

# Zwischen Fürsorge und Überforderung

Wie sich Angehörige bei der Versorgung  
ihrer Eltern fühlen – eine Studie.



## Vorwort

„Mama ist gesundheitlich angeschlagen und kann sich nicht mehr selbst versorgen.“  
„Seit dem Tod meiner Mutter wirkt mein Vater zunehmend hilfloser und braucht Unterstützung.“ „Ich wohne zu weit weg, um mich jeden Tag um meine Eltern kümmern zu können. Das belastet mich sehr.“ Solche und ähnliche Aussagen hört man ab einem bestimmten Lebensalter immer wieder und immer häufiger im Familien-, Freundes- und Bekanntenkreis.

Die Versorgung der Eltern wird zu einem beherrschenden Thema für die Angehörigen. Gleichzeitig wollen sie vielen Seiten gerecht werden. Der eigene Alltag läuft weiter, Beruf, Kinder und Haushalt müssen unter einen Hut gebracht werden, Zeit für Freunde und Hobbys soll es auch geben.

Wir haben Angehörige gefragt, wie sie sich bei der Versorgung ihrer Eltern fühlen, welche Schwierigkeiten es gibt und welche Unterstützung sie sich wünschen. Die wichtigste Erkenntnis: Die Gedanken und Gefühle der Angehörigen werden von vielen Betroffenen geteilt, die Herausforderungen und Bedürfnisse ähneln sich. Unsere Studie gibt interessante Einblicke in ein Thema, das viele Menschen beschäftigt und bewegt.



## Landhausküche: mehr als eine Mahlzeit.

Unsere Gesellschaft wird immer älter. Der demografische Wandel führt dazu, dass viele Menschen möglichst lange und selbstbestimmt zu Hause leben wollen. Dabei zu helfen, diesen Wunsch zu erfüllen, treibt uns von der Landhausküche jeden Tag an. Wir sind gezielt für ältere und alte Menschen da, um das gute Gefühl von Nähe und Vertrauen zu vermitteln und gerade in der letzten Phase des Lebens Halt, Struktur und etwas Lebensfreude zu geben.

Als Marke der apetito AG aus Rheine und Marktführer im Bereich Essen auf Rädern versorgen wir mehrere Zehntausende Tischgäste im Jahr mit mehreren Millionen Menüs, die von unseren Menükurieren täglich heiß geliefert werden. Unser Anspruch ist aber deutlich größer: Wir bieten mehr als eine Mahlzeit. Mit vielfältigen Services und Dienstleistungen kümmern wir uns im persönlichen Kontakt direkt vor Ort um Seniorinnen und Senioren. Wir nehmen ihnen die Sorge, vergessen zu werden, wir unterstützen Angehörige bei der Versorgung ihrer Eltern oder von Verwandten und liefern Entlastung.





## Methodik & Stichprobe

### Methodik

- Mobiler Fragebogen, ausgespielt über die Appinio-App
- Befragung vom 18. bis 24. Januar 2024 in Deutschland

### Stichprobe

- 1.005 Personen im Alter von 45 bis 75 Jahren
- Durchschnittsalter: 52,4 Jahre
- 75 % Angestellte // 6 % Selbständige // 9 % in Rente // 7 % nicht erwerbstätig
- 80 % haben mindestens 1 Kind



**84 % der Angehörigen  
fühlen sich ihren Eltern  
stark verbunden.**



„Fühlst du dich deinen Eltern stark verbunden?“ (N = 1.005)

häppy x appinio



**8 von 10 Angehörigen  
fühlen sich für die Versorgung  
ihrer Eltern verantwortlich.**

„Fühlst du dich verantwortlich für die Versorgung deiner Eltern?“ (N = 1.005)

happy x appetito

## Die Gründe, warum sich die Angehörigen verantwortlich fühlen:



Meine Eltern sind nicht mehr in der Lage, sich selbst zu versorgen.

35,4 %

Meine Eltern haben um Unterstützung gebeten.

38,8 %

Es gibt keine anderen Personen, die Aufgaben übernehmen könnten.

49,7 %

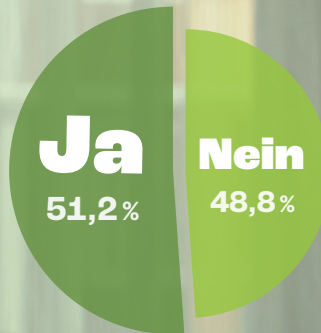
„Sie haben uns großgezogen und versorgt. Jetzt ist es meine Aufgabe, meine Mama zu versorgen und zu pflegen.“

**„Ich liebe meine Eltern und es ist selbstverständlich.“**





**Jeder Zweite hat ein schlechtes Gewissen, sich nicht genügend um seine Eltern zu kümmern.**



„Hast du ein schlechtes Gewissen, weil du dich nicht genügend um deine Eltern kümmerst?“ (N = 1.005)

**häppy** x **appinio**

**61 % haben das Gefühl,  
dass ihre Eltern manchmal  
zu kurz kommen.**

„Hast du das Gefühl, dass deine Eltern manchmal zu kurz kommen?“ (N = 1.005)

# Fast die Hälfte aller Angehörigen wohnt nicht in demselben Ort wie ihre Eltern.

Im Schnitt wohnen Angehörige **245 km** von ihren Eltern entfernt.



40% der Angehörigen telefonieren einmal in der Woche oder noch seltener mit ihren Eltern.

**60% der Angehörigen telefonieren täglich oder mehrmals in der Woche mit ihren Eltern.**

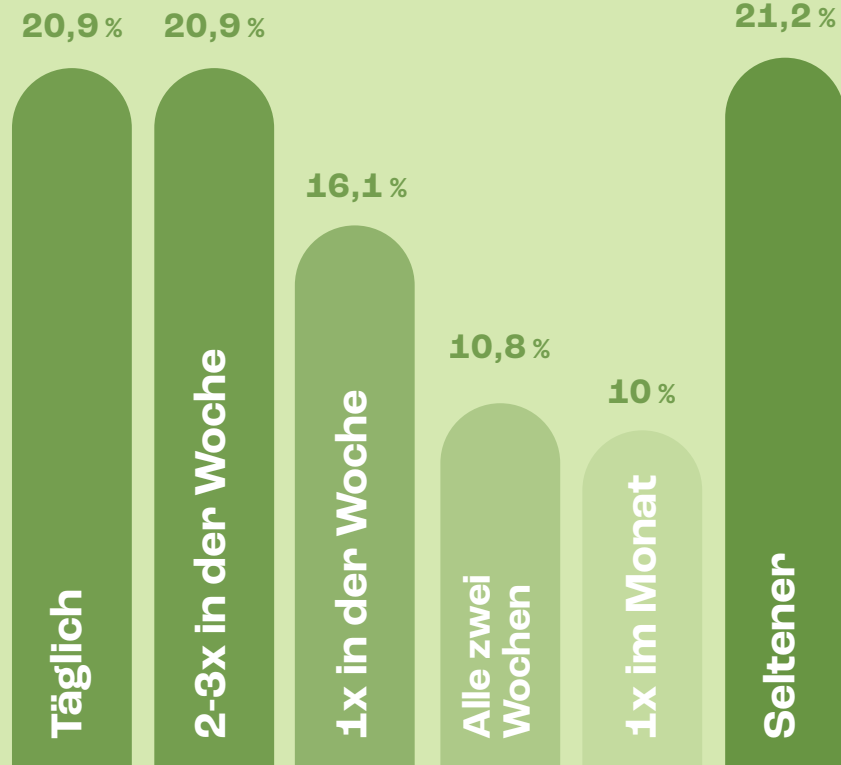


„Wie oft telefonierst du mit deinen Eltern?“ (N = 1.005)

**42 % der Angehörigen  
besuchen ihre Eltern  
zweimal im Monat oder  
seltener.**

„Wie oft besuchst du deine Eltern?“ (N = 1.005)

## Wie oft besuchst du deine Eltern?

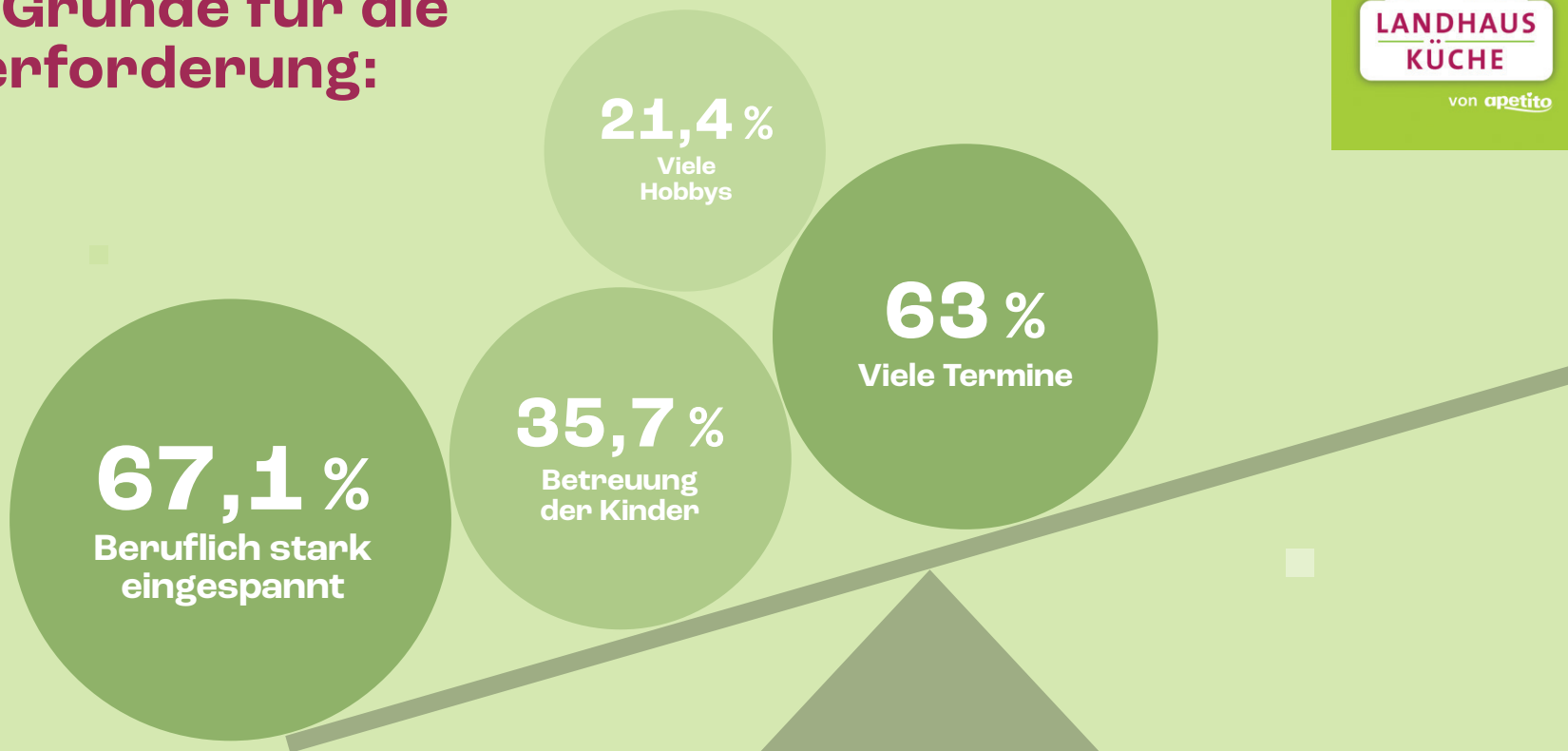


**2 von 3 Angehörigen  
fühlen sich von ihrem Alltag  
manchmal überfordert.**



„Hast du den Eindruck, dass dein Alltag dich manchmal überfordert?“ (N = 1.005)

## Die Gründe für die Überforderung:



„Was sind die Gründe, dass dein Alltag dich manchmal überfordert?“ (N = 686, Mehrfachnennungen möglich)



„Ich muss neben meiner gewerblichen Vollzeitarbeitsstelle auch noch meinen Mann im Pflegegrad 2 versorgen.“



„Was sind die Gründe, dass dein Alltag dich manchmal überfordert?“ (N = 686)

Nur jeder Fünfte  
sieht keine Probleme  
bei der Versorgung  
seiner Eltern.



**Jeder Zweite  
nennt zu wenig Zeit als  
Hauptgrund dafür, dass  
die Versorgung der Eltern  
manchmal schwierig ist.**

„Welche Gründe gibt es dafür, dass die Versorgung deiner Eltern manchmal schwierig ist?“  
(N = 1.005, Mehrfachnennungen möglich)

# Warum ist die Versorgung der Eltern manchmal schwierig?



„Welche Gründe gibt es dafür, dass die Versorgung deiner Eltern manchmal schwierig ist?“  
(N = 1.005, Mehrfachnennungen möglich)

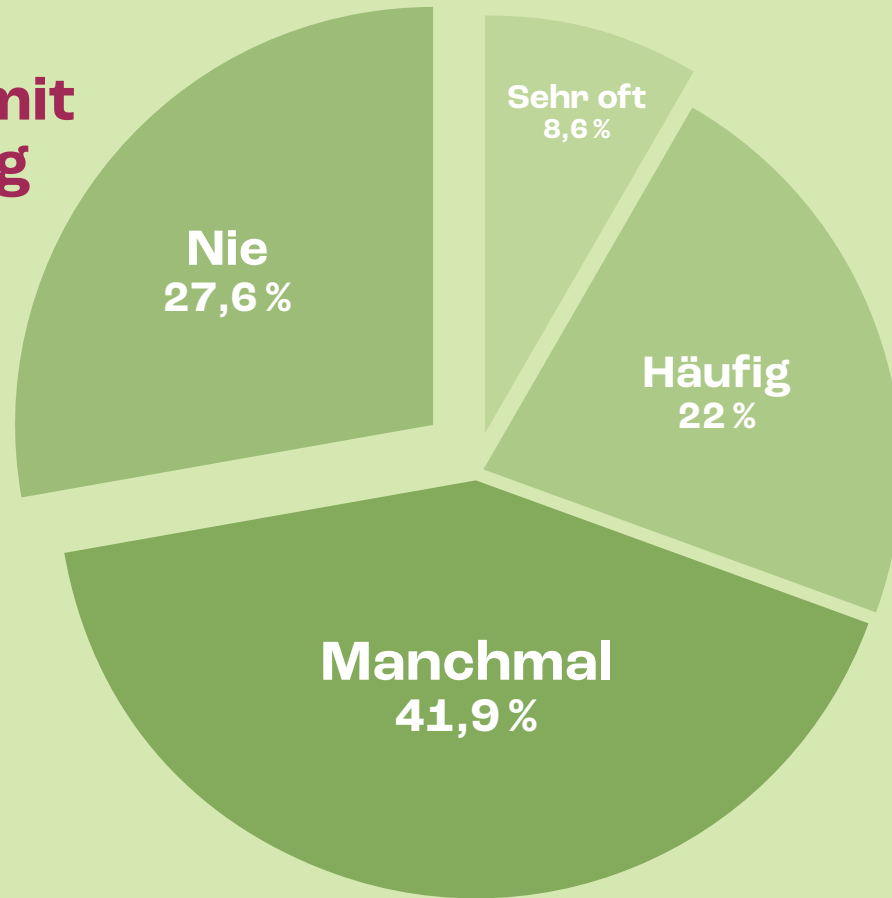
**Knapp drei Viertel  
der Angehörigen fühlen sich  
mit der Versorgung ihrer  
Eltern zumindest manchmal  
überfordert.**



„Hast du den Eindruck, dass die Versorgung deiner Eltern dich manchmal überfordert?“ (N = 1.005)

happy x appetito 20

## Fühlst du dich mit der Versorgung deiner Eltern überfordert?



„Hast du den Eindruck, dass die Versorgung deiner Eltern dich manchmal überfordert?“ (N = 1.005)



Jeder **Achte** hat das Gefühl, dass seine Eltern im Hinblick auf ihre Ernährung **nicht ausreichend versorgt sind.**

„Hast du das Gefühl, dass deine Eltern im Hinblick auf ihre Ernährung ausreichend versorgt sind?“ (N = 1.005)

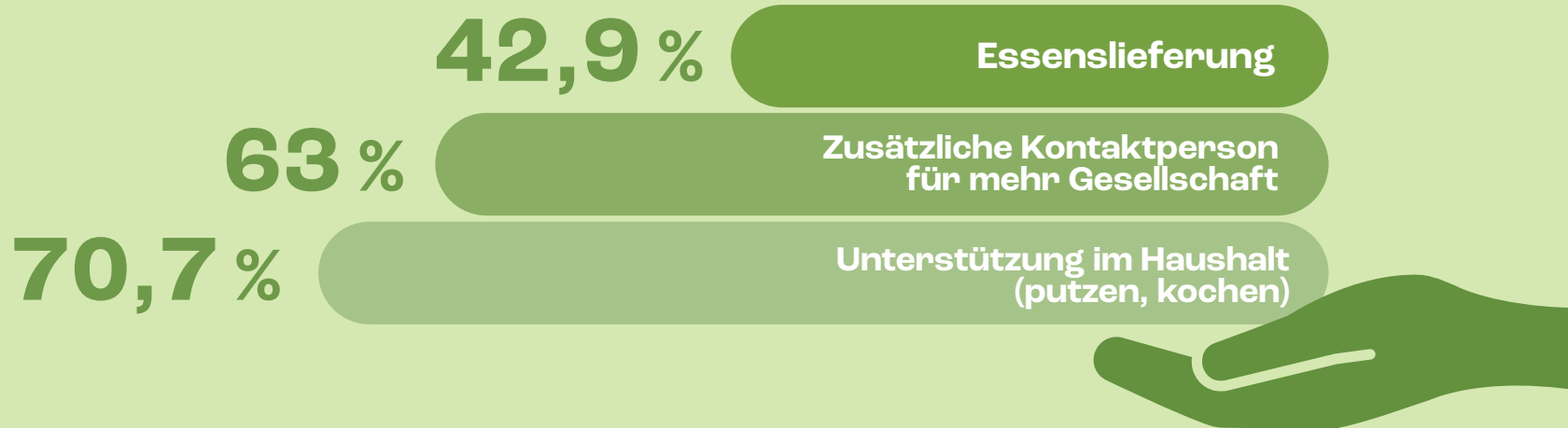
happY x appinio

**64 % wünschen  
sich Unterstützung  
bei der Versorgung  
ihrer Eltern.**

43 % davon wünschen  
sich Unterstützung  
durch Essenslieferungen.



## In welcher Form?



„In welcher Form wünschst du dir Unterstützung bei der Versorgung deiner Eltern?“  
(N = 641, Mehrfachnennungen möglich)



„Meine Eltern haben sich früher um mich gekümmert und nun kümmere ich mich selbstverständlich um sie.“



Mehr Informationen über Landhausküche:  
[www.landhaus-kueche.de](http://www.landhaus-kueche.de)



Mehr als eine Mahlzeit.