

## INFOBRIEF

# “DIE RICHTIGE WOHNFORM FÜR MICH“

Mit diesem Test können Sie mehr über sich selbst und Ihre Wünsche und Ansprüche an das Leben und Wohnen im Alter erfahren.

Er umfasst sechs Themengruppen. Zu jedem Themenkomplex gibt es vier Antwortmöglichkeiten, von denen Sie nur je eine ankreuzen dürfen: **Kreuzen Sie diejenige an, die Ihrer Vorstellung am nächsten kommt.**

### Hilfen im Alltag

A

Ich will einen großen Teil meiner täglichen Verpflichtungen und die Organisation des Alltags abgeben, um mehr Zeit für mich zu haben.

B

Ich erledige die Dinge des täglichen Lebens gerne selbst, genieße es aber auch, Serviceleistungen in Anspruch nehmen zu können.

C

Ich weiß, dass im Alter möglicherweise viele Dinge schwerer als früher zu handhaben sind. Trotzdem versorge ich mich gern selbst in meinem eigenen Haushalt und glaube, das auch gut mit etwas Unterstützung meiner Nachbarn bewältigen zu können.

D

Es ist zwar ein kleines Wagnis daran zu glauben, im Alter könnte man noch alles selbst schaffen, aber ich bin der Meinung, dass ich einen gemeinsamen Haushalt und das eigene Leben mit der Hilfe von Mitbewohnern bewältigen kann. Ich bin bereit, auch mal was für andere zu tun.

### Hilfen im Notfall

A

Ich möchte die Sicherheit haben, dass ausgebildetes Personal vorhanden ist, das mir jederzeit helfen kann und das regelmäßig nach mir sieht.

B

Ich brauche nur die Absicherung durch ein Notrufsystem und die Möglichkeit, im Bedarfsfall schnell Hilfe zu bekommen.



WERRA-MEISSNER-KREIS

Seniorenbüro



Pflegestützpunkt

Werra-Meißner

**C**

Es gibt mir ein sicheres Gefühl, in einem Haus zu leben, in dem die Nachbarn an meinem Leben so viel Anteil haben, dass sie mich bei kleineren Krankheiten unterstützen und öfter nach mir sehen.

**D**

Ich möchte in einem Umfeld wohnen, das mir und meinen Mitbewohnern/ Nachbarn ermöglicht, unsere Versorgung und Absicherung selbst zu organisieren.

### Selbständigkeit und Unabhängigkeit

**A**

Ich möchte nicht mehr mit der eigenen Haushaltsführung belastet werden, dafür nehme ich in Kauf, mich einer Hausordnung und einem immer gleich gegliederten Tagesablauf anzupassen.

**B**

Ich lege sehr großen Wert auf absolute Unabhängigkeit. Ich will meine eigene Wohnung. Die Kontakte innerhalb des Hauses sind mir egal.

**C**

Ich brauche meine eigene Wohnung und möchte selbständig wirtschaften. Gleichzeitig lege ich aber auch großen Wert auf gute nachbarschaftliche Beziehungen.

**D**

Ich brauche Menschen um mich herum, die Familie muss es nicht sein. Es ist für mich kein Problem, mich mit diesen Menschen auf einen gemeinschaftlichen Alltag zu einigen. Ich stelle dafür auch Ansprüche zurück und gebe Freiräume auf.

### Soziale Kontakte

**A**

Ich möchte möglichst viel Kontakt zu Gleichaltrigen. Das Zusammensein bei organisierten Veranstaltungen im Hause kommt mir entgegen.

**B**

Meine Kontakte möchte ich mir prinzipiell selbst suchen.

**C**

Ich will Kontakte zu Gleichaltrigen, aber auch zu anderen Generationen. Ich möchte in einem gemeinschaftlichen Haus/ Wohnanlage leben. Dabei sollte bei den Bewohnern die Bereitschaft zur Kontaktaufnahme vorhanden sein.

**D**

Ich suche wenige, dafür intensive Kontakte, ähnlich denen einer Familie.

Seniorenbüro/ Pflegestützpunkt Werra-Meißner

Schlossplatz 1, 37269 Eschwege

05651 302-1433, -1434, -1435 oder-1436

[seniorenbuero@werra-meissner-kreis.de](mailto:seniorenbuero@werra-meissner-kreis.de), [pflegestuetzpunkt@werra-meissner-kreis.de](mailto:pflegestuetzpunkt@werra-meissner-kreis.de)



WERRA-MEISSNER-KREIS

Seniorenbüro



Pflegestützpunkt

Werra-Meißner

### Flexibilität

A

Nach einem langen Arbeitsleben möchte ich vor allem Ruhe und keine weiteren größeren Belastungen haben.

B

Ich möchte mein Leben so weiter leben wie bisher, nur mit für das Alter besser geeignetem Wohnraum und vermehrter Sicherheit.

C

Ich will noch neue Herausforderungen erleben, aber so, dass ich es dosieren kann. Mich sollen viele interessante Menschen umgeben und ich möchte mich mit ihnen auseinandersetzen.

D

Auf zu neuen Ufern! Ich kann und will mich intensiv mit einer neuen Lebenssituation auseinandersetzen und nehme dabei in Kauf, eventuell an meine Grenzen zu geraten.

### Nähe und Distanz

A

Nähe und Distanz sind für mich kein Problem, wenn ich nur mein eigenes Zimmer habe, in dem ich meine Privatsphäre bewahren kann.

B

Ich möchte die Nähe zu anderen in jeder Lebenslage kontrollieren können. Dazu brauche ich die Unabhängigkeit von anderen Menschen und meine eigene Wohnung.

C

Ich brauche eine gewisse Nähe, eine Art vertrautes Gefühl, aber auch die Sicherheit, dies durch meine Haustür „begrenzen“ zu können.

D

Nähe und Distanz spielen sich vor allem im Kopf ab, und da geht es weniger um räumliche Trennung als vielmehr darum, im Alltag auch mal die eigenen Grenzen deutlich machen zu können.

Seniorenbüro/ Pflegestützpunkt Werra-Meißner  
Schlossplatz 1, 37269 Eschwege  
05651 302-1433, -1434, -1435 oder-1436

[seniorenbuero@werra-meissner-kreis.de](mailto:seniorenbuero@werra-meissner-kreis.de), [pflgestuetzpunkt@werra-meissner-kreis.de](mailto:pflgestuetzpunkt@werra-meissner-kreis.de)



WERRA-MEISSNER-KREIS

Seniorenbüro



Pflegestützpunkt

Werra-Meißner

### Wie wird der Test ausgewertet?

Sie haben nun Ihre Antworten angekreuzt. Die vier Buchstaben bedeuten:

- A Leben im Heim (Altenpflegeheim, Altenwohnheim, Seniorenresidenz)
- B Betreutes Wohnen
- C Hausgemeinschaft
- D Wohnen in der eigenen Familie oder einer Wohngemeinschaft

Je mehr Kreuze ein Buchstabe auf sich vereint, desto größer ist Ihre Tendenz zu der entsprechenden Wohnform. Möglicherweise verteilen sich die Kreuze auf mehrere Wohnformen, so ist dies kein Widerspruch: Sie wünschen sich mehrere Aspekte verschiedener Modelle. Durch die Vielfalt der existierenden Wohnmodelle kann es sein, dass Sie in der Praxis eine Variante finden, die diese unterschiedlichen Wünsche vereint, z. B. eine Form des betreuten Wohnens, bei der der Kontakt und Zusammenhalt der Bewohner so ist, dass er dem einer Hausgemeinschaft entspricht. Das Ergebnis kann es auch notwendig machen, dass sich Ihre Suche auf mehr als ein Wohnmodell ausdehnt.

### Kontrollieren Sie nun, mit welcher Häufigkeit Sie gleiche Buchstaben gewählt haben.

Anzahl der Kreuze bei:

A

B

C

D

(Dieser Test wurde mit freundlicher Genehmigung dem Sonderheft „Besser Leben und Wohnen im Alter“, Schönberger Verlag, Münschen-Heimhausen, Telefon (08133)907979, Fax (08133)907981 entnommen)