



# SO WILL ICH SPÄTER WOHNEN!

**INTERVIEW MIT MUTTER & TOCHTER  
ÜBER DAS WOHNEN IM ALTER**

HILTRAUD (57 JAHRE)  
UND VIKTORIA (24 JAHRE)  
KLÖPPERPIEPER SIND  
MUTTER UND TOCHTER.

DIE ENGE VERBUNDENHEIT  
MERKT MAN NICHT NUR  
IHREM GESUNDHEITSBLOG  
([www.Lebenssprudel.de](http://www.Lebenssprudel.de))  
AN, SONDERN AUCH  
UNSEREM INTERVIEW  
ZU ALTERNATIVEN  
WOHNFORMEN IM ALTER.

TEXT : MARTIN PIECK ● →

AUF EUREM BLOG  
[lebenssprudel.de](http://lebenssprudel.de) GEHT ES UM  
GESUNDHEIT, UND MAN  
HAT DAS GEFÜHL, IHR  
STROTZT VOR ENER-  
GIE. KOMMT MAN DANN  
ÜBERHAUPT AUF DIE  
IDEE, MAL IN DIE ZU-  
KUNFT ZU SCHAUEN?

Fotos: Lebenssprudel

## HABT IHR BEIDE SCHON MAL DARÜBER NACH- GEDACHT, WIE IHR IM ALTER LEBEN WOLLT?

**Viktoria:** Ich bin noch gar nicht so zukunftsorientiert, ich lebe im Hier und Jetzt. Darüber habe ich mir noch keine Gedanken gemacht.

**Hiltraud:** Die Frage bewegt mich immer mal wieder. So wie wir zurzeit leben, fühlen wir uns toll. Auch wenn die Freunde der Kinder hier sind, ist viel los. Alles ist voller junger Leute. Das ist eine tolle Sache. Wenn das aber mal nicht mehr so ist, würde ich darüber nachdenken, wie es später sein kann. Dann, wenn die ersten Einschränkungen kommen. Wie kann man sich das im Alter vorstellen? Es gibt da schon eine Wunschvorstellung. Da muss man dann haustechnisch so aufgestellt sein, dass man gut im Alter zurechtkommt. Aber was ist das Alter? Und wann fängt man damit an, sich damit auseinanderzusetzen? Das sind schwierige Fragen.

## WIE LEBT IHR DENN DERZEIT? WAS MACHT ES SO BELEBT?

**Viktoria:** Meine Eltern wohnen noch bei mir (*lacht*). Ich wohne also noch zu Hause, die Schwester wohnt nah dran.



Wir nennen es derzeit „Familien-WG“. Ich bin offen für alles.

**Hiltraud:** Wir als Eltern finden das toll. Bei uns ist es nicht so, dass die Kinder unbedingt früh raus müssen. Es gibt aber auch nicht das Hotel Mama. Hier muss jeder gleichberechtigt mit anpacken.

### UND DAS IST FÜR EUCH AUCH DAS LEBENSMODELL FÜR DIE ZUKUNFT?

**Hiltraud:** Für mich wäre das natürlich toll, wenn es so weiter umsetzbar bleibt. Dass jemand zu Hause ist, der sich kümmert. Die Vorstellung, in ein kleines Räumchen

mit gebrechlichen Menschen zu ziehen, mag ich nicht. Also entweder im eigenen Haus bleiben, oder man findet eine Wohnung, die klein und übersichtlich ist, und kann dort wohnen und Hilfe in Anspruch nehmen.

**Viktorija:** Ich lebe, wie gesagt, im Hier und Jetzt. Ob und wann sich daran etwas ändert, kann noch keiner sagen.

### ABER DENKEN WIR MAL EINEN SCHRITT WEITER. WIE DU EBEN SELBST SAGTEST, HILTRAUD, WERDEN IRGENDWANN DIE ERSTEN EINSCHRÄNKUNGEN KOMMEN. SIND DANN DIE EIGENEN KINDER IN DER PFLICHT?

**Hiltraud:** Nicht unbedingt, nein. Wer weiß, wo die dann wohnen. Ich könnte mir allerdings schon vorstellen, weiter junge Menschen um mich herum zu haben.

**Viktorija:** Ja, wenn ich darüber nachdenken muss, würde ich es auch so machen. Das Mehrgenerationenmodell mag ich. Ich sehe mich auch nicht allein im Altersheim. Ich brauche den Trubel.

## HILTRAUD, KANNST DU DIR AUCH VORSTELLEN, IN EINER ALTERS-WG ZU WOHNEN?

**Hiltraud:** Das finde ich auch interessant. Mein Mann und ich haben darüber schon gescherzt. Damals, als der Film „Wir sind die Neuen“ ins Kino kam [ein Film über eine Best-Ager-WG, die jungen Studenten zu Hilfe kommt; A.d.R.]. Das ist doch absolut stark. Man wird noch gebraucht. Auch mal wieder was Neues denken. Ich glaube, dass sich die Gesundheit stabilisiert, wenn man sich nicht abgeschoben fühlt. Wenn man andere Blickwinkel hat, hält das auch jünger. Man hat einen anderen Horizont, wenn man sich mit anderen Menschen unterhalten kann.

**Viktoria:** Es gibt einen anderen Blick und erweitert den Horizont. Das finde ich wichtig.

## AUF EUREM BLOG SAGST DU, HILTRAUD, DASS DU GERNE WISSEN WEITERGIBST. DAS PASST JA GUT ZU DEINEM WUNSCH, JÜNGERE MENSCHEN UM DICH ZU HABEN. IST DAS AUCH DER GRUND, WARUM VIKTORIA EBENFALLS

## DIE AUSBILDUNG ZUR ORTHOMOLEKULAREN\* FACHBERATERIN GEMACHT HAT?

**Viktoria:** Es hat lange gedauert, bis ich was gefunden habe, was ich später beruflich ausüben möchte. Dabei ist es eigentlich so einfach und lag die ganze Zeit vor meiner Nase. Ich habe einfach meine größte Leidenschaft einer „gesundheitlichen Lebensführung“ zu meinem Beruf gemacht. Das auszuüben, was meine Mutter ja schon seit 20 Jahren macht. Menschen dabei zu unterstützen, sich an einer gesunden Lebensführung zu orientieren. Deswegen ist sie natürlich eine große Hilfe und Inspiration für mich. Dass ich denselben beruflichen Weg gehe, musste ich allerdings für mich ganz alleine herausfinden.

**Hiltraud:** Bei uns sind Gesundheitsfragen immer wieder ein Thema. Eine gute Lebensführung haben wir immer gelebt. Und ich denke, das kam an und wird es hoffentlich auch noch im Alter (*lacht*).



Die Orthomolekularmedizin ist eine alternativmedizinische Methode, die durch Veränderung der Konzentration von im Körper vorkommenden Substanzen (Vitamine und Mineralstoffe) die Erhaltung der Gesundheit und die Behandlung von Krankheiten unterstützen will. (Anmerkung der Redaktion)