 5: Schwerste Beeinträchtigung der Selbstständigkeit mit besonderen Anforderungen an die pflegerische Versorgung



## **PFLEGEFORMEN**

Es gibt verschiedene Formen der Pflege. Diese unterscheiden sich nach Art und Dauer der benötigten Pflege und Unterstützung.

### **Verhinderungspflege**

Verhinderungspflege nach § 39 SGB XI ist eine Leistung der Pflegeversicherung.

"Ist eine Pflegeperson wegen Erholungsurlaubs, Krankheit oder aus anderen Gründen an der Pflege gehindert, übernimmt die Pflegekasse die nachgewiesenen Kosten einer notwendigen Ersatzpflege für längstens sechs Wochen je Kalenderjahr (...)."[[weca18b](#)]

Für die Hauptpflegeperson kann für einen Zeitraum von maximal 6 Wochen seitens des Pflegebedürftigen oder eines Angehörigen ein ambulanter Pflegedienst oder Freunde, Verwandte, Nachbarn engagiert bzw. einspringen werden.

Die Kosten werden seitens der Verhinderungspflege bis zu einer bestimmten Höhe erstattet, wenn der Pflegebedürftige einen Pflegegrad zwischen 2 und 5 besitzt. [[weca18b](#)]

## **Kurzzeitpflege**

"Man spricht von Kurzzeitpflege, wenn eine pflegebedürftige Person für eine begrenzte Zeit einer vollstationären Pflege bedarf. Häufig ist das nach einem Krankenhausaufenthalt der Fall oder wenn die häusliche Pflege für eine bestimmte Zeit ausgesetzt werden muss oder soll" [[weca18c](#)]

Kann der Pflegebedürftige in bestimmten Situationen vorübergehend nicht zuhause versorgt werden, dann besteht die Möglichkeit, ihn beispielsweise in ein Pflegeheim oder Krankenhaus mit Kurzzeitpflege zu bringen. Die Aufenthaltsdauer ist auf 56 Tage im Jahr beschränkt. Für diesen Zeitraum übernehmen die Pflegekassen die Kosten der stationären Unterbringung. [[weca18c](#)]

## **24-Stunden-Betreuung**

"Unterstützt die Hilfskraft überwiegend im Haushalt und bei der Körperhygiene, betreut den Betroffenen tagsüber, begleitet ihn zum Arzt und anderen Unternehmungen, dann handelt es sich um eine sogenannte 24-Stunden-Betreuung. Diese kann sowohl von Angehörigen, Freunden, Bekannten oder durch Pflegedienste und privat organisierten Betreuungspersonen geleistet werden." [[weca18d](#)] Im Rahmen der 24-Stunden-Betreuung lebt der Pflegebedürftige gemeinsam mit der betreuenden Hilfskraft in seiner eigenen Wohnung. Damit ist eine umfassende Betreuung gewährleistet. Die Hilfskraft kümmert sich um hauswirtschaftliche Tätigkeiten und die Grundpflege, welche Zähne putzen, Toilettengang, umkleiden, Körperhygiene, essen usw. beinhaltet.

Zudem sorgt sie sich um Unterhaltungsmöglichkeiten wie spazieren gehen, lesen, Gesellschaftsspiele und ähnliches. Für diese Betreuungsart ist kein Pflegegrad notwendig. [[weca18d](#)]

## **Ambulante Pflege**

Der Begriff "ambulante Pflege" kann auch als häusliche Pflege bezeichnet werden. Bei dieser Art der Pflegeform werden die Pflegebedürftigen bei sich zu Hause sowohl medizinisch (z.B. Blutdruck messen, Spritzen geben) und hauswirtschaftlich betreut, als auch die Grundpflege durchgeführt.

Die medizinische Pflege muss dabei durch eine examinierte Pflegekraft erfolgen. Der Rest kann auch von Angehörigen durchgeführt werden oder es wird ein ambulanter Pflegedienst für alle Leistungen beauftragt, der bei Bedarf auch mehrmals täglich vorbeikommt. [[weca18e](#)]

## **Tages- und Nachtpflege**

In Anlehnung an §41 des Sozialgesetzbuches Elf (SGB XI) werden Tagespflege und Nachtpflege folgendermaßen definiert:

"Pflegebedürftige haben Anspruch auf teilstationäre Pflege in Einrichtungen der Tages- oder Nachtpflege, wenn häusliche Pflege nicht in ausreichendem Umfang sichergestellt werden kann oder wenn dies zur Ergänzung oder Stärkung der häuslichen Pflege erforderlich ist. Die teilstationäre Pflege umfasst auch die notwendige Beförderung des Pflegebedürftigen von der Wohnung zur Einrichtung der Tagespflege oder der Nachtpflege und zurück." [[weca18f](#)]

Die Tagespflege ist für Menschen, die zum Beispiel allein leben und Hilfe beim Toilettengang benötigen. Daher

können sie nicht warten, bis irgendwann am Tag die Pflegekraft erscheint.

Das bedeutet, dass sie zwar keine durchgehende Pflege benötigen, aber eine kontinuierliche Anwesenheit einer Pflegekraft notwendig ist.

Die Nachtpflege enthält die gleichen Leistungen wie die Tagespflege. Sie wird häufig bei Demenzpatienten in Anspruch genommen. Entweder werden die Aufgaben eines pflegenden Angehörigen in der Nacht stundenweise von einem Pflegedienst übernommen oder der Betroffene verbringt die Nacht in einer stationären Einrichtung. Dort kann es für nachtaktive Demenz-Erkrankte auch ein Nachtcafé geben.

## **Stundenweise Seniorenbetreuung**

Wie der Begriff es schon sagt, handelt es sich hierbei um eine Betreuung, die bei der betroffenen Person zu Hause stundenweise erfolgt. Folgende Leistungen gehören zu dieser Betreuungsform [[weca18g](#)]:

- Hilfe und Unterstützung im Haushalt
  - Gesellschaft leisten (einfühlsame Gespräche, allg. Unterhaltungen, Erinnerungen hervorholen, gemeinsames Lesen oder Vorlesen, Rätsellösen, Musikhören/ Singen, Bastel- und Handarbeiten und vieles mehr)
  - Einkaufshilfe, Begleitung zum Arzt und bei Erledigungen
  - Freizeit- und Reisebegleitung
  - Spaziergänge und Bewegungsangebote
  - Betreuung bei körperlichen Einschränkungen (z. B. nach Schlaganfall)
  - Unterstützung bei der Grundpflege
  - Nachtwache (Nachtbereitschaft)
  - Betreuung bei Demenz
-



## **Leistungen eines ambulanten Pflegedienstes** [weca18e]

- Medizinische Behandlungspflege nach Sozialgesetzbuch Fünf (SGB V: Leistung der gesetzlichen Krankenversicherung): Medikamentengabe, Verbandswechsel, Injektionen usw.
- Grundpflege: Hilfe bei der Körperpflege, der Ernährung, der Mobilität, der Lagerung und Förderung von Ressourcen, Training von Fähigkeiten usw.
- Hauswirtschaftliche Versorgung: Einkaufen, Kochen, Reinigen der Wohnung usw.
- Seniorenbetreuung: Beschäftigung, Spaziergänge, Begleitung zu kulturellen Veranstaltungen usw.
- Beratung für Pflegebedürftige und ihre Angehörigen: Pflegekurse für Angehörige, Beratung zu Pflegeeinstufung, Anwesenheit beim Besuch des Gutachters vom Medizinischen Dienst der Krankenversicherung (MDK) usw.
- Regelmäßige Beratungs- bzw. Qualitätssicherungsbesuche gem. § 37.3 Sozialgesetzbuch Elf (SGB XI) bei pflegenden Angehörigen, die ihren Pflegebedürftigen allein versorgen (Pflegegeldempfänger)
- Verhinderungspflege
- Tages- und Nachtpflege

## **BESTEHENDE WOHNKONZEPTE FÜR SENIOREN**

Der Stand der Wissenschaft zeigt auf, dass es eine Vielzahl an Wohnkonzepten gibt, die ihre Vor- und Nachteile haben.