

Inhalt

Vorwort	5
Wohnen im Alter – Auf das „Wie“ kommt es an	8
Seniorenrecht wohnen – Welche Möglichkeiten gibt es?	10
Wünsche und Ziele erreichen · Seniorengeeignete Wohnformen · Nützliche Dienstleistungen: Hilfe und Unterstützung · Formen der häuslichen Pflege · Stationäre Pflegeeinrichtungen	
CHECKLISTE: Welche Kriterien spielen bei der Entscheidung für eine Wohn- oder Pflegeform eine Rolle?	27
WISSENSWERTES zu Versicherungen	28
Im eigenen Heim sicher alt werden – Planen, Umbauen und Renovieren	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	
CHECKLISTE: Ist Ihre Wohnung altersgerecht?	56
WISSENSWERTES zur Finanzierung	58
Hilfe zu Hause – Welche Möglichkeiten gibt es?	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	
CHECKLISTE: Was kennzeichnet einen geeigneten Pflegedienst?	87
WISSENSWERTES für Angehörige	88

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