

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	5
<b>Wohnen im Alter – Auf das „Wie“ kommt es an</b>	8
<b>Seniorenrecht wohnen – Welche Möglichkeiten gibt es?</b>	10
Wünsche und Ziele erreichen · Seniorengerechte Wohnformen · Nützliche Dienstleistungen: Hilfe und Unterstützung · Formen der häuslichen Pflege · Stationäre Pflegeeinrichtungen	
<b>CHECKLISTE:</b> Welche Kriterien spielen bei der Entscheidung für eine Wohn- oder Pflegeform eine Rolle?	27
<b>WISSENSWERTES</b> zu Versicherungen	28
<b>Im eigenen Heim sicher alt werden – Planen, Umbauen und Renovieren</b>	30
Hauseingang und Treppenhaus · Der Wohnungsflur · Das Wohnzimmer · Das Schlafzimmer · Das Badezimmer · Die Toilette · Die Küche · Balkon, Terrasse und Garten · Sicherheit · Kriterien für die Auswahl von technischen Produkten · Hilfe bei der Umsetzung	
<b>CHECKLISTE:</b> Ist Ihre Wohnung altersgerecht?	56
<b>WISSENSWERTES</b> zur Finanzierung	58
<b>Hilfe zu Hause – Welche Möglichkeiten gibt es?</b>	60
Hilfe beim Einkaufen und der Essensversorgung · Nachbarschaftshilfen · Service für zu Hause · Selbst pflegen lernen · Ambulante Pflegedienste · Rund-um-die-Uhr-Betreuung und Pflege zu Hause · Tagespflege · Kurzzeitpflege · Betreutes Wohnen zu Hause · Wohnen für Hilfe · Leistungen der Pflegeversicherung für die Pflege zu Hause	
<b>CHECKLISTE:</b> Was kennzeichnet einen geeigneten Pflegedienst?	87
<b>WISSENSWERTES</b> für Angehörige	88

<b>Noch einmal umziehen –</b>	
<b>Betreutes Wohnen und andere Wohnalternativen</b>	<b>90</b>
Die Entscheidung für einen Umzug · Betreutes Wohnen: Unabhängigkeit mit Sicherheitsnetz · Wohngemein- schaften · Ambulant betreute Wohngemeinschaften	
<b>CHECKLISTE:</b> Was sollten Sie bei der Entscheidung für ein neues Domizil beachten?	<b>122</b>
<b>WISSENSWERTES</b> zu Senioren-WGs	<b>124</b>
<b>Es geht nicht mehr allein –</b>	
<b>Wenn ein Pflegeheim nicht mehr auszuschließen ist</b>	<b>126</b>
Demenzerkrankung · Pflegeheime und ihre Konzepte · Das kostet ein Pflegeheim · Die Pflegeversicherung · Der Heimvertrag · Wie erkennen Sie „schwarze Schafe“?	
<b>CHECKLISTE:</b> Wie erkennen Sie ein gutes Heim?	<b>143</b>
<b>WISSENSWERTES</b> zur Mitsprache im Heim	<b>144</b>
<b>Infoteil</b>	<b>146</b>
DIN-Normen geben Sicherheit	<b>146</b>
Erklärungen zu den wichtigsten Begriffen	<b>148</b>
Häufig gestellte Fragen	<b>152</b>
Nützliche Adressen und Websites	<b>154</b>
Literaturtipps	<b>155</b>
<b>Register</b>	<b>158</b>