

# Wohnen im Alter

Mit digitaler Unterstützung

Curriculum für digitale Gesundheitsbotschafter\*innen



LMZ



LANDESMEDIENZENTRUM  
BADEN-WÜRTTEMBERG

gesund  
altern@bw



## HERAUSGEBER UND BEZUGSADRESSE

Landesmedienzentrum Baden-Württemberg  
Vertreten durch Direktor Michael Zieher  
Rotenbergstraße 111, 70190 Stuttgart  
Telefon: +49 (0)711 2850-6  
Fax: +49 (0)711 2850 780  
E-Mail: [lmz@lmz-bw.de](mailto:lmz@lmz-bw.de)

## REDAKTION

Lisa Gröschel  
Sebastian Seitner

## AUTOR

Thomas Heine  
Landeskompetenzzentrum Pflege & Digitalisierung  
Baden-Württemberg

Prof. Dr. Daniel Buhr  
Steinbeis-Transferzentrum Soziale und Technische  
Innovation

## LEKTORAT

Julia Gilcher, words in flow  
Anna Ueltgesforth, ArsVocis

## LAYOUT UND GESTALTUNG

Anke Enders, alles mit Medien

## AUFLAGE

1. Auflage, Stuttgart, Februar 2021

## BILDQUELLEN

AAL-Übersicht: <https://wegweiseralterundtechnik.de/index.php/Spezial:Anwendungsf%C3%A4lle>  
Grafiken: Anke Enders, alles mit Medien

Es wird darauf hingewiesen, dass alle Angaben trotz sorgfältiger Bearbeitung ohne Gewähr erfolgen und eine Haftung des Autors ausgeschlossen ist.

Sämtliche Rechte an dieser Publikation liegen beim Landesmedienzentrum Baden-Württemberg (LMZ).



Nicht kommerzielle Vervielfältigung und Verbreitung ist erlaubt unter Angabe des Herausgebers LMZ und der Website [www.lmz-bw.de](http://www.lmz-bw.de).

Soweit Inhalte des Angebotes des LMZ auf externe Internetseiten verweisen, hat das LMZ hierauf keinen Einfluss. Diese Internetseiten unterliegen der Haftung der jeweiligen Betreiber. Das Setzen externer Links bedeutet nicht, dass sich das LMZ die hinter dem Verweis oder Link liegenden Inhalte zu eigen macht. Das LMZ hat bei der erstmaligen Verknüpfung der externen Links die fremden Inhalte daraufhin überprüft, ob etwaige Rechtsverstöße bestehen. Zu diesem Zeitpunkt waren keine Rechtsverstöße ersichtlich. Das LMZ hat keinerlei Einfluss auf die aktuelle und zukünftige Gestaltung und auf die Inhalte der verknüpften Seiten. Eine ständige inhaltliche Überprüfung der externen Links ist ohne konkrete Anhaltspunkte einer Rechtsverletzung nicht möglich. Bei Verlinkungen auf die Websites Dritter, die außerhalb des Verantwortungsbereichs des LMZ liegen, würde eine Haftungsverpflichtung nur bestehen, wenn das LMZ von den rechtswidrigen Inhalten Kenntnis erlangte und es technisch möglich und zumutbar wäre, die Nutzung dieser Inhalte zu verhindern. Bei Kenntnis von Rechtsverstößen werden derartige externe Links unverzüglich gelöscht.

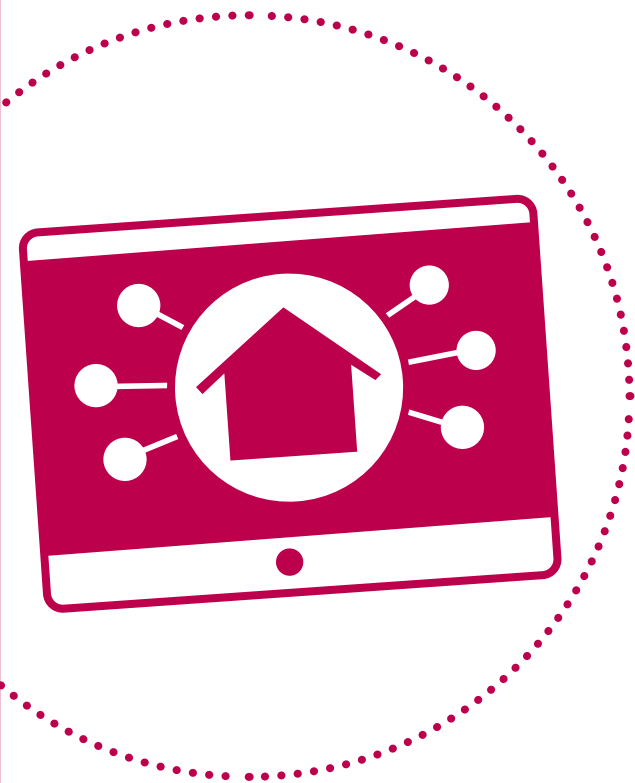
Dieses Arbeitsheft wurde im Rahmen des Pilotprojekts [gesundaltern@bw](http://gesundaltern@bw.de) entwickelt und wird gefördert durch das Ministerium für Soziales und Integration aus Mitteln des Landes Baden-Württemberg.

Ziel des Projekts ist es, älteren Bürgerinnen und Bürgern durch gezielte Unterstützung die Teilhabe an digitalen Anwendungen im Gesundheitswesen zu ermöglichen. Dafür haben sich verschiedene Partner aus dem Netzwerk „Senioren im Internet“ in dem Verbundprojekt „gesundaltern@bw“ zusammengeschlossen. Die Projektpartner bringen in „gesundaltern@bw“ sowohl ihre Expertise als auch ihre bestehenden Strukturen in Baden-Württemberg ein. Weitere Informationen zum Projekt finden sich online unter [www.gesundaltern-bw.de](http://www.gesundaltern-bw.de).



# Wohnen im Alter mit digitaler Unterstützung

- 4** In diesem Modul widmen wir uns ...
- 5** Was ist AAL?
- 8** Mögliche Einsatzgebiete und Anwendungsfelder
- 12** Technische Voraussetzungen
- 13** An wen kann ich mich wenden?
- 15** Kosten und Finanzierungsmöglichkeiten
- 16** Vor und Nachteile von AAL im Überblick



## Wohnen im Alter mit digitaler Unterstützung

Herr Frank lebt allein und hat manchmal Angst, dass etwas passieren könnte: ein Sturz, ein medizinischer Notfall oder gar ein Einbruch? Seine Tochter wohnt zwar in der Nachbarschaft, schaut mehrmals in der Woche bei ihm vorbei, und er kommt im Prinzip relativ gut ohne fremde Hilfe im Alltag zurecht. Trotzdem ist er nicht mehr ganz so mobil und beweglich, und gelegentlich kommt es vor, dass er etwas vergisst: Das Telefon oder Smartphone war nicht mit der Ladestation verbunden und ist nun leer, oder er hat sich ausgeschlossen oder vergessen, den Herd auszuschalten.

Solche Beispiele gibt es viele. Wir kennen sie, hören sie von Nachbarn, Familienangehörigen oder haben sie sogar selbst erlebt. Wir machen uns Gedanken, wie wir uns oder unseren Eltern das Leben in der eigenen Häuslichkeit erleichtern können, und fangen an, im Internet zu recherchieren: Schnell stoßen wir auf einen Begriff, der in diesem Zusammenhang immer wieder auftaucht: „AAL“.

### In diesem Modul widmen wir uns ...

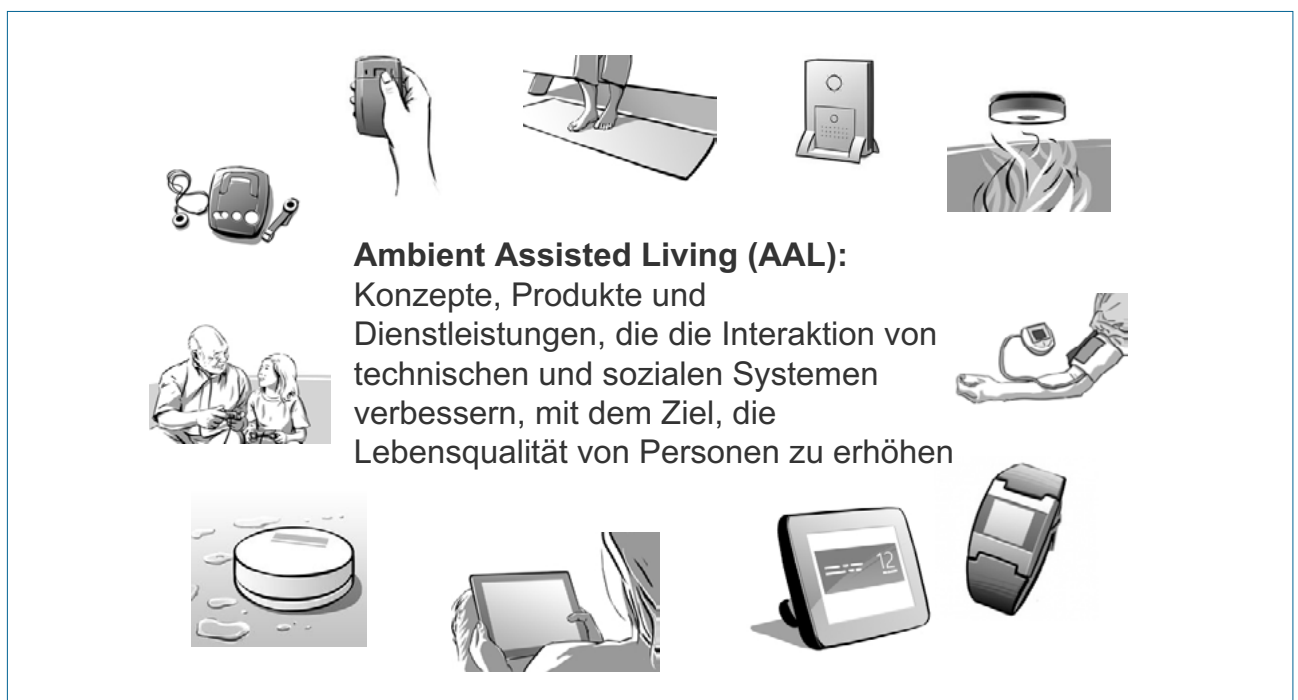
- der Frage, was unter dem Begriff „AAL“ zu verstehen ist,
- Einsatzgebieten und möglichen Anwendungsfehlern von AAL,
- Anlaufstellen für die Einrichtung von AAL-Anwendungen,
- Kosten und Finanzierungsmöglichkeiten für AAL.



## Was ist AAL?

Als der Begriff „AAL“ vor rund 20 Jahren in den Forschungsdiskurs eingeführt wurde, sollte er vor allem jene technischen Lösungen beschreiben, die nicht direkt am Körper getragen werden, sondern in der Wohnumgebung installiert sind. Mit dem flächendeckenden Einzug von Smartphones in unseren Alltag gilt diese begriffliche Einschränkung jedoch nicht mehr. Heutzutage ist AAL ein Akronym, eine Abkürzung für „Ambient Assisted Living“ beziehungsweise „Active Assisted Living“. Die drei Buchstaben stehen somit für alltagstaugliche Assistenzlösungen, die ein gesundes und selbstbestimmtes Leben und Wohnen in allen Lebensphasen ermöglichen sollen.

AAL umfasst sowohl technische als auch soziale Innovationen, also Methoden und Konzepte, Produkte und Dienstleistungen, die unseren Alltag situationsabhängig und unaufdringlich unterstützen sollen, mit dem Ziel, die Lebensqualität zu erhöhen.



Bildquellen: Wegweiser Alter und Technik (<https://wegweiseralterundtechnik.de/index.php/Spezial:Anwendungsf%C3%A4lle>).



Heute steht „AAL“ immer öfter für „Active Assisted Living“ und umfasst auch die sogenannten Wearables (am Körper getragene Lösungen). Mehr zum Thema Wearables finden Sie im Schwerpunktmodul 1.

Auch wenn AAL nicht mehr nur stationäre, sondern auch mobile technische Hilfen umfasst, hat sich eines nicht geändert – der Anspruch: Die (technischen) Lösungen haben sich den Bedürfnissen der Nutzerinnen und Nutzer anzupassen und nicht umgekehrt. Daher sind die verwendeten Techniken und Technologien stets auf den Menschen ausgerichtet zu entwickeln und sollten sich möglichst einfach in dessen direktes Lebensumfeld integrieren. Um hilfreiche Informationen zu teilen, können Technologien im AAL-Umfeld sinnvollerweise modular und vernetzbar aufgebaut sein, um bestenfalls prognostisch zu wirken und proaktiv einzugreifen – bevor ein Notfall tatsächlich eintritt. Im obigen Beispiel wäre dies möglicherweise eine einfache Sensorik, die mit einem Alarm (zum Beispiel einem Leucht- oder Tonsignal) und einer automatischen Herdabschaltung verbunden ist, die spätestens dann eingreift, wenn niemand auf das Alarmsignal reagiert.

Weitere mögliche Lösungen wären regelmäßige Analysen des Strom- und Wasserverbrauchs, um Abweichungen von typischen Verbrauchsmustern (zum Beispiel Morgenroutinen mit Beleuchtungsszenarien, Kaffeemaschine, Toilettengang) schnell zu erkennen und aktiv einzugreifen (zum Beispiel durch einen Anruf, eine SMS an Nachbarn oder Familienangehörige). Begleitend könnten auf dem Fernseher einfache Applikationen genutzt werden, die spielerisch mobilisieren und aktivieren (zum Beispiel Bewegungs- oder Fitness-Apps, Hirnjogging oder Videotelefonie mit den Enkelkindern).



Als **AAL-System** ließe sich ein Netzwerk beziehungsweise eine Kombination aus mehreren dieser Lösungen bezeichnen. Hier ist das Angebot jedoch noch sehr überschaubar, zumal verschiedene Hürden bestehen (zum Beispiel Akzeptanz, technische Standards und **Interoperabilität**, passende Geschäftsmodelle oder eine geeignete Finanzierung). Künftig könnten in einem selbstlernenden („mitdenkenden“) System verschiedene Sensoren vernetzt sowie deren Daten integriert ausgewertet werden, wodurch beispielsweise im nächsten Schritt bestimmte Routineaufgaben automatisch ausgeführt werden könnten (zum Beispiel Notfallmeldungen, Energie- und Heizmanagement, Beleuchtungs- und Lüftungsszenarien, Erinnerungsfunktionen).



## Mögliche Einsatzgebiete und Anwendungsfelder



Mittlerweile gibt es Assistenzlösungen für Kommunikation, Unterhaltung, Sicherheit und Gesundheit. Deren potenzielle Nutzerinnen und Nutzer sind zahlreich – und im Zuge des demografischen Wandels nimmt ihre Anzahl Jahr für Jahr zu. Die Zielgruppe umfasst sowohl gesunde und aktive ältere Personen, die hauptsächlich Lifestyle-Funktionen zur Steigerung der Lebensqualität verwenden, bis hin zu Menschen, die gesundheitlich stark eingeschränkt sind (zum Beispiel bei Demenz oder nach einem Schlaganfall) und denen durch AAL-Lösungen ein längeres selbstständiges Leben im häuslichen Umfeld ermöglicht werden soll. Hierbei beschränkt sich die Unterstützung nicht nur auf die direkt betroffenen Anwenderinnen und Anwender, sondern bezieht explizit pflegerisches und medizinisches Personal, aber auch An- und Zugehörige ein – beispielsweise durch erweiterte Kommunikationsmöglichkeiten und erleichterte soziale Interaktion. Digitale Assistenten, also die Verbindung von Sprachsteuerung und künstlicher Intelligenz, sind der nächste Entwicklungsschritt.

### Unterhaltungs- und (Tele-)Kommunikationshilfen

Der Lebenspartner oder die Lebenspartnerin verstorben, die beste Freundin oder der beste Freund, Kinder und Enkelkinder wohnen entfernt. Gerade alleinlebende Menschen fürchten Einsamkeit und Isolation. Unterhaltungs- und Telekommunikationshilfen gewährleisten geistige Aktivität und die Kommunikation mit weit entfernt lebenden Angehörigen und Freund\*innen – angefangen bei einer besonders lauten Sprachausgabe, vereinfachter Handhabung mit großen, gut lesbaren Bedienelementen bis hin zu Symbolen oder vorformulierten Sätzen zur leichteren Kommunikation, auch bei lautsprachlichen oder kognitiven Einschränkungen, zum Beispiel nach einem Schlaganfall. Eine große Entwicklung gab es im Bereich der **Sprachassistenten** (zum Beispiel Alexa, Cortana, Google, Siri). Immer einfacher lassen diese sich in das eigene Wohnumfeld integrieren und neben Möglichkeiten der Kommunikation bieten sie auch immer mehr Zugriff auf Informationen (etwa Wetter, Nachrichten, Lexika), aber auch auf Komponenten des Wohnumfeldes wie Licht, Rollläden etc. (AAL und **Smart Home**).



Offen muss in diesem Punkt immer das Thema „Datenschutz und Datensicherheit“ diskutiert und mitgedacht werden und die Vor- und Nachteile müssen kritisch gegeneinander abgewogen werden.

## **Gesundheits- und Fitnesslösungen**

Aktiv, gesund und selbstbestimmt bis ins hohe Alter – so lautet der Wunsch vieler Menschen. Dabei kommt präventiven Maßnahmen wie gesunder Ernährung, ausreichend Bewegung und regelmäßigen sozialen Kontakten eine immer wichtigere Bedeutung zu. Zahlreiche AAL-Lösungen unterstützen diesen bewussten Lebenswandel, nicht erst bei chronischen Erkrankungen. Die Assistenzlösungen reichen von Fitness-Apps über einfache Schrittmesser bis hin zum regelmäßigen Messen (und Übermitteln) von Vitalparametern wie Blutdruck, Blutzucker oder Körpergewicht. Auch hierzu finden Sie weitere Informationen in Schwerpunktmodul 1.

Diese Systeme könnten dann bei Bedarf im nächsten Schritt ausgebaut beziehungsweise ergänzt werden, zum Beispiel um ein „intelligentes“ Notrufsystem oder ein spezielles Unterstützungssystem für demenziell Erkrankte (zum Beispiel Tracking- oder Ortungssystem).

## **Aktivitätsmonitoring**

Verschlechterungen im Gesundheitszustand können bei einer allein-stehenden Person, aber auch bei An- und Zugehörigen vielerlei Ängste auslösen (zum Beispiel vor Sturz, Einbruch, Einsamkeit). Sogenannte Beobachtungssysteme dienen dazu, Aktivitäten und typische Verbrauchsmuster (wie Strom oder Wasser) beispielsweise einer alleinlebenden Person zu erfassen. Sie übermitteln die erfasste Aktivität zum Beispiel an ein internetbasiertes Portal, das auch Abweichungen von den typischen Mustern erkennt und dann Hilfspersonen alarmiert. Registriert etwa ein Bewegungsmelder im Badezimmer morgens bis zu einem bestimmten Zeitpunkt keine Aktivität, könnte eine SMS mit der entsprechenden Warnung an Angehörige, Nachbar\*innen oder einen ambulanten Pflegedienst verschickt werden.

## **Schutz vor Einbruch oder Brand**

Gerade bei vielen älteren Menschen steht das Thema Sicherheit an erster Stelle. Viele fürchten sich vor Einbrüchen, Wasserschäden oder Hausbränden. Hier stehen schon heute viele praktische Lösungen bereit: von günstigen Bewegungsmeldern über Sensoren an Türen,

Böden, Fenstern oder technischen Geräten (zum Beispiel Herd) bis hin zu umfangreichen Hausautomatisierungssystemen eines sogenannten Smart Home. Schon einfache Bewegungsmelder erkennen, wenn sich ihnen eine Person nähert, und bieten somit einen wirksamen Einbruchschutz. Bestimmte Modelle schalten in diesem Fall entweder ein Licht an oder sie lösen einen Alarm aus. Beides dient der Prävention und erhöht das individuelle Sicherheitsgefühl. Vor allem vergessliche Menschen (zum Beispiel mit demenzieller Einschränkung) sind gefährdet, Türen und Fenster offen stehen, Wasserhähne an oder den Herd unbeaufsichtigt zu lassen. Letzteres kann Brände auslösen. Vernetzte Rauchmelder, eine automatische Tür- und Fenstersteuerung oder Herdsicherungen schaffen hier Abhilfe. Herdsicherungen schalten den Elektroherd automatisch in einer gefährlichen Situation ab und mindern dadurch das Risiko eines Küchenbrandes. Die Sicherheit lässt sich weiter erhöhen, wenn vernetzte Rauchmelder bei Brandverdacht zusätzlich Angehörige oder Nachbar\*innen informieren.

Hausautomationssysteme vernetzen und steuern elektrische Geräte, Türen, Fenster und andere Anlagen im Haus oder in der Wohnung. Werden zum Beispiel Rauchmelder mit Tür-, Fenster und Lichtsteuerung vernetzt, kann im Brandfall ein entsprechendes Szenario angestoßen werden: Jalousien hoch, Fenster und Türen auf, Außenbeleuchtung und Warnsignal an, Notruf absetzen etc. Neben vielen anderen Funktionen können solche Systeme Schutz vor Einbrüchen, Hausbränden und Wasserschäden bieten und geben zum Beispiel einer alleinlebenden Person und ihren Angehörigen ein besseres Sicherheitsgefühl.



**Notizen:**

.....

.....

.....

.....

.....

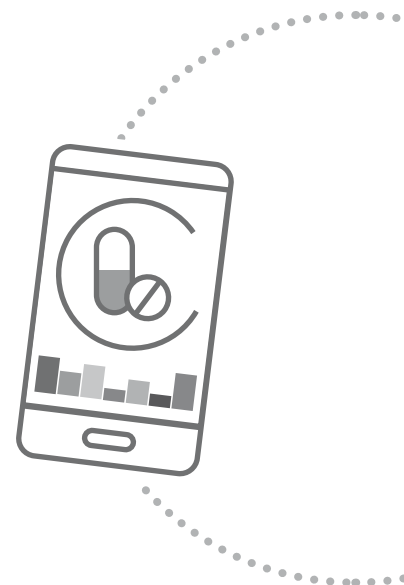
## Erinnerungshilfen

Ob ein Medikament, bestimmte Funktionsweisen technischer Geräte oder ein Arztbesuch – schnell wird etwas vergessen. Erinnerungshilfen (zum Beispiel Smartphone-Apps oder Spracherinnerungsgeräte) erinnern Personen zu bestimmten Uhrzeiten an Aufgaben und Termine oder zum Beispiel beim Verlassen der Wohnung an das Mitnehmen von Schlüsseln, Portemonnaie und Handtasche.

## Sturzprävention und -erkennung

Bei älteren Menschen steigt das Risiko eines Sturzes – und die Angst davor. Für Alleinlebende, die nicht täglich betreut werden, kann ein Sturz bedeuten, dass ihre Notsituation längere Zeit unentdeckt bleibt. Mit einfachen Hilfsmitteln und technischen Systemen (zum Beispiel Beobachtungssysteme, Sensormatten oder Sturzdetectoren) kann ein Sturz schneller erkannt und Hilfe gerufen werden. Am besten wäre es jedoch, wenn der Sturz bereits im Vorfeld vermieden werden könnte – Sturzprävention statt Sturzerkennung. Hier helfen schon einfache Mittel wie Bewegungsmelder oder ein Nachtlicht zur Orientierung. Dieses Beispiel zeigt den fließenden Übergang zwischen Komfort und Sicherheit.

In vielen Einsatzgebieten gibt es verschiedene Umsetzungsvarianten. In dem genannten Beispiel fängt das beim einfachen Einstecklicht mit Bewegungsmeldern in der Steckdose an, reicht über im Boden eingelassene Lichtleitsysteme oder Hausautomationssysteme mit automatischen Lichtszenarien bis hin zum High-Tech-Fußboden mit Sturzdetectoren und Sensormatten.



## Technische Voraussetzungen

Weil es sich bei AAL immer um Lösungen handelt, die sich an den ganz konkreten Bedürfnissen der Nutzerinnen und Nutzer orientieren, sind auch die technischen Voraussetzungen sehr unterschiedlich. Immer mehr Lösungen, gerade im Bereich der digitalen Assistenten, benötigen jedoch einen Internetzugang. Dieser bildet die Grundlage für viele Dienstleistungen und Kommunikationslösungen.

Viele dieser Lösungen halten bereits Einzug in unseren Alltag. Doch oft mangelt es noch an der sinnvollen Vernetzung unterschiedlicher Produkte und Dienstleister. Die sogenannte Interoperabilität zwischen verschiedenen Lösungen ist häufig nicht gegeben.

Nach wie vor fehlt es an einheitlichen Standards, aber auch zum Teil an Wissen, Beratungs- und Installationskompetenz beim Handwerk. Auch Wartungs- und Haftungsfragen sowie eine zuverlässige Kundenbetreuung sind bei manchem Anbieter leider ungelöst. Hilfe bieten hier unabhängige Beratungseinrichtungen mit ihren Musterwohnungen (zum Beispiel LebensPhasenHaus, Musterwohnung BEATE, ALADIEN Muster- und Probewohnung) und Internetangeboten (zum Beispiel Wegweiser Alter und Technik). Es zeigt sich, dass manche Lösungen erlebt und angefasst werden müssen, damit sich Interessierte ein besseres Bild machen können. Dazu gibt es im Land zahlreiche Möglichkeiten, wie Sie der Linkliste im Anhang entnehmen können.



## An wen kann ich mich wenden?

Unterstützung erhalten Sie bei diversen Beratungsstellen und natürlich auch bei Ihrem Handwerksbetrieb sowie im Fach- oder Einzelhandel. Gerade in der jüngeren Vergangenheit haben sich hier zahlreiche Betriebe weiterqualifiziert, auch durch öffentlich finanzierte Unterstützungsprogramme.

Allerdings ist die Suche nach den richtigen Ansprechpartnerinnen und -partnern nicht immer leicht. Wohnraumberatung wird von verschiedenen Organisationen angeboten (vom Kreissenorenrat über Pflegedienstleister bis hin zu Architekten).

Gleiches gilt für den nächsten Schritt, die Wohnraumanpassung. Diese wandelt sich heutzutage immer mehr zur umfangreichen Technikberatung. Auch hier bilden sich aktuell immer größere Netzwerke. Die Bundesarbeitsgemeinschaft (BAG) Wohnungsanpassung e.V. hat eigens dafür eine Facharbeitsgemeinschaft (FAG) Technikberatung gegründet, in deren Konzept Wohnraum- und Technikberatung Hand in Hand gehen. Mehr Informationen dazu bekommen Sie direkt bei der BAG, welche ihr Wissen deutschlandweit in zahlreichen Beratungsstellen zugänglich macht.

Ein wichtiger Akteur bei vielen Lösungen ist auch das Handwerk. Egal ob es um die barrierefreie Gestaltung des Bades geht oder um die Ertüchtigung der Küche zum Beispiel mit einer Herdabschaltung, sollte von Beginn an ein integrativer, gewerkübergreifender Ansatz gewählt werden, um Aufwand (und Kosten) für mehrmalige Umbaumaßnahmen möglichst gering zu halten. Falls Sie Handwerksbetriebe suchen, die sich mit seniorengerechter Planung und Umsetzung auskennen, können Sie sich auch an Ihre regionale Handwerkskammer wenden. Viele Kammern bieten ihren Betrieben speziell dafür Fortbildungen an.



Links zu ehrenamtlichen Wohnraumberatungsstellen finden Sie ebenfalls in der Linkliste im Anhang. Sollte Ihr Kreis/Ort nicht dabei sein, hilft sicherlich auch Ihr örtlicher Pflegestützpunkt weiter, entsprechende Ansprechpartner\*innen zu finden.



Eine Plattform beziehungsweise ein Netzwerk, das darin stark vertreten ist und aktiv die Technikberaterinnen und Technikberater unterstützt, ist <https://www.innovativ-altern.de>



**TIPP**

Pflegestützpunkte beraten unabhängig und kompetent. Ein weiterer Anlaufpunkt sind die Pflegestützpunkte, die eine wohnortnahe Beratung, Versorgung und Betreuung der Bevölkerung vornehmen sollen (<https://www.bw-pflegestuetzpunkt.de>)

Es zeigt sich, dass es selten nur die eine Ansprechpartnerin beziehungsweise den einen Ansprechpartner gibt. Neben den jeweiligen Stadtverwaltungen und Landratsämtern stehen die diversen Muster- und Erlebniswohnungen sicherlich helfend zur Seite. Zusätzlich hat das Land Baden-Württemberg im zweiten Halbjahr 2020 den Startschuss für das Landeskompetenzzentrum Pflege & Digitalisierung (PflegeDigital@bw) gegeben. Dieses ist an das LebensPhasenHaus in Tübingen angegliedert und soll künftig gemeinsam mit den Pflegestützpunkten und Pflegediensten bei der Suche nach passenden Lösungen und Ansprechpersonen unterstützen.



**Notizen:**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## Kosten und Finanzierungsmöglichkeiten

Einige AAL-Lösungen gibt es bereits für wenig Geld. Andere gehen schnell in die Tausende. Doch längst nicht alles muss aus der eigenen Tasche finanziert werden. Umbaumaßnahmen für Barrierefreiheit unterstützt beispielsweise auch die Kreditanstalt für Wiederaufbau (kfw) mit verschiedenen Programmen und Möglichkeiten. Zum einen bietet sie zinsfreie Kredite für den Abbau von Barrieren, mehr Wohnkomfort und besseren Einbruchschutz. Zum anderen werden auch Zuschüsse für Barrierereduzierung von bis zu 6250,- Euro (Stand Januar 2021) gewährt. Diese letztgenannte Förderung umfasst Maßnahmen in verschiedenen Bereichen: Wohnungszugang, Überwindung von Treppen und Stufen, Orientierung, Kommunikation und Unterstützung im Alltag.

Geht es um Hilfsmittel, die bei der Pflege oder aus medizinischer Sicht unterstützen (zum Beispiel Hausnotrufsysteme), gibt es auch Möglichkeiten, eine (anteilige) Unterstützung über die Pflege- beziehungsweise Krankenkassen zu bekommen. Zudem kann natürlich auch das Pflegegeld dafür eingesetzt werden.



## Vor und Nachteile von AAL im Überblick

Das sind die Vorteile	Das sollten Sie beachten
praktische Alltagshelfer für viele Einsatzgebiete: Sicherheit und Kommunikation, Gesundheit und Pflege	Rechtzeitig an das Thema „Barrierefreiheit“ denken!
Einfacher und kostengünstiger Einstieg in das Thema ist möglich; modulare Lösungen können später ergänzt werden.	häufig noch sehr kostenintensiv
Effekte sind schnell wirksam: verbessertes Sicherheitsgefühl, mehr Inklusion und Teilhabe am Gesellschaftsleben möglich etc.	mangelnde Interoperabilität
Die Kombination aus Sensoren und Internet bietet die Möglichkeit der Unterstützung aus der Ferne.	Datenschutz- und Datensicherheit beziehungsweise Ausfallsicherheit sollten von Anfang mitbedacht werden; oft reicht es, nur bestimmten Anbietern (etwa dem Pflegedienst) Datenzugriff zu erlauben. Zudem sollte sichergestellt sein, dass bestimmte Lösungen auch bei oder nach einem Stromausfall manuell bedient werden können.
Immer mehr Alltagshelfer werden mit immer mehr Funktionalität angeboten.	Technische Assistenz und Automatisierung entwerfen menschliche Kompetenzen, Fertigkeiten und Fähigkeiten – kognitiv und motorisch.
Es gibt eine Vielfalt von Lösungen und Möglichkeiten und vielleicht ja auch eine, welche exakt Ihren Anwendungsfall oder zumindest Teile davon bedient.	Die Auswahl aus kleinen Alltagshelfern wächst sehr schnell. Viele Sachen muss man erleben, um den Nutzen zu bewerten. Tauschen Sie Erfahrungen und Wissen mit Familie, Freunden, Bekannten und anderen Anwenderinnen und Anwendern aus. Gemeinsames Lernen und gegenseitige Unterstützung bildet hierbei (neue) starke Netzwerke.



## Weiterführende Informationen / Links zum Thema:

- Übersicht der Wohnberatungsstellen der FaFo (Familienforschung des Statistischen Landesamtes Baden-Württemberg):  
<https://www.statistik-bw.de/FaFo/Management/WohnberStellen.jsp>
- Gute Praxisbeispiele von Projekten, zum Beispiel zum Thema Wohnen, im Demografie-Portal:  
<https://www.demografie-portal.de/DE/Gute-Praxis>
- Wegweiser Alter und Technik/Übersicht über Produkte, die im Alltag unterstützen:  
<https://wegweiseralterundtechnik.de>
- Ansprechpersonen, Musterausstellungen, Fortbildungen zum Thema Wohnungsanpassung bei der Bundesarbeitsgemeinschaft (BAG) Wohnungsanpassung e.V. inklusive Übersicht Wohnraumberatungsstellen, die Mitglieder in der BAG sind:  
<https://www.wohnungsanpassung-bag.de>
- Veranstaltungsreihe „Treffpunkt: LebensPhasenHaus – wie wollen wir in Zukunft leben?“:  
<https://lebensphasenhaus.de>
- Wegweiser, Checklisten und Informationen der Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e.V. (BAGSO) beispielsweise zu Digitalisierung, Teilhabe und gesundem Älterwerden:  
<https://www.bagso.de>
- Projekt zum Thema „Technikunterstützung im Alter“ inklusive Austauschforum für Senior\*innen-Technikberatung, Geräte-Wiki und virtuellen Wohnungen im Überblick:  
<https://www.innovativ-altern.de>
- Übersicht altersgerechter Musterwohnungen und Wissen zum Thema „Zuhause im Alter“:  
<https://www.serviceportal-zuhause-im-alter.de/wohnen.html>

- Wegweiser für das Wohnen im Alter: „Länger zuhause leben“ des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend:  
*<https://www.bmfsfj.de/bmfsfj/service/publikationen/laenger-zuhause-leben/77502>*
- Wissensportal zum Thema „Barrierefreies Planen, Umbauen und Wohnen nach DIN“:  
*<https://nullbarriere.de>*
- PflegeDigital@BW, das Landeskompetenzzentrum Pflege & Digitalisierung Baden-Württemberg ist Anlauf-, Beratungs- und Vernetzungsstelle zu Fragestellungen zum Leben und Wohnen in allen Lebensphasen für Menschen mit Pflegebedarf und ihrem Umfeld:  
*<https://www.pflegedigital-bw.de>*
- Übersicht der Pflegestützpunkte in Baden-Württemberg:  
*<https://www.bw-pflegestuetspunkt.de>*

## Glossar

**AAL:** Ins Deutsche übersetzt steht die Abkürzung „AAL“ für altersgerechte Assistenzsysteme für ein gutes und unabhängiges Leben.

**AAL-System:** Hierunter versteht man ein Netzwerk beziehungsweise eine Kombination aus mehreren Assistenzsystemen, wie zum Beispiel Strom- und Wasserverbrauchsanalysen, Beleuchtungsszenarien oder Apps auf dem Fernseher.

**Interoperabilität:** Das heißt, das Produkt eines Anbieters kommuniziert auch mit dem eines anderen, um das Funktionieren eines Systems sicherzustellen. Aktuell mangelt es größeren AAL-Lösungen häufig noch an Interoperabilität, sodass Sensoren zwar Daten sammeln, die dann jedoch nicht an andere Anbieter weitergeleitet oder mit einer sinnvollen Dienstleistung kombiniert werden.

**Smart Home:** Unter „Smart Home“ wird das vernetzte Zuhause verstanden. Bei Smart-Home-Systemen kommunizieren verschiedene Haushaltsgeräte oder Haustechnikbereiche miteinander und arbeiten zusammen. Das können beispielsweise Heizkörperregler, Lampen, Rollläden, Lüftungsanlagen, Fernseher, Lautsprecher, Herd, Waschmaschine, Bewegungsmelder und vieles mehr sein.

**Mehr über Smart Home finden Sie auch im Arbeitsheft des LMZ, online unter:** <https://www.kindermedienland-bw.de/de/startseite/service/publikationen/publikation/did/zukunft-smarthome-moeglichkeiten-und-nutzen-des-intelligenten-zuhauses>

**Sprachassistenten:** Sprachassistenten sind Software-Systeme, die mittels Kommunikation in natürlicher, menschlicher Sprache Informationen abfragbar machen, Dialoge führen und Assistenzdienste der verschiedensten Art erbringen können (zum Beispiel Alexa, Cortana, Google, Siri).

