

Ein Leben lang zu Hause wohnen

Wohnraumanpassung im Landkreis
Weißenburg - Gunzenhausen

Lange. Daheim. Wohnen.



So lange wie möglich in Ihren eigenen vier Wänden!



Caritas-Sozialstation Pleinfeld e.V.

Amselweg 3, 91785 Pleinfeld

Telefon: 09144 / 69 90

www.caritas-sozialstation-pleinfeld.de



Caritas-Sozialstation Gunzenhausen e.V.

Nürnberger Str. 36, 91710 Gunzenhausen

Telefon: 09831 / 8 99 77

www.caritas-sozialstation-gunzenhausen.de



Pflegepersonal gesucht!

Grüßwort



Liebe Bürgerinnen und Bürger,

möglichst lange im eigenen Zuhause leben können – wünschen wir uns dies nicht alle? Doch was können wir tun, wenn die Einschränkungen, die uns betreffen, dafür zu groß werden? Nicht immer müssen diese Einschränkungen nur aufgrund des zunehmenden Alters auftreten. Unfälle, Verletzungen, Behinderungen oder Erkrankungen stellen viele Menschen schon in jungen Jahren vor dementsprechende Hindernisse. Auch vorausschauend kann Wohnraum so angepasst werden, dass Sie in allen Lebensphasen selbstbestimmt und sicher in Ihrem gewohnten Zuhause leben können.

Als Landkreis wollen wir Sie dabei unterstützen, sich zur Thematik der Wohnraumanpassung zu informieren oder beraten zu lassen. Mit dieser Broschüre geben wir Ihnen einen Überblick über realisierbare Maßnahmen. Sie zeigt Chancen und Möglichkeit für das Wohnen zu Hause auf und enthält wertvolle Informationen zu den Themen Barrierefreiheit, Sicherheit und Gestaltung des häuslichen Umfelds. Sehen Sie sich die Tipps für die einzelnen Wohnräume an – manchmal erzielen kleine Veränderungen bereits eine große Wirkung. Die richtigen Hilfsmittel unterstützen nicht nur Sie, sondern erleichtern auch den Alltag Ihrer Angehörigen bzw. Pflegepersonen.

Ein besonderes Angebot unseres Landkreises ist die Wohnraumberatung bei Ihnen vor Ort. Ein Team aus hauptamtlichen Mitarbeiterinnen des Pflegestützpunkts Altmühlfranken und ehrenamtlichen Senioren- und Wohnraumberaterinnen und -beratern ist dazu für Sie im Landkreis unterwegs. Die Beratung umfasst neben Tipps zur barrierearmen oder barrierefreien Wohnraumanpassung auch die Beratung zu Hilfsmitteln und Alltagshelfern, und ebenso zur Finanzierung dieser Maßnahmen und zu Handwerkern vor Ort.

Nehmen Sie sich die Zeit, unsere neuaufgelegte Broschüre in Ruhe durchzulesen und überlegen Sie sich, ob Ihr Wohnraum bereits für Ihre kommenden Lebensphasen angepasst ist. Denn es geht um eine lebenswerte Zukunft in Ihrem eigenen Zuhause.

Manuel Westphal
Landrat



Fahrradfachhandel Treuchtlingen

Fahrrad - E-Bike - MTB

Seniorenfreundlich - Fair - Beraten



ENERGY BIKE SYSTEMS GmbH

Geschäft und Werkstatt:

Kirchenstraße 2a
91757 Treuchtlingen
Telefon: 09142 / 9488 645

Öffnungszeiten:

Dienstag bis Freitag:
9-13 Uhr und 14-18 Uhr
Samstag: 9-12 Uhr



info@energy-bike-systems.de

www.energy-bike-systems.de

Wir sind für Sie da!



- Tagespflege
- Häusliche Kranken- und Altenpflege
- Hilfe im Haushalt / Essen auf Rädern
- Beratung für pflegende Angehörige
- Ambulant betreute Wohngemeinschaft
- Hausnotruf



www.diakonie-wug.de

Diakoniestation Weißenburg
Nürnberger Straße 13
91781 Weißenburg
Tel.: 0 91 41 / 64 64

Diakoniestation Jura
Stettener Straße 11
91177 Thalmässing
Tel.: 0 91 73 / 13 00

Diakoniestation
Langenaltheim/Pappenheim
Mostplatz 2
91799 Langenaltheim
Tel.: 0 91 45 / 12 97

Inhalt



Flipping-Book

Ihre Broschüre als Flipping-Book:

- leicht zu blättern
- übersichtlich
- auch mobil!



Grußwort	1
Notruftafel	4
Allgemeine Einführung	5
- Barrierefreies Wohnen	5
- Barrierefrei ist nicht gleich behindertengerecht	7
- Wohnraumanpassung	7
- Wohnraumberatung	7
Rundgang durch die Räume	8
- Eingang, Treppenhaus und Flur	8
- Küche	10
- Bad, WC	12
- Wohnzimmer	14
- Schlafzimmer	15
- Balkon, Garten	16
Nützliche Hilfsmittel	17
Checkliste „Ein Leben lang zu Hause wohnen“	18
Alter und Technik - Altersgerechte Assistenzsysteme	21
- Vernetztes Wohnen	22
- Hausnotruf	24
Wohnraumanpassung bei Demenz	25
Finanzierungs- und Fördermöglichkeiten	27
Sicherheit im häuslichen Umfeld	29
- Sicherung von Haus und Wohnung	29
- Beratung durch die Polizei	29
Wichtige Ansprechpartner zum Thema „Wohnen im Alter“	30
Hilfe und Unterstützung	31
- Pflegegrade und Leistungen	31
- Pflegearten	32
- Unterstützung für pflegende Angehörige	35
- Pflegeberatung	35
Inserentenverzeichnis	36



Notruftafel

Polizei	110
Feuerwehr	112
Rettungsdienst/Ärztlicher Notfalldienst	112
Ärztlicher Bereitschaftsdienst Bayern	116 117
Apothekennotdienst	0800 0022833
Polizeiinspektion Gunzenhausen	09831 6788-0
Polizeiinspektion Treuchtlingen	09142 9644-0
Polizeiinspektion Weißenburg	09141 8687-0
Klinikum Altmühlfranken Zentrale Gunzenhausen	09831 52-0
Klinikum Altmühlfranken Zentrale Weißenburg	09141 903-0
Giftnotruf (München)	089 19240
Telefonseelsorge	0800 1110111 oder 0800 1110222
Bankkarten Sperr-Notruf	116 116



Herausgeber:
mediaprint infoverlag gmbh
Lechstr. 2, 86415 Mering
Registergericht Augsburg, HRB 27606
USt-IdNr.: DE 118515205
Geschäftsführung:
Ulf Stornebel
Tel.: 08233 384-0
Fax: 08233 384-247
info@mediaprint.info



in Zusammenarbeit mit:
Landkreis Weißenburg-Gunzenhausen, Bahnhofstraße 2, 91781 Weißenburg i. Bay.

Redaktion:
Verantwortlich für den redaktionellen Inhalt: mediaprint infoverlag gmbh,
Pflegestützpunkt Altmühlfranken des Landkreises Weißenburg-Gunzenhausen
Verantwortlich für den Anzeigenteil: mediaprint infoverlag gmbh, Goran Petrusevic

Angaben nach Art. 8 Abs. 3 BayPrG: Alleinige Gesellschafterin der mediaprint infoverlag gmbh ist die Media-Print Group GmbH, Paderborn

Quellennachweis für Fotos/Abbildungen:
Titel: © LESZEK GLASNER/Adobe Stock; Foto S. 1: Landratsamt Weißenburg-Gunzenhausen; S. 4: © pattilabelle/Adobe Stock; S. 5: ID1974/Adobe Stock; S. 7: contrastwerkstatt/Adobe Stock; S. 8: Ingo Bartussek/Adobe Stock; S. 9: Bjoern Danzke/Adobe Stock, navintar/Adobe Stock; Wohnraum-Skizzen S. 9, 11, 13, 14, 15, 16: Roland Prillwitz/mediaprint infoverlag gmbh; S. 10: bernardbodo.com/iStock, Landkreis Tirschenreuth-Musterwohnung; S. 11: Africa Studio/Adobe Stock, GrafKoks/stock.adobe.com, Landkreis Tirschenreuth-Musterwohnung; S. 12: Jörg Lantelme/stock.adobe.com; S. 13: Rony Zmiri/Adobe Stock; S. 14: James Phelps JR/Adobe Stock; S. 15: Kzenon/Adobe Stock; S. 16: Andrea Arnold/Adobe Stock; S. 17: Landkreis Tirschenreuth-Musterwohnung (2), GrafKoks/stock.adobe.com (2), mariesacha/stock.adobe.com(1); S. 21: REDPIXEL/Adobe Stock; S. 22: evgeniyklymenov/Fotolia, COLOURBOX.de, defpics/Adobe Stock, Landkreis Tirschenreuth-Musterwohnung, GrafKoks/Adobe Stock, Jörg Lantelme/stock.adobe.com; S. 23: Seventyfour/Adobe Stock, Dan Race/Adobe Stock; S. 24: Ingo Bartussek/Adobe Stock; S. 25: Wavebreak-mediaMicro/Adobe Stock; S. 26: magele-picture/Adobe Stock, ASDf/Adobe Stock; S. 30: DOC RABE Medi/Adobe Stock; S. 31: Photographee/Adobe Stock; S. 33: InsideCreativeHouse/Adobe Stock; S. 34: Halfpoint/Adobe Stock; S. 36: Johanna Mühlbauer/Adobe Stock; U3: Iakov Filimonov/Adobe Stock (U = Umschlagseite)

91781039 / 2. Auflage / 2023

Druck:

Papier:
Umschlag: 250 g Bilderdruck,
dispersionslackiert
Inhalt: 115 g, weiß, matt, chlor- und säurefrei

Titel, Umschlaggestaltung sowie Art und Anordnung des Inhalts sind zugunsten des jeweiligen Inhabers dieser Rechte urheberrechtlich geschützt. Nachdruck und Übersetzungen in Print und Online sind – auch auszugsweise – nicht gestattet.

Allgemeine Einführung

In der eigenen Wohnung sollte sowohl die ungehinderte Erreichbarkeit der Räume als auch die uneingeschränkte Nutzbarkeit der Alltagsgegenstände gewährleistet sein. So kann die Wohnung oder das Eigenheim mit gezielten Umbaumaßnahmen seniorengerecht und barrierefrei umgestaltet werden. Ziel einer solchen Wohnraumanpassung ist in erster Linie der Erhalt oder die Wiedergewinnung der eigenständigen Lebensführung sowie die Verbesserung der Wohnungs- und Lebensqualität.

Barrierefreies Wohnen

Unter „Barrierefreiheit“ versteht man einen umfassenden Zugang und uneingeschränkte Nutzungschancen aller gestalteten Lebensbereiche. Das Prinzip der Barrierefreiheit zielt darauf, dass bauliche und sonstige Anlagen sowohl für Menschen mit Beeinträchtigungen als auch für Personen mit Kleinkindern oder für ältere Menschen in der allgemein üblichen Weise, ohne besondere Erschwernis und grundsätzlich ohne fremde Hilfe zugänglich und nutzbar sind. Bei Gelenkerkrankungen oder ähnlichen körperlichen Beeinträchtigungen kann die Bewältigung des Alltags oftmals schon daran scheitern, wenn der Zugang zur Wohnung im dritten Stock mangels Fahrstuhl erheblich erschwert wird. Aus diesem Grund hat der Gesetzgeber für alle Neubauten mit mehreren Stockwerken Fahrstühle als Teil des barrierefreien Wohnens vorgeschrieben.

Bei der barrierefreien Wohnraumgestaltung ist vor allem darauf zu achten, dass alle Räume und Alltagsgegenstände ungehindert und gefahrlos genutzt werden können. Ein Bewegungsmelder, der das Licht selbsttätig ein- und ausschaltet oder automatisierte Rollläden sind nützliche Hilfsmittel. Das Badezimmer sollte im Hinblick auf die Dusche möglichst ebenerdig sein. Alternativ empfiehlt sich das Anbringen einer kleinen Rampe. Griffe in Reichweite erleichtern außerdem das Duschen, das Baden oder das Waschen am Waschbecken.



barrierefrei

Beratungsstelle
Barrierefreiheit

Bayerische
Architektenkammer



Wir beraten Sie zu allen Fragen für ein barrierefreies Leben

Ein kostenfreies Angebot für
alle Interessierten

Alle Beratungstermine in einer
unserer 18 Beratungsstellen
in ganz Bayern finden Sie in
unserem Beratungskalender
oder im Internet

www.beratungsstelle-barrierefreiheit.de
info@beratungsstelle-barrierefreiheit.de



Bayern barrierefrei

Gefördert durch den Freistaat Bayern.



Rehasportzentrum Weißenburg

Gebe deinem Körper eine Sprache

Nürnberger Straße 6 • 91781 Weißenburg
Tel. 09141 / 90 16 47
E-Mail: kontakt@rehasport-wug.de



Herzsport • Lungensport • Neurologie • Orthopädie

**Was erwartet Sie in einer Rehasportgruppe?
Was werden Sie erreichen?
Welche Kosten entstehen Ihnen?
Was sollten Sie tun?**

Alle Infos finden Sie unter
www.rehasport-wug.de oder rufen Sie an,
ich berate Sie gerne.



**Jetzt
wechseln!**

09141
879-147

Wer Innovation sucht, findet AOK-Leistungen.

Wenn es darauf ankommt, helfen wir mit innovativen Behandlungsmethoden und Zusatzleistungen wie der Protonentherapie oder der Cyberknife-Technologie.

Gesundheit ohne Wenn und Aber.

Mehr Infos auf
go.einfachgesund.bayern/leistungen

Gesundheit nehmen wir persönlich.
AOK Bayern. Die Gesundheitskasse.

KOMPETENTE PARTNER



APOTHEKE AN DER
ALTMÜHLTHERME

Apothekerin G. Bayerköhler e.K.

Weißenburger Straße 7b
91757 Treuchtlingen
Tel.: 09142/2049900
Fax: 09142/2049901

Mail: info@apotheke-altmuehltherme.de



MÜHLBACH
APOTHEKE

Apothekerin G. Bayerköhler e.K.

Gesa Bayerköhler
Apothekerin

Marktplatz 3
91801 Markt Berolzheim
Tel.: 09146/940410
Fax: 09146940412
info@muehlbach-apotheke.de



HAHNENKAMM
APOTHEKE

Apothekerin G. Bayerköhler e.K.

Ringstraße 43
91719 Heidenheim
Telefon 09833/987 88 08
Fax 09833/987 88 09

Die bestmögliche Lösung und das bestmögliche Resultat: Diesen Anspruch haben Ergotherapeuten an ihre Arbeit. Dabei ist wichtig, auch das Lebensumfeld des Klienten zu berücksichtigen oder anzupassen und Angehörige oder andere Bezugspersonen einzubeziehen. Das bedeutet eventuell räumliche Gegebenheiten zu verändern sowie individuell passende Hilfsmittel zu finden, zu erfinden oder herzustellen und die Klienten im Umgang damit zu schulen.



**Praxisgemeinschaft für Ergotherapie
staatlich anerkannte Ergotherapeutinnen**

Christa Eckert Anke Hönicke
Tel.: 09141-2654 Tel.: 09141-8459345
Nürnberger Straße 4
91781 Weißenburg
www.ergotherapie-eckert-hoenicke.de

Pädiatrie: SI, Bremer Ergoverhaltenstherapie, Aufmerksamkeitstraining, Neurofeedbacktraining
Geriatric / Neurologie: Bobath-, Perfettithherapie; Visus-, Hirnleistungstraining, Neurofeedback
Orthopädie: Handtherapie, Schulterbehandlung, Sensibilitätstraining, Kopfschmerztherapie, Schmerztherapie
Psychiatrie: ausdruckszentrierte Behandlungsverfahren

Barrierefrei ist nicht gleich behindertengerecht

Grundsätzlich gilt es zu beachten, dass es zwischen der Begrifflichkeit „barrierefrei“ und „behindertengerecht“ einen Unterschied gibt. So ist eine Behinderung jeweils individuell. Menschen mit Sehbehinderung haben andere Bedürfnisse als beispielsweise Personen, die querschnittsgelähmt und deshalb auf den Rollstuhl angewiesen sind. Beide Menschen haben eine Behinderung, ein querschnittsgelähmter Mensch benötigt jedoch grundsätzlich eine anders gestaltete Wohnung als ein sehbehinderter Mensch. Eine behindertengerechte Wohnung ist deshalb nach der individuellen Behinderung gestaltet, während eine barrierefreie Wohnung grundsätzlich dahingehend zu gestalten ist, dass alle Wohnbereiche ungehindert erreicht werden können. Eine barrierefreie Wohnung wird nicht nur von älteren Menschen und Menschen mit körperlichen Einschränkungen benötigt, sondern ist für die ganze Familie eine große Erleichterung.

Wohnraumanpassung

Eine Wohnraumanpassung soll Ihnen oder Ihren Angehörigen das selbstständige Leben in Ihrem Zuhause erleichtern, sowohl im Alter als auch bei Behinderung oder Pflegebedürftigkeit. In etlichen Lebenssituationen wird der Verbleib in der eigenen Wohnung ohne Wohnraumanpassung schwierig. Beispielsweise werden mit der Zeit Stufen und sanitäre Anlagen zum Problemfall. Deshalb müssen Sie nicht zwangsläufig ans Umziehen denken. Mit rechtzeitigen Umbaumaßnahmen in der Wohnung können Sie die Bewältigung des Alltags vereinfachen und somit Ihre Selbstständigkeit und Lebensqualität fördern. Dafür sorgt zum Beispiel die Installation eines Treppenlifts oder die rutschsichere



Ausstattung der Stufen im Treppenhaus. Mehr Sicherheit bieten auch die Anbringung von gut erkennbaren Haltegriffen und Stützstangen oder die Installation von Bewegungsmeldern für den nächtlichen Weg zur Toilette. Allgemein sollte darauf geachtet werden, dass alle Stolperfallen in den Wohnräumen beseitigt werden. Der Einbau von gut erreichbaren Lichtschaltern, das Absenken von Hängeschränken in der Küche und der Umbau der Wanne zu einer stufenlosen Dusche sind ebenso hilfreiche Maßnahmen für den alltäglichen Bedarf in den eigenen vier Wänden.

Bevor Sie Umbaumaßnahmen einleiten, sollten Sie eine fachkundige Beratung hinzuziehen. Mit einem Wohnraumberater können Sie sich einen Überblick über die Veränderungsmöglichkeiten verschaffen und mit der Planung beginnen. Wenn Sie in einer Mietwohnung leben, sollten Sie anschließend Ihre Pläne mit Ihrem Vermieter besprechen, denn er muss der Wohnungsanpassung zustimmen. Eine Beratung ist auch im Hinblick auf die Bezuschussung der baulichen Maßnahmen wichtig. Wenn sogar der beste Umbau nicht zu mehr Barrierefreiheit und Selbstständigkeit führt, sollten Sie über eine neue Wohnung nachdenken. Die Pflegeversicherung bezuschusst auch den Seniorenzugang in eine barrierefreie Wohnung als Maßnahme der „Wohnraumanpassung für Senioren“.

Wohnraumberatung

Viele Menschen wollen rechtzeitig Voraussetzungen schaffen, um möglichst lange und selbstständig in den eigenen vier Wänden leben zu können. Durch bauliche Umbaumaßnahmen sollte die Wohnung sicher und bequem eingerichtet sein und den altersbedingt veränderten Bedürfnissen gerecht werden. Bei der Nutzung von kostenpflichtigen Maßnahmen gibt es aber auch eine Vielzahl an Möglichkeiten, Zuschüsse oder Darlehen in Anspruch zu nehmen.

Bei einem Gespräch mit einem qualifizierten Wohnraumberater bekommen Sie Informationen über verschiedene Finanzierungsmöglichkeiten und finden gegebenenfalls Unterstützung bei den Antragsverfahren. Darüber hinaus können Sie technische Fragen klären, den Verlauf planen und Kontaktdaten von Architekten und Handwerkern einholen. Bei einem Beratungsgespräch kann sich aber auch herausstellen, dass ein Umbau höhere Kosten verursachen würde als ein Umzug in eine geeignete Wohnung. Deshalb ist es empfehlenswert, alle sachgerechten Alternativen mit einem kompetenten Wohnraumberater zu besprechen und gründlich abzuwägen.



Rundgang durch die Räume

Der folgende „Rundgang“ durch die verschiedenen Räume eines Haushalts führt Ihnen vor, an welchen Stellen Umbaumaßnahmen vorgenommen werden können, um das selbstständige Leben in der Wohnung oder im Eigenheim zu erleichtern. Bitte beachten Sie, dass nur eine kleine Auswahl von möglichen Hilfsmitteln oder Umbaumaßnahmen angesprochen wird. Manche Tipps können selbstverständlich in mehreren Räumen angewandt werden. Bei einer individuellen Wohnberatung kann abgeklärt werden, wie Ihre Wohnsituation noch besser gestaltet werden kann.

Eingang, Treppenhaus und Flur

- Ein **Bewegungsmelder** für die Außenbeleuchtung vor der Eingangstür lässt Besucher besser erkennen und verringert die eigene Sturzgefahr.
- Ein **Vordach** vor der Eingangstür dient als Wetterschutz und verringert bei Nässe die Rutschgefahr.
- **Sitzgelegenheiten** und **Abstellflächen** im Eingangsbereich ermöglichen Ruhepausen.
- **Leuchtende Lichtschalter** können auch im Dunkeln problemlos bedient werden.
- Eine **beleuchtete Klingel** ist hilfreich, damit es nicht zu Verwechslungen zwischen der Klingel und den Lichtschaltern kommt.
- Der **Türspion** sollte nicht zu hoch sein. Eventuell zwei Türspione in unterschiedlicher Höhe einbauen lassen (zum Beispiel 1,20 m und 1,60 m).



Roboter-gestützte Fertigung

- Außenbereich
- Dach(stuhl)sanierung
- Innenausbau

**Zimmerei
RIEDL**
...alles für den
Bauherren!



www.zimmerei-riedl.de

Übermatzhofen 72/74
91788 Pappenheim
Tel.: 0 91 43 / 83 69 00

■ Durch die Grundierung von **Türschwellen** werden mögliche Stolperfallen behoben. Auch fällt es Rollstuhlfahrern leichter, durch Türen zu fahren.

■ Glatte **Treppenstufen** können schwerwiegende Stürze verursachen. Deshalb ist es ratsam, Treppen, Stufen und Podeste mit selbstklebenden Anti-Rutsch-Belägen rutschfest zu machen.

■ **Beidseitige Geländer** bzw. **Handläufe** verhelfen zu mehr Stabilität und Sicherheit. Geländer mit Beleuchtung sind auch im Dunkeln leicht zu finden. Deren optimale Höhe beträgt circa 90 cm.

■ Bei einer Gehbehinderung empfiehlt es sich, einen **Treppenlift** einbauen zu lassen.





Küche

- Senken Sie **Hängeschränke** so ab, dass Sie den Inhalt ohne sich zu strecken, entnehmen können.
- Planen Sie einen gut erreichbaren Platz für die **Lagerung** von Vorräten und Behältern ein. Eventuell den Inhalt der Oberschränke umräumen.
- Bauen Sie **Unterschränke** mit Auszügen und Schubladen ein.
- Passen Sie die Höhe der **Arbeitsplatte** an, sodass Sie bei Bedarf im Sitzen arbeiten können. Und verschaffen Sie sich unterhalb der Arbeitsfläche genug Raum für Beinfreiheit.
- Schaffen Sie auf den **Arbeitsflächen** genug Platz zum Arbeiten – ebenso im Bereich des Spülbeckens.
- Achten Sie auf eine sinnvolle **Anordnung** der Arbeitsfelder.
- Bringen Sie rund um den Arbeitsbereich leichtgängige Hebel und Türgriffe sowie ausreichend stabile und gut erreichbare **Haltegriffe** an.
- Steckdosen, Beleuchtung und Schalter sollten sich in **Greifhöhe** befinden.
- Ein rutschfester **Bodenbelag** sorgt für mehr Standfestigkeit.
- Runden Sie spitze und gefährliche **Möbelkanten** ab.





- Gute **Lichtquellen** entspannen die Augen und erhöhen die Konzentrationsfähigkeit.
- **Spezielles Geschirr und Besteck** erleichtern das Essen und Trinken: Besteck mit Fingergriffmulden, Kombination aus Gabel und Messer, gewinkeltes Besteck, rutschfeste Unterlagen, Deckelöffner usw.
- Ein Handbesen und eine Kehrschaufel **mit langem Griff** ermöglichen das Kehren, ohne sich zu bücken.
- Damit die Küche **geräumiger** ist, sollten Sie sich auf wenige nützliche Möbel beschränken.





- **Rutschsichere Matten** in Wanne und Dusche sind unerlässlich.
- Kleine oder **rutschhemmende Fliesen** bzw. Fußböden verringern die Gefahr des Ausrutschens.
- Gut erkennbare, **stabile Haltegriffe** und **Stützstangen** sorgen für mehr Sicherheit.
- Eine **Sitzgelegenheit** vor dem Waschbecken sowie ein Duschhocker in der Duschkabine erleichtern den Wasch-/Duschvorgang. Deshalb ist es ratsam, Unterbauten am Waschbecken zu entfernen.
- **Einhebelarmaturen** sind leichter zu bedienen.
- Ein **höhenverstellbares Waschbecken** lässt sich individuell anpassen.
- Eine individuell **angepasste Höhe** der Toilette sowie Haltegriffe an der Wand können das Aufstehen und Hinsetzen erleichtern.

Bad, WC

- Ein ausreichend breiter Zugang **ohne Schwelle** ermöglicht es Ihnen, problemlos ins Bad zu gelangen.
- **Nach außen** schwingende Türen ermöglichen Helfern oder Angehörigen mühelos, gestürzte Personen zu erreichen.
- Bauen Sie für den Notfall eine **Notrufanlage** oder Inaktivitätserkennung ein.
- Eine **bodengleiche** Dusche erleichtert die Nutzung der Duschkabine/des Duschbereichs und reduziert das Stolperrisiko.
- Feste Duschtrennwände sind Barrieren! Deshalb sollte der Spritzschutz der barrierefreien Dusche aus **beweglichen Duschwänden** oder einem **Duschvorhang** bestehen.

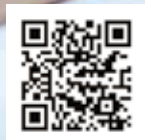
Elektro.Wärme.Bad.
IMORY

Pleinfeld ▶ Schwabach
 Telefon: 09144 - 92 94 0
 info@mory-haustechnik.de

Große Badausstellung in Schwabach/Wolkersdorf

Ich fühl mich wohl ...
 ... in meinem neuen Traumbad von Mory.

Wir verwandeln Ihr Badezimmer ohne Stress in Ihre neue persönliche Wohlfühloase. www.mory-haustechnik.de





- **Verstellbare Spiegel** erleichtern die Körperpflege.
- Ein **Badewannenlift** oder ein **Badebrett** helfen beim Ein- und Aussteigen ohne fremde Hilfe.
- Heizkörper können auch als **Handtuchhalter** genutzt werden.



FLIESEN HOLZBÖDEN NATURSTEIN ÖFEN ESTRICH



Richard-Stücklen-Str. 16
91781 Weißenburg
Tel. 09141 - 90 125-0

Mo. - Fr. 10.00 - 18.00 Uhr
Sa. 9.00 - 13.00 Uhr

www.woconcept.de



Wohnzimmer

- Genügend **Bewegungsfreiheit** steigert die Lebensqualität, zum Beispiel durch das Entfernen von überflüssigen Möbeln.
- Lassen Sie **leuchtende Lichtschalter** einbauen, die gut erreichbar sind. Eventuell können auch Bewegungsmelder installiert werden.
- **Rollatoren** oder **faltbare Gehgestelle** bieten festen Halt und ermöglichen eine sichere Fortbewegung innerhalb der Wohnung.
- **Elektrische Rollläden** öffnen und schließen automatisch und erfordern kaum Kraftaufwand.
- Schaffen Sie sich **Sitzmöbel** in geeigneter Höhe an oder passen Sie diese durch Holzklötze vom Schreiner an.
- Um auch im Sitzen einen guten Blick aus dem Fenster zu haben, sollten **Fensterbrüstungen** eine Höhe von maximal 60 cm haben.
- **Aufstehessel** sind bequem und unterstützen das Aufstehen.
- **Blumen** und Grünpflanzen sollten gut zugänglich sein, sodass sie ohne Probleme gewässert werden können.
- Das Telefon sollte sich immer in **greifbarer Nähe** zu den Sitzmöbeln befinden.
- Fernbedienung und Telefon mit **großen Symbolen** erleichtern die Nutzung.
- **Stolperfallen** wie Teppichkanten, Läufer ohne rutschhemmende Unterlage, schummrige Licht und sperrige Möbel sind zu vermeiden.
- Ausreichend **Steckdosen** an der Wand vermeiden die Verlegung von Verlängerungskabeln.
- Bedienelemente, wie zum Beispiel Lichtschalter, Steckdosen etc. sollten in einer Höhe von 85 cm angebracht oder individuell an die **geeignete Höhe** angepasst werden.





Schlafzimmer

- **Lichtschalter** sollten auch vom Bett aus erreicht werden können.
- Für den nächtlichen Weg zur Toilette wären **Nachtlichter** hilfreich für die Orientierung im Dunkeln (eventuell **Bewegungsmelder**).
- Eine **Zeitschaltuhr**, um Jalousien oder Rollläden täglich zu einer fest programmierten Zeit automatisch zu öffnen oder zu schließen, ist sinnvoll.
- Eine individuell **angepasste Höhe** des Bettgestells oder eine erhöhte Matratze erleichtern das mühelose Aufstehen (eventuell verstellbare Kopf- bzw. Fußteile).
- Das Bett sollte von drei Seiten zugänglich sein, um Platz für notwendige Pflegemaßnahmen zu haben.
- Schaffen Sie genügend **Bewegungsfreiheit** und **Stützmöglichkeiten**.
- **Stolperfallen** wie Teppichkanten sollten vermieden werden.
- Sinnvoll wäre ein **zweiter Telefonanschluss**. Neben dem Bett sollte genug Platz für das Telefon bzw. den Hausnotruf vorhanden sein.
- Ein **Nachttisch auf Rollen** kann immer in die richtige Position gebracht werden.
- **Elektrische Pflegebetten** sind komfortabel und erleichtern bei Bedarf die Pflege.





Balkon, Garten



■ Ein **rutschfester** und **ebener Bodenbelag** hilft dabei, Stürze zu vermeiden.

- **Gartenwege** sollten möglichst einen Meter breit sein, um sie bei Bedarf mit dem Rollstuhl oder Rollator nutzen zu können.
- Gleichen Sie die Höhe der Böden an, um den **Übergang** vom Zimmer auf den Balkon zu erleichtern.
- Falls ein schwellenloser Übergang nicht möglich ist, können **Rampen** und **Plattformlifte** helfen, Stufen zur Terrasse oder zum Garten zu überwinden.
- Ein stabiler **Haltegriff** neben der Balkon- oder Terrassentür hilft beim Überwinden von Türschwellen.
- Stühle und **Sitzgelegenheiten** bieten gute Erholungsmöglichkeiten.
- **Solarlampen** sorgen für ausreichend Beleuchtung im Garten.
- Ein **fahrbarer Gartensitz** ermöglicht komfortables Sitzen und Knien während der Gartenarbeit.

Nützliche Hilfsmittel

Um ein möglichst selbstständiges Leben führen zu können, müssen die Gegebenheiten im Wohnraum so angepasst werden, dass beispielsweise der Toilettengang, die tägliche Hygiene oder die Nahrungsaufnahme möglichst lange mühelos bewältigt werden können.

Neben Umbaumaßnahmen können kleine Hilfsmittel den Alltag erheblich erleichtern. Eine bewährte Gehhilfe ist zum Beispiel der Rollator, von dem es auch eine klappbare Variante gibt. Voraussetzung für den häuslichen Gebrauch ist, dass genug Bewegungsfläche vorhanden ist.

Um die Kleidung schnell und bequem auf erreichbare Höhe zu bringen, kann ein elektrischer Kleiderlift in den Schrank eingebaut werden. Mehr Sicherheit bietet auch ein Gardinenlift. So wären Sie beim Ab- und Aufhängen nicht mehr auf eine Leiter angewiesen. Falls das Öffnen des Fensters umständlich ist, weil beispielsweise der Griff schwer erreichbar ist, können sowohl flexible als auch fest montierte Verlängerungen der Fenstergriffe hilfreich sein.

Im Badezimmer ist es wichtig, mit Haltegriffen für mehr Standsicherheit zu sorgen und Rutschgefahren zu vermeiden. Ein drehbarer und verschiebbarer Duschsitz, der am Duschtassenrand aufgesetzt wird, hilft Ihnen beim Ein- und Aussteigen in die Dusche und kann bewegt werden, ohne Aufstehen zu müssen. Sehr nützlich für die tägliche Hygiene ist beispielsweise ein Dusch-WC mit Warmwasser-Unterduche und Warmluft-Trocknung.

Ein technisches Hilfsmittel ist die Funk- bzw. Umfeldsteuerung, mit der Sie durch Sprachbefehle Beleuchtung, Jalousien, Heizung, Türsprechanlage und alle möglichen HiFi-Anlagen bedienen können. Nicht zu vergessen ist eine Notrufanlage mit Funkfinger, die sich immer in Ihrer Greifnähe befindet.

Auch das Bedienen des Telefons lässt sich mit einer größeren Tastatur, einem Hörverstärker und einer Freisprecheinrichtung um einiges vereinfachen.

Den Möglichkeiten sind kaum Grenzen gesetzt. Für jeden Bereich in der Wohnung gibt es die unterschiedlichsten Hilfsmittel, die die Nutzung der Alltagsgegenstände für alle Bewohner erleichtern. Eine Zughilfe für Netzstecker, ein Frühstücksbrett mit erhöhter Kante, rutschfeste Unterlagen oder eine Greifzange sind weitere Beispiele für kleine Helfer.

Weitere Ideen, mit welchen Hilfsmitteln Sie Ihr Leben im eigenen Haushalt bequemer gestalten können, erfahren Sie bei einem Wohnraumberater, bei einem Physio- oder Ergotherapeuten oder im nächsten Sanitäts- bzw. Gesundheitshaus. Eine Fülle von Angeboten finden Sie auch im Internet in diversen Online-Shops für barrierefreies Wohnen.



Checkliste

„Ein Leben lang zu Hause wohnen“

Diese Checkliste hilft Ihnen anhand der Fragen, mögliche Problempunkte Ihrer Wohnsituation zu überprüfen. Sie soll Sie dabei unterstützen, festzustellen, inwieweit Ihre Wohnung oder Ihr Haus bereits altersgerecht und barrierefrei ist bzw. wo es noch Verbesserungspotenzial gibt. Bitte beachten Sie, dass diese Checkliste nur zur Anregung dient und nicht alle Bereiche oder spezielle Bedürfnisse abdeckt.

Allgemeine Hinweise	ja	nein
Gibt es einen Telefonanschluss in Flur, Wohn- und Schlafbereich?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind genügend Rauchmelder für den Brandschutz angebracht?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind die Fenstergriffe leicht zu bedienen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind alle Stolperfallen (lose Kabel, rutschende Teppichläufer, Fußabstreifer, Vorleger, sonstige Gegenstände etc.) beseitigt bzw. rutschsicher befestigt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Weisen die Türen eine ausreichende Breite auf?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lassen sich Rollläden elektrisch bedienen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Hauseingang	ja	nein
Gibt es Platz, wo z. B. Einkäufe bequem abgestellt werden können?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist die Haustür überdacht?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lässt sich die Haustür leicht öffnen und schließen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Können Sie die Haustür sicher erreichen oder bestehen Hindernisse wie Treppen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es eine einbruchsichere Türsicherung, z. B. mit einem Metallbügel?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind Klingelschilder, Hausnummer, Briefkasten und Eingangstür gut erkennbar und ausreichend beleuchtet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Hausflur und Treppenhaus	ja	nein
Ist der Bodenbelag im Flur und auf den Treppen trittsicher?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Haben Sie im Hausflur die Möglichkeit, um z. B. einen Rollator abzustellen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind der Flur und die Treppen hell genug beleuchtet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Leuchtet die Treppenhausbeleuchtung lange genug, sodass eine Beleuchtung bis zur Erreichung der Wohnungstür oder des nächsten Stockwerks sichergestellt ist?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bestehen Markierungen an der Stufenvorderkante, die Stufen optisch klar voneinander abheben?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist ein zweiter Handlauf vorhanden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Wohnzimmer	ja	nein
Gibt es neben dem Lieblingsplatz eine gut erreichbare Ablagefläche?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind Teppiche fest verklebt und Läufer mit einer rutschfesten Gummimatte unterlegt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Besteht genug Licht zum Lesen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Können Sie sich bewegen, ohne auf Stolperfallen oder Möbelkanten achten zu müssen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist die Höhe von Sesseln, Stühlen und Sofa komfortabel zum Aufstehen und Hinsetzen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Schlafbereich	ja	nein
Hat Ihr Bett eine angenehme Höhe?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind Möglichkeiten zum Auf- und Abstützen, z. B. Haltegriffe, angebracht?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bei Pflegebedürftigkeit: Ist ein Pflegebett vorhanden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es eine ausreichend große Ablage neben dem Bett (für Lampe, Telefon, Medikamente)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist der Kleiderschrank leicht zugänglich (Ablagefächer in passender Höhe, Türen leicht zugänglich)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es einen Bewegungsmelder für das Licht für nächtliche WC-Gänge?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es um das Bett ausreichend Platz zum Ein- und Aussteigen, zur Pflegeunterstützung oder zum Abstellen von Gehhilfen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Können Sie den Lichtschalter auch im Dunkeln gut erreichen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Bad und WC	ja	nein
Gibt es einen Platz für das Handtuch, wo es nach dem Duschen leicht erreichbar ist?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Können Sie die Toilette sicher und bequem benutzen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist die Duschstange gegen einen stabilen Haltegriff zum Festhalten ausgetauscht worden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist der Waschtisch unterfahrbar bzw. mit ausreichend Beinfreiheit ausgestattet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist die Badezimmertür von außen zu entriegeln?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist eine bodengleiche Dusche vorhanden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bestehen Einstiegs- und Stützgriffe für Wanne oder Dusche?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind die Armaturen in Bad und WC mit einer Hand und ohne Kraftaufwand gut bedienbar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Geht die Badezimmertür nach außen auf?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Küche	ja	nein
Ist die Küche mit einem rutschhemmenden Bodenbelag ausgestattet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Können Sie die Schränke gut erreichen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind die Unterschränke mit leicht gängigen Schüben versehen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Besteht die Möglichkeit, im Sitzen zu arbeiten?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind die Schrankinhalte sinnvoll zu einer bequemen Nutzung eingeräumt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind Küchengeräte höher gestellt (z. B. Kühlschrank, Backofen, Geschirrspülmaschine)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Balkon und Terrasse	ja	nein
Sind Rollläden und Markisen elektrisch bedienbar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist der Zugang sicher und bequem möglich?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist ein bequemer Sitzplatz mit Sonnen- und Wetterschutz vorhanden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Notizen

Alter und Technik - Altersgerechte Assistenzsysteme

Das Angebot an Hilfsmitteln, die das barrierefreie und altersgerechte Wohnen erleichtern, reicht vom Duschhocker über Gehhilfen bis hin zum sprechenden Schlüsselanhänger. Auch aus dem Bereich Smart Home bzw. des Ambient Assisted Living (AAL) eignen sich viele technische Systeme zur besseren Alltagsbewältigung.

Smart Home Technologie

Smart Home sowie Ambient Assisted Living (AAL) stehen für Konzepte, Produkte und Dienstleistungen, die neue Technologien in den Alltag einführen, um die Lebensqualität für Menschen in allen Lebensphasen, vor allem im Alter, zu erhöhen. Ins Deutsche übersetzt, steht AAL für **Altersgerechte Assistenzsysteme** für ein gesundes und unabhängiges Leben. Wesentlich für dieses Konzept sind intelligente Informations- und Kommunikationstechnologien. Ähnliche Begriffe für vernetzte Systeme sind unter anderem Smart House, Smart Living, vernetztes Wohnen, intelligentes Wohnen oder eHome.

Die AAL-Technologie wird sowohl zur Steigerung der Lebensqualität, zum sparsamen Energiemanagement als auch für ein komfortables, sicheres und selbstständiges Leben im häuslichen Umfeld angewandt. So werden Smart Home Technologien eingesetzt, um wiederkehrende Prozesse selbstständig zu steuern.

Die häufigsten Anwendungsbeispiele liegen in den Bereichen Sicherheit, Komfort und Unterhaltung:



- automatische Abschaltung des Herdes bei Abwesenheit
- Überwachung von Häusern und Wohnungen, Schutzmaßnahmen gegen Einbrüche
- individuelle Beleuchtungs-, Raumtemperatur- oder Musiksteuerung
- Kommunikation und Videounterhaltung per Fernseher oder Tablet-PC
- Steuerung von Lampen, Heizungen und anderen Elektrogeräten mit dem Smartphone
- automatisches Öffnen und Schließen von Rollläden
- intelligente Rauchmelder informieren bei Brandverdacht auch Verwandte oder Nachbarn
- SMS-Benachrichtigung der Waschmaschine
- Eingangsüberwachung mit Türöffnung
- Automatische Flurbeleuchtung
- Transponder zur Türöffnung
- Klingel mit optischem Signal
- Sensor im Briefkasten

Die Anwendungen sind einfach zu beherrschen und können nahezu unauffällig in den Alltag eingebunden werden. Die Systeme werden an die spezielle Lebenssituation der betroffenen Personen angepasst und können bei Bedarf verändert oder erweitert werden. Im Rahmen des Bundesprogramms „Altersgerechtes Umbauen“ unterstützen das Bundesministerium für Wohnen, Stadtentwicklung und Bauwesen sowie die KfW-Bankengruppe Smart Home Lösungen mit finanziellen Zuschüssen (Hotline für Eigentümer, Mieter und Vermieter: 0800 539 9002).



Vernetztes Wohnen

Smart Home Technologien erleichtern nicht nur die Kommunikation und die Überwachung, sondern können in nahezu jedem Bereich des Haushalts zum Einsatz kommen. Mit ein paar Handgriffen können elektronische Geräte miteinander vernetzt werden, um mehr Komfort und Sicherheit zu gewährleisten. Beliebt im Alter sind unter anderem Beleuchtungssysteme, die nachts automatisch den Weg zur Toilette erhellen. Des Weiteren bieten elektrische bzw. mechanische Gardinenlifts, die per Knopfdruck oder Hebelbewegung herabgesenkt werden, nicht nur eine willkommene Hilfestellung, sondern mindern auch die Sturzgefahr im Alltag. Weitere technische Anwendungen sind zum Beispiel elektronische Kleiderlifts und Schrankregale, die sich in Griffweite senken lassen, oder Aufstehsessel und Drehbetten, die per Knopfdruck in wenigen Sekunden in eine günstige Sitz- und Aufstehposition gebracht werden können.

INFO

Der Sicherheitsaspekt spielt eine große Rolle für die meisten Hausbesitzer. Moderne Systeme sind zuverlässiger, einfacher und vielseitiger als je zuvor und sorgen für mehr Gebäudesicherheit. Mithilfe der Smart Home Technologie kann beispielsweise ein „belebtes Haus“ simuliert werden – auch wenn die Bewohner selbst nicht zu Hause sind. Des Weiteren erkennen Sensoren an Türen und Fenstern Einbruchsversuche und benachrichtigen den Hausbesitzer per Smartphone-App oder Bodensensoren in der Wohnung melden schwere Stürze beim jeweiligen Notfallkontakt. Zudem können automatische Herdabschaltungen und Wasser-Stopp-Systeme mehr Sicherheit bei beginnender Demenz eines Angehörigen bieten.

Funk-Sensor am Briefkasten

Für Haushalte mit wenig Briefpost oder in Gegenden, wo die Zusteller unregelmäßig kommen, gibt es eine smarte Lösung, um unnötige Kontrollgänge zum Briefkasten zu ersparen. Ein Funksensor registriert, wenn die Klappe des Briefkastens geöffnet wird und benachrichtigt den Bewohner. So erfahren Sie punktgenau, wann der Postbote da war. Hierzu sind nur ein Funksystem mit genügend Reichweite (Smart-Home-System oder -Router) und ein Bewegungsmelder notwendig.

Automatisches Öffnen und Schließen von Rollläden

Rollladenkästen können problemlos mit einem Rollladenmotor nachgerüstet werden. So können Sie Ihre Rollläden per Fernsteuerung oder automatisch öffnen und schließen, ohne den geringsten Kraftaufwand aufzubringen. Dafür gibt es zwei Alternativen: Elektrische Gurtwickler sind mit Motoren und entsprechender Steuerungstechnik ausgestattet. Sie können auch über WLAN oder Funk gesteuert werden. Daneben gibt es Rohrmotoren, die direkt in



die Rollladenwelle eingesetzt werden. Diese Variante ist flexibler, was die Kommunikation und Steuerung angeht, und ist zudem die elegantere, jedoch auch die aufwendigere Lösung. Mit der Automatisierung der Rollläden sparen Sie nicht nur Kraft, sondern auch Zeit. Zudem bieten programmierbare Rollläden, die sich auch während Ihrer Abwesenheit öffnen und schließen lassen, eine sogenannte „Anwesenheitssimulation“ und somit einen passiven Einbruchschutz.

Steuerung von Elektrogeräten mit dem Smartphone

Ob es das Einstellen der Wohlfühltemperatur ist oder das Ein- und Ausschalten von Lampen – ob von zu Hause oder unterwegs – mit einer einfachen Handbewegung auf dem Smartphone oder auf dem Tablet ist alles möglich. Mit intelligenten Smart Home-Zwischensteckern können alle Geräte, die an einer konventionellen Steckdose betrieben werden, jederzeit bequem ferngesteuert ein- und ausgeschaltet werden. Auf diese Weise können Sie beispielsweise über ein Heizkörperthermostat die Raumtemperatur nach individuellen

Bedürfnissen steuern. Zum Beispiel, wenn Schlafenszeit ist oder wenn niemand zu Hause ist. Ähnlich funktioniert auch die Steuerung der Beleuchtung in den einzelnen Räumen sowie des Fernsehers, der Küchengeräte und sogar der Waschmaschine. Zudem können auch Informationen und Hinweise von Rauchmeldern und Alarmanlagen direkt an das Smartphone gesendet werden. Hierzu werden alle Smart-Home-Komponenten per Funk über eine Basisstation vernetzt.

INFO

Durch die Vernetzung sparen Sie nicht nur viel Zeit, sondern auch Heiz- und Stromkosten. Zu den Komponenten eines Smart-Home-Systems gehören diverse Smart-Home Geräte wie zum Beispiel das Heizkörperthermostat (etwa 40 Euro), eine Basisstation (50 bis 150 Euro) und Zwischenstecker, weswegen die Kosten je nach Umfang und Anzahl der Räume variieren können.

Automatische Herdabschaltung

Ein eingeschalteter Herd kann eine ernstzunehmende Gefahrenquelle darstellen. Häufig wird aufgrund von Stress, Hektik oder Übermüdung vergessen, den Herd abzuschalten. Zum Schutz vor unangenehmen Folgen kann eine automatische Herdabschaltung installiert werden, die sich durch sehr einfache Bedienbarkeit auszeichnet. Das Gerät kann mit jedem beliebigen Elektroherd betrieben werden. Die Herdabschaltautomatik überwacht die Temperatur über den Kochplatten, schaltet den Herd bei zu hoher Temperatur und nach einer individuell eingestellten Zeit ab und verringert dadurch die Gefahr eines Küchenbrandes.

Das System für die Herdüberwachung kontrolliert dabei sowohl die Funktion des Backofens als auch aller Kochfelder. Ist das eingestellte Zeitfenster abgelaufen, wird der Strom für den Herd abgeschaltet. Die Standard-Einstellung entspricht hier 30 Minuten, kann aber auf Wunsch auf bis zu 240 Minuten programmiert werden.



Intelligente Eingangs- und Wohnungsüberwachung

Die meisten Einbrüche erfolgen über die sogenannten Schwachstellen des Hauses, die Fenster und Türen. Deshalb lohnt es sich, Türen mit einem Kontakt und einer angeschlossenen Alarmanlage zu sichern. Die Tür-Kontakte werden einfach an die Tür geklebt und per Funk an die Basis angebunden. Sobald in Ihrer Abwesenheit ein Fenster oder eine Tür geöffnet werden, erhalten Sie eine Meldung auf dem Smartphone. Zusätzlich können Sie eine direkte Verbindung zu einer Außen- oder Innensirene schalten sowie direkt einen Sicherheitsdienst benachrichtigen. Die Tür-Fensteralarme zeichnen sich dadurch aus, dass sie besonders einfach zu installieren sind und sich auch im Nachhinein in Ihr Smart-Home-System integrieren lassen. Die Überwachung kann auch mit



intelligenten Kameras ausgerüstet werden. Wenn die Kamera eingeschaltet ist, werden Sie per SMS-Nachricht auf Bewegungen und Geräusche im Haus aufmerksam gemacht und können sich über Ihr Smartphone live ins Haus schalten. Über die Sprachfunktion können Sie auch mit der Person in Ihrer Wohnung bzw. vor der Eingangstür sprechen.

Hausnotruf

Der Hausnotruf ist ein Hilfsmittel, das alleinstehenden Menschen ein hohes Maß an Sicherheit bietet. Bei einem Sturz oder plötzlicher Übelkeit, kann der Hausnotruf Abhilfe schaffen und schnelle Hilfe bieten. Auf dem Markt gibt es unterschiedliche Systeme, die Funktionsweise der Hausnotrufgeräte ist immer dieselbe: Dabei trägt man einen kleinen Funksender bei sich, der mit einer Notrufzentrale verbunden ist. Wird der Knopf gedrückt, ruft die Zentrale zu Hause an und meldet sich über einen speziellen Lautsprecher, der ebenfalls zum System gehört. Falls dabei keine Antwort gegeben wird, benachrichtigt die Notrufzentrale einen Angehörigen, der vorher festgelegt wurde. Die Kostenübernahme kann über die Pflegekasse oder bei fehlenden Voraussetzungen über Sozialleistungen (Sozialhilfe/ Grundsicherung) erfolgen.

INFO

Es gibt unterschiedliche Überwachungstechniken, die Sie mit Ihrem Smart-Home-System verbinden können. Im Gegensatz zu einer aufwendig installierten Alarmanlage, sind Smart-Home-Komponenten nicht mit unkalkulierbaren Kosten verbunden. Sie sind aus der Ferne mit dem Smartphone oder Tablet einfach und unkompliziert bedienbar. Die Preise für ein Smart-Home Sicherheitspaket mit Tür- und Fenstersensoren, Rauchwarnmeldern und Kameras fangen schon bei 250 Euro an.



Erd-, Feuer-, See- & Naturbestattungen

- Großes Sarg- und Wäschelager
- Erledigung aller Formalitäten
- Einsargung und Überführungen
- Tag und Nacht dienstbereit
- Bestattungsvorsorge



Frieder Pfeiffer

Fachgeprüfter Bestatter

Weglehnerstraße 33, 91732 Merkendorf

Telefon:

0 98 26 / 93 93



Wohnraumanpassung bei Demenz

Am liebsten zu Hause – das ist natürlich die Wunschvorstellung vieler älterer Menschen. Doch für Demenzkranke hat die eigene Wohnung eine ganz besondere Bedeutung.

Die Bedeutung der eigenen vier Wände für Demenzkranke

Wenn das Gedächtnis nachlässt und die Orientierung im Laufe einer Demenzerkrankung immer schwieriger wird, erhalten die eigene Wohnung und die gewohnte Umgebung einen besonders hohen Stellenwert. In den eigenen vier Wänden werden durch die Krankheit verlorengegangene Fähigkeiten kompensiert. Betroffene müssen sich nicht an eine neue, fremde Umgebung anpassen.

Die eigene Wohnung hat vielfältige Funktionen: Sie bietet Handlungs- und Bewegungsmöglichkeiten, sie bietet einen Gefühls- und Wahrnehmungsraum, hier findet Kommunikation statt und man identifiziert sich mit ihr. Immerhin ist die Wohnung ein Teil des Lebens. Je mehr sich Demenzkranke in ihre Wohnung zurückziehen, da alltägliche Dinge wie Einkaufen oder

Spaziergehen immer schwieriger und irgendwann unmöglich werden, desto höher wird ihre Bedeutung. Hier kennen sich Erkrankte aus, fühlen sich geborgen, wohl und sicher. Trotz der nachlassenden Fähigkeiten können sie hier noch eine Weile ihren Alltag bewältigen.

Wohnraumanpassung – Veränderungen werden nötig

Durch fortschreitende Demenz wird die Orientierung selbst in den eigenen vier Wänden immer schwieriger. Jedoch kann die Lebensqualität in der vertrauten Wohnung durch kleine Baumaßnahmen deutlich verbessert werden. Dabei sollte beachtet werden, dass größere Veränderungen in einer möglichst frühen Phase der Erkrankung durchgeführt werden, damit sich der Betroffene an die neue Umgebung gewöhnen kann. Vertrautheit spielt eine wesentliche Rolle bei Demenz.

Gegenstände und Möbel, die einen emotionalen Wert für den Betroffenen haben, sollten nicht entfernt werden. Daneben können Methoden und Hilfsmittel, die in der Jugend des Erkrankten angewandt wurden, zu mehr Selbstständigkeit führen: zum Beispiel Armaturen mit Kreuzgriff oder Zugkordeln an Toilettenspülungen.

Zu viele Veränderungen können den Betroffenen überfordern und Ablehnung hervorrufen. Die Bedürfnisse der Erkrankten sind sehr unterschiedlich. Daher sollte das Tempo der Umbaumaßnahmen an die individuellen Fähigkeiten angepasst werden. Bewegungsmelder, indirekte Lichtquellen und vertraute Gegenstände hingegen sorgen für eine bessere Orientierung in der Wohnung. Teppichböden und Vorhänge dämpfen den Umgebungslärm, sollten aber keine Hindernisse und Stolperfallen darstellen. Des Weiteren empfiehlt es sich, spiegelnde Flächen in den Räumen zu entfernen oder zuzuhängen.





WALTHER
Steuerberatungsgesellschaft mbH

Bahnhofstr. 50 • 91757 Treuchtlingen
Tel.: 09142/40 57 • Fax: 09142/40 58
post@stb-walther.de
www.stb-walther.de

WALTHER
Steuerberatungsgesellschaft mbH



WIR BERATEN
SIE GERN!

Dieses Gefühl,
wenn die Steuer
erledigt ist.



Meine Steuererklärung macht die
Lohnsteuerhilfe Bayern e. V.
www.lohnsteuerhilfe-weissenburg.de



lohi
Das lohnt sich.

Bismarckanlage 3 - 5
91781 Weißenburg
Birgit Schußmann
Beratungsstellenleiterin
zertifiziert nach DIN 7700

T 09141 81015
E weissenburg@lohi.de

Wir machen die Steuererklärung für
Mitglieder begrenzt nach § 4 Nr. 11
StBerG.

Finanzierungs- und Fördermöglichkeiten

Bevor Sie Umbaumaßnahmen einleiten, sollten Sie eine fachkundige Beratung hinzuziehen. Mit einem Wohnraumberater können Sie sich einen Überblick über die Veränderungsmöglichkeiten verschaffen und mit der Planung beginnen.

Dies ist auch im Hinblick auf die Bezuschussung der Maßnahmen wichtig. Denn Pflegekassen unterstützen im Rahmen der Pflegeleistungen eine Wohnraumanpassung für Pflegebedürftige (gemäß § 40 SGB XI) mit maximal 4.000 Euro für alle Maßnahmen der Barrierefreiheit.

Falls später weitere Umbauten oder anderweitige Maßnahmen benötigt werden sollten, kann die Pflegekasse unter Umständen erneut Zuschüsse gewähren. Voraussetzung für einen Zuschuss ist, dass die Maßnahmen die häusliche Pflege entweder überhaupt

erst ermöglichen, erheblich erleichtern oder die Belastung für den Pflegebedürftigen beziehungsweise die Pflegeperson verringern. Der Anspruch besteht ab Pflegegrad 1.

Finanzielle Fördermöglichkeiten in der Übersicht

Weitere Informationen bzw. kostenlose Beratung erhalten Sie direkt bei der Beratungsstelle Barrierefreies Bauen der Bayerischen Architektenkammer, Telefon: 089 139880-80 oder unter www.byak.de.

Programme	Leistungen	Quellenverweis/Bemerkung/ weitere Informationen
Bayerisches Wohnbauförderprogramm a) Schaffung von Eigenwohnraum durch Neubau, Änderung, Erweiterung oder Erst- und Zweiterwerb	<ul style="list-style-type: none"> ■ Darlehen mit Zinssatz von 0,5 Prozent, Laufzeit 10 oder 15 Jahre, anschließend wird der Zinssatz an den Kapitalmarktzins angepasst. ■ Haushalte mit Kindern erhalten einen Zuschuss von 5.000 Euro je Kind, Darlehen bei Bau und Ersterwerb max. 30 Prozent, bei Zweiterwerb max. 40 Prozent der förderfähigen Kosten (max. 30.000 Euro) 	Oberste Baubehörde im Bayerischen Staatsministerium des Innern, für Bau und Verkehr Franz-Josef-Strauß-Ring 4 80539 München Telefon: 089 2192-02 Fax: 089 2192-13350 E-Mail: poststelle-obb@stmi.bayern.de www.wohnen.bayern.de
b) Anpassung von Wohnraum an die Behinderung (Umbau)	<ul style="list-style-type: none"> ■ Menschen mit Behinderung erhalten bei Umbau einen Zuschuss bis zu 10.000 Euro, zins- und tilgungsfrei, einmaliger Verwaltungskostenbeitrag von 1 Prozent 	Einkommensgrenze: Art.11 BayWoFG Antrag vor Baubeginn beim zuständigen LRA, der kreisfreien Stadt (bei Mietwohnraum Antragstellung durch den Vermieter)
Bayerisches Zinsverbilligungsprogramm, BayernLabo Neubau, Erst- und Zweiterwerb mit Bindungsfrist	<ul style="list-style-type: none"> ■ Darlehenshöhe beträgt 30 Prozent der Gesamtkosten; nicht weniger als 15.000 Euro ■ Zinssatz ca.1 Prozent unter banküblichen Konditionen ■ Diese Leistungen können mit BayWoFG kumuliert beantragt werden 	Bayerischen Landesbodenkreditanstalt (BayernLabo) Brienner Straße 22, 80333 München Telefon: 089 2171-08 Fax: 089 2171-600388 E-Mail: bayernlabo@bayernlb.de www.labo-bayern.de
KfW Altersgerecht Umbauen-Kredit (159)	Ab 0,75 Prozent effektiver Jahreszins, bis zu 50.000 Euro Kreditbetrag pro Wohneinheit	www.kfw.de/inlandsfoerderung/Privatpersonen/Bestehende-Immobilie/Förderprodukte/Altersgerecht-Umbauen-(159)
KfW Barriere-reduzierung – Investitionszuschuss (455-B)	Einzelmaßnahmen zum Einbruchschutz sowie zur Barriere-reduzierung (10 Prozent der förderfähigen Investitionskosten) und für den Standard „Altersgerechtes Haus“ (12,5 Prozent der förderfähigen Investitionskosten) in Höhe von mindestens 2.000 Euro und maximal 50.000 Euro pro Wohneinheit (Zuschuss).	Hotline: 0800 539 9002 für Eigentümer, Mieter und Vermieter

Programme	Leistungen	Quellenverweis/Bemerkung/ weitere Informationen
Modernisierung von Mietwohnungen der Wohnungsgesellschaften Verbesserung der allgemeinen Wohnverhältnisse	Zinsverbilligtes Darlehen bis zu 100 Prozent der förderfähigen Kosten. Beispiel: Bei einer Belegungsbindung von 10 Jahren kann eine Wohnung mit bis zu 50.000 Euro gefördert werden.	Oberste Baubehörde im Bayerischen Staatsministerium für Wohnen, Bau und Verkehr oder Bayerische Landesbodenkreditanstalt (BayernLabo) Kontaktdaten: wie Tabellenanfang
Pflegekassen wohnumfeldverbessernde Maßnahmen	Pro Maßnahme bis zu 4.000 Euro (bis 16.000 Euro wenn mehrere Anspruchsberechtigte zusammen wohnen). Gefördert werden Maßnahmen der Anpassung des Wohnumfelds an die besonderen Belange des Pflege- oder Betreuungsbedürftigen, z. B. Badumbau, Türverbreiterungen, fest installierte Rampen und Treppenlifte usw. Die Leistung ist unabhängig von Einkommen und Vermögen.	Das Bundesgesundheitsministerium bietet online Broschüren zur Pflege- und Krankenversicherung www.bundesgesundheitsministerium.de
Rentenversicherungsträger (für Angestellte) Agentur für Arbeit Erhaltung der Selbstständigkeit und der Arbeitskraft	Zur Beschaffung, Ausstattung und Erhaltung einer behinderungsgerechten Wohnung	www.deutsche-rentenversicherung.de
Berufsgenossenschaften Beschaffung und der Erhaltung einer behinderungsgerechten Wohnung	<ul style="list-style-type: none"> ■ bei Umbaumaßnahmen bis zu 100 Prozent ■ bei Neubau zinsgünstiges Darlehen in ■ angemessener Höhe 	Erkundigen Sie sich bei Ihrem Arbeitgeber nach der für Sie zuständigen Berufsgenossenschaft.
Zentrum Bayern Familie und Soziales	Zur Beschaffung, Ausstattung und Erhaltung einer behinderungsgerechten Wohnung und Ausbau eines Arbeitsplatzes für Menschen mit Behinderung	www.zbfs.bayern.de/behinderung-beruf/beschaefigte/finanzielle-unterstuetzung/wohnungshilfen/index.php
Stiftungen Je nach Stiftungszweck, hier: selbstständige Lebensführung	<ul style="list-style-type: none"> ■ individuelle Förderung ■ Geldspenden/Beihilfen 	www.stiftungsindex.de
Sozialhilfe	Zuschuss im erforderlichen Umfang	

Die Zusammenstellung erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

Geringfügige Änderungen sind möglich.

Bitte beachten Sie die Verfügbarkeit der Fördermittel beim Zeitpunkt der Antragstellung.

Einige könnten bereits ausgeschöpft sein!

INFO

Genaue Informationen zur Finanzierung und Antragstellung können beim Pflegestützpunkt Altmühlfranken erfragt werden. Die Kontaktdaten dazu finden Sie im Kapitel „Wichtige Ansprechpartner zum Thema ‚Wohnen im Alter‘“ auf Seite 30 in dieser Broschüre.

Sicherheit im häuslichen Umfeld

Viele Betrüger machen sich die Hilfsbereitschaft älterer Menschen an der Haustüre zunutze. Daher sollten Sie bei fremden Personen immer eine gewisse Vorsicht walten lassen, die allerdings nicht in eine Phobie ausarten sollte.

Sicherung von Haus und Wohnung

Mit diesen Aussagen könnten Trickbetrüger zum Beispiel versuchen, in Ihre Wohnung zu kommen:

- Kann ich bitte ein Glas Wasser haben? Mir ist so schlecht. Ich habe Durst. Ich muss dringend meine Tabletten nehmen. Mein Baby braucht sein Fläschchen. Darf ich es bei Ihnen füttern (wickeln)?
- Haben Sie Papier und Bleistift? Der Nachbar ist nicht zu Hause, ich möchte ihm eine Nachricht hinterlassen. Haben Sie vielleicht eine Schreibunterlage? Hier ist das Licht so schlecht – darf ich an Ihrem Tisch schreiben?
- Ich hatte einen Unfall. Ich benötige einen Arzt. Ich hatte eine Autopanne. Darf ich Ihr Telefon benutzen? Ich habe ein dringendes Bedürfnis. Darf ich (mein Kind) Ihre Toilette benutzen?
- Erinnern Sie sich nicht mehr an mich? – Damit reden Ihnen die vermeintlichen Bekannten nur ein schlechtes Gedächtnis ein. Vorsicht vor diesen „Bekanntem“!

Gegen ungebetene Gäste können Sie sich außerdem mit diesen Vorkehrungen schützen:

- Ein Türspion bietet Ihnen die Möglichkeit zu sehen, wer vor der Tür steht, ohne die Tür öffnen zu müssen. Bewährt haben sich auch digitale Türspione, die anhand der größeren Bildfläche ein deutliches Bild vom Geschehen vor der Tür liefern.
- Ein Bewegungsmelder vor der Haustür bringt nicht nur mehr Licht ins Dunkel, er schüchtert auch den ungebetenen Gast ein, weil er somit leichter identifizierbar ist.

- Mit einem Türsprechsystem können Sie zuerst mit dem Besucher sprechen, bevor Sie ihm per Knopfdruck die Türe öffnen. Viele Modelle bieten auch eine Videobildfunktion an, welche dank Infrarot sogar bei Dunkelheit ein klares Bild liefern.
- Hilfreich ist auch eine Schutztür aus Stahl, die eine abschreckende Wirkung haben kann.
- Zudem kann die Haustür mit einer zusätzlichen Türsicherung wie einem Türschloss oder einem Sicherheitsschließblech ausgerüstet werden.
- Informationen zu staatlichen Fördermaßnahmen zur Einbruchsicherung finden die unter: www.k-einbruch.de/foerderung

Beratung durch die Polizei

- Öffnen Sie Ihre Tür immer nur mit vorgelegter Türsperre (z. B. Kastenschloss mit Sperrbügel).
- Überlegen Sie sich Folgendes, wenn Fremde an der Tür von ihrer Not erzählen: Warum wenden sich diese Leute nicht an eine Apotheke, eine Gaststätte oder ein Geschäft, sondern gerade an mich?
- Lassen Sie sich am Telefon keine Namen oder andere Informationen über Angehörige, Freunde oder Bekannte entlocken.
- Verstecken Sie Ihren Schlüssel niemals draußen. Einbrecher finden jedes Versteck!
- Achten Sie auf Fremde in Ihrer Wohnanlage oder auf dem Nachbargrundstück!
- Informieren Sie bei verdächtigen Beobachtungen sofort die Polizei!

- Geben Sie keine Hinweise auf Ihre Abwesenheit beispielsweise in sozialen Netzwerken oder auf Ihrem Anrufbeantworter!

Sicherheitsberater für Senioren im Auftrag des Polizeipräsidiums Mittelfranken

Armin Knorr

Kriminalhauptkommissar

Kriminalpolizeiinspektion Ansbach – Kriminalpolizeiliche Beratungsstelle
Fachberater für sicherheitstechnische und verhaltensorientierte Prävention
Schlesierstraße 34, 91522 Ansbach
Telefon: 0981 9094-380
E-Mail: pp-mfr.ansbach.kpi.praevention@polizei.bayern.de

Zuständig im Dienstbereich der KPI Ansbach und des Landkreises Weißenburg-Gunzenhausen in den Themenbereichen:

Einbruchskriminalität

- private und öffentliche Residenzen, Gewerbe- und Sonderobjekte
- Behördenselbstschutz
- Schulsicherheit (technisch)

Sicherheit im Zahlungsverkehr

- Skimming an Geldautomaten
- barer bzw. bargeldloser Zahlungsverkehr
- Raubprävention
- Internet: Mediensicherheit/ Internetkriminalität (User)
- Gefahren im Netz (Erziehende)
- Begleitung von Medienprojekten in Schulen (Schüler)
- Cybercrime (Gewerbe verhaltensorientiert)

Weitere Themen

- Betrug
- Diebstahl
- Seniorenthemen

Wichtige Ansprechpartner zum Thema „Wohnen im Alter“

Senioren- und Wohnberatung im Landkreis Weißenburg-Gunzenhausen

Ehrenamtliche Wohnberatung – ein besonderes Angebot

Wir beraten und informieren

- kostenlos, neutral und unverbindlich
- über alters- und behindertengerechte Wohnraumanpassung
- über Förderprogramme

Wir erarbeiten gemeinsam individuelle Lösungen.

Seniorenberatung allgemein

Wir haben Zeit für

- Betroffene und Angehörige
- ein ausführliches Gespräch

Wir beraten zu allgemeinen Fragen über

- Betreuung und Pflege
- sozialrechtliche Ansprüche
- Entlastungsmöglichkeiten
- Hilfe beim Ausfüllen von Formularen

Wir informieren über

- Angebote für Senioren
- Anbieter von Dienstleistungen
- Nachbarschaftshilfen

Die Beratung ist ehrenamtlich und kostenlos und findet auf Wunsch vor Ort statt. Die Beratung unterliegt der Schweigepflicht.

Pflegestützpunkt Altmühlfranken – Pflegeberatung und -koordination

Schwärzgasse 1

91781 Weißenburg i. Bay.

Telefon: 09141 902-570

Fax: 09141 902-108

E-Mail: pflegestuetzpunkt@landkreis-wug.de

www.landkreis-wug.de/pflegestuetzpunkt/



Musterkoffer

Zu Demonstrationszwecken wurde von den Wohnberatern ein Musterkoffer zusammengestellt, der für Veranstaltungen gebucht werden kann. Die Präsentation informiert sehr ausführlich über Hilfsmittel zur Erleichterung des Alltags bei körperlichen und altersbedingten Einschränkungen. Alle Gegenstände von der Herdüberwachung, der automatischen Bügeleisenabschaltung bis zu Geräten bei akustischen und sehbedingten Einschränkungen werden erklärt und können in die Hand genommen werden. Neuentwicklungen bei den Hilfsmitteln werden regelmäßig ergänzt. Für die Präsentation sollten ca. zwei Stunden veranschlagt werden.

Nachbarschaftshilfen

Im Landkreis gibt es ehrenamtliche Nachbarschaftshilfen, die von Kommunen aus organisiert werden. Die Helferinnen und Helfer werden von Koordinationsteams für die Einsätze vorbereitet und helfen in ihrer Nachbarschaft. Die kurzfristige Hilfe ist für unvorhersehbare Notfälle gedacht. Dabei handelt es sich meist um kleinere Hilfen in Haus und Garten, beim Einkauf oder bei Behörden-gängen und um Besuchsdienste. Nähere Auskünfte erhalten Sie bei der jeweiligen Kommune.





Hilfe und Unterstützung

Als potenzielle Pflegebedürftige oder Angehörige betrifft das Thema Pflege jeden von uns. Dabei gilt es sich in erster Linie über die Gesetzesänderungen, die verschiedenen Pflegearten und über die Leistungen der Pflegeversicherung zu informieren.

Pflegegrade und Leistungen

In den Pflegegrad 1 werden seit 2017 erstmals Menschen eingestuft, die noch keine erheblichen Beeinträchtigungen haben, aber bereits eingeschränkt sind. Diese können beispielsweise Beratungsleistungen in Anspruch nehmen, erhalten einen Wohngruppenzuschlag in ambulant betreuten Wohngruppen, eine Versorgung mit Pflegehilfsmitteln sowie Zuschüsse bei Maßnahmen der Wohnraumanpassung und bei vollstationärer Pflege. In den Pflegegraden 1 bis 5 können Versicherte zusätzlich für anerkannte Angebote und zugelassene Pflegeeinrichtungen einen **Entlastungsbetrag von 125 Euro** geltend machen. Innerhalb der stationären Pflege bleiben die Eigenanteile ab Pflegegrad 2 einheitlich. Das heißt, dass wenn sich der Pflegegrad erhöht,

der Eigenanteil deswegen nicht steigt. Darüber hinaus gilt ein Bestandschutz: Falls Pflegebedürftige nach der Neuregelung nur noch Anspruch auf geringere Leistungen der Pflegeversicherung hätten, wird dieser Differenzbetrag durch die Pflegekasse gedeckt.

Wie wird die Pflegebedürftigkeit festgestellt?

Die Begutachtung der Pflegebedürftigkeit erfolgt durch den Medizinischen Dienst (MD). Dabei wird vor allem beurteilt, wie selbstständig die betroffene Person noch ist.

Diese Selbstständigkeit wird in folgenden Bereichen beurteilt:

- Mobilität
- Kognitive und kommunikative Fähigkeiten
- Verhaltensweisen und psychische Problemlagen
- Selbstversorgung

- Bewältigung von und selbstständiger Umgang mit krankheits- oder therapiebedingten Anforderungen und Belastungen
- Gestaltung des Alltagslebens und sozialer Kontakte

LANDESPFLEGEgeld BAYERN

Die Bayerische Staatsregierung investiert 400 Mio. Euro, damit Pflegebedürftige ab dem Pflegegrad 2 zusätzlich 1.000 Euro pro Jahr bekommen. Über diesen Betrag kann die pflegebedürftige Person frei verfügen. Hierzu muss lediglich ein einmaliger Antrag bei der Landespflegegeldstelle in München gestellt werden. Das Online-Formular und nähere Informationen finden Sie auf der Internetseite www.lfp.bayern.de/landespflegegeld



Tagespflege an der Altmühltherme – sicher gut betreut.



**Kostenfreier
Schnupper-
tag!**

Terminvereinbarung unter:

☎ 09142 27347 402

@ tapf-treuchtlingen@brk-suedfranken.de
www.kvsuedfranken.brk.de

Pflege zu Hause – wir kümmern uns um Sie!

Wir unterstützen Sie bei Grund- und Behandlungspflege, die Sie gerne mit hauswirtschaftlichen Leistungen kombinieren können. Wir pflegen kompetent, engagiert und herzlich, denn Ihre Bedürfnisse stehen für uns im Vordergrund.

Ihr BRK Pflege-Team

☎ 09141 8699-86

📠 09141 8699-88

@ pflege@brk-suedfranken.de

🌐 kvsuedfranken.brk.de



Pflegearten

Nicht nur Unfälle und Krankheiten, sondern auch altersbedingte körperliche und psychische Beeinträchtigungen können zu erheblichen Problemen bei der Alltagsbewältigung führen. Ganz im Interesse der Betroffenen gibt es verschiedene Pflegearten, die zu Hause oder in einer professionellen Einrichtung genutzt werden können.

Ob Sie als pflegebedürftige Person in den eigenen vier Wänden von einem **Angehörigen** oder einer ausgebildeten **Pflegekraft** versorgt werden oder ob Sie eine stationäre Einrichtung besuchen, hängt in erster Linie von Ihrer Entscheidung ab. Dabei kommen verschiedene Faktoren ins Spiel, wie der Grad der Pflegebedürftigkeit, die Höhe der Pflegekosten und die bauliche Beschaffenheit der eigenen Wohnung.

Deshalb ist es sehr wichtig, dass Sie sich über die unterschiedlichen Möglichkeiten informieren und beraten lassen. Durch die Pflegeberater und Pflegeberaterinnen Ihrer Krankenkasse und in den örtlichen Pflegestützpunkten erfahren Sie, welche Art der Pflege für Sie am geeignetsten ist.

Erkundigen Sie sich, ob **ambulante Pflegedienste**, die neben Pflegeleistungen auch hauswirtschaftliche und soziale Betreuungsangebote anbieten, die bessere Wahl wären. Zudem können Sie den Menü-Bringdienst „**Essen auf Rädern**“ in Anspruch nehmen, welcher Sie täglich mit warmen und frischen Mahlzeiten versorgt.

Oder vielleicht sagt Ihnen das Angebot der **Tagespflege** zu, bei der Sie mehrere Tage in der Woche tagsüber eine Einrichtung besuchen, aber am Abend wieder zu Hause sind. Dort erhalten Sie nicht nur professionelle Pflege und Versorgung, sondern können mit Altersgenossen



unterhaltsamen Freizeit- und Beschäftigungsmöglichkeiten nachgehen.

Daneben bietet die **Kurzzeitpflege** eine willkommene Alternative für alle Beteiligten, die zur Überbrückung eines fest umrissenen Zeitraums Unterstützung benötigen. Sie ist sowohl Entlastung für pflegende Angehörige als auch Abwechslung für Pflegebedürftige, die vorübergehend nicht zuhause versorgt werden können.

Darüber hinaus stehen Ihnen unterschiedliche **stationäre Pflegeeinrichtungen** zur Auswahl. Wichtige Kriterien sind zum einen die Entfernung zur Familie und zum anderen das Leistungsangebot und die Lebensqualität in der Einrichtung. So ist die Höhe der Kosten für eine stationäre Pflegeeinrichtung von mehreren Rahmenbedingungen abhängig. Diese wären einerseits

die Ausstattung und die Lage des Pflegeheims und andererseits der **Pflegegrad**, in den Sie eingestuft wurden.

Die **Pflegeversicherung** kann Sie in vielerlei Hinsicht unterstützen. Informieren Sie sich sorgfältig, welche Betreuungsmaßnahmen zum Leistungsspektrum der Versicherung gehören. Wichtig ist außerdem, welche Voraussetzungen für entsprechende Maßnahmen vorliegen müssen. Auch die Frage, welche sonstigen Finanz- und Sachdienstleistungen Pflegebedürftige und ihre Angehörigen beanspruchen können, sollten Sie ausführlich mit einem Pflegeberater besprechen.

Nehmen Sie sich genug Zeit und verschaffen Sie sich einen Überblick über die verschiedenen Möglichkeiten, damit Sie eine gute Entscheidung treffen können.

Altenheim St. Elisabeth

Rosental 33, 91792 Ellingen
Telefon: +49 (0) 9141 / 3975
E-Mail: info@altenheim-ellingen.de
Web: www.altenheim-ellingen.de

Zertifiziert nach DIN EN ISO 9001:2015
Zertifikat Nr.: D/1239/K



PFLEGE UND BETREUUNG INDIVIDUELL AUF IHRE BEDÜRFNISSE ANGEPASST



 Rummelsberger
Diakonie

**PFLEGE – EINE AUSBILDUNG,
VIELE KARRIEREMÖGLICHKEITEN**

- Ausbildung zur*zum **Pflegefachmann*Pflegefachfrau**
- Ausbildung zum*zur **Pflegefachhelfer*in**

Ihre Vorteile

- sehr gutes Ausbildungsgehalt
- vielfältige Karrierechancen z.B. Leitung, Studium
- Jobsicherheit

Weitere Infos erhalten Sie unter 09141 8591-26 oder unter pflgeschule-weissenburg@rummelsberger.net

Menschen an deiner Seite. Die Rummelsberger
rummelsberger-diakonie.de/bfs-weissenburg



PflegenWohnen im Herzen von Weißenburg



- Vollstationäre Pflege
- Kurzzeit- und Verhinderungspflege
- offener Mittagstisch
- Begegnungsstätte
- Ausbildung im Ausbildungsverbund Altmühlfranken



Unsere Mitarbeiter haben das Herz am rechten Fleck

Evangelisches Altenheim St. Andreas • Am Hof 25 • 91781 Weißenburg • Tel. 09141/997659-0 • verwaltung@altenheim-st-andreas.de

Unterstützung für pflegende Angehörige

Pflegende Angehörige können Beratungsangebote der örtlichen Sozialhilfeträger und der Krankenkassen in Anspruch nehmen. Ebenfalls möglich ist der Besuch von Beratungsstellen oder Selbsthilfegruppen sowie Fortbildungen im Bereich der Pflege. In den Veranstaltungen lernen Angehörige, richtige und sachgerechte Grundpflege durchzuführen, aber auch der Umgang mit Stress oder mit schwierigen Situationen wird vermittelt. Auch die kirchlichen Träger wie Caritas und Diakonie bieten pflegenden Angehörigen die Möglichkeit, Informationen zu erhalten. Zudem ist es möglich, dass pflegende Angehörige einen Erste-Hilfe-Kurs machen können. Daneben können berufstätige Angehörige eine sogenannte Pflegezeit nehmen. Diese ist gesetzlich garantiert und bietet Angehörigen die Möglichkeit, eine Betreuung zu Hause durchzuführen.

Finanzielle Hilfen für pflegende Angehörige

An finanziellen Entlastungen ist die **steuerliche Geltendmachung** in der Einkommensteuererklärung möglich. Seitens der Sozialhilfeträger können pflegende Angehörige auch zusätzliche Hilfen für die Pflegebedürftigen im Sinne von medizinischem Hilfebedarf bekommen. Eine Pflegefachkraft für einige Stunden kann zudem zur Entlastung der eigenen pflegerischen Tätigkeit beitragen.

Darüber hinaus bietet der Staat auch die Möglichkeit, für Angehörige eine finanzielle Unterstützung zu leisten, wenn diese Betroffene **zu Hause pflegen**. Eine ganz wichtige Pflegekassenleistung ist das Pflegegeld. Pflegegeld erhalten Pflegebedürftige mit Pflegegrad 2 bis 5, die in häuslicher Umgebung von Angehörigen oder Freunden

gepflegt werden. Das Pflegegeld soll den Pflegenden als Anerkennung für ihre Arbeit überlassen werden.

Eine zusätzliche monatliche Leistung zum Pflegegeld ist die **Tages- oder Nachtpflege**, die ohne Anrechnung der Pflegesachleistungen bzw. des Pflegegeldes in Anspruch genommen werden kann. Das heißt, wer Tages- oder Nachtpflege in Anspruch nimmt, dem werden Pflegegeld und/oder Sachleistungen nicht gekürzt. Die Tagespflege dient zur Entlastung der pflegenden Angehörigen. So kann die pflegebedürftige Person einmal oder mehrmals wöchentlich in einer Tagespflegeeinrichtung untergebracht werden. Auch die Abholung und der Rücktransport werden vom Budget gedeckt. Wenn eine Versorgung nur in Teilen notwendig ist, können ambulante Pflegesachleistungen und Pflegegeld kombiniert werden.

Pflegeberatung

Mit den Leistungen der Pflegeversicherung haben sich in den vergangenen Jahren die Rahmenbedingungen für Pflegebedürftige verbessert. Um eine gute Versorgung in vertrauter Umgebung zu gewährleisten, können viele Alternativen und Leistungen genutzt werden. Ein kompetenter Pflegeberater oder eine Pflegeberaterin informiert Sie zu den Dienstleistungsangeboten, Leistungsansprüchen, Möglichkeiten der aktiven Lebensgestaltung sowie zu allen Fragen rund um das Thema Pflege. Neben privaten und staatlichen Beratungsangeboten können sich Betroffene auch in den Pflegestützpunkten beraten lassen, die in gemeinsamer Trägerschaft von den Kommunen und den Pflegekassen betrieben werden.

Pflegestützpunkt Altmühlfranken – Pflegeberatung und -koordination

Schwärzgasse 1
91781 Weißenburg i. Bay.
Telefon: 09141 902-570
Fax: 09141 902-108
E-Mail: pflegestuetzpunkt@landkreis-wug.de
www.landkreis-wug.de/pflegestuetzpunkt/



Öffnungszeiten
Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag von 08.30 – 12.30 Uhr
Donnerstag auch von 14.00 – 16.30 Uhr
oder nach Vereinbarung

Fachstelle für pflegende Angehörige

in der Zentralen Diakoniestation in den Dekanaten Pappenheim und Weißenburg gGmbH
Nürnberger Straße 13
91781 Weißenburg i. Bay.
Erreichbarkeit:
Montag – Donnerstag von 09.00 – 13.00 Uhr
oder nach Vereinbarung
Telefon: 09141 8600 217 oder 09141 6464
Fax: 09141 84775
E-Mail: josefine.hein@diakonie-wug.de
www.diakonie-wug.de/beraten-und-unterstuetzen/fachstelle-fuer-pflegende-angehoerige



Inserentenverzeichnis

Branche/Inserent	Seite	Branche/Inserent	Seite
Altenheim		Grabmale	
• Altenheim St. Elisabeth Ellingen	34	• Grabmale Rohn - Thomas Zeller	36
Apotheke		Haustechnik - Elektro - Wärme - Bad	
• Apotheke an der Altmühltherme, Apothekerin Gesa Bayerköhler e. K.	6	• Mory GmbH	12
• Hahnenkamm Apotheke, Apothekerin Gesa Bayerköhler e. K.	6	Krankenkasse	
• Mühlbach Apotheke, Apothekerin Gesa Bayerköhler e. K.	6	• AOK Bayern	6
Beratungsdienst		Lohnsteuerhilfe	
• Bayerische Architektenkammer Beratungsstelle Barrierefreiheit	5	• Lohnsteuerhilfe Bayern e. V.	26
Bestattung		Museen	
• Dorner Bestattungen	36	• Stadt Weißenburg i. Bay. Museen	U3
• Frieder Pfeiffer Fachgeprüfter Bestatter	24	Pflege- und Betreuungsdienst	
Diakonie – Altenhilfe		• Bayerisches Rotes Kreuz BRK-Kreisverband Südfranken	32
• Rummelsberger Diakonie	34	• Caritas-Sozialstation Pleinfeld e. V. - Caritas-Sozialstation Gunzenhausen e. V.	U2
Ergotherapie		• Diakoniestation Weißenburg – Jura – Langenaltheim/Pappenheim	2
• Praxismgemeinschaft für Ergotherpaie Christa Eckert und Anke Hönicke	6	Pflegewohnen	
Fahrradfachhandel – Fahrradverleih		• Evangelisches Altenheim St. Andreas	34
• Energy Bike Systems GmbH	2	Rehabilitationssport	
Fest- und Trauerfloristik, Geschenkartikel		• Rehasportzentrum Weißenburg	6
• Tausendschön	36	Steuer - Lohn-Buchhaltung	
Fliesen – Holzböden – Naturstein		• Walther Steuerberatungsgesellschaft mbH	26
• Wolf Fliesen	13	Taxiunternehmen	
		• Taxi-Zentrale Gunzenhausen GmbH	U3
		Zimmerei	
		• Zimmerei Riedl	8

Weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.total-lokal.de.

U = Umschlagseite

DEN EIGENEN ABSCHIED SELBST IN DIE HAND NEHMEN.
BESTATTUNGSVORSORGE: WIR BERATEN SIE!



Dorner
BESTATTUNGEN

GEILSHEIM 2 RINGSTRASSE 5
91717 WASSERTRÜDINGEN 91719 HEIDENHEIM

FÜR SIE ERREICHBAR UNTER 09832 / 70 58 99
kontakt@bestattungen-dorner.de www.bestattungen-dorner.de





fest- & trauerfloristik
geschenkartikel
wohnaccessoires
gartendeko




Oettingerstr. 3
91757 Treuchtlingen
Tel.: 09142/2036985
www.tausendschoendeko.de
laden@tausendschoendeko.de

Grabmale
ROHN
Thomas Zeller



Gewerbepark 10
91785 Pleinfeld
09144/1876
0175/4136300

www.grabmale-rohn.de
rohn@grabmalekunst.de



RömerMuseum | Kastell *Biriciana*
Bay. Limes-Informationszentrum
Römische Thermen | Würzburg
ReichsstädtMuseum



MUSEEN
WEISSENBURG

Das Römische Weißenburg entdecken



Leben am Limes – das RömerMuseum mit einzigartigem Schatzfund gibt Einblick in die römische Zeit Weißenburgs. Der Alltag der Soldaten und Siedlungsbewohner lässt sich dort barrierefrei erkunden, ebenso das Gelände des ehemaligen Reiterkastells *Biriciana* mit nachgebautem Nordtor.

Luxus in der Provinz zeigen die Römischen Thermen. Die gesamte Anlage ist über Stege zugänglich und interaktiv zu erleben.



Museen Weissenburg

09141-907 189 | museum@weissenburg.de
www.museen-weissenburg.de



TAXIZENTRALE
GUNZENHAUSEN

**Taxizentrale
Gunzenhausen GmbH**

**Strittstr. 6
91710 Gunzenhausen**

**Tel.: 09831/2270
info@taxi-gun.de**

www.taxi-gun.de



altmühlfranken
Der starke Süden

Landratsamt Weißenburg-Gunzenhausen
Pflegestützpunkt Altmühlfranken
Schwärgasse 1
91781 Weißenburg i. Bay.
Tel. 09141 902-570
pflegestuetzpunkt@landkreis-wug.de
www.landkreis-wug.de