

Leitfaden Wohnraumsuche

**für Menschen mit Behinderungen,
die in Erfurt selbstbestimmt Leben
und Wohnen wollen**



Wohnen im Raum

entwickelt im Rahmen des Projekts

**“WiR - Wohnen im Raum” Beratungs- und Netzwerkstelle für
inklusive, partizipative Wohn- und Lebensräume in der
Landeshauptstadt Erfurt**



Gefördert durch die

**AKTION
MENSCH**

Impressum

Verband für Inklusion und Teilhabe in Thüringen e.V. (VITT e.V.),
Johannesstraße 141, 990984 Erfurt,

E-Mail: info@vitt-online.de, Tel.: 0361 7525227

Projektzeitraum März 2021 bis März 2024

Redaktionsschluss 03/2024

1. Auflage

Gedruckte Auflage: 200 Stück

Hinweis

Trotz gebotener Sorgfalt können wir für den Leitfaden Wohnraumsuche keine Garantie auf Vollständigkeit und Fehlerfreiheit gewährleisten. Bitte weisen Sie uns auf Fehler hin, wir überprüfen und korrigieren das Dokument gerne.

Hinweise bitte an: info.wir@vitt-online.de.

Förderhinweis und Haftungsausschluss (Disclaimer)

Von der Aktion Mensch ko-finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Aktion Mensch wieder. Aktion Mensch kann nicht dafür verantwortlich gemacht werden.“



Creative Commons

CC : Unsere Inhalte dürfen in jedem Medium oder Format verteilt, remixed, angepasst und verändert werden.

BY: Der im Impressum genannte Autor (VITT e.V) muss angegeben werden.

NC: Nur nicht kommerzielle Nutzung des Werkes ist erlaubt.

SA: Die Anpassungen müssen mit denselben Lizenzen versehen werden.

Inhalt

Einleitung	4
Sie haben Rechte	5
Der Weg in die eigene Wohnung	7
Ausgangssituation	7
Wer kann bei der Planung und Umsetzung eines Umzugs helfen?	8
1. Schritt: Ich informiere mich	10
Wohnformen	11
Finanzierung	14
Weitere Informationen und Beratung	16
2. Schritt: Ich stelle meine Kompetenzen, Bedürfnisse und Wünsche fest	17
Checkliste 1: Meine Kompetenzen	18
Checkliste 2: Meine Wohnbedarfe	20
Checkliste 3: Meine Wünsche an Wohnung und Wohnumfeld	22
3. Schritt: Ich plane die nächsten Schritte	24
Checkliste 4: Planung meiner nächsten Schritte	24
Wohnungssuche	25
Umzug	27
4. Schritt: Nach dem Umzug gestalte ich meinen Alltag	30
Alltägliche Aufgaben	30
Hilfe, wenn es klemmt	31

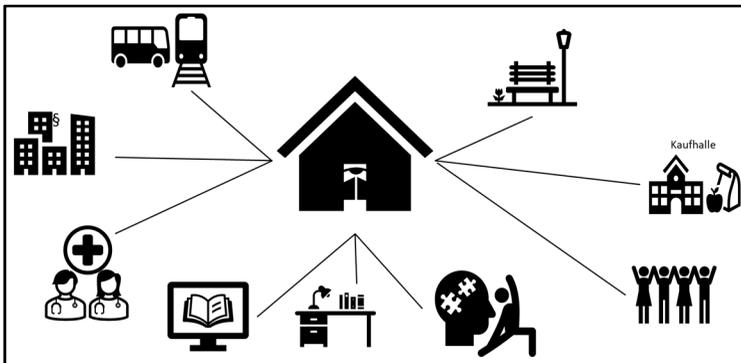
Einleitung

Jeder Mensch soll so Wohnen und Leben können, wie er es möchte. Wohnen ist ein Grundrecht. Damit ein selbstbestimmtes Wohnen und Leben gelingen kann, muss einiges beachtet werden.

Dieser Leitfaden soll als erste Orientierung und Hilfestellung bei der aktiven Auseinandersetzung mit dem selbstbestimmten Wohnen und Leben in Erfurt dienen.

Von der Wohnung aus erledigen wir unsere Aktivitäten des täglichen Lebens. Von der Wohnung aus gehen wir zum Einkauf, zur Arbeit oder zur Arztpraxis. Die Wohnung ist für jeden Menschen wichtig. Wohnen kann Grundlage für das selbstbestimmte Leben und Teilhabe sein.

Abbildung: die Wohnung als Lebensmittelpunkt



Zum selbstbestimmten Leben gehören neben dem Wohnen noch viele weitere Aktivitäten wie die Gestaltung der Freizeit, die Ausbildung oder die Arbeit. Hier beschäftigen wir uns nur mit dem Thema Wohnen.

Sie haben Rechte

Sie sind der Inhaber von Rechten. Sie dürfen selbst bestimmen wie, wo und mit wem Sie wohnen. Dies ist in der UN-Behindertenrechtskonvention geregelt. In Deutschland haben Politiker die UN-Behindertenrechtskonvention anerkannt und müssen das Gesetz auch anwenden. Dafür haben Politiker das Bundesteilhabegesetz verabschiedet. Außerdem wird das Sozialgesetzbuch (kurz SGB) umstrukturiert.

Abbildung: Jeder Mensch hat das Recht, selbst zu entscheiden



Im Internet können Sie sich über Ihre Rechte informieren. In der folgenden Linksammlung finden sie Links zu Internetseiten.

Tabelle: Linksammlung über Rechte zum selbstbestimmten Wohnen und Leben

Thema (Suchbegriff)	Link in der digitalen Fassung bitte anklicken in der gedruckten Fassung in den Browser eingeben
UN-Behindertenrechtskonvention (Schattenübersetzung)	https://www.nw3.de/attachments/article/130/BRK-Schattenuebersetzung-3-Auflage-2018.pdf
Bundesteilhabegesetz	https://nitsa-ev.de/bewusstseinsbildung/bundesteilhabegesetz/
SGB IX, Teil 2 (Recht auf Eingliederungshilfe)	https://www.bih.de/integrationsaemter/medien-und-publikationen/fachlexikon/detail/sgeb-ix-rehabilitation-und-teilhabe-von-menschen-mit-behinderungen/
Thüringer Landesrahmenvertrag in Alltags- oder schwerer Sprache	https://www.tmasgff.de/fileadmin/user_upload/Soziales/Dateien/Menschen_mit_Behinderungen/Landesrahmenvertrag_BTHG_2019.pdf
Thüringer Landesrahmenvertrag in leichter Sprache	https://www.tmasgff.de/fileadmin/user_upload/Soziales/Dateien/Menschen_mit_Behinderungen/Leichte_Sprache/Zusammenfassung_Landesrahmenvertrag_barrierefrei.pdf

Der Weg in die eigene Wohnung

Ausgangssituation

Wir stellen beispielhaft vor, wie der Weg in die eigene Wohnung ablaufen könnte. Bei jedem Menschen können andere Faktoren eine Rolle spielen, die bei der Vorbereitung eines Umzugs zu beachten sind.

Das Wohnen in der eigenen Wohnung, insbesondere wenn es die erste Wohnung ist, ist ein aufregender Prozess und kann viele Gefühle auslösen. Das ist nicht schlimm. Besprechen Sie Ihre Ängste, Sorgen und Nöten mit Personen, denen Sie vertrauen.

Der Wunsch oder auch die Notwendigkeit eines Umzugs kann unter den verschiedensten Ausgangsbedingungen entstehen. Für Internatsschüler oder -schülerinnen kann der anstehende Auszug nach Schulabschluss der Grund sein, um sich mit dem Thema Wohnen zu befassen. Vielleicht entsteht der Wunsch, wenn ein erwachsener Mensch seine Herkunftsfamilie verlassen möchte oder wenn der Wunsch besteht, aus einer trägergebundenen Wohnform auszuziehen.

Je nach Ausgangssituation sind verschiedene Aufgaben zu beachten. Wenn Sie den Wunsch entwickeln, anders als jetzt wohnen zu wollen, gibt es verschiedene Personen und Einrichtungen, mit denen Sie Ihren Wunsch gemeinsam umsetzen können.

Wer kann bei der Planung und Umsetzung eines Umzugs helfen?

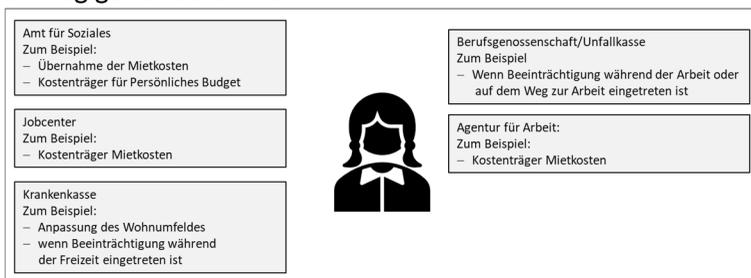
Wenn Sie aus Ihrer Herkunftsfamilie ausziehen möchten, können Sie mit Ämtern und Behörden notwendige Unterstützungsbedarfe klären.

Sollten Sie aus einer trägergebundenen Wohnform ausziehen wollen, ist der Wohnträger Ansprechpartner.

Betreuungspersonen können ebenfalls wichtige Ansprechpartnerinnen und -partner sein.

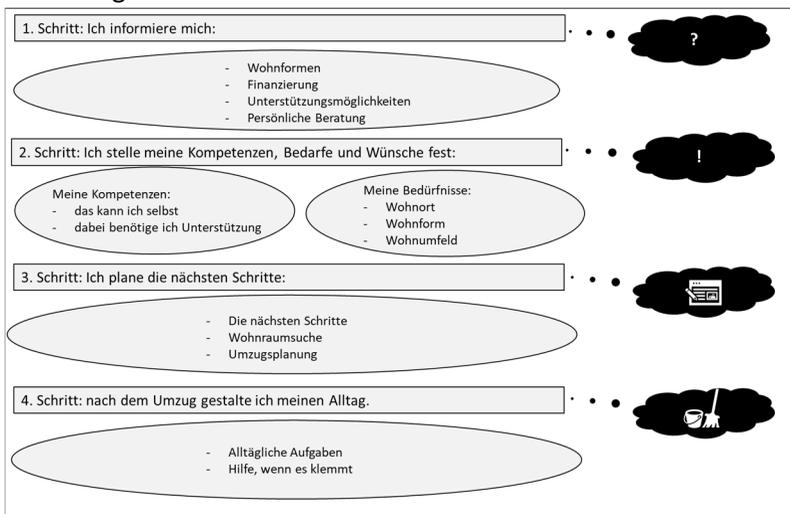
Bitte sprechen Sie immer mit Personen, denen Sie vertrauen über Ihre Ängste, Sorgen und Nöte.

Abbildung: Diese Behörden können beteiligt sein, wenn ein Umzug gewünscht wird.



Nun stellen wir Informationen zum Wohnen vor. Anhand von Checklisten soll die Orientierung über die eigenen Kompetenzen, Bedürfnisse und Wünsche erleichtert werden. Im Weiteren verschaffen wir uns einen Überblick über die ersten Planungsschritte in der Umsetzung. Danach geben wir einige Hinweise für die Einrichtung des neuen Alltags.

Abbildung: in vier Schritten zum selbstbestimmten Wohnen



1. Schritt: Ich informiere mich.

Um eine Entscheidung treffen zu können, ist es hilfreich möglichst viele Informationen zu haben. Hier stellen wir Informationen zu Wohnformen vor und geben Hinweise zu weiteren Beratungsstellen in Erfurt.

Dazu stellen wir zunächst Wohnformen und Finanzierungsmöglichkeiten vor. Wir benennen mögliche Unterstützungsmöglichkeiten.

Wohnformen

Tabelle: Wohnformen und deren Merkmale

Art der Wohnform	Merkmale
Wohn- und Hausgemeinschaft, bei Trägern auch Außenwohngruppe	<ul style="list-style-type: none"> - Geteilte Küche, Bad, Wohnzimmer - Eigenes Zimmer - Unterstützung durch Personenzentrierte Komplexleistung oder Assistenz - Gemeinsame Hausarbeit
gemietete Wohnung	<ul style="list-style-type: none"> - Allein, mit Partner oder Familie - Privatsphäre in der ganzen Wohnung - Unterstützung durch Personenzentrierte Komplexleistung oder Assistenz - Einbindung in soziale Räume wichtig zur Vermeidung von Isolation und Überforderung
Wohnen in Gastfamilien	<ul style="list-style-type: none"> - Gemeinschaft mit der Gastfamilie - Eigenes Zimmer - Unterstützung durch Personenzentrierte Komplexleistung oder Assistenz
Wohnen in besonderen Wohnformen	<ul style="list-style-type: none"> - Gemeinschaftsräume, gemeinsame Nutzung von Bädern - Eher keine Privatsphäre oft Unterbringung in oft in Gruppen mit etwa fünf

Art der Wohnform	Merkmale
	<p>Bewohnern/Bewohnerinnen in einer Gruppe</p>
<p>Wohnen in einer Außenwohngruppe</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Es werden Küche, Bad, Wohnzimmer geteilt - Eigenes Zimmer - Unterstützung und Begleitung durch pflegendes Personal, welches nicht selbst gewählt werden kann - Im Einzelfall ist der Anteil von Selbstbestimmung und Selbstständigkeit zu prüfen
<p>Wohnen in der eigenen Herkunftsfamilie</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Wohnen im Elternhaus - In der Regel eigenes Zimmer - Unterstützung und Begleitung durch Assistenz, Personenzentrierte Komplexleistung begrenzt möglich (ethische Pflicht) - Verselbstständigung mitunter schwierig, da die Eltern-Kind-Beziehung häufig geprägt von Fremdbestimmung und Gewohnheiten ist - Zukunftsplanung beachten, was mit den Betroffenen im Fall von Krankheit oder Tod der Eltern geschieht
<p>Ambulant betreutes Wohnen</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Eventuell mit Familienangehörigen

Art der Wohnform	Merkmale
	<ul style="list-style-type: none">- Unterstützung im Sachleistungsmodell durch Leistungsanbieter- Wunsch- und Wahlrecht bei Auswahl der der Unterstützungspersonen meist eingeschränkt.

Finanzierung



Insbesondere für das Leben in der eigenen Wohnung ist es wichtig, über Finanzierungsmöglichkeiten informiert zu sein. Beim Leben in der eigenen Wohnung fallen regelmäßig Kosten für Miete, Strom, Telefon/Internet und vieles mehr an. Auch für Einkäufe von Lebensmitteln und Kleidung wird Geld benötigt. Die Finanzierung kann zum einen über Lohn und Gehalt gedeckt werden. Wenn kein Einkommen erwirtschaftet wird, wird die Wohnung und das notwendige Geld zum Leben über die Sozialgesetzbücher (SGB) finanziert etwa in Form von Rente, aufstockende Leistungen, Wohngeld oder Bürgergeld.

Damit die Wohnung durch einen Kostenträger finanziert werden kann, muss diese was Größe und Mietkosten betreffen „angemessen“ sein. Die Stadt Erfurt hat eine Richtlinie über die Angemessenheit der Aufwendungen der Kosten für Unterkunft und Heizung nach SGB II und XII, kurz KdU - Kosten der Unterkunft erlassen. Diese Richtlinie wird in regelmäßigen Abständen aktualisiert. Erhältlich ist die Richtlinie online auf den Internetseiten der Stadt Erfurt.

Tabelle: Die wichtigsten Informationen für die Feststellung der Angemessenheit der Wohnung
(Stand 01.01.2023)

Anzahl der Personen in der Wohnung	Größe der Wohnung in Quadratmeter (qm oder m ²)	Bruttokaltmiete ohne Heizung und Warmwasser	max. Heizkosten	Bruttowarmmiete mit Heizung und Warmwasser
1	48 qm oder m ²	354,72 €	136,48 €	491,20 €
2	60 qm oder m ²	418,20 €	170,60 €	588,80 €
3	75 qm oder m ²	520,50 €	213,25 €	733,75 €
4	90 qm oder m ²	620,10 €	255,90 €	876,00 €
für jede weitere Person zuzüglich	15 qm oder m ²			

Weitere Informationen und Beratung

i

Weitere Informationen und persönliche Beratung zur Finanzierung zum selbstbestimmten Leben in der eigenen Wohnung ist über die ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung (EUTB) erhältlich. Die ergänzende unabhängige Teilhabeberatung ist ein Unterstützungsangebot zu den Themengebieten Rehabilitation und Teilhabe. Sie hilft bei Fragestellungen zu Assistenz, Hilfsmitteln oder bei der Erstellung eines Integrierten Teilhabeplans.

Unterstützungsmöglichkeiten, um das alltägliche Leben in der eigenen Wohnung zu ermöglichen, stehen mit Assistenzleistungen über das Persönliche Budget (PB) beziehungsweise Budget oder Personenzentrierte Komplexeleistungen (PKL) zur Verfügung. Für das Leben in herkömmlichen Wohnformen bei einem Leistungsträger leisten Pflegedienste und Leistungsträger Betreuung und Unterstützung. Die selbstbestimmte Auswahl der hilfeleistenden Personen und Zeiten sind in diesen Modellen eher eingeschränkt oder gar nicht möglich.

Tabelle: Link zur EUTB in Erfurt und zu weiteren EUTB

Kontaktmöglichkeit zur Erfurter EUTB:	https://www.zukunft-sozialraum.de/
Kontaktmöglichkeit zu weiteren EUTBs:	https://www.teilhabeberatung.de/beratung/beratungsangebote-der-eutb

2. Schritt: Ich stelle meine Kompetenzen, Bedürfnisse und Wünsche fest

Nachdem Sie sich zu möglichen Wohnformen und Finanzierungsmöglichkeiten informiert haben, können Sie die Möglichkeiten nun mit Ihren Bedarfen und Wünschen abgleichen. Die Darstellung hier ist nur beispielhaft und soll eine erste Orientierung geben. Es kann passieren, dass keine der hier dargestellten Möglichkeiten zu Ihnen passt. Sprechen Sie mit vertrauten Menschen darüber und finden gemeinsam passende Möglichkeiten für sich.

Wir haben Checklisten vorbereitet, mit denen Sie Ihre eigenen Kompetenzen, Wohnbedürfnisse, -bedarfe und Wünsche festhalten können. Diese sollen bei der Orientierung helfen. Bitte beachten Sie, dass es selten eine perfekte Wohnung gibt, die alle Bedarfe und Bedürfnisse erfüllt. Bitte haben Sie Geduld bei der Wohnungssuche. Es gibt wenig freie Wohnungen in Erfurt. Insbesondere preisgünstige Wohnungen sind knapp, es gibt kaum barrierefreie Wohnungen.

Checkliste 1: Meine Kompetenzen

Hier können Sie notieren, was Sie im Alltag allein meistern, und wobei Sie Unterstützung benötigen.

Kompetenz	Antwort	Diese Fragen möchte ich klären
Kann ich meinen Alltag allein und sinnvoll gestalten?	ja ja, mit Unterstützung nein ich weiß nicht	
Ich wechsele meine Kleidung allein.	ja ja, mit Unterstützung nein ich weiß nicht	
Kann ich mich selbst gut versorgen (z.B. Zubereitung von Mahlzeiten)?	ja ja, mit Unterstützung nein ich weiß nicht	
Kann ich notwendige Hausarbeiten selbst erledigen (Wäsche waschen, Wohnung reinigen)?	ja ja, mit Unterstützung nein ich weiß nicht	
Kann ich selbstständig	ja	

Kompetenz	Antwort	Diese Fragen möchte ich klären
einkaufen (Lebensmittel und so weiter)?	ja, mit Unterstützung nein ich weiß nicht	
Kann ich selbstständig Dinge kaufen, die ich nicht jeden Tag kaufen muss (Kleidung, Geschenke und so weiter)?	ja ja, mit Unterstützung nein ich weiß nicht	
Kann ich selbstständig Termine und Verabredungen vereinbaren und einhalten (Arzttermine, mit Freunden, etc.)?	ja ja, mit Unterstützung nein ich weiß nicht	
Eigene Notizen:		

Checkliste 2: Meine Wohnbedarfe

Wie sieht eine geeignete Wohnung für mich aus?

Frage nach Wohnbedarfe	Antwort	Diese Fragen möchte ich klären
Brauche ich eine Erdgeschosswohnung?	ja nein ich weiß nicht	
Brauche ich eine barrierefreie Wohnung?*	ja nein ich weiß nicht	
Brauche ich eine rollstuhlgerechte Wohnung?*	ja nein ich weiß nicht	
Brauche ich eine seniorengerechte Wohnung?*	ja nein ich weiß nicht	
Brauche ich einen Aufzug?	ja nein ich weiß nicht	
Brauche ich eine Abstellmöglichkeit z.B. für einen Rollstuhl, für ein Fahrrad?	ja nein ich weiß nicht	

Frage nach Wohnbedarfe	Antwort	Diese Fragen möchte ich klären
Brauche ich einen Stellplatz für ein Auto?	ja nein ich weiß nicht	
Brauche ich leicht zu reinigende Böden?	ja nein ich weiß nicht	
Brauche ich eine ruhige Nachbarschaft?	ja nein ich weiß nicht	
Eigene Notizen:		

*barrierefreie Wohnung:

für Nutzende von Rollatoren geeignet, z.B. Türbreiten 80 cm gemäß DIN 18040

rollstuhlgerechte Wohnung:

für Nutzende von Rollstühlen geeignet, z.B. Türbreiten 90 cm gemäß DIN 18040

seniorengerechte Wohnung:

keine allgemein gültige Definition vorhanden, hier gilt es, den Wohnraum nach individuellen Bedarfen anzupassen.

Checkliste 3: Meine Wünsche an Wohnung und Wohnumfeld

Was soll die Wohnung oder das Wohnumfeld haben, damit Sie sich so richtig wohlfühlen?

Frage nach Wohnwünsche	Antwort	Diese Fragen möchte ich klären
Ich möchte in dieser Stadt oder in diesem Ortsteil wohnen.		
Ich möchte in eher städtisch wohnen.	nein ja ich weiß nicht	
Ich möchte eher ländlich wohnen.	nein ja ich weiß nicht	
ich möchte alleine oder mit meiner Familie/Freunden zusammenleben.	nein ja ich weiß nicht	
ich möchte in einer Gemeinschaft leben.	nein ja ich weiß nicht	

Frage nach Wohnwünsche	Antwort	Diese Fragen möchte ich klären
Ich möchte einen Balkon.	nein ja ich weiß nicht	
Ich möchte einen Aufzug.	nein ja ich weiß nicht	
Ich brauche eine Haltestelle zu Bus, Straßenbahn.	nein ja ich weiß nicht	
Ich brauche in meiner Nähe Geschäfte (Supermarkt/Kaufhalle, Apotheke, Friseur).	nein ja ich weiß nicht	
Gesundheits-Einrichtungen (Arztpraxis, Physiotherapie, Logopädie) in meiner Nähe	nein ja ich weiß nicht	
Ich bin bereit, gemeine gewohnten Therapie-Plätze, Arztpraxen nach meinem Umzug zu wechseln.	nein ja ich weiß nicht	
Eigene Notizen:		

3. Schritt: Ich plane die nächsten Schritte

Mit der folgenden Checkliste können sie Ihre Ergebnisse festhalten. Diese können Grundlage für die Wohnraumsuche und weitere Planungen sein.

Checkliste 4: Planung meiner nächsten Schritte

Ergebnisse			
Gewünschter Wohnort:			
Gewünschte Wohnform:			
Das sollte meine Traumwohnung unbedingt haben:			
Mit wem spreche ich:			
Diese Termine verabrede ich, um über meine Ideen und Wünsche zu sprechen:	Mit wem:	Datum, Uhrzeit:	Thema:
Eigene Notizen:			

Wohnungssuche

Mit Ihrer Checkliste „Planung meiner nächsten Schritte“ können Sie auf die Suche nach einer geeigneten Wohnung gehen.

Hier finden Sie Anbieter von Wohnformen und eine Linksammlung zur Wohnungssuche oder Wohngemeinschaften.

Tabelle: Wohnformen

Wohnform	Anbieter	
Wohnprojekte	Wohn:sinn Ro70 (in Weimar)	https://www.wohnsinn.org/ https://www.ro70-weimar.de/
Wohnen in Gastfamilie	Zum Beispiel Jena	www.wandlungswelten.de
Wohnen bei einem Leistungsträger / einer Leistungsträgerin in besonderer Wohnform, einer Außenwohngruppe oder ambulant betreutes Wohnen in Erfurt	Auswahl der Anbieter: Christophoruswerk Diakonie/CJ D Lebenshilfe	https://christophoruswerk.de/ https://www.cid-erfurt.de/ https://www.lebenshilfe-erfurt.de/
Wohnungssuche in einer eigenen Wohnung im Internet		
Wohnungsportale im Internet	www.immonet.de www.ebay-kleinanzeigen.de	

Wohnform	Anbieter	
	www.null-provision.de www.wohnungsboerse.net	
Erfurter Wohnungsbaugesells chaften/ Wohnungsbaugenoss enschaften im Internet	https://tag-wohnen.de/thueringen http://www.wbg-borntal.de/ https://www.vonovia.de/ http://www.gwg-erfurter-sparundbauverein.de/ http://www.gwg-erfurt-sued.de/ http://www.wbg-einheit.de/ http://www.wbg-erfurt.de/ http://www.wbg-gutheim.de/ http://wbg-reichsbahn.de/ http://www.wbg-zukunft.de/ http://www.kowo.de/ (Bei der KoWo Wohnungssuche über App mit Namen easy Square)	
Wohngemeinschaften (kurz WG)		
Suche nach WGs im Internet	www.wg-gesucht.de www.ebay-kleinanzeigen.de	

Umzug

Wir beschreiben hier beispielhaft, was bei einem Umzug zu beachten ist.

Im Internet gibt es Checklisten, die bei der Planung und Vorbereitung helfen.

Tabelle: Checklisten im Internet für den Umzug

Anbieter	Link	Anmerkung
Verbraucherzentrale	https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/umwelt-haushalt/wohnen/umzugscheckliste-was-ist-beim-auszug-in-eine-neue-wohnung-zu-beachten-74337	Ausführliche Informationen Individuelle Checklisten
Immoscout 24	https://www.umzug.de/content/dam/is24/umzug/dokumente/umzugscheckliste/checkliste-umzug.pdf	Checkliste zum abhaken

Tabelle: mögliche Schritte zur Umzugsplanung

Schritt	Beschreibung
<p>Schritt 1: vor dem Umzug</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - Kostenplanen - Der Mietvertrag - Nachsendeauftrag - Umzugswagen (Fahrer/Fahrerin), Umzugsunternehmen organisieren - Helferteam organisieren - Welche Gegenstände sollen mit in die neue Wohnung? - Welche Gegenstände sollen nicht mit in die neue Wohnung? Was passiert damit? - Sind Renovierungsarbeiten in der alten Wohnung notwendig? - Sind Renovierungsarbeiten in der neuen Wohnung notwendig? - Besorgung von Verpackungsmaterial (Kartons, Tücher für Glas und Porzellan) - Einpacken der Gegenstände, die mit in die neue Wohnung kommen - Schweres nach unten - Wichtige Unterlagen parat/präsent halten - Was direkt nach dem Umzug benötigt wird, präsent halten (Lebensmittel, Geschirr) - Umzugskartons beschriften (welcher Karton kommt in welchen Raum)

Schritt	Beschreibung
<p>Schritt 2: Am Umzugstag</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - Umzugswagen holen - Verpflegung für Helferteam - Umzugswagen beladen (schweres und sperriges zuerst, zerbrechliches zum Schluss) - Schlüssel- und Wohnungsübergabe mit Vermietenden terminieren und umsetzen - Umzugswagen entladen (Kartons in die richtigen Räume stellen) - Umzugswagen abgeben
<p>Schritt 3: Einrichten der Wohnung</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - Möbel aufbauen - Schränke einräumen
<p>Schritt 4: Nach dem Umzug</p> 	<ul style="list-style-type: none"> - neue Anschrift mitteilen (Einwohnermeldeamt, Vertragspartner, Behörden) - Wohnungs- und Schlüsselübergabe alte Wohnung Termin vereinbaren - Wohnungs- und Schlüsselübergabe alte Wohnung durchführen - Bei Bedarf Aufbau Versorgungsstruktur (z.B. Arztpraxen/Therapieplätze)

4. Schritt: Nach dem Umzug gestalte ich meinen Alltag

In diesem Abschnitt geben wir Hinweise, um den Alltag in der neuen Wohnung zu meistern.

Welche Aufgaben kommen auf mich zu? Wie organisiere ich mich? Wer kann helfen, wenn es mal klemmt?

Alltägliche Aufgaben

Zu den alltäglichen Aufgaben zählt etwa die Hausarbeit oder die Zubereitung von Mahlzeiten. Hier könnten Wochenpläne helfen. An welchen Tagen zu welchen Zeiten nehme ich mir vor, den Abwasch, die Wäsche oder Putzarbeiten zu erledigen?

Sprechen Sie mit Menschen, denen Sie vertrauen. Sie können zusammen überlegen, welche Aufgaben zu erledigen sind und wie Sie die Aufgaben am besten abarbeiten. Sprechen Sie es immer an, wenn Ihnen etwas nicht gefällt oder wenn Sie Probleme haben.

Abbildung: Beispiel eines Wochenplanes

	Montag	Dienstag	Mittwoch	...
 Am Morgen	 putzen	 Einkaufen	 Wochenplanung	...
 Am Nachmittag	 spazieren	 Freunde treffen	 Arzt-Termin 15:30	...
 Am Abend	 entspannen	 Gymnastik	 Konzert	...

Hilfe, wenn es klemmt

Wenn Sie im Alltag feststellen, dass sich der Hilfebedarf ändert, Sie sich überfordert oder unwohl fühlen sprechen Sie mit Ihren Vertrauenspersonen. Dann können Sie gemeinsam nach einer Lösung suchen.

Beratungs- und Netzwerkstelle Wohnen im Raum

Das Projekt „WiR – Wohnen im Raum“ war eine Modell-Beratungsstelle für Menschen mit Behinderungen und deren Angehörige. Im Projektzeitraum von Januar 2021 bis März 2024 haben wir Menschen dabei unterstützt, so zu wohnen und zu leben, wie sie es möchten. Die Beratung fand nach Möglichkeit durch Expertinnen und Experten in eigener Sache (Peer-Expert*innen) statt. Im gesamten Prozess erhielten die Betroffenen in allen Belangen Mitspracherecht und die Möglichkeit zur Selbstorganisation je nach Wunsch und Bedarf.

Ziel des Projektes war es auch Beratungsleitfäden für Betroffene und Akteure beim selbstbestimmten Wohnen und Leben von Menschen mit Behinderungen zu entwickeln und die Beratungsgrundsätze in die laufenden Tätigkeiten der Kommune, der sozialen Träger und der Wohnraumanbieter*innen zu verankern.

Projektträger Verband für Inklusion und Teilhabe in Thüringen VITT e.V.

Der Verband für Inklusion und Teilhabe e.V. (VITT) wurde im Mai 2017 mit dem Ziel der Förderung des selbstbestimmten Lebens von Menschen mit Behinderungen im Sinne der UN-Konvention über die Rechte von Menschen mit Behinderungen und der Begleitung der Umsetzung des Bundesteilhabegesetzes (BTHG) in Thüringen gegründet.

Der Verband versteht sich als Interessenvertretung im Sinne der Richtlinien des UN-Fachausschuss zur Behindertenrechtskonvention. Behinderung betrachtet der Verband unter einer Menschenrechtsperspektive und setzt sich für die gleichen Rechte von allen Menschen mit Behinderungen sowie für Selbstbestimmung, Empowerment und Peer-Support ein. Peer-Beratung und Selbstbestimmung von Menschen mit Behinderungen sind daher Kernanliegen des Vereins.