Wo (hl)-leben im Alter - eine ZwAR-Gruppe aus Rösrath

Stand 1.11.2025

Wer wir sind

- Wir sind eine lockere Gruppe von Menschen aus der Stadt Rösrath, die sich noch in Arbeit oder bereits im Ruhestand befinden und die sich mit der Gestaltung ihrer nachberuflichen Lebensphase auseinandersetzen.
- Dies umfasst die Themen Wohnen, Freizeit, Bildung, Engagement, Unterstützung und vieles mehr – je nachdem, was jeder Einzelne einbringen mag.

Was wir wollen

- Begegnung, Aktivität, Gespräch und Vernetzung vor Ort
- Lockere Reflexion der eigenen Wohn- und Lebenssituation
- Austausch über unterschiedliche (auch Wohn-)Optionen und Angebote
- Wahrnehmung von Fortbildungen und guten Praxisbeispielen
- Impulse in Gesellschaft, Politik und Verwaltung für ein gutes Älterwerden

Wo wir uns treffen

- 14-tägig donnerstags um 18.30 Uhr im Stadtteilbüro Rösrath (Hauptstraße 44)
- Bei gutem Wetter manchmal auch drei Gehminuten entfernt im Garten hinter dem Augustinushaus (Hauptstraße 70), und gelegentlich auch privat
- Wichtige Ergebnisse werden zum Nachlesen zusammengefasst
- ggs. Kontakt: Michael Robie (michael.robie@web.de; mobil 0174 9398965)

Einige Erkenntnisse aus den letzten beiden Jahren

- Menschen sind (selbst in derselben Altersklasse, mit ähnlicher Herkunft und aus einer vergleichbaren sozialen Schicht) unglaublich individuelle Gestaltungen, und jeder hat sein Päckchen zu tragen….

- Jede gedankliche Auseinandersetzung mit der (eigenen) aktuellen und einer möglichen künftigen Wohnsituation berührt unweigerlich existenzielle Fragen: Vorhandensein und Tragfähigkeit von Beziehungen, Bedürfnis und Fähigkeit zu Nähe und Distanz, gesundheitliche Verfassung, (neue) Sinngebungen, Eigentumsfragen und finanzielle Verhältnisse….

- Oftmals kommt der entscheidende Anstoß, sich mit der eigenen Wohn- und Lebenssituation zu beschäftigen, aus der Erfahrung von Pflege oder Begleitung der eigenen Eltern (und dem Wunsch, die Dinge für sich selbst vorausschauender und konstruktiver zu gestalten).

- Im Alter spielt neben der (am besten professionell erbrachten) körperlichen Pflege die Begleitung durch mindestens eine kompetente und vertrauenswürdige Person eine entscheidende Rolle, um in einer immer komplexer werdenden Lebensumwelt menschenwürdig zu (über-)leben. (Stichwort „Papier"-kram und elektronische Kommunikation, Hilfestellungen bei körperlicher Einschränkung, Abwehr von Betrug etc.)

- Insbesondere dort wo man selbst in Zukunft selbst auf keine eigenen familiären Unterstützungsstrukturen (mehr) rechnen kann, ist das deshalb Bedürfnis besonders groß, sich vorausschauend einzurichten. Und auch langjährige Wegbegleiter können auf einmal „weg" sein.

- Hinzu kommt eine tiefe Sorge, dass der Sozialstaat, so wie er über die letzten Jahrzehnte aufgebaut worden ist, in Zukunft weder finanzierbar noch personell hinreichend ausgestattet sein wird und man nicht darauf vertrauen kann, dass für Pflege und Versorgung noch eine angemessene Unterstützung zu erwarten ist.

- Hieraus ist bei den Pflegeinstitutionen die Idee „der sorgenden Gemeinschaft" entstanden, als informelles aber tragfähiges Gegenmodell zu Anonymität und Vereinsamung. Realisierbar entweder in einem gemeinschaftsorientierten Wohnprojekt oder als erweiterte „gute Nachbarschaft".

- Gemeinschaftsorientierte Wohnprojekte benötigen eine engagierte Mitwirkung, die Fähigkeit zu Austausch und Kompromiss, gute Nerven, viel Geld und lange Zeiträume für die Umsetzung. Dies überfordert viele Interessierte.

- Gemeinwohlorientierte Bauträger wie Wohnungsgenossenschaften und Siedlungsgesellschaften in öffentlicher Trägerschaft sind aktuell weder in der Lage noch willens, überteuerte Grundstückspreise zu zahlen und konzentrieren sich eher auf die Bestandspflege.

- Einige Kommunen versuchen „Bürger-Initiativen" für gemeinschafts-orientierte Wohnformen ideell und auch praktisch zu unterstützen: In Köln und Bonn gibt es eine ganze Reihe von Projekten in der Planung und Umsetzung. Und es ist generell ein wachsendes Interesse für neue Ansätze zum Wohnen im Alter festzustellen.

- Für den Einzelnen, der den „großen Aufschlag" eines Wohnprojekts scheut, scheint aktuell die bewusste Aktivierung des eigenen nachbarlichen, örtlichen und familiären Umfelds im Sinne einer guten Nachbarschaft der vielversprechendste Ansatz für eine gelingende Altersphase zu sein: das Vorhandensein sozialer Beziehungen (auch erst einmal unabhängig von ihrer Intensität) ist entscheidend für ein gutes Leben.

- Entscheidend ist hier die eigene Wahrnehmbarkeit, das Interesse an anderen Menschen (auch den erst mal muffig auftretenden), und die Freude daran, etwas zu geben: Zeit, Aufmerksamkeit, Interesse, Sorge, Freude, Unterstützung, Tipps und Neuigkeiten. Merke: Nur wer sich sichtbar macht wird auch gesehen….

- Es ist ein längerer Prozess, aber das Gute ist: Man kann sich auf diesen Weg begeben, selbst wenn man sein Leben lang andere Prioritäten gesetzt hat, und jeder Tag bietet neue Gelegenheiten, über seinen eigenen Schatten zu springen.

- Das Knüpfen sozialer Kontakte beginnt im Kleinen, man kann sich auch erst einmal nur zunicken oder nett schauen… Ein freundliches Wort zum Paketboten kann genauso viel gute Laune bereiten wie ein langes Telefonat mit der besten Freundin.

- Die Bereitschaft, den anderen erst mal „sein“ zu lassen und auf das schnelle Bewerten zu verzichten, hilft sehr im Umgang mit anderen Menschen. Man nimmt ja für sich auch selbstverständlich in Anspruch, dass die eigenen Erfahrungen und Handlungen allesamt begründet und „richtig“ sind. Aber alles ist nur ein Ausschnitt aus einem großen Ganzen mit ganz vielen möglichen Perspektiven. Und wie oft hat sich bereits die eigene Sicht auf bestimmte Dinge im Laufe des Lebens geändert…

- Körperliche Bewegung (Yoga, Tanzen, Schwimmen, Wandern, Singen, Sport im Park…) entkrampft auch mental und eröffnet zudem neue Begegnungen.

- Dasselbe gilt auch für eine ehrenamtliche Tätigkeit.

- ZWAR ist ein hervorragendes Angebot, um Menschen zu begegnen, Berührungspunkte zu finden und sich selbst sichtbar zu machen!

Bisher wahrgenommene Veranstaltungsangebote

18.01.2024	Strategische Quartiersentwicklung, Rheinisch-Bergischer Kreis
07.03.2024	Wohnträume (Wohnen und Leben im Alter), Bergische Wohnschule
17.03.2024	Wohnprojektetag Köln und Region (über MitStadtZentrale)
20.06.2024	Zuhause leben, zuhause sterben, Bergische Wohnschule
07.11.2024	Leben und Wohnen mit leichtem Gepäck, Bergische Wohnschule
05.12.2024	Wohnträume (Wohnen und Leben im Alter), Karin Nell
02.05.2025	Beratung zu Wohn-Genossenschaften, Wohnbund NRW
12.06.2025	Fachtag Sorgende Gemeinschaften, Netzwerk Wohnen Bergisches Land

---

Weiterführende Links zum Thema Wohnen

- Mitstadtzentrale (Köln):

  https://mitstadtzentrale.de

- Wir sind Stadt (Bonn und Umgebung):

  https://wir-sind-stadt.net/gemeinschaftliche-wohnprojekte-in-bonn-und-umgebung

- *Wohnbund Beratung (NRW)*

  https://www.wbb-nrw.de

- Stiftung Trias (bundesweit)

  https://www.wohnprojekte-portal.de/

- Netzwerk Wohnen und Versorgen Bergisches Land

  https://www.teheim-solingen.de/ueber-uns/projekte/neue-wohnformen-im-alter

- Bergische Wohnschule

  https://alter-pflege-demenz-nrw.de/akteure/wp-content/uploads/sites/3/2025/01/flyer_wohnschule_web.pdf

---

Weiterführende Links zum Thema Vernetzung und Angebote vor Ort

- **Stadt Rösrath – Informationen und Veranstaltungen**

  https://www.roesrath.de/

- **Stadt Rösrath – Informationen für Senioren**

  https://www.roesrath.de/senioren

- **Engagierte Stadt Rösrath – Ehrenamt und Vernetzung**

  https://engagiertestadt-roesrath.de/

- **Nebenan.de – Nachbarschaftshilfe und Gruppen**

  https://nebenan.de/