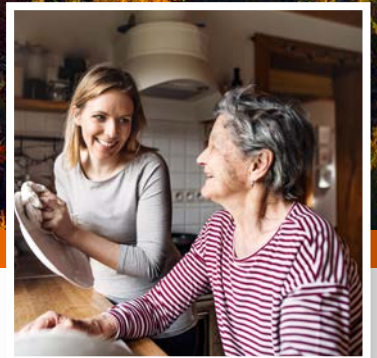




© Paddy Schmitt www.paddyschmitt.de



MEIN ZUHAUSE! – EIN LEBEN LANG

Tipps & Hilfsmittel für barrierefreies Wohnen

www.rv.de



Freundlichkeit³
Bürger/innen
Gemeinden
Mitarbeiter/innen

einander zuhören

gemeinsam etwas unternehmen

*Erfahrungen
austauschen*

aktiv werden

Missverständnisse ausräumen

miteinander diskutieren

andere aufklären

Was Selbsthilfe bedeutet

einander unterstützen

mitfühlen

*sich gegenseitig
motivieren*

neue Perspektiven entdecken

Probleme ansprechen

selbstsicherer werden

sich vernetzen

miteinander lachen

Informationen austauschen

Vorurteile abbauen

bewusster leben

Isolation überwinden

Kontakte knüpfen

aufeinander zugehen



Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

im Landkreis Ravensburg ist heute über ein Viertel der Bevölkerung älter als 65 Jahre – Tendenz steigend. Erfreulicherweise hat sich die Lebenserwartung der hier lebenden Menschen in den vergangenen 100 Jahren fast verdoppelt. Heute sind unsere älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger so fit und aktiv wie nie zuvor und erfreuen sich oft guter Gesundheit. Nicht zuletzt deswegen wollen viele, solange es geht, in den eigenen vier Wänden wohnen und weitgehend selbstständig bleiben.

Mit der Broschüre „Mein zu Hause! – Ein Leben lang“ wollen wir auf diese Entwicklung reagieren und sowohl den älteren Menschen als auch ihren Familien eine Hilfe an die Hand geben. Diese Broschüre gibt zahlreiche hilfreiche und wichtige Tipps, wie sich der Alltag für ältere Menschen zu Hause einfacher gestalten lässt. Anhand von Praxisbeispielen wird erläutert, welche Voraussetzungen für ein möglichst langes Verbleiben in der eigenen Häuslichkeit erforderlich sind und wie sich vieles erleichtern lässt. Neben den Themen Barrierefreiheit, Alltagshilfen und Technik werden auch Sicherheits- und Finanzierungsfragen bis hin zu Pflege-themen aufgegriffen.

Wir freuen uns, dass diese Broschüre in Zusammenarbeit mit dem WIKOMmedia Verlag entstanden ist und sich zahlreiche Dienstleister und Firmen daran beteiligt haben. Vielen Dank an alle Beteiligten, die in dieser Broschüre auf ihre Angebote und Dienstleistungen aufmerksam machen und damit gleichzeitig ihre Verbundenheit mit unserem Landkreis und den hier lebenden Menschen zum Ausdruck bringen.

Ich wünsche Ihnen viel Freude bei der Lektüre und hoffe, dass Sie viele Tipps und Ratschläge erhalten, damit Sie Ihr Leben zu Hause so angenehm und sicher wie möglich gestalten können.

Ihr
Harald Sievers

Harald Sievers
Landrat



GRUSSWORT	1		
INHALTSVERZEICHNIS.....	2		
WOHNBERATUNG	4		
Wohnberatung im Landkreis Ravensburg	4		
• Sie werden beraten über	4		
• Die Wohnberatung umfasst u. a.:	4		
Wohnen im Alter – zu Hause daheim	5		
Das Umfeld	5		
• Wichtige Punkte, bei deren Klärung Sie die folgenden Seiten unterstützen	5		
BARRIEREFREIES WOHNEN	6		
Im eigenen Haus Barrieren abbauen	6		
Barrierefreies Wohnen ist nicht gleich behindertengerecht.....	7		
WOHNRAUMANPASSUNG / RÄUME.....	8		
Wohnraumanpassung – das müssen Sie wissen ..	8		
• Ausziehen oder umbauen?	8		
• Kosten für Wohnraumanpassung	8		
• Folgende Maßnahmen im Rahmen einer Wohnraumanpassung finanziert die Pflegekasse bei Bedarf.....	9		
• Risiken im Mehrfamilienhaus	9		
• Das können Sie sofort umsetzen.....	10		
• Zuschüsse der Pflegekasse für Wohnraumanpassung.....	10		
• Zustimmung des Vermieters	10		
• Ablehnung – was tun?	10		
Barrierefreie Raumpartüren	11		
Eingang.....	11		
Treppenhaus.....	12		
• Treppenlift	13		
• Treppensteiger Scalamobil.....	14		
Flur.....	14		
• LED-Lichtleitsystem.....	14		
• Mobile Rampe zur Schwellenbeseitigung.....	14		
Optimieren Sie Ihre Küche	15		
• Herd & Backofen sicher bedienen	15		
• Einfache Maßnahmen, um die Küche barrierearm zu gestalten	15		
• Arbeitsflächen & Schränke.....	16		
• Barrierefreie bewegte Küche	16		
Bad.....	17		
• Checkliste für ein barrierefreies Badezimmer ...	17		
WC	19		
• Stützklappgriffe.....	19		
• Rollstuhlgerechtes WC.....	19		
• Toilettensitzerhöhung	19		
• WC-Dusch- und Föhn-Aufsatz.....	19		
Sicherheit & Komfort im Wohnzimmer	20		
		• Änderungsmaßnahmen für Ihr Wohnzimmer ...	20
		• Boden-Decken-Stange	21
		• Aufsteh-Sessel.....	21
		Schlafzimmer	22
		• Sitz-, Aufsteh- und Pflegebett	22
		• Pflegebett	22
		• Aufstehhilfe / Bettleiter	22
		Barrierearmer Balkon sorgt für Sicherheit.....	23
		• Tipps für sicheren Stand auf Ihrem Balkon	23
		• Ordnung bringt Sicherheit	23
		• Wenige pflegeleichte Pflanzen für Ihren Komfort.....	23
		• Bequem und sicher sitzen.....	23
		• Stimmungsvolle Beleuchtung durch Solarlampen.....	23
		• Ausreichend Sonnenschutz.....	23
		Garten	23
		ERGONOMIE / MOBILITÄTSHILFE.....	24
		• Stuhl mit Rollen	24
		• Aufstehhilfe (manuell)	24
		• Aufstehhilfe (elektrisch).....	24
		SEHHILFE / HÖRHILFE	25
		• Wecker bei Höreinschränkung.....	25
		• Hörverstärker, digitales Hörsystem	26
		• Funk-Türklingelset.....	26
		• Blitzwecker.....	26
		• Telefon	26
		• Komforttelefon	27
		• Bildschirmlesegerät	27
		• Mobile elektronische Lupe	27
		• Vorlesegerät.....	27
		• Vergrößerungsmaus.....	28
		• Sprechender Wecker, sprechende Uhr	28
		• Sprechende Küchenwaage.....	28
		• Farberkennungsgerät.....	28
		• Kleingeld-Cashbox	29
		• Bodenstandleuchte.....	29
		• Handleuchtlupe	29
		• Standleuchtlupe.....	30
		• Daisy-Player	30
		• Großtasten-Tastatur.....	30
		• PC-Vergrößerungsstick iZoom.....	30
		• Ultraschall-Orientierungssystem	30
		NÜTZLICHE HILFSMITTEL IM ALLTAG	31
		• Wasserwächter / Wassermelder.....	31
		• Besteck-Set mit Griffverdickung.....	31
		• Griffverdickung	32
		• Tremor-Besteck.....	32
		• Tubenausdrückhilfe	32
		• Rutschfestes Essbrettchen	32

• Thermo-Trinkbecher	33	• Familien- und Freunde-App	44
• Medizinische Trinkhilfe	33	• Blutdruckmessgerät mit App	44
• Teller mit Esshilfe	33	• Herdabsicherung	44
• Multi-Deckelöffner.....	33	• Funk-Video-Babyphone	44
• Deckelöffner	34	• Babyphone mit Video- und Tonübertragung	45
• Gefäßöffner	34	• Türsprechanlage I.....	45
• Deckelöffner	34	• Türsprechanlage II.....	45
• Dosenöffner	34	• Alarmtrittmatte.....	46
• Elektrischer Dosenöffner	34	• Blitzlicht für Alarmtrittmatte	46
• Gemüseschneider	35	• Steckdose mit Bewegungssensor.....	46
• Brötchenschneidhilfe	35	• Licht mit Bewegungsmelder	46
• Gläserbürste	35	HAUSNOTRUF	47
• Mülleimer mit Bewegungssensor	35	Hausnotruf	47
• Bügeleisen mit Sicherheitsfunktion	35	• Klassischer Hausnotruf	47
• Steckdosenleiste mit Auswurfautomatik	36	• Mobiler Notruf.....	47
• Steckdose mit Auswurfautomatik.....	36	• Pushphone.....	48
• LED-Lichtleiste mit Bewegungsmelder	36	• easierLife.....	48
• Digitale Seniorenuhr	36	• Notrufuhr	48
• 24-Stunden-Uhr	36	WOHNRAUMANPASSUNG BEI DEMENZ	49
• Medi-Wasserhahn	36	Sichere Wohnraumanpassung	
• Waschmaschinenenerhöhung	37	bei Menschen mit Demenz	49
• Fenstergriffverlängerung	37	• Wohnqualität & Selbstständigkeit erhalten.....	49
• Wandregal mit Haltegriff	37	• Vertrautheit erhalten.....	50
• Türgriff-Alarm.....	37	• Gefahren erkennen und Risiken beseitigen	50
• Oberschränklift	37	• Wohnraumanpassung ohne Ängste.....	50
• Aufhängehilfe / Teleskoparm für Kleiderbügel ..	37	SICHERHEIT IM HÄUSLICHEN UMFELD –	
• Kleiderlift / Garderobenlift	38	EINBRUCH, PRÄVENTION	51
• Gesundheitsordner.....	38	Schutz und Sicherheit zu Hause.....	51
• Erste-Hilfe-Dose / Notfalldose	38	• Gefahren an der Haustür	51
• Tablettenblister aus der Apotheke.....	38	• Gefahren am Telefon	51
• Tablettenteiler	38	Damit Senioren nicht Opfer	
Alltagshilfen für Senioren	39	raffinierter Betrüger werden.....	52
• Beauftragen Sie einen Hausmeister-Service	39	PFLEGESTÜTZPUNKTE /	
• Einkaufsservice für Senioren.....	39	WICHTIGE ANSPRECHPARTNER	54
ALTER UND TECHNIK.....	40	FINANZIERUNGSMÖGLICHKEITEN /	
Hilfe im Alltag: moderne Technik	40	FÖRDERMITTEL.....	56
Umgang & Hilfe mit dem Computer	40	HILFE UND UNTERSTÜTZUNG	57
• Die wichtigsten Regeln im Umgang mit dem PC....	40	Pflege	57
Soziale Medien: Facebook, Twitter, Instagram & Co. .	40	Pflegearten, Stufen, Leistungen	57
• Die wichtigsten Regeln im Umgang		Beratung.....	61
mit den sozialen Medien	40	Betreutes Wohnen.....	63
Erreichbar mit dem Smartphone	41	Pflegestärkungsgesetz II: Leistungsansprüche ...	65
• Die gängigsten Apps für das Smartphone.....	41	Pflegestärkungsgesetz II: Leistungserbringer	66
SMART-HOME-TECHNOLOGIE	42	CHECKLISTE	67
Smart-Home-Technologie	42	INSERENTENVERZEICHNIS.....	U3
Hilfe im Alltag.....	43	IMPRESSUM.....	U3
• Schlüssel- und Dingefinder	43		
• Funk-Dingefinder	43		
• Smartphone für Senioren	43		
• Klapp-Handy	44		



© Monthly XXL – stock.adobe.com

WOHNBERATUNG IM LANDKREIS RAVENSBURG

Die WohnberaterInnen des DRK-Kreisverbands Ravensburg e. V. zeigen Ihnen Wege und Möglichkeiten auf, wie das Wohnumfeld angepasst werden kann.

Sie werden beraten über:

- bauliche und räumliche Anpassungen
- Barrierefreiheit
- Sicherheit im häuslichen Umfeld
- den Einsatz von Hilfsmitteln
- technische Unterstützungsmöglichkeiten
- die Finanzierung von Wohnungsanpassungen

Die Wohnberatung umfasst u. a.:

- persönliche Beratung im eigenen Wohnumfeld
- telefonische Beratung
- Fachvorträge

Die Wohnberatung wird im Auftrag des Landkreises Ravensburg durch den DRK-Kreisverband Ravensburg e. V. durchgeführt und kann von allen Personen mit Wohnsitz im Landkreis Ravensburg in Anspruch genommen werden.

Kontakt:

Fachstelle Wohnberatung

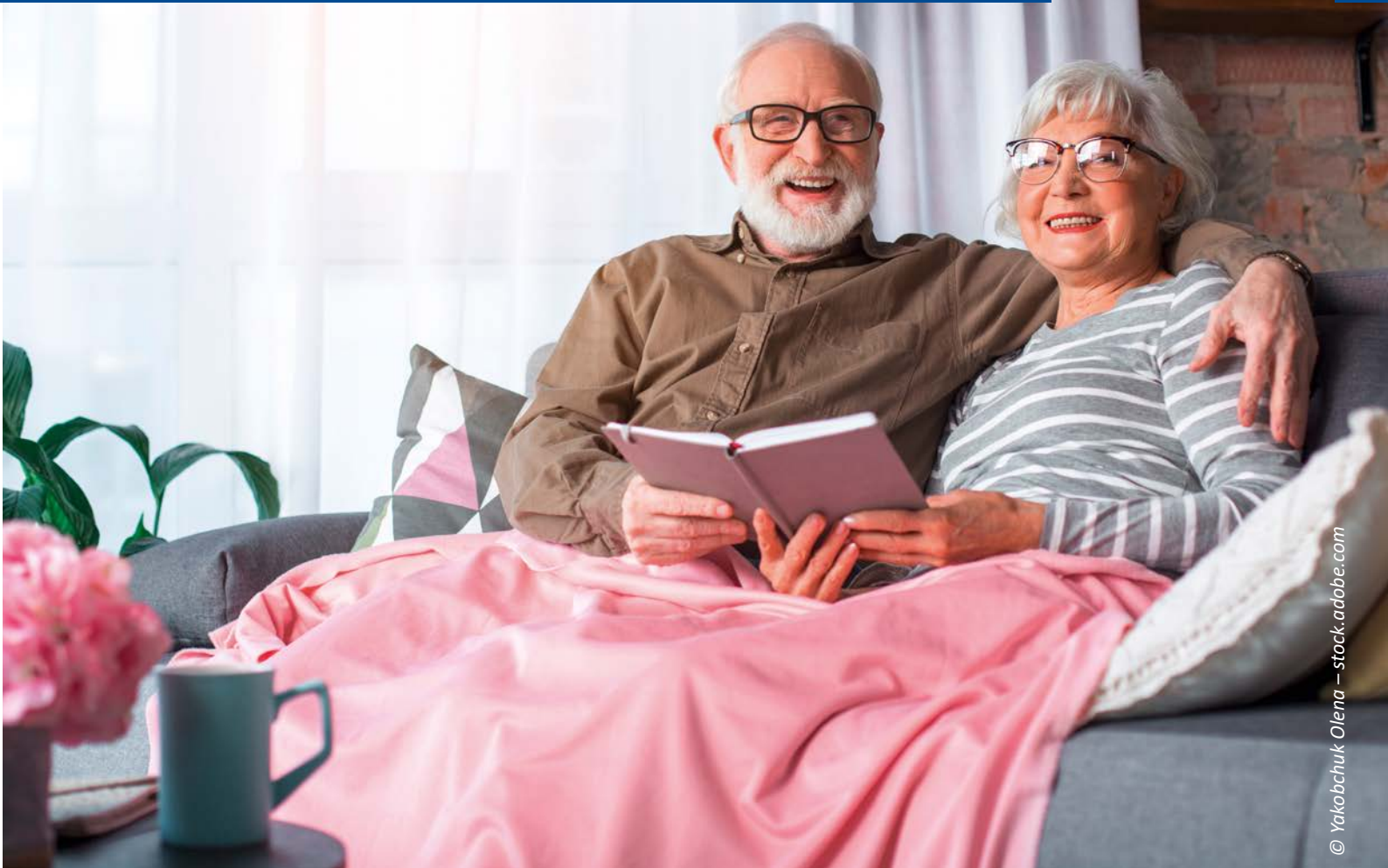
Theresa Adam

Telefon: 0751 56061-55

E-Mail: theresa.adam@rotkreuz-ravensburg.de



**Deutsches
Rotes
Kreuz**



© Yakobchuk Olena – stock.adobe.com

WOHNEN IM ALTER – ZU HAUSE DAHEIM

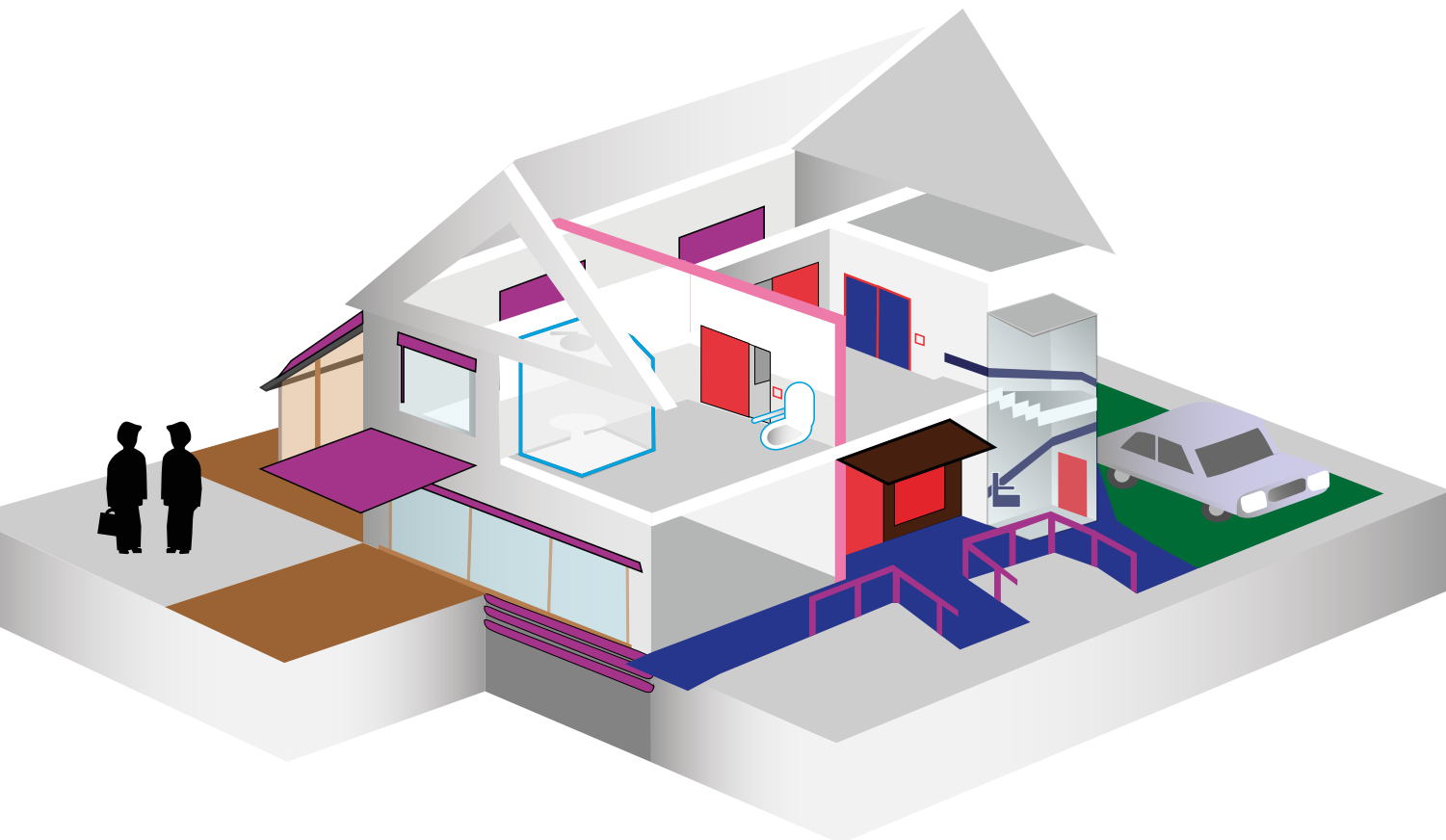
So lange wie möglich in den eigenen vier Wänden: Das wünschen sich sicherlich die meisten Menschen. Gerade wenn wir älter werden, merken wir, wie fest unsere Wurzeln in unserem angestammten Lebensraum verankert sind. Es sind die Orte, die wir kennen, und die Menschen, die hier leben; Erinnerungen und vielleicht auch noch Erwartungen an das, was uns umgibt. Damit die gewohnten vier Wände auch im Alter noch ein Zuhause sein können, braucht es einige Vorüberlegungen und Voraussetzungen. Zunächst muss es der Gesundheitszustand erlauben, zwar mit Unterstützung und Anpassungsmaßnahmen, aber dennoch in der gewohnten Umgebung leben zu können.


DAS UMFELD


Wichtige Punkte, bei deren Klärung Sie die folgenden Seiten unterstützen:

- Sind die baulichen Voraussetzungen gegeben (Punkt Barrierefreiheit)?
- Gibt es technische Assistenzsysteme (wie Herdabschaltung oder Sturzerkennung), die einen Verbleib in den eigenen vier Wänden erleichtern?
- Gibt es Nachbarschaftshilfen / welche?
- Gibt es Betreuungsgruppen / welche?
- Wer bietet Essen auf Rädern? Gibt es Mittagstische für Senioren im Ort?
- Gibt es eine Tagespflege oder einen Generationentreffpunkt?
- Gibt es Lieferdienste für Lebensmittel oder ehrenamtliche Fahrdienste/Bürgerbusse hin zu Lebensmittelgeschäften?
- Welche ambulanten Pflegedienste gibt es?
- Wer erledigt hauswirtschaftliche Aufgaben, ggf. gegen Bezahlung?
- Welches Notrufsystem können Sie nutzen?


IM EIGENEN HAUS BARRIEREN ABBAUEN



 Wege und Stellplätze

 Eingangsbereiche und Wohnungszugang


 Überwindung von Treppen und Stufen

 Anpassung der Raumgeometrie

 Balkone, Loggien und Terrassen

 Umbau des Bades

 Bedienelemente und Hilfssysteme

 Beratung durch Fachleute

© vector/ AngelaStolle – stock.adobe.com



TIPPS:

- Einige Einrichtungsgegenstände sind auch über Ihren Arzt verordnungsfähig.
- Die Pflegekasse bezuschusst unter bestimmten Voraussetzungen eine Umbaumaßnahme mit bis zu 4.000 €.
- Die KfW kann altersgerechtes Umbauen fördern.

BARRIEREFREIES WOHNEN IST NICHT GLEICH BEHINDERTENGERECHT

Viele Menschen verwenden die Begriffe „barrierefrei“ und „behindertengerecht“ in einem Atemzug. Obwohl diese beiden Bezeichnungen zahlreiche Gemeinsamkeiten aufweisen, ist „barrierefrei“ nicht zwangsläufig auch „behindertengerecht“. Als „barrierefrei“ wird eine Wohnung bezeichnet, wenn alle Türen mindestens 80 Zentimeter breit sind, der Fahrzeugabstellplatz gut zugänglich und wesentlich größer ist als herkömmliche Pkw-Stellplätze und der Weg zu den Mülltonnen so gestaltet ist, dass diese auch bei schlechtem Wetter, Eis und Schnee gefahrlos zugänglich sind. „Behindertengerechtes“ Bauen dagegen zeichnet sich durch insgesamt größere Bewegungsmöglichkeiten aus: Schwellenfrei zugängliche Terrassen und Balkone zählen ebenso dazu wie eine bodengleiche Dusche samt Sitzgelegenheit und Haltegriffen, auch an Waschbecken und WC. Während einige Anforderungen also durchaus



nachgerüstet werden können, müssen die grundlegenden Anforderungen bereits in einem frühen Stadium der Bauplanung berücksichtigt werden. Türbreiten, Raumgrößen und stufen- bzw. schwellenlose Übergänge lassen sich im Nachhinein, wenn überhaupt, nur mit hohen zusätzlichen Kosten herstellen.

BAU- UND SPARVEREIN RAVENSBURG EG

SENIOREN-WOHNGEMEINSCHAFT ZUM WOHLFÜHLEN

Vor 120 Jahren taten sich Arbeiter, Angestellte und Beamte zusammen und gründeten die Bau- und Sparverein Ravensburg eG (BSV), um neuen Wohnraum in der Stadt zu schaffen. Mit bis heute deutlich mehr als 3.000 gebauten Wohnungen hat der BSV maßgeblich zur Stadtentwicklung beigetragen.

Die Genossenschaft kümmert sich auch um ältere Menschen. Um ihnen die Möglichkeit zu geben, weiterhin ein selbstbestimmtes Leben in den eigenen vier Wänden zu führen, gepaart mit liebenswerter Gesellschaft und Unterstützung, gibt es beim BSV zwei Senioren-Wohngemeinschaften. In der 2009 erbauten Gemeinschaft in der Ravensburger Galgenhalde besteht eine Zusammenarbeit mit der Liebenau-Lebenswert Alter gGmbH. Hier hilft man sich gegenseitig. Es gibt aber auch

professionelle Betreuungsangebote, hauswirtschaftliche Dienste oder Unterstützung in anderen Lebensbereichen – und das nicht nur im Krankheitsfall. Diese werden je nach Bedarf mit der Betreuungsassistentin abgestimmt und sorgen dafür, dass sich die Bewohner der Senioren-Wohngemeinschaft rundum wohlfühlen. Es stehen Ein-Raum-Apartments als privater Rückzugsbereich sowie ein großer Gemeinschaftsraum mit Küche, Ess- und Fernsehecke und eine große Terrasse für die Wohngemeinschaft zur Verfügung.

Bau- und Sparverein Ravensburg eG

Frau Ritter-Jehle (Soziales Management)

Reichlestraße 21, 88212 Ravensburg

Telefon: 0751 36622-39

selina.ritter-jehle@bsv-rv.de, www.bsv-rv.de



Bau- und Sparverein
Ravensburg eG

WOHNRAUMANPASSUNG – DAS MÜSSEN SIE WISSEN

Der Duscheinstieg ist zu hoch, am Hauseingang fehlt das Geländer und der Boden ist rutschig oder gar zur Stolpergefahr geworden?

Gesundheitliche Probleme oder Gebrechlichkeit im Alter machen das Leben in den eigenen vier Wänden beschwerlich. Wohnungen und Häuser, die nicht barrierefrei sind, komplizieren Ihr Leben womöglich ab einem gewissen Zeitpunkt: dann, wenn Sie Ihr Leben nicht mehr so führen können, wie es Ihnen möglich war, als Sie noch jünger waren.

Geringe Mängel reichen schon aus: Türschwellen lassen Sie stolpern, die sanitären Anlagen sind nicht mehr so einfach zu nutzen. Vielleicht funktioniert das erholsame Bad in der Badewanne auch nicht mehr so einfach, weil der Ein- und Ausstieg beschwerlich wird?

Ausziehen oder umbauen?

Glücklicherweise ist das kein Grund für Sie ausziehen. Viele Mängel oder Probleme lassen sich mit geringen Kosten und wenig Aufwand beheben.

Die Wohnung bzw. das Eigenheim kann durch fachkundige Hilfe barrierefrei umgebaut werden. Obere Stockwerke werden bspw. wieder begehbar, wenn Sie sich einen Treppenlift einbauen lassen.

Am einfachsten ist es natürlich, seine eigenen vier Wände von Haus aus barrierefrei zu gestalten oder

nach diesem Gesichtspunkt auszuwählen. Breite Türen, ebene Böden ohne Türschwellen oder begehbare Duschen machen das Leben im Alter sorgenfreier. Aber das ist nicht immer möglich.

Auch nachträglich können Sie einiges für seniorenrechtliches und barrierearmes Wohnen machen: Spätere Einbauten von Haltegriffen in der Dusche, in der Badewanne oder neben der Toilette sorgen für sicheren Stand. Höhenverstellbare Waschtische oder eine erhöhte Toilette sorgen für mehr Sicherheit und Komfort.

Auch Mobiliar erleichtert Ihnen die selbstständige Lebensführung: Aufstehhilfen für Sessel oder Sofa beispielsweise oder ein verstellbares Bett mit Haltegriffen.

Die Wohnraumanpassung ist damit eine wunderbare Alternative zum Leben im Seniorenheim, wenn gesundheitlich machbar.

Vorteile überwiegen klar und deutlich: Sie leben in Ihrem gewohnten Umfeld, können auf Nachbarschaftshilfe zurückgreifen und sind nicht an Regeln gebunden.

Kosten für Wohnraumanpassung

Eine Wohnraumanpassung ist allerdings immer mit Kosten verbunden. Glücklicherweise kommen für die meisten Kosten die Pflegekassen auf. Mittlerweile



Kreissenorenrat Ravensburg e. V.

**KREISSENIORENRAT
RAVENSBURG E. V.**

**Die Interessenvertretung für ältere
Menschen im Landkreis Ravensburg**

www.kreissenorenrat-ravensburg.de
info@kreissenorenrat-ravensburg.de

gibt es sogar die Möglichkeit von Baudarlehen, um altersgerecht umzubauen. Im Schnitt müssen Sie mit ca. 5.000 € bis 8.000 € für die Wohnraumanpassung rechnen – je nachdem, was und wie viel gemacht wird.

Folgende Maßnahmen im Rahmen einer Wohnraumanpassung finanziert die Pflegekasse bei Bedarf:

Maßnahmen außerhalb der Wohnung

- Ebenerdiger Zugang
- Treppenumbauten
- Treppenlift und/oder Rampe
- Vergrößerung der Türen
- Entfernen von Türschwellen
- Installation von selbstöffnenden Türen
- Anordnung von Schalterleisten
- Briefkasten in Greifhöhe (z. B. rollstuhlgerecht)
- Anbringen von Haltestangen
- Installation von Sitzplätzen im Treppenhaus
- Orientierungshilfen für Sehbehinderte

Anpassungen innerhalb der Wohnung

- Verlegung der Waschmaschinenanschlüsse in die Küche statt ins Bad (Kosten für Verlegung Wasser- und Stromanschlüsse)
- Neuer Bodenbelag (Rutschgefahr, Stolpergefahr)
- Heizungsregler in Greifhöhe
- Anpassung aller Lichtschalter und Steckdosen
- Raumtausch – z. B. Verlegung der Schlafräume nach unten
- Treppenlift

- Türvergrößerungen
- Entfernen von Türschwellen
- Fenstergriffe auf Greifhöhe
- Hausnotruf
- Unterfahrbare Kücheneinrichtung (Rollstuhl)
- Umbau eines vorhandenen Bades
- Badewanneneinstiegshilfe
- Anpassung der Sitzhöhe der Toilette
- Rutschhemmende Bodenbeläge im Badezimmer
- Höhenverstellbarer Waschtisch
- Pflegebett mit Haltegriffen

Risiken im Mehrfamilienhaus

Treppenhäuser, vor allem in Mehrfamilienhäusern, sind eine Gefahr für gebrechliche Personen. Knochenbrüche als Folge von Stürzen führen leider oft zu Pflegebedürftigkeit. Auch Hauseingänge sind nicht frei von Unfallgefahren.

Einfache Maßnahmen schützen vor Unfällen:

- Ausreichende Beleuchtung im Treppenhaus und vor der Haustür, um Stürze zu vermeiden
- Anbringung von Geländern oder Extra-Haltegriffen wo nötig
- Rutschfester Belag auf Treppenstufen
- Aufstellen von Warnschildern bei nassen Stufen
- Ausreichender Räum- und Streudienst – auch direkt vor der Haustür
- Verzicht auf wegrutschende Fußmatten (Stolpergefahr)
- Rasche Meldung von Schäden (z. B. Schlaglöcher) auf Wegen zum Haus
- Längere Schaltphasen für Beleuchtung im Hausflur

Frank Mauer



- Hausbau in Stahlleicht- und Modulbauweise
- Putz • Stuck
- Trockenbau
- Restauration
- Denkmalschutz
- Altbausanierung
- Wärmedämmung

Flexibel und selbstbestimmt leben

Individuelle Wohnlösungen in Stahlleicht- und Modulbauweise als Umbau – Anbau oder Neubau für verschiedene Wohnbereiche und Lebensphasen

Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne!
Telefon: 07528 97174

Hiltensweiler 22/1
88239 Wangen i. A. www.frankmauer.de
info@frankmauer.de





© Robert Kneschke – stock.adobe.com

Das können Sie sofort umsetzen

Sie möchten auf die Schnelle für etwas mehr Sicherheit sorgen, wollen aber im Vorfeld nicht viel investieren? Treffen Sie einfache Maßnahmen zur Wohnraumanpassung, die Sie wenig kosten.

Aber aufgepasst: Wollen Sie Zuschüsse zur Wohnraumanpassung beantragen, müssen Sie dies vor größeren Änderungen machen. Sonst bleiben Sie auf den Kosten sitzen.

Beispiele für Sofortmaßnahmen zur Wohnraumanpassung

- Entfernen von Teppichen und Läufern im Wohnraum
- Kabel sicher verstauen (Stolperfalle!)
- Rutschfeste, flache Fußmatte an der Tür
- Dinge des täglichen Bedarfs in erreichbarer Höhe platzieren
- Zweitschlüssel für den Notfall bei Nachbarn hinterlegen
- Telefon und Licht vom Bett aus erreichbar installieren
- Ausreichend Sitzgelegenheiten zum Ausruhen
- Gute Beleuchtung in der ganzen Wohnung
- Greifarm statt Trittleiter

Für den Umbau können Sie Fachkräfte hinzuziehen, gerade wenn es um größere Umbauten geht. Lassen Sie sich im Vorfeld durch die zuständige Pflegekasse beraten, was machbar ist und was nicht.

Zuschüsse der Pflegekasse für Wohnraumanpassung

Zuschüsse der Pflegekassen für Pflegebedürftige der Pflegegrade 1 bis 5 sind auf Antrag bis zu 4.000 € für Anpassungsmaßnahmen möglich.

Voraussetzung hierfür ist, dass durch die Wohnraumanpassung die Pflege im eigenen Zuhause ermöglicht, erleichtert oder die möglichst selbstständige Lebensführung wiederhergestellt wird. Wohnen mehrere Anspruchsberechtigte zusammen, erhöht sich der Zuschuss bis maximal viermal 4.000 €, also bis zu 16.000 €.

Der Zuschuss zur Wohnungsanpassung wird auch ein zweites Mal gewährt, wenn sich die Pflegesituation verändert hat und weitere Maßnahmen nötig sind.

Stellen Sie den Antrag zur Wohnraumanpassung unbedingt vor Beginn des eigentlichen Umbaus.

Der geplante Umbau soll die Sturzgefahr erheblich minimieren. Damit sinkt auch die Pflegebedürftigkeit aufgrund von Knochenbrüchen im Alter. Planen Sie so, dass die Räume immer mit Rollator oder Rollstuhl erreichbar sind.

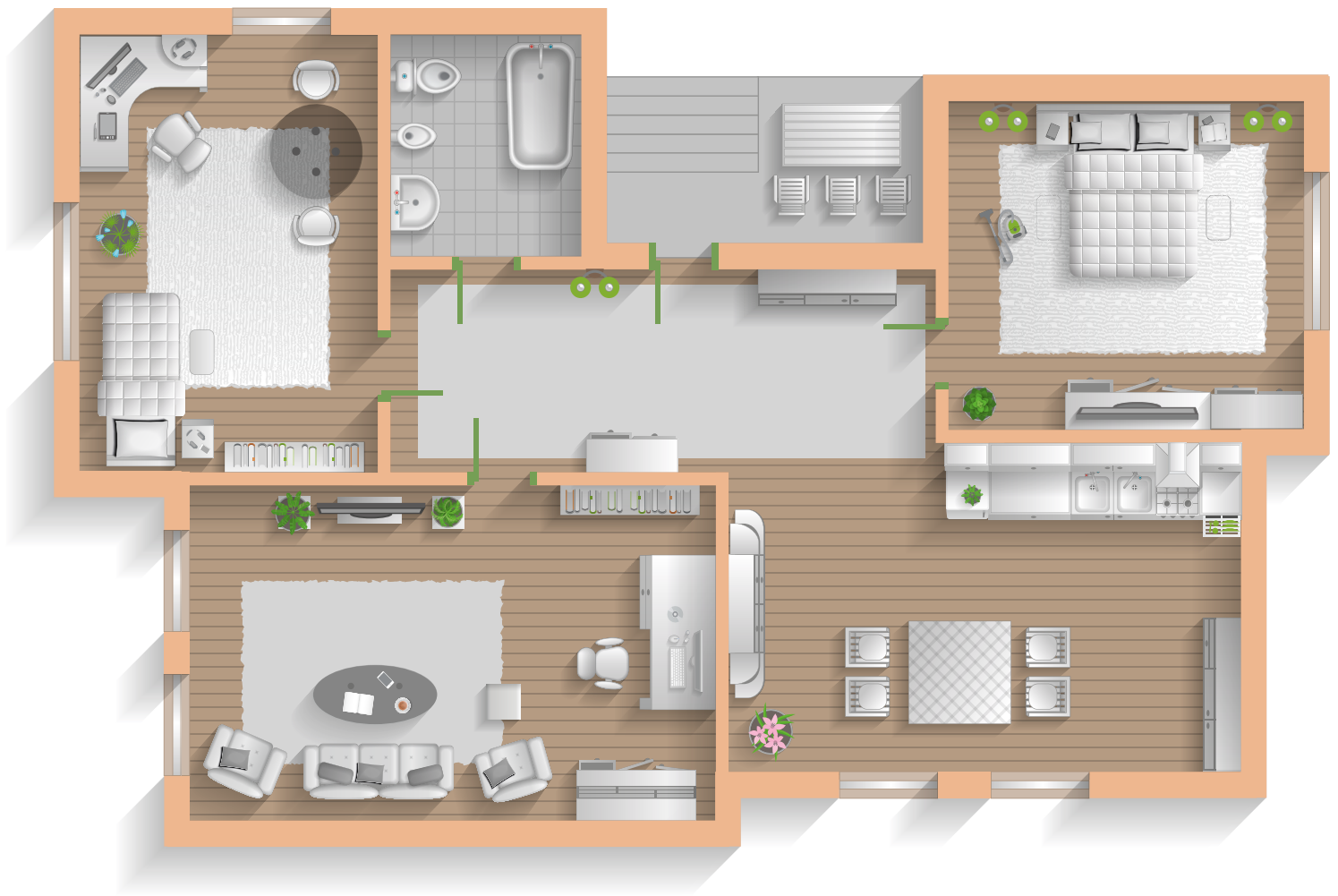
Zustimmung des Vermieters

Können Sie nicht auf das Eigenheim zurückgreifen, müssen Sie im Vorfeld Ihre Umbaupläne mit dem Vermieter abstimmen. Vermieter müssen der Wohnraumanpassung zustimmen.

Eine kompetente Beratung in Sachen Wohnraumanpassung spart Zeit und Nerven. Hilfe hierzu finden Sie bei entsprechenden Vereinen oder bei einer Pflegeberatung vor Ort.

Ablehnung – was tun?

Wird Ihr Antrag auf Bezuschussung der Wohnraumanpassung abgelehnt, muss die Pflegekasse hierfür einen Bescheid mit Begründung senden. Sie können Widerspruch bei der Pflegekasse einreichen. Nehmen Sie hier ggf. rechtliche Beratung in Anspruch.



© Алексей Шпадарук – stock.adobe.com

BARRIEREFREIE RAUMSPARTÜREN

Die Küffner-Raumspartür findet in Bereichen des barrierefreien Bauens und Wohnens sowie zur Inklusion von Menschen mit Einschränkungen ihre ideale Bestimmung. Die barrierefreie Tür kann ohne unfallträchtiges Manövrieren mit Rollstuhl und Rollator selbstständig benutzt werden.

Das Türblatt öffnet lediglich auf 90°. Die Türklinke bleibt dadurch stets erreichbar und kann auch bei geöffneter Tür von beiden Seiten des Durchgangs einfach bedient werden. Dies bewahrt die Selbstständigkeit von Menschen mit Gehhilfe, Rollator oder Rollstuhl und erhält die Würde bei der Nutzung von Toilette und Bad.

EINGANG

Digitale Schließanlagen steigern Komfort und Sicherheit, denn die Handhabung eines Transponders, der den klassischen Schlüssel aus Metall ersetzt, ist deutlich einfacher. Je nach System müssen die Bewohner lediglich auf den Transponder drücken, um eine Tür zu entriegeln. An Hauseingangstüren muss der Transponder noch nicht einmal aus der Tasche genommen werden: Sobald sich der Bewohner mit dem Transponder der Tür nähert, entriegelt die Tür automatisch und muss nur noch aufgedrückt werden.

Auch für Pflegepersonal und Angehörige ist der Zugang mit einem digitalen Schließsystem leichter; besonders im Notfall, wenn die Türen sich über eine App öffnen lassen.

TREPPENHAUS

Die meisten Häuser werden hierzulande mehrgeschossig gebaut. Um Platz und Kosten zu sparen, fallen Treppenaufgänge manchmal recht bescheiden aus. Dabei wird nicht bedacht, dass enge Treppenläufe die Nutzbarkeit des Hauses im Alter einschränken. Spätestens wenn der Einbau eines Treppenlifts ansteht, bewährt sich eine ausreichend breite Treppe mit einfachem Lauf.

Von Vorteil ist es dann auch, wenn das Treppenhaus massiv ausgebildet wurde, dann kann der Treppenlift einfach und sicher montiert werden. Ein bequem zu umfassender Handlauf, drei bis vier Zentimeter stark, bietet Jung und Alt Sicherheit, insbesondere dann, wenn die Enden deutlich markiert sind: Eine Kugel oder ein anderer Schmuck ist bei Sehbehinderung hilfreich zur Orientierung. Nicht nur für seh- und gehbehinderte Menschen sollte die Treppe hell und blendfrei ausgeleuchtet sein: Stürze auf Treppen zählen zu den häufigsten Unfallursachen im Haushalt.

TIPP DER WOHNBERATUNG IM LANDKREIS RAVENSBURG:

Wussten Sie schon, dass Stufen viel sicherer sind, wenn

- beidseitig Handläufe angebracht sind.
- Handläufe durchlaufend sind, d. h. auch an Fenstern und Podesten nicht unterbrochen sind.
- Handläufe beleuchtet sind.
- Handläufe 30 cm über die erste und letzte Stufe hinausgeführt werden.
- Handläufe griffsicher ausgeführt sind.
- Podeste zwischen Stufen mit Sitzgelegenheiten zum Ausruhen ausgestattet sind.
- die Beleuchtung so angebracht ist, dass keine Schlagschatten entstehen.
- Handläufe kontrastreich zur Wand sind.
- Handläufe mit taktilen Elementen ausgestattet sind. Auch wer schlecht oder nichts sieht, soll Anfang, Ende und Richtungswechsel im Treppenhandlauf „erspüren“ können.

über **100** Jahre

Wir fertigen für Sie ➔



Merkle
Metall- und
Sondermaschinenbau GmbH

www.merklemetall.de





- BALKONE & ÜBERDACHUNGEN
- TREPPEN & TREPPENGELÄNDER
- GITTER, TORE & CARPORTS
- SONDERANFERTIGUNGEN

🏠 Niederbieger Straße 39
88255 Baienfurt

☎ 0751 52052

✉ info@merklemetall.de

Treppenlift

Ein Treppenlift ermöglicht es, bei Mobilitätseinschränkungen Höhenunterschiede sicher und ohne Hilfe zu überwinden. Für den Innen- und Außenbereich geeignet. Auch als Plattformlift für Rollstuhlfahrer erhältlich.

- Ab 8.000 €
- Erhältlich bei Händlern von Treppenliften

Zuschuss durch Pflegekasse möglich



Sitz-Treppenlift



Plattformlift auch für Rollstuhlnutzung



Stufenmatten mit Kaschmir-Ziegenhaar behaglich und trittsicher

Ihr Partner für sicheres und schönes Wohnen.

Teppich. Parkett. Gardinen.



bohmeier.

Hähnlehofstr. 87
88250 Weingarten
Tel.: 0751/561660

www.bohmeier-gmbh.de



Treppensteiger Scalamobil

Hilft beim Überwinden von Stufen aller Art. Die Griffe bieten eine sichere Bedienung mit wenig Kraftaufwand. Automatische Sicherheitsbremsen am Treppensteiger stoppen zuverlässig an jeder Stufenkante. Das Scalamobil passt an die meisten Rollstuhlfabrikate. Geeignet für ein maximales Gesamtgewicht von 180 kg. Zerlegbar, im Auto transportierbar. Ausführliche Einweisung erforderlich. Varianten: integrierte Sitzheizung, als kompakter Schiebestuhl.

- Ohne Rollstuhl ab 5.500 €, Faltrollstuhl ca. 800 €
- Erhältlich beim Sanitätshaus

Verordnungsfähig



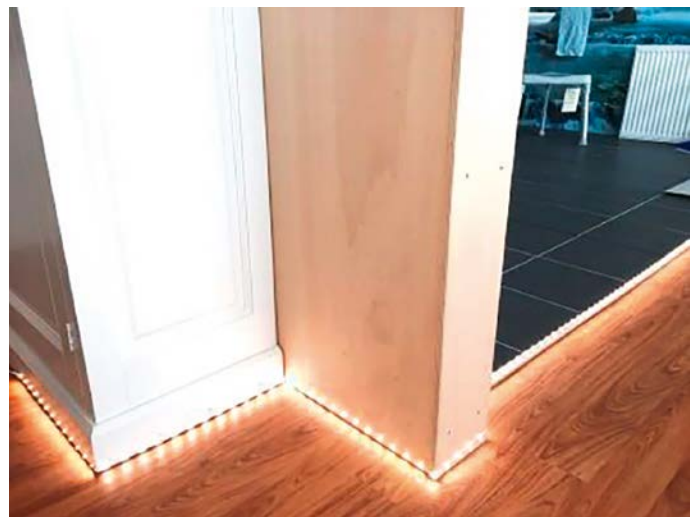
Treppensteiger Scalamobil

FLUR

LED-Lichtleitsystem

Zum Markieren von Schwellen und/oder Stufen. LED-Band mit Klebevorrichtung an der Rückseite für ein einfaches Anbringen. Einstellung in verschiedene Farbtöne und Lichtfunktionen möglich. In Verbindung mit einem Steckdosenbewegungsmelder auch als Bewegungslicht und Schwellenmarkierung einsetzbar.

- Ca. 25 €
- Erhältlich im Elektrofachhandel, Baumarkt



LED-Lichtleitsystem

Mobile Rampe zur Schwellenbeseitigung

Für Rollator, Rollstuhl oder wenn es schwer fällt, die Beine zu heben. Verschiedene Ausführungen, z. B. zweiteilig zum Einhängen in eine Terrassentürschwelle.

- Ca. 230 €
- Erhältlich bei Schreinerei, Sanitätshaus

Verordnungsfähig, wenn dies den einzigen Zugang in die Häuslichkeit ermöglicht.



Mobile Rampe zur Schwellenbeseitigung

OPTIMIEREN SIE IHRE KÜCHE

Damit Sie sich auch im hohen Alter oder im Krankheitsfall optimal versorgen können, sollte Ihre Küche hierfür optimiert sein. So müssen Sie sich nicht um Sicherheit oder fehlende Selbstständigkeit sorgen, sondern können noch lange selbst Essen zubereiten und sich verpflegen.

Das Wichtigste ist Ihr Bewegungsspielraum. Auch mit Rollstuhl oder Rollator sollte die Küche begehbar sein. Dazu ist es praktisch, wenn in der Küche eine zusammenhängende Arbeitsfläche verbaut ist. Hier lassen sich Spüle und Herd integrieren. Für Rollstuhlfahrer gibt es die Möglichkeit einer Installation von unterfahrbaren Arbeitsflächen.

Herd & Backofen sicher bedienen

Rund um Herd und Backofen können Sie für einfache Optimierung in Sachen Bedienbarkeit und Sicherheit sorgen:

- Backöfen auf Augenhöhe sind einfacher zu bedienen
- Restwärmeanzeige bringt mehr Sicherheit in der Bedienung
- Ebene Kochfelder erleichtern das Verschieben von schweren Töpfen
- Selbstreinigende und leicht zu reinigende Backöfen minimieren die Unfallgefahr
- Mikrowellengeräte erleichtern den Alltag
- Herdüberwachung mit Alarmsignalen und Kindersicherung sorgen für mehr Sicherheit
- Automatische Abschaltung bei Überkochen oder Überhitzung
- Lassen Sie Ihren Rauchmelder auf Funktion überprüfen, wenn Sie unsicher sind, ob er noch funktioniert

Einfache Maßnahmen, um die Küche barrierearm zu gestalten

- Installieren Sie Unterschränke mit Auszügen und Schubladen
- Nutzen Sie statt Keller einen gut erreichbaren Vorratsschrank



© Julia Vadi – stock.adobe.com

* Alles
neu
macht
der

maideL
S C H R E I N E R E I

Peter Maidel
Schreinermeister
Pfannenstiel 18
88214 Ravensburg
Tel. (0751) 25286

* Ihre Werkstätte für individuellen
handwerklichen Innenausbau:
Beratung · Planung · Ausführung

- Ändern Sie bei Bedarf die Höhe der Arbeitsplatte (Beinfreiheit!)
- Spülbecken und Arbeitsflächen sollten Platz zum Arbeiten ermöglichen
- Steckdosen und Beleuchtung in greifbarer Höhe anordnen
- Bodenbelag bei Bedarf ändern (rutschfest)
- Spitze Möbelkanten bei Bedarf abrunden oder Kantenschutz anbringen
- Reduzieren Sie die Anzahl der Küchenmöbel (Unfallgefahr)
- Greifen Sie auf gute Lichtquellen zurück, sie minimieren die Unfallgefahr
- Haltegriffe rund um den Arbeitsbereich sorgen für mehr Sicherheit
- Mit einem Greifarm werden auch Dinge in oberen Schränken einfach erreichbar (wenn Anordnung nicht anders möglich)
- Die Arbeitsfelder sollen stets sinnvoll angeordnet sein
- Hängeschränke bei Bedarf absenken für bessere Erreichbarkeit
- Tauschen Sie evtl. Türgriffe oder Hebel aus, falls sie sich schwer öffnen lassen
- Spezielles Geschirr sowie Besteck für einfaches Essen
- Nutzen Sie rutschfeste Unterlagen beim Schneiden oder Essen
- Akkusauger oder Kehrschaufel mit langem Griff ermöglichen das Reinigen des Bodens ohne Bücken
- Stühle sollten mit rutschfesten Kappen versehen sein

- Schaffen Sie eine sichere Sitzgelegenheit, um auszuweichen oder sich beim Schneiden von Gemüse auch mal hinzusetzen

Arbeitsflächen & Schränke

Um das Arbeiten in der Küche komfortabler zu gestalten, können Sie Ihre Schränke mit Schiebetüren versehen. Einige Hersteller bieten eine Ausstattung mit elektronischer Höhenverstellbarkeit an. So können Sie die Schränke auf beliebiger Höhe einstellen. Besonders hilfreich ist das Anbringen von durchsichtigen Böden in Schränken. So sehen Sie auf Anhieb den Schrankinhalt. Mühseliges Suchen entfällt.

Unter den Arbeitsflächen lassen sich herausziehbare Stützen montieren. Hier können Sie sich anlehnen, wenn Sie mehr Halt benötigen. Das ist besonders praktisch, wenn Sie körperlich eingeschränkt sind.

Räumen Sie Dinge des täglichen Bedarfs auf einfache Greifhöhe nach vorn in Ihre Schränke. Untere Schränke und Fächer ganz oben sollten nur im Notfall als Stauraum verwendet werden. Prüfen Sie auch, ob die Arbeitsflächen hoch oder tief genug sind, passend für Ihre individuelle Körpergröße.

Ihr Esstisch steht im Weg? Ein Wandklapptisch lässt sich individuell auf Ihre Sitzhöhe anpassen und ist schnell beiseitegeräumt. So haben Sie auf Anhieb mehr Bewegungsfreiheit.

Barrierefreie bewegte Küche

Mit bewegbaren, in der Höhe individuell elektrisch einstellbaren Elementen. Ein hoch eingebauter Backofen sorgt für rüchenschonende Bedienbarkeit. Die unterfahrbare Arbeitsplatte ist ideal für Rollstuhlfahrer geeignet.

- Ca. 8.000 € (eine Küchenzeile inkl. Geräte)
- Erhältlich im Küchenfachhandel



SCHREINEREI
bruno bogenrieder
INDIVIDUELLE GESTALTUNG – EIGENE FERTIGUNG

- Möbelbau
- Einbauschränke
- Küchenumbau
- Haus- Zimmertüren
- Sonderanfertigungen

Hähnlehofstraße 89
88250 Weingarten
Telefon 0751-55 36 98
Fax 0751-55 36 79

info@schreinerei-bogenrieder.de
www.schreinerei-bogenrieder.de

6	Sitzgelegenheiten	Festmontiert / mobil möglich, mit Seiten- / Rückenlehnen möglich, fahrbarer Duschstuhl...
7	Notrufschnur	Notrufknopf (sollte auch aus Liegeposition erreichbar sein)
8	Haltegriffe	Klapphaltegriffe neben WC
9	WC-Erhöhung	Aufsatz, erhöhte Aufhängung der Porzellanschüssel, sollte individuell angepasst werden (ca. 55 cm – 65 cm), rollstuhlgerecht: 48 cm nach DIN-Norm
10	Dusch- und Föhn-WC	Säubert nach dem Toilettengang mit einem Wasserstrahl und föhnt anschließend
11	Flaches Waschbecken	Unterfahrbarkeit
12	Stromanschlüsse	Für Dusch-WC, Sensor-Wasserhahn o. ä.
13	Kippspiegel oder Spiegelfliesen unter Spiegel	Ermöglichen Sicht auch im Sitzen
14	Rutschfeste Fliesen	Machen das Bewegen im Badezimmer sicher und können Stürze auch bei Nässe verhindern, z. B. Rutschfestigkeit
15	Türanschlag nach außen	Alternative: Schiebetür
16	Stolperfallen/Türschwelle kennzeichnen	Z. B. durch LED-Lichtband
17	Handbrause	Zum Haarewaschen am Waschbecken oder zur Bidet-Funktion
18	Einstieghilfe für Badewannen	Lässt sich auf dem Rand der Badewanne befestigen und erleichtert das Einsteigen in und das Aussteigen aus der Badewanne
19	Badewannen-Lifter oder -Tür	Erleichtern den Gebrauch der Badewanne

TIPP DER WOHNBERATUNG IM LANDKREIS RAVENSBURG:

- Eine breite, nach außen zu öffnende Tür oder eine Schiebetür ermöglicht es, einer gestürzten Person zu Hilfe zu kommen, auch wenn diese im Eingangsbereich liegt.
- Eine bodengleiche Dusche reduziert das Sturzrisiko erheblich. Feste Duschtrennwände verkleinern die Raumgeometrie, deshalb sollte besser ein Duschvorhang eingeplant werden.
- Der Bodenbelag sollte rutschfest sein (z. B. Fliesen RG 11).
- Ein guter Kontrast zwischen Boden und Wänden erleichtert die Orientierung bei Kreislaufproblemen und Schwindel.
- Möglichst viele Haltegriffe erhöhen die Sicherheit.
- Sitzgelegenheiten in der Dusche und vor dem unterfahrbaren Waschbecken mit verstellbarem Spiegel erleichtern die Körperpflege.
- Eine individuell angepasste Höhe des WCs erleichtert das Aufstehen. WCs und Waschbecken können auch höhenverstellbar sein.
- Ein Badewannen-Lifter oder Badebrett erleichtert den Einstieg in die Badewanne.
- Einhebelarmaturen mit möglichst langem Hebel oder mit Bewegungssensor sind leichter zu bedienen.
- Halten Sie, vor allem wenn Sie alleine wohnen, eine Notrufanlage oder eine Inaktivitätserkennung im Badezimmer vor.

WC

Stützklappgriffe

Zur Befestigung neben dem WC.

- Ca. 120 € – 1.300 €
- Erhältlich im Sanitätshaus, Sanitärfachgeschäft, Baumarkt

Verordnungsfähig

Rollstuhlgerechtes WC

Ragt tief in den Raum hinein, sodass ein besseres Umsetzen möglich ist. Die rollstuhlgerechte Sitzhöhe gemäß DIN-Norm 18040-2 beträgt 48 cm.

- Ca. 200 € – 500 €
- Erhältlich im Sanitärfachgeschäft, Baumarkt



Stützklappgriffe



Rollstuhlgerechtes WC

TIPP DER WOHNBERATUNG IM LANDKREIS RAVENSBURG:

- Bei Nicht-Rollstuhlfahrern sollte eine individuelle, in der Regel höhere Sitzhöhe gewählt werden. Die Höhe des WCs kann auch in Form einer WC-Sitzerhöhung angepasst werden.

Toilettensitzerhöhung

Knie, Rücken und Muskeln werden entlastet. Erleichtert das Aufstehen und Hinsetzen.

- Ab 20 €
- Erhältlich im Sanitätshaus, Kaufhaus

Verordnungsfähig

WC-Dusch- und Föhn-Aufsatz

Das Dusch-WC säubert nach dem Toilettengang mit einem Wasserstrahl und föhnt anschließend. Zusatzfunktionen: Sitzheizung, LED-Beleuchtung.

- Ab 400 €
- Erhältlich im Sanitärfachgeschäft, Baumarkt, Internet

Verordnungsfähig



Toilettensitzerhöhung



WC-Dusch- und Föhn-Aufsatz



© Simone – stock.adobe.com

SICHERHEIT & KOMFORT IM WOHNZIMMER

Passen Sie Ihr Wohnzimmer an Ihr Alter und an Ihren gesundheitlichen Zustand an: Gerade, wenn das Wohnzimmer nicht mehr gut begehbar ist, weil viele Möbel und Dekoelemente im Weg stehen, ist es Zeit für eine Änderung.

Stolpern Sie immer wieder über Teppiche oder Läufer? Macht Ihnen das Aufstehen aus dem Lieblingssessel Probleme? Schaffen Sie Abhilfe mit unseren Tipps für mehr Komfort und Sicherheit im Wohnzimmer.

Änderungsmaßnahmen für Ihr Wohnzimmer

- Überprüfen Sie Ihr Mobiliar auf Standfestigkeit: Sind die Stühle und Tische kippstabil? Können Sie sich abstützen, ohne dass die Möbel ins Wackeln geraten?

- Die meisten Glasmöbel sind nicht sehr robust und sicher. Tauschen Sie diese daher bei Bedarf gegen Holzmöbel oder Ähnliches aus
- Scharfe Kanten an Tischen sichern Sie mit Kanten-schutz aus Plastik ab, so vermeiden Sie starke Verletzungen bei Stürzen
- Statten Sie Ihren Sessel mit einer Aufstehhilfe aus
- Sofa und Sessel können Sie mithilfe einer Möbel-beinverlängerung erhöhen. Alternativ beauftragen Sie den örtlichen Schreiner mit der Anfertigung von einfachen Holzklötzen
- In Fachgeschäften erhalten Sie Komfortsessel mit Aufstehhilfe
- Achten Sie darauf, dass alle Fenster, Heizungen und Türen gut zugänglich sind
- Weniger ist mehr: Trennen Sie sich von einigem Mobiliar, um mehr Bewegungsspielraum zu erreichen
- Blumen und Pflanzen stehen kippstabil und gut erreichbar an einem zentralen Punkt
- Ablageflächen für Fernbedienung und Telefon in greifbarer Nähe erleichtern die Bedienung und schonen Sie bei gesundheitlichen Einschränkungen

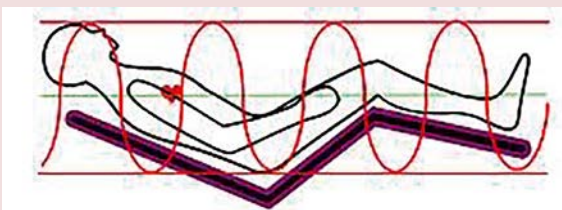
- Leselampen sorgen für mehr Komfort und schonen die Augen
- Sitzmöbel mit ergonomischen Arm- und Nackenstützen sind zu bevorzugen
- Die Beleuchtung sollte schattenfrei und blendfrei gestaltet sein. Dimmer sind eine zusätzliche Unterstützung
- Vermeiden Sie lose Kabel. Überdenken Sie die Anschaffung eines schnurlosen Telefons
- Bewegungsmelder, Nachtlichter oder leuchtende Lichtschalter sorgen für bessere Orientierung
- Rollläden mit elektronischer Funktion sind einfach zu bedienen und kosten keine Kraft

Niedrige Sitzmöbel kosten unnötig Kraft, schlechtes Licht beeinträchtigt Sie in Ihrem Alltag und alte Teppiche können zur Stolperfalle werden: Ihr Zuhause muss nicht automatisch die angestammte Gemütlichkeit verlieren, wenn Sie sich von einigen gewohnten Dingen trennen. Wichtig ist doch, dass Sie noch lange gesund in Ihrem Zuhause wohnen bleiben können. Versuchen Sie daher, Alternativen zu finden: vom Stolperteppich zu rutschfesten mediterranen Fliesen etwa.

TIPP DER WOHNBERATUNG IM LANDKREIS RAVENSBURG:

Wussten Sie schon ...?

- ...dass man in der Herz-Waage-Position die Belastung der Wirbelsäule auf ein Mindestmaß reduziert und das Körpergewicht somit optimal verteilt. Der Kreislauf wird weniger belastet, weil die Beine höher liegen als das Herz.
- Zusätzlich verhindert diese Liegeposition das Ansammeln von Wasser in den Beinen und gewährleistet absolute und angenehme Ruhe.



Boden-Decken-Stange

Diese Aufstehhilfe lässt sich ohne Bohren zwischen Boden und Decke einklemmen. Der Griff bietet eine Haltefunktion und zusätzliche Unterstützung beim Aufstehen oder Hinsetzen. Die Stange ist drehbar, sodass der Tisch schwenkbar ist. Sonderzubehör: Klappstuhl.

- Ca. 130 €
- Erhältlich im Sanitätshaus, Internet

Verordnungsfähig

Aufsteh-Sessel

Elektrisch verstellbar, inklusive Aufstehhilfe (130°-Liegeposition).

- Ca. 700 € – 1.900 €
- Erhältlich im Möbelgeschäft, Seniorenplanungsbüro



Boden-Decken-Stange



Aufsteh-Sessel

SCHLAFZIMMER

Sitz-, Aufsteh- und Pflegebett

Mit Seitwärts-Drehfunktion für selbstständiges Auf- oder Umsetzen in den Rollstuhl. Auch als Pflegebett-Einsatz (anstatt Lattenrost) erhältlich.

- Ab 4.000 €
- Erhältlich im Sanitätshaus

Verordnungsfähig

Pflegebett

Spezielles Bett für die häusliche und stationäre Pflege. Mit Höhen- und Winkelverstellbarkeit des Rücken- und Fußsteils.

Verschiedene Ausführungen: z. B. mit Rollen, mit Aufstehhilfe, als Niederflurbett. Auch als Pflegebett-Einsatz (anstatt Lattenrost) erhältlich.

- Ab 600 €
- Erhältlich im Sanitätshaus

Verordnungsfähig

Aufstehhilfe / Bettleiter

Zum ergonomischen Hochziehen aus dem Bett und auch als Trainingsgerät einsetzbar. Wird von Physiotherapeuten empfohlen.

- Ca. 30 €
- Erhältlich im Sanitätshaus, Spielwarengeschäft

Verordnungsfähig



Sitz-, Aufsteh- und Pflegebett



Sitz-, Aufsteh- und Pflegebett



Pflegebett



Aufstehhilfe / Bettleiter

MEHR FUNKTION FÜR IHREN KOMFORT

My Care Bed

rummel
matratzen

BETTEN ZWERGER

Bad Waldsee Industriestrasse 6 Tel. 07524 1427
info@betten-zwerger.de www.betten-zwerger.de

BARRIEREARMER BALKON SORGT FÜR SICHERHEIT

Genießen Sie weiterhin den Ausblick von Terrasse oder Balkon, unsere Tipps für mehr Barrierefreiheit auf Ihrem Balkon unterstützen Sie dabei:

Tipps für sicheren Stand auf Ihrem Balkon

Achten Sie auf einen barrierefreien Übergang von Wohnraum zu Balkon: Meist führen erhöhte Türschwelle zu Verletzungen durch Darüberstolpern.

Hier können Sie die Bodenhöhen angleichen lassen, um den Übergang zu erleichtern. Besonders mit Rollstuhl oder Rollator ist dieser Faktor wichtig. Alternativ können Sie kleine Rampen installieren lassen. Diese müssen rutschfest und wetterbeständig sein. Bei einigen Türschwelle unterstützen sogenannte Rampenlifte.

Ordnung bringt Sicherheit

Ein aufgeräumter und übersichtlicher Balkon erleichtert Ihnen das Vorankommen. Der Weg von der Balkontür zu den Pflanzen oder zur Sitzgelegenheit sollte frei und möglichst einen Meter breit sein.

Fest installierte Regale oder Haken in Greifhöhe helfen bei der Aufbewahrung von Pflanzenzubehör.

Wenige pflegeleichte Pflanzen für Ihren Komfort

Greifen Sie auf wenige pflegeleichte Pflanzen auf Ihrem Balkon zurück, die mit extremen Wetterverhältnissen gut zurechtkommen. So müssen Sie nicht ständig gießen. Achten Sie beim Gießen auf verschüttetes Wasser – Rutschgefahr! Ebene, rutschfeste Bodenbeläge erhöhen hier die Sicherheit auch bei nassen Böden. Zusätzlich können Sie Haltegriffe neben der Tür oder Sitzgelegenheit installieren.

Bequem und sicher sitzen

Achten Sie bei Ihren Sitzgelegenheiten auf ausreichende Höhe, um einfach wieder aufstehen zu können. Die Balkonmöbel sollten kippstabil und rutschfest stehen. Glasmöbel und Klappmöbel eignen sich daher nur bedingt. Ein stabiler wetterbeständiger Stuhl mit Rollen erleichtert die Mobilität

auf Ihrem Balkon, wenn die Platzverhältnisse es zulassen. Ihr Balkontisch sollte so konzipiert sein, dass Sie bequem mit den Beinen darunter Platz haben. Für mehr Raumangebot können Sie auf fest installierte, herunterklappbare Tische aus stabilem Holz zurückgreifen.

Stimmungsvolle Beleuchtung durch Solarlampen

Für komfortable und gemütliche Beleuchtung sorgen Solarlampen, für die keine Stromkosten anfallen. Bei Einbruch der Dunkelheit sorgen sie für ausreichend Licht. Bewegungsmelder erleichtern die Orientierung.

Ausreichend Sonnenschutz

Gerade im Sommer müssen Sie auf ausreichend Sonnenschutz achten. Markisen und Sonnenschirme sind nicht immer einfach zu händeln, lassen Sie sich daher fachlich beraten, welcher Schutz am besten zu Ihnen passt. Fest installierte Schutzelemente bedürfen unter Umständen des Einverständnisses des Vermieters.

GARTEN

Ein wichtiges Kriterium für barrierefreies Bauen ist die gute Zugänglichkeit der Wohnung. Das beginnt schon im Vorgarten. Die stufenlose Erreichbarkeit des Eingangs über einen leicht ansteigenden Weg erfreut Jung und Alt. Die Vorteile eines schwellenlosen Eingangs muss man auch nicht mehr erklären. Er lässt sich technisch einwandfrei herstellen. Eine transparente Überdachung schützt vor Witterung und lässt dennoch Tageslicht einfallen. Überhaupt ist Licht ein wichtiger Sicherheitsfaktor. Ein einladender Hauseingang soll auch nachts sicher begehbar sein. Die Leuchten können über Bewegungsmelder geschaltet werden.

Stuhl mit Rollen

Erleichtert das Heranschieben an den Tisch durch eine zweite Person.

- Ca. 200 € – 415 €
- Erhältlich im Möbelfachgeschäft, Seniorenplanungsbüro



Stuhl mit Rollen

Verordnungsfähig

Aufstehhilfe (manuell)

Durch die Verlagerung des Körpergewichts schiebt die Pneumatik des „Katapultsitzes“ den Körper sanft nach oben.

- Ca. 160 €
- Erhältlich im Sanitätshaus

Verordnungsfähig

Aufstehhilfe (elektrisch)

Durch elektrisches Aufblasen wird der Körper vom Stuhl angehoben.

- Ca. 550 €
- Erhältlich in der Mangar Handelsvertretung



links: Aufstehhilfe (manuell)
rechts: Aufstehhilfe (elektrisch)

TIPP DER WOHNBERATUNG IM LANDKREIS RAVENSBURG:

- Sorgen Sie für genügend freie Bewegungsflächen, und entfernen Sie Stolperfallen wie Teppichkanten und lose liegende Kabel. Schwellen können mittels kleiner Rampen oder Beleuchtung entschärft werden.
- Eine blendfreie gute Ausleuchtung mit Bewegungsmeldern in der Wohnung verringert die Sturzgefahr erheblich.
- Viele Handläufe und Griffe bieten sichere Haltemöglichkeiten beim Gehen. Eine Bettstrickleiter oder eine Boden-Decken-Stange bietet Hilfe beim Aufstehen.
- Ergonomische Sessel mit geeigneter Sitzhärte und -höhe erleichtern das Aufstehen.
- Betten, Küchenelemente, WCs und Waschbecken sind elektrisch verstellbar erhältlich. Für Stühle sind auch auflegbare Aufstehhilfen erwerbbar.
- Bedienelemente (leuchtende Lichtschalter) in Griffhöhe (ca. 85 – 100 cm) anbringen.
- Elektrische Rollläden und Türantriebe erfordern keinen Kraftaufwand.
- Es gibt Aufstehhilfen für Menschen, die nach einem Sturz nicht mehr aufstehen können.
- Rollatoren geben Sicherheit beim Laufen, es gibt sie in unterschiedlichsten Ausführungen.
- Für Rollstühle gibt es elektronische Treppensteiger.
- Treppenlifte gibt es als Sitz- oder als Plattformtreppenlift für den Innen- und Außenbereich.

TIPP DER WOHNBERATUNG IM LANDKREIS RAVENSBURG:

- Eine gut ausgeleuchtete, kontrastreiche Wohnumgebung sorgt für bessere Orientierung bei eingeschränktem Sehvermögen.
- Große, kontrastreiche und taktil beschriftete Knöpfe und Schalter an Geräten und in der Wohnung sorgen für eine einfache Bedienung.
- Bei Höreinschränkungen können hell blitzende Klingeln oder Wecker eine Hilfe sein.
- Telefone sind mit Blitzlicht und hörgerätegeeignet erhältlich.
- Für höreingeschränkte Menschen gibt es funkbasierte Kopfhörer für Fernseher und Musikanlagen.
- Bildschirm-Vergrößerungsgeräte sind durch den Arzt verordnungsfähig.
- Sprechende Uhren und Geräte erhöhen für Menschen mit Seheinschränkung die Selbstständigkeit.
- Großtastentastaturen und Programme zur Vergrößerung von Bildschirmhalten ermöglichen das Arbeiten am PC für sehingeschränkte Menschen.

Wecker bei Höreinschränkung

Der extralauten Vibrationswecker ist bis zu 113 dB laut. Die Tonhöhe und Lautstärke des Wecktons ist stufenlos verstellbar.

Das Vibrationskissen kann separat oder in Kombination mit dem Weckton genutzt werden und wird unter dem Kissen verstaut. Zusätzlich blinkt das LED-beleuchtete Display beim Wecken. Der Wecker funktioniert über Stromversorgung und Batterie zur Überbrückung von Stromausfällen.

- Ca. 50 €
- Erhältlich im Elektrofachhandel, Internet

Verordnungsfähig



Wecker bei Höreinschränkung

Hörverstärker, digitales Hörsystem

Extralauter Fernsehkopfhörer (max. 125 dB), mit dem die Töne von TV-Geräten und anderen Audiosystemen klar und störungsfrei gehört werden können. Durch Funksignale werden die Töne des Fernsehers auf den Kopfhörer übertragen.

- Ca. 220 €
- Erhältlich beim Hörgeräteakustiker, bei Discounteraktionen



Hörverstärker, digitales Hörsystem

Funk-Türklingelset

System, welches das akustische Signal der Tür- und Telefonklingel in optisches Blitzlicht umwandelt.

- Empfänger ca. 140 €
- Funksender ca. 50 €
- Erhältlich beim Hörgeräteakustiker, im Internet



Funk-Türklingelset

Blitzwecker

Mit lautem Klingelton, extrahellem Stroboskop-Blitzlicht und einfacher Bedienung. Der Wecker kann mit dem Telefon oder der Klingel verbunden werden.

- Ca. 140 €
- Erhältlich beim Hörgeräteakustiker



Blitzwecker

Verordnungsfähig

Telefon

Mit großen kontrastreichen Tasten, bebilderten Schnellwahltasten und einfacher Lautstärke-regulierung. Zusätzlich werden eingehende Anrufe durch ein Blitzlicht angezeigt.

- Ca. 40 €
- Erhältlich im Elektrofachhandel



Telefon

Komforttelefon

Das Telefon-Set besteht aus einem schnurgebundenen Basis-Telefon und einem schnurlosen Mobiltelefon. Die Besonderheit: Hörverstärkung, integrierte Notruftaste, für Hörgeräte geeignet.

- Ca. 160 €
- Erhältlich beim Hörgeräteakustiker



Komforttelefon

Bildschirmlesegerät

Texte und Bilder werden stufenlos auf dem Bildschirm vergrößert. Kontraste einstellbar. Als Erweiterung ist ein Touchscreenmonitor mit Vorlesefunktion erhältlich.

- Ca. 2.300 €
- Erhältlich beim Low-Vision-Fachoptiker



Bildschirmlesegerät

Mobile elektronische Lupe

Akkubetrieben. Portable Geräte gibt es in den unterschiedlichsten Größen (3,5“- bis 7“-Monitor bzw. einer Vergrößerung von 2- bis 24-fach).

- Ca. 1.500 €
- Erhältlich beim Low-Vision-Fachoptiker



Mobile elektronische Lupe

Vorlesegerät

Liest Texte bis DIN A4 laut vor. Lautstärke und Lesegeschwindigkeit regelbar. Mit Netz- und Akkubetrieb.

- Ca. 3.900 €
- Erhältlich beim Low-Vision-Fachoptiker

Verordnungsfähig (ab ca. 2 % Restsehvermögen)



Vorlesegerät

Vergrößerungsmaus

Überträgt den Text, der unter der Maus liegt, auf den Fernseher. Text kann in verschiedenen Kontrasten und Vergrößerungen dargestellt werden.

- Ca. 300 €
- Erhältlich im Elektrofachmarkt, Internet



Vergrößerungsmaus

Sprechender Wecker, sprechende Uhr

Sagt auf Knopfdruck Datum und Uhrzeit an. Zusätzliche Funktion: Terminerinnerung.

- Ca. 20 €
- Erhältlich beim Low-Vision-Fachoptiker, Sanitätsfachhandel, Blinden- und Sehbehinderten-Spezialversand



Sprechender Wecker, sprechende Uhr

Sprechende Küchenwaage

Mit Sprachausgabe des Gewichts und gut ertastbaren Braille-Tasten. Waage schaltet sich nach 60 Sekunden automatisch ab.

- Ca. 60 €
- Erhältlich beim Low-Vision-Fachoptiker, Blinden- und Sehbehinderten-Spezialversand, im Internet



Sprechende Küchenwaage

Farberkennungsgerät

Misst über 150 Farbnuancen, meldet Lichtintensität in unterschiedlichen Tönen.

- Ca. 200 € – 900 €
- Erhältlich beim Low-Vision-Fachoptiker, Blinden und Sehbehinderten-Spezialversand, Internet

Verordnungsfähig



Farberkennungsgerät

Kleingeld-Cashbox

Die logische Anordnung der Münznester ermöglicht ein schnelles Auffinden der gewünschten Münze. Auf der Unterseite befindet sich ein Münzkanal. Anhand der Münzgröße kann so ihr Wert ermittelt und in Braille oder über leicht erlernbare Symbole abgelesen werden.



Kleingeld-Cashbox

- Ca. 10 €
- Erhältlich beim Blinden- und Sehbehinderten-Spezialversand, im Internet



TIPP DER WOHNBERATUNG IM LANDKREIS RAVENSBURG:

Für Bücherwürmer

- Licht und Lichtschutz sind der erste Schritt in der Versorgung sehbeeinträchtigter Menschen. So können Lichthelligkeit und Lichtfarbe das Lesen enorm erleichtern und ermüden das Auge nicht.

Bodenstandleuchte

Mit SMD-LEDs. Erhältlich in drei Lichtfarben: Warmweiß – 2700 K, Neutralweiß – 4500 K, Kaltweiß – 6500 K. Auch erhältlich als Tischleuchte oder Klappleuchte. Mit Netzstecker oder als Akkuversion.

- Ca. 170 €
- Erhältlich beim Low-Vision-Fachoptiker



Bodenstandleuchte

Handleuchtlupe

Erhältlich in drei Lichtfarben: Warmweiß – 2700 K, Neutralweiß – 4500 K, Kaltweiß – 6500 K von 6 bis 56 dpt.

- Ca. 59 €
- Erhältlich beim Low-Vision-Fachoptiker



Handleuchtlupe

Verordnungsfähig

Standleuchtlupe

Mit 4-Chip-LED in drei Lichtfarben (Warmweiß – 2700 K, Neutralweiß – 4500 K und Kaltweiß – 6500 K) und austauschbaren Lupenköpfen von 6 bis 28 dpt.

- Ca. 139 €
- Erhältlich beim Low-Vision-Fachoptiker



Standleuchtlupe

Daisy-Player

CD-Player für sehbehinderte Menschen. Er tastbare, kontrastreiche Tasten ermöglichen sehbehinderten Personen das Abspielen von Daisy-Formaten, normalen Hörbüchern, MP3s und Musik-CDs. Zusätzlich verfügt das Gerät über eine Sprachausgabe der verschiedenen Tastenfunktionen.

- Ca. 400 €
- Erhältlich beim Low-Vision-Fachoptiker, im Internet



Daisy-Player

Großtasten-Tastatur

Er tastbare, kontrastreiche Zeichen ermöglichen sehbehinderten Personen das Schreiben am PC.

- Ca. 30 €
- Erhältlich im Internet



Großtasten-Tastatur

PC-Vergrößerungsstick iZoom

Mit dieser Software können PC-Bildschirminhalte stufenlos vergrößert und vorgelesen werden. Verschiedene Farbeinstellungen sind möglich.

- Ca. 460 €
- Erhältlich beim Low-Vision-Fachoptiker, im Internet

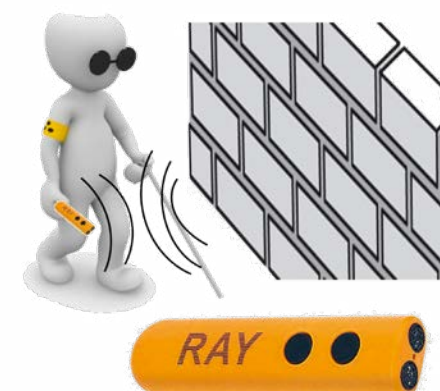


PC-Vergrößerungsstick iZoom

Ultraschall-Orientierungssystem

Mobilitätshilfsmittel als Ergänzung zum Langstock. Das Gerät verfügt über ein akustisches und / oder taktiles Signal. Bei Annäherung an Hindernisse, bspw. an eine Wand oder eine Tür, verstärkt sich das Signal, und Hindernisse können leichter erkannt werden.

- Ca. 170 €
- Erhältlich beim Low-Vision-Fachoptiker, Blinden- und Sehbehinderten-Spezialversand, im Internet



Ultraschall-Orientierungssystem

Verordnungsfähig



TIPP DER WOHNBERATUNG IM LANDKREIS RAVENSBURG:

- Griffverdickungen erleichtern die Handhabung von Stiften, Besteck, Zahnbürsten und anderen Alltagsgegenständen.
- Langstielige Alltagsgegenstände wie Kamm, Schuhlöffel, Kehrgarnitur, Greifzange und vieles mehr gleichen nachlassende Beweglichkeit aus.
- Große kontrastreiche Tasten an Haushaltsgeräten, Fernbedienungen und Telefonen vereinfachen die Bedienung.
- Flaschenaufdrehhilfen, Tubenausdrückhilfen, Schlüsseldrehhilfen verstärken die eigene Kraft um ein Vielfaches.
- Akustische Schlüsselfinder erleichtern das Auffinden von oft verlegten Dingen.
- Spezielles rutschsicheres Geschirr mit seitlicher Erhöhung erleichtert das Essen und Trinken.
- Tablettenboxen organisieren die Medikamenteneinnahme.
- Beistelltische auf Rollen können immer in greifbarer Nähe platziert werden.
- Mit einer Verlängerung für Fenstergriffe lassen sich schwer erreichbare Fenster sicher öffnen.
- Mit einem Drehsitz wird der Einstieg in das Auto einfacher.

Wasserwächter / Wassermelder

Meldet das Überlaufen der Badewanne oder Waschbecken.

- Kosten: ab 10 €



Wasserwächter /
Wassermelder

Besteck-Set mit Griffverdickung

Macht eine Mahlzeit mit einer ruhigen Hand wieder möglich. Durch den ergonomischen Griff liegt das Besteck immer bequem in der Hand und ist fast ohne Kraftaufwand zu nutzen.

- Ca. 65 €
- Erhältlich im Sanitätshaus



Besteck-Set mit
Griffverdickung

Verordnungsfähig

Griffverdickung

Wird über Zahnbürste, Stifte, Besteck oder Ähnliches gestülpt. Speziell für motorische Einschränkungen in den Händen geeignet.

- Ca. 5 €
- Erhältlich im Sanitätshaus, Bastelbedarf



Griffverdickung

Verordnungsfähig

TIPP DER WOHNBERATUNG IM LANDKREIS RAVENSBURG:

Für kreative Bastler:

- Griffverdickungen können Sie auch ganz einfach selbst basteln. Diese können Sie ganz nach Ihren Vorstellungen kreieren und verschenken. Dazu benötigen Sie ein Moosgummirohr aus dem Sanitätshaus, welches einfach zugeschnitten wird.



Tremor-Besteck

Ermöglicht eine einfachere Nahrungsmittelaufnahme, z. B. bei Parkinson. Gleicht das Zittern der Hände aus. Mit Lade- und Aufbewahrungsbox.

- Ca. 280 €
- Erhältlich im Internet



Tremor-Besteck

Tubenausdrückhilfe

Erleichtert vollständiges Leeren von Tuben ohne viel Kraftaufwand.

- Ca. 5 €
- Erhältlich im Sanitätshaus



Tubenausdrückhilfe

Rutschfestes Essbrettchen

Durch den an drei Seiten erhöhten Rand wird verhindert, dass die Brotscheibe beim Schmieren verrutscht. Ideal für Einhand-Bedienung.

- Ca. 22 €
- Erhältlich im Sanitätshaus



Rutschfestes Essbrettchen

Verordnungsfähig

Thermo-Trinkbecher

Die Geometrie des Innenbeckers erleichtert das Trinken. So kann der Becher geleert werden, ohne den Kopf in den Nacken legen zu müssen.

- Ca. 13 €
- Erhältlich im Sanitätshaus



Thermo-Trinkbecher

Medizinische Trinkhilfe

Menschen mit Schluckstörungen und Bewegungseinschränkungen können mit gesenktem Kopf trinken und beugen so dem Verschlucken vor. Der Trinkbecher ist individuell erweiterbar mit Haltegriffen und Schnabelbecheraufsatz.

- Ca. 60 €
- Erhältlich im Sanitätshaus oder Internet



Medizinische Trinkhilfe

Verordnungsfähig

Teller mit Esshilfe

Hinter diesem Teller verbirgt sich eine einzigartige Esshilfe, die man nicht auf den ersten Blick als solche erkennt. Durch den schrägen Innenboden sammelt sich Flüssigkeit automatisch auf einer Seite des Tellers. Dort sorgt ein versteckter Überhang dafür, dass das Essen leichter auf die Gabel und den Löffel gelangt. Ein Anti-Rutschring sorgt für zusätzlichen Halt.

- Ca. 35 €
- Erhältlich im Sanitätshaus



Teller mit Esshilfe

Verordnungsfähig

Multi-Deckelöffner

Zum einfachen Lösen fest sitzender Schraubdeckel. Rutschhemmende Innenseite für optimalen Griff. Passend für Schraubdeckel mit einem Durchmesser von ca. 4,0 – 8,0 cm.

- Ca. 3 €
- Erhältlich im Haushaltswarengeschäft, Discounteraktionen



Multi-Deckelöffner

Deckelöffner

Gläser mit Schraubverschluss können durch das Einschleiben in die Schienen mit einer Hand geöffnet werden. Montiert wird der Deckelöffner unter einem Hängeschrank oder Arbeitsregal.

- Ca. 20 €
- Erhältlich im Sanitätshaus, Discounteraktionen



Deckelöffner für Schraubverschlüsse

Gefäßöffner

Die Gummihalfter sorgen dafür, dass Flaschen und Gefäße aufrecht stehen, wodurch ein einhändiges Öffnen möglich ist. Auf der Unterseite befindet sich eine rutschfeste Fläche, die den Öffner auf dem gewünschten Platz hält.

- Ca. 50 €
- Erhältlich im Sanitätshaus, Discounteraktionen



Gefäßöffner

Deckelöffner

Der Deckelöffner dient zum Entlüften vakuumierter Gläser mit Schraubdeckel, die sich dann leichter öffnen lassen. Geeignet für Deckelhöhen von 1,5 – 2,0 cm.

- Ca. 3 €
- Erhältlich im Sanitätshaus, Internet



Deckelöffner

Dosenöffner

Zugring-Dosen lassen sich ohne viel Krafteinsatz öffnen. Durch den kontrollierten Zug vermeidet man Spritzer auf Kleidung und Arbeitsfläche.

- Ca. 5 €
- Erhältlich im Sanitätshaus, Discounteraktionen



Dosenöffner

Elektrischer Dosenöffner

Öffnet Dosen bis 1,2 kg, verfügt darüber hinaus über einen Kronkorken-Öffner und eine manuelle Messerschleifeinrichtung. Rutschfeste Füße fixieren das Gerät.

- Ca. 50 €
- Erhältlich im Haushaltswarengeschäft, Elektrofachhandel, Internet



Elektrischer Dosenöffner

Gemüseschneider

Zerkleinerung von Obst und Gemüse. Mit mehreren unterschiedlichen Messereinsätzen erhältlich. Durch das Herunterdrücken des Stempels wird das Schnittgut in einem Arbeitsgang zerkleinert.

- Ab ca. 30 €
- Erhältlich im Internet, Haushaltswarengeschäft



Gemüseschneider

Brötchenschneidhilfe

Der Schnitt erfolgt gerade mittig in der geschlossenen Box. Schnittverletzungen wird vorgebeugt, Krümel werden aufgefangen. Saugnäpfe für sicheren Stand. Besonders geeignet für Personen mit Sehbehinderungen, motorischen Störungen oder bei Hämophilie.

- Ca. 40 €
- Erhältlich im Blinden- und Sehbehinderten-Spezialversand, Internet



Brötchenschneidhilfe

Gläserbürste

Mit der Gläserbürste kann man problemlos mit einer Hand abwaschen. Durch die Saugnäpfe an der Unterseite erfolgt eine leichte Befestigung im Spülbecken.

- Ca. 13 €
- Erhältlich im Sanitätshaus



Gläserbürste

Mülleimer mit Bewegungssensor

Das Öffnen und Schließen des Deckels erfolgt automatisch bei Bewegung in der Nähe des Sensors (batteriebetrieben).

- Ca. 40 €
- Erhältlich im Kaufhaus, Internet



Mülleimer mit Bewegungssensor

Bügeleisen mit Sicherheitsfunktion

Das Dampf-Bügeleisen fährt kleine Abstandshalterfüßchen aus, wenn der Griff losgelassen wird. Außerdem schaltet sich das Bügeleisen automatisch ab, wenn es nicht benutzt wird.

- Ca. 160 €
- Erhältlich im Elektrofachhandel, Internet



Bügeleisen mit Sicherheitsfunktion

Steckdosenleiste mit Auswurfautomatik

Vierfach-Steckdosenleiste mit Hebel zum einfachen Auswerfen von Steckern

- Erhältlich im Elektrofachhandel oder im Internet
- Kosten: ab 15 €



Steckdosenleiste mit Auswurfautomatik

Steckdose mit Auswurfautomatik

Steckdose mit Hebel zum einfachen Auswerfen von Steckern

- Erhältlich im Fachhandel oder im Internet, z. B. von Busch und Jäger
- Kosten: auf Anfrage



Steckdose mit Auswurfautomatik

LED-Lichtleiste mit Bewegungsmelder

Batteriebetrieben oder mit Stromanschluss

- Erhältlich im Elektrobedarf oder im Internet
- Kosten: je nach Größe, Hersteller und Ausführung



LED-Lichtleiste mit Bewegungsmelder

Digitale Seniorenuhr

Kalender-Tagesuhr, mit großen Buchstaben und Ziffern. Schafft Orientierung und Sicherheit. Batteriebetrieben oder mit Stromanschluss.

- Erhältlich im Elektrofachhandel oder im Internet
- Kosten: je nach Größe, Hersteller und Ausführung



Digitale Seniorenuhr

24-Stunden-Uhr

Tagesuhr, einfacher mit dem Begriff Zeit umgehen und einen Tagesablauf überblicken oder planen. Batteriebetrieben.

- Erhältlich im Internet
- Kosten: je nach Größe, Hersteller und Ausführung



24-Stunden-Uhr

Medi-Wasserhahn

Lässt sich mit dem Handgelenk oder dem Ellenbogen bedienen. Besonders geeignet für Personen mit Gelenkproblemen oder motorischen Schwierigkeiten in den Händen.

- Ca. 70 €
- Erhältlich im Sanitärfachgeschäft



Medi-Wasserhahn

Waschmaschinenenerhöhung

Erleichtert die ergonomische Bedienung und beugt unnatürlichen Bewegungen in der gebückten Haltung vor.

- Ca. 35 €
- Erhältlich im Elektrofachhandel, Baumarkt, Internet



Waschmaschinen-
erhöhung

Fenstergriffverlängerung

- Erhältlich beim Schreiner / Internet
- Kosten: ca. 70 €



Fenstergriffver-
längerung



Wandregal mit Haltegriff

Wandregal mit Haltegriff

Erhältlich über den Fachhandel oder das Internet

- Kosten: je nach Abmessung

Türgriff-Alarm

Informiert über jeden unbefugten Zutritt, aber auch kein unbemerktes Verlassen der Wohnung möglich.

- Erhältlich im Fachhandel, Internet
- Batteriebetrieben
- Kosten: ca. 20 €



Türgriff-Alarm

Oberschränklift

Der Schrankinhalt kann bequem in Arbeitshöhe gebracht werden. Auch zur nachträglichen Montage im Oberschrank. Für verschiedene Schrankbreiten möglich.

- Erhältlich im Fachhandel / Möbelhaus oder beim Schreiner
- Kosten: auf Anfrage



Oberschränklift

Aufhängehilfe / Teleskoparm für Kleiderbügel

Praktische Stange, um z. B. Textilien auch aus größeren Höhen herunterzuholen oder hochzuhängen.

- Erhältlich im Fachhandel / Möbelhaus oder Internet
- Kosten: ab 10 €



Aufhängehilfe / Teleskoparm
für Kleiderbügel

Kleiderlift / Garderobenlift

Bequemes Ab- und Aufhängen der Kleidung im Schrank oder an der Garderobe. Manuell, aber auch mit Fernbedienung möglich. In bestehenden Schränken und Garderoben nachrüstbar.

- Erhältlich im Fachhandel / Möbelhaus oder Internet
- Kosten: ab 150 €



Kleiderlift / Garderobenlift

Gesundheitsordner

Alle wichtigen Unterlagen, wie z. B. Impfausweis, Diabetikerausweis, Rezeptgebührennachweis, Messwert-Aufzeichnungen, auf einen Blick.

- Erhältlich im Fachhandel oder im Internet
- Kosten: je nach Größe, Hersteller und Ausführung ab ca. 12 €



Gesundheitsordner

Erste-Hilfe-Dose / Notfalldose

Alle wichtigen Informationen (Name der Angehörigen, Medikamenteneinnahme ...) werden für den Notfall in der Kühlschrankschranktür aufbewahrt.

- Erhältlich im Fachhandel oder im Internet
- Kosten: je nach Größe, Hersteller und Ausführung, ab ca. 5 €



Erste-Hilfe-Dose / Notfalldose

Tablettenblister aus der Apotheke

Die Tabletten werden im Blister fertiggerichtet. Inklusive Übersicht über die benötigten Medikamente. Teilweise portionierbar zur Mitnahme in die Tagespflege.

- Erhältlich in der Apotheke
- Kosten: auf Anfrage



Tablettenblister aus der Apotheke

Tablettenteiler

Die Tabletten werden zerteilt und fallen in das integrierte Fach.

- Erhältlich im Fachhandel oder im Internet
- Kosten: ab ca. 5 €



Tablettenteiler



ALLTAGSHILFEN FÜR SENIOREN

Sich das Leben, den Alltag zu erleichtern, gelingt mit den folgenden Tipps garantiert. Denn gerade Senioren benötigen häufig Unterstützung bei alltäglichen Dingen, wollen aber ihre Selbstständigkeit nicht verlieren. Kommen Sie gut durch Ihren Alltag, wir helfen Ihnen dabei!

Beauftragen Sie einen Hausmeister-Service

Ein Hausmeister-Service bringt Ihnen – und vielleicht auch Ihren Nachbarn – Erleichterung in Sachen Gartenarbeit oder Schneeräumdienst. Überlassen Sie schwere Aufgaben ruhig anderen!

Gerade die Pflege der Grünanlagen beansprucht viel körperliche Kraft. Behindern Bäume oder Sträucher öffentliche Wege, droht zudem ein Bußgeld. Mit Unterstützung eines Hausmeister-Service beugen Sie Problemen vor – und Sie sind entlastet.

Auf Wunsch stellt Ihnen der Hausmeister-Service auch die Mülltonnen vor die Tür oder entrümpelt Ihren Keller. Gerade Letzteres ist eine besondere Herausforderung. Steht bei Ihnen eine regelmäßige Treppenhausreinigung an? Schließen Sie sich mit den Nachbarn zusammen, und gewinnen Sie Lebensqualität zurück, indem Sie Profis ans Werk lassen.

Einkaufsservice für Senioren

Gegen Gebühr und auch ehrenamtlich können Sie einen regionalen Einkaufsservice beauftragen. So müssen Sie keine schweren Taschen mehr schleppen. Sie listen vorab auf, was Sie benötigen, der Einkaufsservice erledigt den Rest. Eine sog. Einkaufsbegleitung nimmt Sie sogar mit auf Einkaufstour. Pflegekassen bezuschussen den Einkaufsservice unter Umständen, fragen Sie nach! Eine weitere Variante ist der Lieferdienst: Supermärkte oder Drogerien, auch Apotheken liefern die Ware bis vor die Haustür.

HILFE IM ALLTAG: MODERNE TECHNIK

Die Technik ändert sich heutzutage immer schneller, als die Menschen sich daran gewöhnen können. Je älter man wird, desto komplizierter scheinen manche Errungenschaften des modernen Lebens. Aber es gibt auch Vorteile. So lassen sich Anträge beispielsweise bereits online ausfüllen, und der Notrufknopf wäre ohne diese Technik heute nicht so verbreitet.

Mit dem Alter nimmt häufig die Fahrtüchtigkeit ab, das Auto wird verkauft oder man braucht es nicht mehr. Die Gründe, ohne eigenes Auto unterwegs zu sein, sind vielfältig.

UMGANG & HILFE MIT DEM COMPUTER

Der PC und das Internet erleichtern viele Dinge: Briefe schreiben, Anträge online ausfüllen und immer auf dem Laufenden bleiben. Für Senioren gibt es in fast jeder Stadt PC-Grundkurse, bei denen die Grundlagen verständlich erklärt werden.

Kommt es einmal am heimischen Computer oder Laptop zu Problemen, bieten Firmen und Internetanbieter schnelle Hilfe an.

Die wichtigsten Regeln im Umgang mit dem PC

- Verwenden Sie sichere Passwörter, die Sie sich merken können
- Ignorieren Sie E-Mails, bei denen Sie aufgefordert werden, Ihre Kreditdaten, persönlichen Daten oder Passwörter zu aktualisieren oder einzugeben. Ihre Bank oder andere seriöse Anbieter werden Sie dazu nie auffordern
- Installieren Sie ein gängiges Sicherheitssystem gegen Viren und Trojaner
- Spielen Sie regelmäßig Updates auf, um Sicherheitslücken zu schließen (kann automatisch eingestellt werden)

- Überprüfen Sie regelmäßig den Speicherplatz. Nutzen Sie für Fotos beispielsweise externe Festplatten
- Öffnen Sie keine unbekanntes E-Mail-Anhänge
- Machen Sie regelmäßig ein Back-up (Sicherung) Ihrer Daten, speichern Sie Wichtiges zusätzlich beispielsweise auf einer anderen Festplatte
- Vorsicht vor Abofallen!
- Fremde Bilder unterliegen dem Urheberrecht. Die Nutzung ist illegal
- Vorsicht bei angebotenen Downloads! Hinterfragen Sie stets das Angebot!
- Aufmerksam und kritisch bleiben!

Am besten lassen Sie sich ein Benutzerkonto (nicht das Administratorkonto) einrichten, dann hat die Schadsoftware, falls doch etwas passiert, nicht den vollen Zugriff auf Ihren PC. Sie haben dadurch keinerlei Einschränkungen.

SOZIALE MEDIEN: FACEBOOK, TWITTER, INSTAGRAM & CO.

Soziale Medien sind nützlich; Sie bleiben auf dem Laufenden, sehen, dank Facebook, was die Enkelin in der Freizeit macht, und gucken Familienfotos auf Instagram. Die sozialen Medien sind heutzutage Kommunikationsmittel, mittlerweile sind schon viele Senioren über 70 mit einem eigenen Nutzerkonto auf Facebook aktiv.

Die sozialen Medien bergen aber auch Gefahren: Durch die vorgegebenen Algorithmen nehmen Sie nur Nachrichten in Ihrer Filterblase wahr. Facebook sortiert, was Ihnen gefällt, und streicht andere – vielleicht relevante – Nachrichten einfach weg. Auch Betrüger versuchen immer wieder, Daten über soziale Medien abzugreifen.

Die wichtigsten Regeln im Umgang mit den sozialen Medien

- Nutzen Sie sichere Passwörter

- Achten Sie auf Ihre Privatsphäre-Einstellungen, und erlauben Sie nur Freunden, Ihre privaten Daten zu sehen
- Nehmen Sie keine Freundschaftsanfragen von Fremden an
- Nehmen Sie keine Freundschaftsanfragen von Freunden an, mit denen Sie bereits befreundet sind (kopierter Nutzer)
- Kontrollieren Sie regelmäßig Ihre Einstellungen, wer Ihre Daten sehen kann
- Glauben Sie nicht unbedingt jedem Beitrag, über die sozialen Medien werden viele Falschmeldungen verbreitet

ERREICHBAR MIT DEM SMARTPHONE

Mit dem Smartphone sind Sie erreichbar: Sie können online surfen, telefonieren, fotografieren oder Textnachrichten und E-Mails schreiben. Die Bedienung ist etwas gewöhnungsbedürftig, im Gegensatz zu herkömmlichen Mobiltelefonen agiert man mit den Fingern auf den Bildschirmen. Für die Nutzung im Winter sind mittlerweile spezielle Handschuhe erhältlich. Auch mit dem Smartphone sind Sie mit der virtuellen Welt verbunden: Laden Sie nicht unbedacht Apps oder Dokumente herunter. Generell ist das Android-System schadensanfälliger in Bezug auf Viren und Trojaner als das IOS von Apple.

Speziell für Senioren sind mobile Telefone erhältlich, die über große Tasten, eine Ortungsfunktion und eine Notruftaste verfügen. Die meisten Telefone verfügen außerdem über eine Lupen-Vergrößerungs-Funktion, um kleine Schriften besser lesen zu können.

Die gängigsten Apps für das Smartphone

- Gesundheits-Apps (Schlafanalyse, Ernährungsplan, Erinnerung, Wasser zu trinken, Rezepte u.v.m.)
- Apps für den Wetterbericht
- Apps Ihrer Bank (Sparkasse bspw.)
- Musik- und Video-Apps (YouTube, Spotify usw.)

Kaufen Sie Ihr Smartphone im Laden, sind Ihnen die Verkäufer bestimmt bei der Einrichtung des Telefons behilflich. Fragen Sie ansonsten eine andere Vertrauensperson nach Hilfe.

TIPP DER WOHNBERATUNG IM LANDKREIS RAVENSBURG:

- Automatische Abschaltung des Herdes bei Abwesenheit sorgt für Sicherheit.
- Überwachung von Häusern und Wohnungen gibt auch im Urlaub ein Gefühl von Sicherheit.
- Individuelle Beleuchtungs-, Raumtemperatur- oder Musiksteuerungen bringen Komfort.
- Steuerung von Lampen, Heizungen und anderen Elektrogeräten mit dem Smartphone ist durch den Hausbewohner selbst und auch durch Angehörige möglich.
- Beim automatischen Öffnen und Schließen von Rollläden wird keine Kraft benötigt.
- Intelligente Rauchmelder informieren bei Brandverdacht auch Verwandte, Nachbarn oder eine Notrufzentrale.
- Eine Flurbeleuchtung mit Bewegungssensor erhöht die Sicherheit.
- Eine Klingel mit zusätzlichem optischem Signal wird auch bei Höreinschränkungen erkannt.
- Durch eine Eingangsüberwachung mit Türöffnung wird Besuch visualisiert und kann mit sicherem Gefühl hereingelassen werden.



SMART-HOME-TECHNOLOGIE

Ambient-Assisted-Living-(AAL-)Smart-Home-Technologien gibt es auch speziell für das Wohnen im Alter. Der Begriff Ambient Assisted Living (AAL), etwa Alltagstaugliche Assistenzlösungen für ein selbstbestimmtes Leben, beschreibt Dienstleistungen und Produkte, die es Nutzern erlauben, bis ins hohe Alter in ihrem gewohnten Zuhause zu bleiben.

Mithilfe von Technologien zur Notrufauslösung, Beleuchtung oder auch intelligenten Zugangssystemen können selbst Menschen mit einer Pflegestufe, also beispielsweise Gehbehinderte oder auch Demenzkranke, deutlich länger in ihrem eigenen Zuhause bleiben. In der Praxis werden AAL-Systeme häufig in den Bereichen Sicherheit und Komfort eingesetzt; zum Beispiel automatische Abschaltungen von Herdplatten und Öfen oder Sturzerkennungssysteme im Bad.

Ebenso weit verbreitet sind die automatische Regulierung von Temperatur und Beleuchtung, was nicht nur sehr komfortabel, sondern auch kosten- und ressourcenschonend ist. Weit verbreitet ist inzwischen der Hausnotrufknopf, der Pflegepersonal, Rettungskräfte oder Angehörige in einem Notfall alarmiert. Der Knopf kann wie ein Lichtschalter fest installiert sein oder aber mit einem Armband gekoppelt werden. Wird der Notruf ausgelöst, überträgt das System zugleich den Standort der hilfebedürftigen Person.

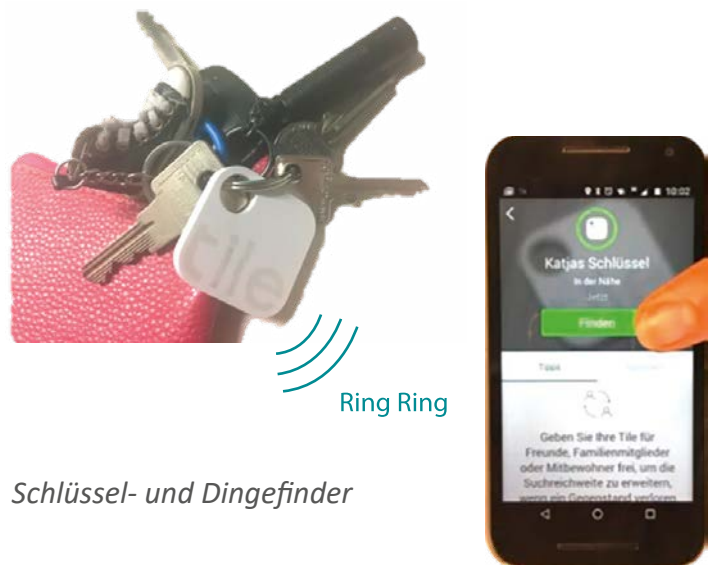
Eine weitere Option ist das obligatorische Anmelden am Morgen. Hat sich der Träger bis zu einer bestimmten Uhrzeit nicht gemeldet, setzt sich ein Verantwortlicher mit ihm in Verbindung und sieht ggf. nach dem Rechten.

HILFE IM ALLTAG

Schlüssel- und Dingefinder

Zur Befestigung am Schlüsselbund oder an sonstigen Gegenständen. Mit App, über die Sie Ihre Schlüssel und andere Gegenstände über die Suchfunktion schnell wiederfinden. Über den Schlüsselanhänger können Sie auch Ihr Mobiltelefon (bei Lautlosfunktion) klingeln lassen. Voraussetzung: bluetoothfähiges Smartphone.

- Ca. 80 €
- Erhältlich im Internet



Schlüssel- und Dingefinder

Ring Ring

Funk-Dingefinder

Zur Befestigung am Schlüsselbund oder an sonstigen Gegenständen. Per Tastendruck ertönt ein akustisches Signal, und Sie können Ihre verlegten Gegenstände schnell wiederfinden.

- Ca. 15 €
- Erhältlich im Internet



Funk-Dingefinder

Smartphone für Senioren

Mit Touchscreen und abnehmbarer physischer Tastatur. Notrufknopf, der bis zu fünf Notrufnummern anruft. Um sich an den Touchscreen zu gewöhnen, verfügt das Handy über ein spezielles Trainingsprogramm. Das Smartphone ist für Hörgeräteträger geeignet.

- Ca. 250 €
- Erhältlich im Elektrofachhandel, Internet



Smartphone für Senioren

Klapp-Handy

Große kontrastreiche Tasten. Anrufannahme und -beenden durch Auf- und Zuklappen. Mit Ladestation, Notruftaste, SMS-Alarmmitteilungsfunktion. Hörgerätegeeignet.

- Ca. 60 €
- Erhältlich im Elektrofachhandel, Internet, Discounteraktionen



Klapp-Handy

Familien- und Freunde-App

App, über die untereinander gesehen werden kann, wo sich Freunde und Familienmitglieder aufhalten. Kann hilfreich bei Desorientierung sein.

- Basisversion meist unentgeltlich
- Erhältlich im Internet im Appstore



Familien- und Freunde-App

Blutdruckmessgerät mit App

Messergebnisse werden auf dem Gerät angezeigt und über Bluetooth auf ein Smartphone übertragen. Ergebnisse werden farblich kategorisiert. Zeitlicher Verlauf der Ergebnisse abrufbar.

- Ca. 99 €
- Erhältlich im Elektrofachhandel, Internet



Blutdruckmessgerät mit App

Herdabsicherung

Nach Ablauf der eingestellten Kochzeit oder bei zu hoher Hitzeentwicklung schaltet der Herd automatisch ab. Gefahrensignal erfolgt über LED und Signalton. Das Gerät ist für alle Elektroherde geeignet und erfordert aufseiten des Herdnutzers keine aktive Bedienung.

- Ca. 500 € einmalig oder Möglichkeit auf Raten
- Erhältlich im Elektrofachbetrieb



Herdabsicherung

Funk-Video-Babyphone

Video-Babyphone mit Gegensprechfunktion und Temperaturanzeige. Großes Farbdisplay. Der Preis richtet sich nach der Reichweite zwischen Sender und Empfänger. Reichweite bis ca. 250 m.

- Ca. 100 €
- Erhältlich im Elektrofachhandel, Internet



Funk-Video-Babyphone

Babyphone mit Video- und Tonübertragung

Ein Babyphone mit Video- und Tonübertragung. Mit App für Smartphone. Dadurch kann auch über große Entfernungen überprüft werden, ob beispielsweise bei einem Pflegebedürftigen alles in Ordnung ist.

- Ca. 100 €
- Erhältlich im Elektrofachhandel, Internet



Babyphone mit Video- und Tonübertragung

Türsprechanlage I

Mit Fingerprint und Kamera. Öffnen der Tür über Schlüssel oder Fingerabdruck.

- Ca. 290 € (Kombination)
- Erhältlich im Baumarkt, Elektrofachbetrieb, Internet



Türsprechanlage I

Türsprechanlage II

Öffnen der Tür über Schlüssel oder Fingerabdruck. Videoübertragung. Über das Display des Video-Panels kann abgerufen werden, wer in Abwesenheit geklingelt hat. Funktionen nach Wunsch möglich.

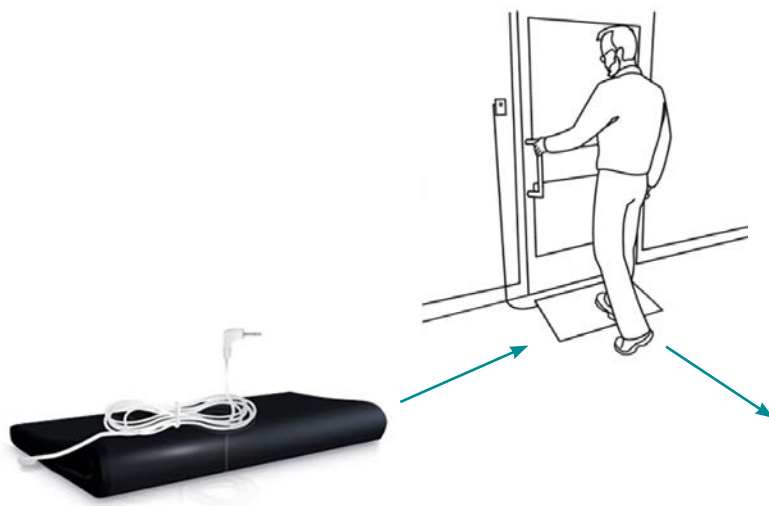
- Ca. 5.100 € (Kombination)
- Erhältlich im Elektrofachbetrieb

Auch mit Mobilteil kombinierbar. Gleichzeitig schnurloses Festnetztelefon.

- Ca. 2.900 €
- Erhältlich im Elektrofachbetrieb



Türsprechanlage II



Alarmtrittmatte

Alarmtrittmatte

Registriert, wenn eine Person darauftritt. Kann vor die Haustür oder vor das Bett gelegt werden. Sicherheit für sturzgefährdete, demenziell erkrankte Menschen oder Nachtwanderer. Verschiedene Ausgabemedien möglich: Blitzlicht, Ton oder Vibration.

- Ca. 170 €
- Erhältlich im Elektrofachhandel, Internet



Blitzlicht für Alarmtrittmatte

Blitzlicht für Alarmtrittmatte

Zubehör zu Alarmtrittmatte (Funkempfänger): Das Blitzlicht fängt an zu blinken, sobald jemand auf die Alarmtrittmatte tritt.

- Ca. 130 €
- Erhältlich im Elektrofachhandel, Internet

Steckdose mit Bewegungssensor

Bei Bewegungen schaltet die Steckdose eingesteckte Endgeräte, z. B. eine Lampe, ein. Automatisches Abschalten nach einer gewissen Zeit.

- Ca. 10 €
- Erhältlich im Elektrofachhandel, Baumarkt, Internet



Steckdose mit Bewegungssensor

Licht mit Bewegungsmelder

LED-Licht, das bei Dunkelheit auf Bewegung reagiert. Batteriebetrieben. Leuchtdauer individuell einstellbar.

- Ca. 12 €
- Erhältlich im Baumarkt



Licht mit Bewegungsmelder

HAUSNOTRUF



Notrufknopf

Klassischer Hausnotruf

Mit Notrufknopf (Halskette oder Armband). Über das Hausnotrufgerät baut sich eine Lautsprecher-Verbindung zu einem Notrufdienst auf. Zusätzlich erhältlich sind: Rauchmelder, Temperaturmelder, Sturzsensoren, Pneumatikknopf, Bewegungsmelder.

- Ca. 40€ – 60 € / Monat (je nach Notrufanbieter und Serviceleistung, inklusive Notfall-Dienstleistung)
 - Erhältlich über Notrufanbieter und Pflegedienste
- Zuschuss** bei Pflegegrad über Pflegekasse möglich, 25,50 € / Monat

Mobiler Notruf

Mit Ortung, Möglichkeit, Notfallrufketten einzuspeichern. Notrufknopf als Halskette oder Armband erhältlich.

- Ca. 40 € – 60 € / Monat inklusive Dienstleistung (für Notrufannahme und Wartung) oder einmaliger Kauf: ca. 500 € ohne Dienstleistung (Notrufannahme auf privates Handy geschaltet)
- Erhältlich bei www.libify.com

Zuschuss bei Pflegegrad über Pflegekasse möglich, 25,50 € / Monat



Rauchmelder



Hausnotrufgerät



Mobiler Notruf

Pushphone

Bei einem Notfall wird die „S“-Taste gedrückt, und somit werden vorher eingespeicherte Kontakte angerufen. Möglichkeit, eine Notrufkette einzuspeichern. Zusätzlich funktioniert das Pushphone wie ein eigenständiges Telefon. Über die rote Taste kann ein örtlicher Rettungsdienst verständigt werden. Ortungsfunktion und Fallsensor bei schweren Stürzen integriert.

- Ab ca. 180 €
- Erhältlich im Internet, Sanitätshaus Trapp und PfaNie



Pushphone

easierLife

Potenzielle Notsituationen werden durch Sensoren erkannt, und Angehörige oder Notrufanbieter werden benachrichtigt. Es muss kein Notrufknopf getragen werden. Auch mit einem Hausnotrufergerät koppelbar.

- Ca. 10 € monatlich oder ca. 300 € einmalig
- Erhältlich im Internet

Zuschuss bei Pflegegrad über Pflegekasse möglich, 25,50 € / Monat



easierLife

Notrufuhr

Mit SOS-Notruftaste für Schnellwahl. Positionsübermittlung via SMS, E-Mail oder Trackingportal. Kontakte aus dem SIM-Telefonbuch können angerufen werden. Freisprechfunktion. Armband auch mit Sicherheitsverschluss erhältlich.

- Ca. 250 €
- Erhältlich im Internet oder bei Hersteller direkt



Notrufuhr

SICHERE WOHN- RAUMANPASSUNG BEI MENSCHEN MIT DEMENZ

Menschen, die an Demenz erkranken, profitieren von ihrer eigenen Wohnung: Sie bietet noch lange eine altbekannte Orientierungsmöglichkeit und gibt dadurch Struktur. Sie erfahren in diesem Text, wie Sie durch eine Wohnraumanpassung die gewohnte Umgebung erhalten können, in der sich die an Demenz erkrankte Person einfach zurechtfindet und durch das vertraute Umfeld Lebensqualität beibehält.

Vorweg weisen wir darauf hin, dass Sie bei der Wohnraumanpassung bei Menschen mit Demenz folgende Dinge berücksichtigen sollten:

Führen Sie Veränderungen so unauffällig wie möglich durch – nicht vieles auf einmal ändern. Je früher Sie Änderungen vornehmen, desto einfacher ist die Veränderung für den oder die Betroffene. Manchmal sind nachträgliche Änderungen notwendig. Dafür erhalten Sie ggf. eine weitere Förderung durch die Pflegekasse. Prüfen Sie vorab immer, in welchem Umfang diese wirklich nötig sind.

Wohnqualität & Selbstständigkeit erhalten

Menschen mit Demenz profitieren von einfacher technischer Ausstattung. Wo es für gebrechliche Menschen einfacher ist, mit einem Induktionskochfeld zu kochen, ist eine Kochplatte für einen Menschen mit Demenz vertrauter als die neueste Technik.

Reduzieren Sie daher die Technik aufs Wesentliche, vor allem in der Küche. Auf Flohmärkten finden Sie häufig ältere Küchengeräte, deren Nutzung einfach ist. Moderne Küchen- oder Haushaltsgeräte werden häufig im späteren Stadium der Demenz nicht mehr als persönliches Eigentum erkannt.

Beispiele:

- Rührbesen oder Kartoffelstampfer statt Thermomix



© Quality Stock Arts – stock.adobe.com

- Kochfeld statt Induktion (bitte auf Überhitzungsschutz und Sicherung achten)
- Kehrbesen mit langer Haltestange statt Akkustaubsauger

Notwendige technische Geräte, wie Telefon oder Fernbedienung, sollten mit großen Tasten ausgestattet sein. In Fachmärkten gibt es seniorengerechte Geräte. Auf Flohmärkten finden Sie noch Telefone mit Wählscheiben.

Achtung: Kabel der Schnurtelefone müssen sicher verlegt sein! Für mehr Sicherheit und Wiedererkennungswert können Sie Tasten am Telefon mit Fotos kennzeichnen oder auf ein Gerät mit Kindersicherung zurückgreifen.

Achten Sie darauf, dass Alltagsgegenstände wie z. B. das Telefon immer einen festen Platz in der Wohnung erhalten.

Haltemöglichkeiten an Wänden, im Sanitärbereich oder neben Türen sorgen für mehr Sicherheit im Alltag. Passen Sie die Wohnumgebung der körperlichen Verfassung an: Sind Sitzerhöhungen nötig? Stehen Gegenstände unpraktisch im Weg? Ist das Mobiliar kippstabil?

Im Wohnraum profitieren von Demenz Betroffene von farbigen Akzenten: Kaufen Sie einen farbigen Toilettendeckel. Markieren Sie die Lichtschalter und Schwellen farbig (Farbe oder Aufkleber).

Übrigens: Einige Demenzkranke profitieren vom Austausch der Einhebelmischer zur Zweigriffarmatur (heiß und kalt).

Alltagsgegenstände und Dinge des täglichen Bedarfs (Hygiene, Essen, Besteck etc.) sollten immer in Greifhöhe im Sichtbereich zu finden sein.

Vertrautheit erhalten

Richten Sie in der Wohnung Erinnerungsecken mit bekanntem Mobiliar und Bildern ein. Gestalten Sie die Wohnung nach Zonen, z. B. Aktivität im Arbeitszimmer oder in der Küche, Ruhe und Erholung im Lieblingssessel an einem ruhigen Platz vor dem Fenster. Gartenarbeit und der Umgang mit Pflanzen beruhigen Demenzkranke. Achten Sie darauf, Giftpflanzen zu entfernen.

Gefahren erkennen und Risiken beseitigen

Das Wohnumfeld eines Demenzkranken hängt stark von der jeweiligen Ausgangssituation ab: In einigen Haushalten müssen Sie eventuell den Herd aus Sicherheitsgründen komplett entfernen, in anderen kocht sich der oder die Demenzkranke das Essen noch selbst.

Entfernen Sie bei Bedarf spitze und scharfe Gegenstände aus dem Sicht- oder Wohnbereich, Scheren oder Messer könnten u. U. zu Verletzungen führen. Auch Föhn oder Rasierer stellen eine Gefahrenquelle dar. Steckdosensicherungen und Kantenschutz sind bei Bedarf Mittel der Wahl.

Glastüren oder Fenster machen Sie am besten durch Folien oder Aufkleber sichtbar. Entfernen Sie Stolperfallen (Kabel, Teppiche, Türschwellen) und unnötig herumstehendes Mobiliar bzw. Dekoration. Viele Demenzkranke bewegen sich gerne viel und verändern auch ihren Gang, dadurch bleiben Sie leicht an Hindernissen hängen und stürzen.

Sichern Sie Fenster in oberen Stockwerken. Ein Doppelschließzylinder in der Haustür verhindert das Aussperren.

Statten Sie die gesamte Wohnung mit guter Beleuchtung aus, um die Orientierung zu erhalten.

Entfernen Sie unbedingt Putz- und Waschmittel, aufgrund von Form und Farbe könnten Betroffene diese mit Getränken oder Mehl/Zucker verwechseln.

Füllstandsmelder an Dusche, Waschbecken oder Wanne sowie Temperaturbegrenzung am Boiler erhöhen die Sicherheit.

Mit Piktogrammen oder Bildern erleichtern Sie Betroffenen die Orientierung: Wo befindet sich was? Piktogramme erhalten Sie u. a. bei Werbemittelherstellern.

Wohnraumanpassung ohne Ängste

- Vermeiden Sie Reizüberflutung, und verzichten Sie auf starke Muster
- Vermeiden Sie dunkle Ecken und Schatten
- Gestalten Sie den Wohnraum übersichtlich und einfach
- Hängen Sie ungenutzte Türen aus
- Begrenzen Sie die Auswahl im Kleiderschrank
- Bringen Sie Fotos vom Inhalt an Schranktüren an
- Installieren Sie Nachtlichter und Bewegungsmelder
- Kalender und Uhren mit großen Zahlen sorgen für Orientierung
- Entfernen Sie ggf. Spiegel, Fernseher oder Radio



SCHUTZ UND SICHERHEIT ZU HAUSE

Obwohl ältere Menschen aufgrund ihres umsichtigen Verhaltens weniger oft Opfer von Kriminalität werden als jüngere, ist auch hier Vorsicht ein guter Begleiter.

Gefahren an der Haustür:

- Lassen Sie niemals Unbekannte in Ihr Haus/Ihre Wohnung.
- Bei angeblichen Behördenvertretern: Lassen Sie sich den Dienstaussweis der Behörde zeigen; im Zweifel rufen Sie die Behörde an und lassen sich den Besuch bestätigen. Schließen Sie dafür die Tür. Rufen Sie ggf. einen Nachbarn als Vertrauensperson dazu.
- Nutzen Sie Türspion, Türsperre und/oder Gegensprechanlage.
- Reichen Sie Getränke, Stift oder Zettel durch ein Fenster oder einen Türspalt mit Türsperre.

Gefahren am Telefon:

- Legen Sie auf, wenn sich der Anrufer oder die Anruferin nicht selbst vorstellt und Sie seinen/ihren Namen raten sollen!

- Seien Sie misstrauisch, wenn Sie jemand um Geld bittet.
- Übergeben Sie niemals Geld an eine unbekannte Person.
- Rufen Sie Verwandte unter der Ihnen bekannten Nummer zurück!
- Geben Sie niemals persönliche Daten preis.
- Lassen Sie sich nicht zu Geschäftsabschlüssen am Telefon drängen.

Und:

- Lassen Sie sich nicht von Unbekannten Ihre Einkäufe nach Hause tragen.
- Lassen Sie sich nie unter Druck setzen. Nehmen Sie sich die Zeit, alle Angaben von Fremden zu prüfen.

DAMIT SENIOREN NICHT OPFER RAFFINIERTER BETRÜGER WERDEN



© lettas – stock.adobe.com

Unwahre Geschichten am Telefon: Was Sie wissen müssen, und wie Sie sich schützen können

Nach wie vor erhalten ältere Menschen immer wieder Anrufe von Kriminellen, die nur ein Ziel verfolgen: Sie wollen die Angerufenen um ihr Erspartes, ihren Schmuck, Münzen oder andere Wertgegenstände bringen. Die bandenmäßig organisierten Täter gehen hierbei sehr gewieft vor und schaffen es durch ihre Gesprächsführung, die angerufenen Senioren zu verunsichern oder zu verängstigen, sodass diese schließlich Bargeld oder Wertgegenstände an Unbekannte übergeben oder an einem vorbestimmten Ablageort zur Abholung deponieren. Damit es nicht so weit kommt, wollen wir hier die gängigsten Betrugsmaschen vorstellen und gleichzeitig Tipps geben, damit die Betrüger in die sprichwörtliche Röhre schauen.

Die gängigsten Betrugsmaschen

1. Der falsche Polizeibeamte

Hier rufen Betrüger ältere Menschen unter missbräuchlicher Verwendung der Notrufnummer 110 oder der Nummer der örtlichen Polizeidienststelle an. Im Gespräch wird beispielsweise vor einem geplanten Einbruch gewarnt und gleichzeitig



angeboten, dass die Polizei Bargeld oder Wertsachen in Verwahrung nehmen würde. Dazu müsste man das Bargeld oder die Wertsachen nur an einen Kollegen oder eine Kollegin übergeben, die diese abhole.

Oftmals wird auch wahrheitswidrig vorgegeben, dass das Geld der Angerufenen selbst bei ihrer Bank nicht mehr sicher sei, da die Bankangestellten ebenfalls in die kriminellen Machenschaften verstrickt seien.

2. Enkeltrick

Die Betrüger geben sich am Telefon als Verwandte, sehr oft als Enkel, aus und bitten um größere Bargeldsummen. Sie täuschen in den Telefonaten finanzielle Engpässe oder eine Notlage vor, beispielsweise den Kauf eines Autos oder einer Immobilie. Die Lage wird stets als sehr dringlich dargestellt, um das Opfer zusätzlich unter Druck zu setzen. Sobald das Opfer bereit zur Bezahlung ist, wird ein Bote oder eine Botin geschickt, um das Geld abzuholen. Häufig wird der oder die Angerufene angewiesen, schnell zur Bank zu gehen, um den geforderten Betrag abzuheben. Wenn nötig wird von den Betrügern sogar ein Taxi zur Adresse des Opfers geschickt, um es zu seiner Bank zu fahren.

3. Gewinnversprechen / Erbschaft hoher Geldsummen

Hier versprechen die Betrüger ihren Opfern hohe Gewinne. Die Methode ist bei dieser Masche immer ähnlich: Vor der Gewinnübergabe werden die Betroffenen aufgefordert, eine Gegenleistung zu erbringen. Sie sollen dabei für die Gewinnauszahlung anfallende Gebühren bezahlen, eine kostenpflichtige Telefonnummer anrufen oder an einer Veranstaltung teilnehmen, bei der dann minderwertige Ware zu

überhöhten Preisen angeboten wird. Bei einer sel-
teneren Betrugsmasche versenden die Kriminellen
E-Mails. Darin geben sie sich als Rechtsanwälte aus,
die von einem reichen, im Ausland verstorbenen
Klienten zur Abwicklung seines Erbes eingesetzt
wurden. Um an die hohen Geldsummen des ver-
meintlichen Vermächtnisgebers zu gelangen, sollen
die Opfer jedoch zuerst eine „Verwaltungsgebühr“
bezahlen.

4. Schockanrufe

Bei dieser Betrugsart geben sich die Betrüger z. B.
als Polizeidienststelle/Staatsanwaltschaft oder als
Krankenhaus aus. Die Masche ist immer die gleiche.
Die Lüge ist jedoch unterschiedlich. Es wird z. B. ein

Verkehrsunfall durch einen Familienangehörigen vor-
getäuscht, bei dem jemand tödlich verletzt wurde und
eine Kaution bezahlt werden muss, um die drohende
Inhaftierung des Familienangehörigen abzuwenden.
Oder aber die plötzliche Erkrankung eines Familien-
angehörigen und die dringend anstehende Operation
macht die Überweisung eines hohen Geldbetrages so-
fort notwendig. Die Betrüger spielen mit den Ängsten
und Sorgen der Angerufenen bzgl. deren Angehörigen
oder nahestehenden Menschen. Es wird am Telefon
ein moralischer Druck aufgebaut mit der absoluten
Notwendigkeit des sofortigen Handelns. Dadurch wird
den Angerufenen die Möglichkeit des Nachdenkens
genommen, und hohe Geldbeträge werden an die Be-
trüger überwiesen.

TIPPS

- Die Polizei ruft Sie **niemals** unter der Notrufnummer an. Seien Sie misstrauisch, wenn diese Nummer, auch in Verbindung mit Ihrer Ortsvorwahl, auf Ihrem Telefon angezeigt wird!
- Lassen Sie sich am Telefon nicht unter Druck setzen, und legen Sie den Hörer auf!
- Sprechen Sie am Telefon nicht über Ihre persönlichen und finanziellen Verhältnisse!
- Werden Sie misstrauisch bei Forderungen nach
 - schnellen Entscheidungen
 - Kontaktaufnahme mit Fremden
 - Herausgabe von persönlichen Daten, Bargeld, Schmuck oder Wertgegenständen
- Übergeben Sie niemals Geld oder Wertgegenstände an unbekannte Personen!
- Wenn Sie unsicher sind: Rufen Sie die Polizei unter 110 (ohne Vorwahl) oder Ihre örtliche Polizeidienststelle an. Nutzen Sie hierzu nicht die Rückruftaste Ihres Telefons!
- Lassen Sie sich nicht durch eingespielte Hintergrundgeräusche (Tastaturgeklapper, Funkgeräusche oder Gespräche) sowie wechselnde Anrufer wie angebliche Polizeikollegen oder einen angeblichen Staatsanwalt täuschen!
- Wenn Sie glauben, Opfer eines Betruges geworden zu sein, wenden Sie sich sofort an die Polizei!

Weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.polizei-beratung.de und natürlich bei Ihren örtlichen Polizeidienststellen.

Besonders geschulte Beamte und Beamtinnen des Referates Prävention erreichen Sie in Ravensburg unter folgender Telefonnummer: 0751 803-1042.



DIE PFLEGESTÜTZPUNKTE IM LANDKREIS RAVENSBURG

Unser Angebot richtet sich an pflegebedürftige sowie chronisch kranke Menschen aller Altersgruppen, deren Angehörige andere Bezugspersonen und alle interessierten Bürgerinnen und Bürger.

Sie sind Beratungsstellen vor Ort zu allen Fragen rund um die Themen der Pflege, medizinischen Versorgung, Sozialleistungen und Leben und Wohnen im Alter.

Bei Bedarf unterstützen wir Sie dabei, wenn Sie Leistungen beantragen möchten, und helfen Ihnen bei der Organisation von Angeboten und Hilfen.

Pflegestützpunkt Altshausen

Zuständig für:

- Altshausen, Boms, Ebenweiler, Ebersbach-Musbach, Eichstegen, Fleischwangen, Fronreute, Guggenhausen, Horgenzell, Hoßkirch, Königseggwald, Riedhausen, Unterwaldhausen, Wilhelmsdorf, Telefon: 0751 85-3318

Pflegestützpunkt Bad Waldsee

Zuständig für:

- Aulendorf, Bad Waldsee, Bad Wurzach, Bergatreute, Telefon: 07524 9748-3317

Pflegestützpunkt Leutkirch

Zuständig für:

- Aichstetten, Aitrach, Argenbühl, Isny, Leutkirch, Telefon: 07561 9820-3501



Wir beraten sie kostenfrei, neutral und unabhängig unter Einhaltung der Schweigepflicht telefonisch, bei Ihnen zu Hause oder in den Pflegestützpunkten an den Standorten in Altshausen, Bad Waldsee, Ravensburg, Wangen im Allgäu und Leutkirch.

Pflegestützpunkt Ravensburg

Zuständig für:

- Baienfurt, Baidnt, Bodnegg, Grünkraut, Schlier, Waldburg, Weingarten, Telefon: 0751 85-3319
- Ravensburg A-L, Telefon: 0751 85-3320
- Berg, Ravensburg M-Z, Telefon: 0751 85-3321

Pflegestützpunkt Wangen im Allgäu

Zuständig für:

- Achberg, Amtzell, Kisslegg, Vogt, Wangen, Wolfegg, Telefon: 07522 996-3667

Weitere Informationen zu allen Standorten der Pflegestützpunkte sind zu finden unter www.rv.de/pflegestuetspunkt.

TAXIZENTRALE RAVENSBURG

HERZLICH WILLKOMMEN BEI DER TAXIZENTRALE RAVENSBURG!

Eine Taxifahrt ist eine komfortable Möglichkeit, von einem Ort zum anderen zu kommen. Man bestellt sich einfach einen Wagen oder steigt an einer Taxisammelstelle ein. Gegen einen fixen Preis pro Kilometer geht es zügig zum gewünschten Ziel.

In Ravensburg bestellt man sich sein Taxi seit über 30 Jahren selbstverständlich über die örtliche Taxizentrale mit der Rufnummer 14014 (Vorwahl 0751). In der Zentrale von Monika Götzmann und dem Team von acht Telefonistinnen erreicht man rund um die Uhr den freundlichen Service. Hier steht man in direktem Kontakt zu den 17 Taxen und kann so schnell eine Fahrt an den richtigen Wunschort dirigieren. Die Taxizentrale steht den Kunden 365 Tage im Jahr, 24 Stunden am Tag zur Verfügung!

Die Taxizentrale Ravensburg ist natürlich auch über die App „Taxi Deutschland“ zu erreichen, und so kann man auch mit wenigen Klicks auf dem Smartphone ein Taxi bestellen. Es gibt schließlich eine ganze Reihe von Gründen, mit dem Taxi zu fahren. Es ist nicht nur bequem, es gibt zahlreiche Momente, wo das Taxi die richtige Lösung ist. Geschäftlich zum nächsten Termin oder zum Flughafen, am Wochenende, mitten in der Nacht sicher nach Hause kommen oder im Alter zu den Lieben oder zum Arzt fahren – das Taxifahren ist für viele Gelegenheiten das geeignete Beförderungssystem.

Die Vorteile liegen auf der Hand:

- Zu jeder Zeit möglich
- Oft die schnellste Variante
- Einfache Bestellung
- Kurze Wartezeiten
- Transport bis vor die Haustür
- Ortskundige Taxifahrer
- Keine Parkplatzsuche
- Auch für besonders viel Gepäck oder mehrere Personen bietet es Lösungen



Die Taxizentrale bietet alle Fahrten an: Firmenfahrten, Kurierfahrten, Flughafentransfer, Krankenfahrten inklusive Chemo- und Bestrahlungs- oder Dialysefahrten, Besorgungsfahrten, Pilot und Zweitfahrer oder Lotsen-Service. Selbstverständlich ist Kartenzahlung möglich, Krankenfahrten werden direkt mit den Krankenkassen abgerechnet.

Bei der Ravensburger Taxizentrale sind auch Familien mit kleinen oder großen Kindern willkommen, Sitz-erhöhungen für eine sichere Fahrt des Nachwuchses stehen zur Verfügung.

Die Wagen der Taxizentrale Ravensburg bringen die Kunden sicher ans Ziel. Dabei entscheiden die Fahrgäste, ob sie dabei Musik hören oder plaudern wollen – oder einfach nur im Stillen die Fahrt genießen.



Taxizentrale Ravensburg

Schussenstr 2, 88212 Ravensburg

Telefon: 0751 14014

www.Taxizentrale-ravensburg.de

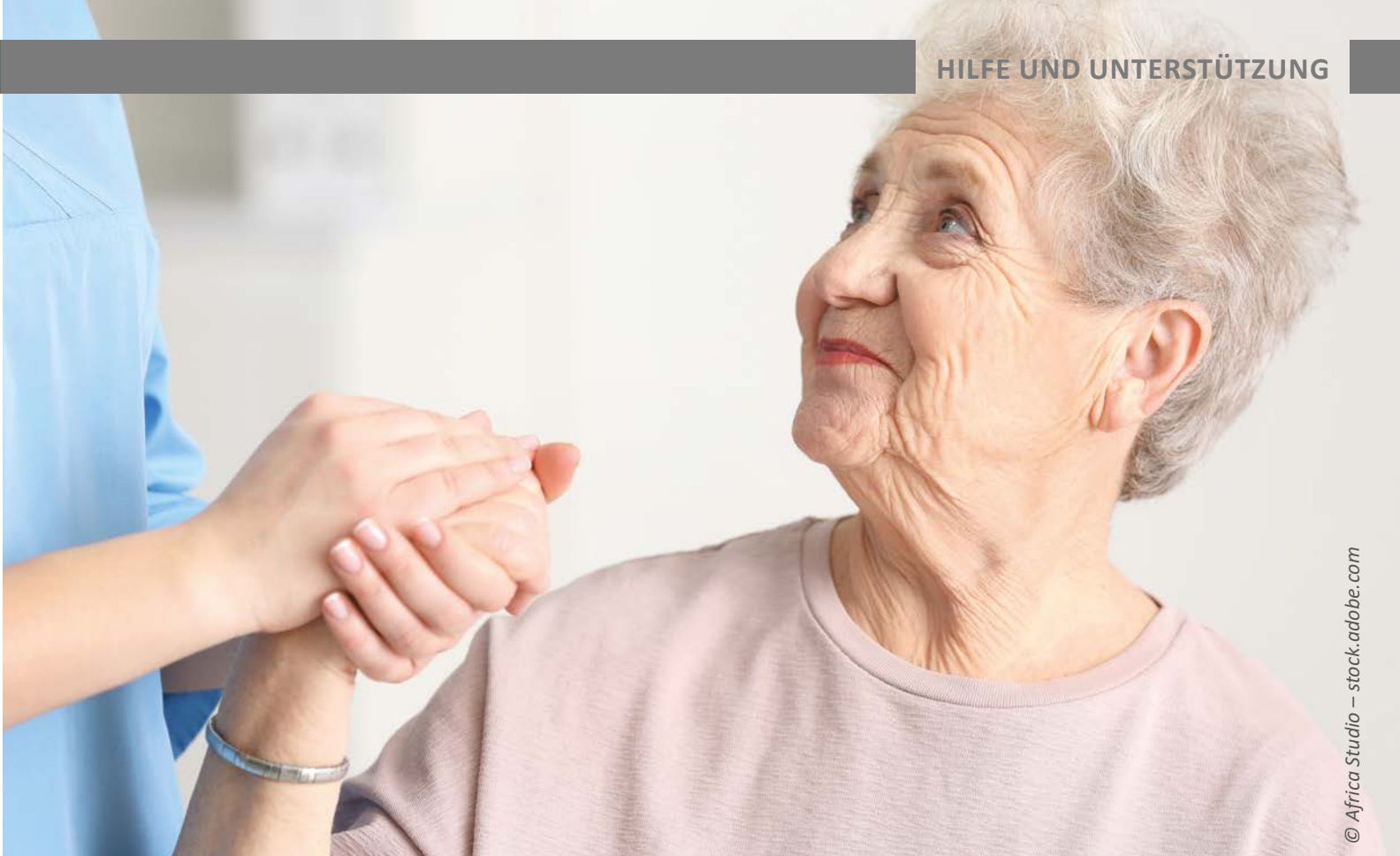


Finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten:

Folgende Finanzierungsmöglichkeiten können in Anspruch genommen werden:

- **Krankenkasse (Verordnungsfähig):** Über den behandelnden Arzt kann bei bestimmten Erkrankungen ein Rezept für ein Hilfsmittel wie z. B. eine Toilettensitzerhöhung oder einen Badewannen-Lifter ausgestellt werden, welches dann bei der Krankenkasse eingereicht, geprüft und genehmigt / abgelehnt wird. Ist das Hilfsmittel genehmigt, muss beim Einlösen des Rezepts lediglich eine gesetzliche Zuzahlung geleistet werden.
- **Pflegekasse:** Bei Vorliegen eines Pflegegrades kann ein Zuschuss für „Wohnumfeld verbessernde Maßnahmen“ beantragt und bspw. für den Umbau eines barrierefreien Badezimmers verwendet werden. Die Höhe des Zuschusses beträgt 4.000 €. Mit der Umbaumaßnahme darf erst nach Genehmigung des Antrages durch die Pflegekasse begonnen werden.
- **KfW-Programm 455-B (Altersgerecht Umbauen):** Die KfW-Bank bietet u. a. mittels des KfW-Programms 455-B einen Investitionszuschuss zur Barrierereduzierung bei Einzelmaßnahmen in bestehenden Wohngebäuden an. Dieser Zuschussatz wird im KfW-Zuschussportal (www.kfw.de/zuschussportal) beantragt und beträgt pro Antrag 10 % der förderfähigen Investitionskosten (max. 5.000 €). Ein Antrag kann erst gestellt werden, wenn mindestens 2.000 € investiert werden. Für die Maßnahmen gelten technische Mindestanforderungen wie z. B. eine Raumgröße eines Sanitärraumes von mindestens 1,80 m x 2,20 m. Diese technischen Mindestanforderungen müssen eingehalten werden, um den Zuschuss zu erhalten. Mit der Umbaumaßnahme darf erst nach Genehmigung des Antrages durch die KfW-Bank begonnen werden.

Eine Kombination des Zuschusses der Pflegekasse (Wohnumfeld verbessernde Maßnahmen) mit dem Zuschuss der KfW-Bank (Programm 455-B Altersgerecht Umbauen) ist für ein und dieselbe **Maßnahme** NICHT möglich!



PFLEGE

Unterstützung, wenn es alleine nicht mehr geht

Älter werden bedeutet unter Umständen auch, angewiesen sein auf Hilfe von Familie, Freunden, ehrenamtlichen Helfern oder professionellen Dienstleistern wie z. B. ambulanten Pflegediensten bei der Verrichtung der alltäglichen Dinge wie Körperpflege, Einkaufen und Arztbesuche oder das Zusammensein mit anderen.

PFLEGEARTEN, STUFEN, LEISTUNGEN

1. Finanzielle Unterstützung durch die Pflegeversicherung

Wer durch Krankheit, Unfall oder hohes Alter immer mehr auf Hilfe von anderen angewiesen ist, kann Leistungen aus der Pflegeversicherung beantragen. Wie viel Geld aus der Pflegekasse gezahlt wird,

ermittelt ein Gutachter des Medizinischen Dienstes (MDK).

Ist ein Antrag auf Leistungen bei der zuständigen Pflegekasse eingegangen, steht ein Besuch des MDK ins Haus. Der MDK ist der Beratungs- und Begutachtungsdienst der gesetzlichen Kranken- und Pflegekassen. Die privaten Pflegekassen beauftragen den Gutachterdienst Medicproof.

Bei der Begutachtung geht es darum, wie selbstständig jemand seinen Alltag bewältigen kann. Es wird danach geschaut, was ein Mensch noch selbst kann und wobei er Hilfe benötigt. Berücksichtigt werden dabei nicht nur körperliche Beeinträchtigungen, sondern auch geistige oder psychische Einschränkungen.

Die Höhe der Leistungen richtet sich nach dem Pflegegrad, den er oder sie erhält. Insgesamt gibt es fünf Pflegegrade. Je höher der Pflegegrad (PG), desto höher die Leistungen, die die Pflegebedürftigen erhalten:

- PG 1 – geringe Beeinträchtigung der Selbstständigkeit
- PG 2 – erhebliche Beeinträchtigung der Selbstständigkeit

- PG 3 – schwere Beeinträchtigung der Selbstständigkeit
- PG 4 – schwerste Beeinträchtigung der Selbstständigkeit
- PG 5 – schwerste Beeinträchtigung der Selbstständigkeit mit besonderen Anforderungen an die pflegerische Versorgung

Pflegegeld:

- Wenn Pflegebedürftige von Angehörigen oder Freunden zu Hause gepflegt und betreut werden, erhalten sie monatliches Pflegegeld.
- Das Pflegegeld muss nicht versteuert werden.

Pflegesachleistung:

- Übernimmt die Pflege und Betreuung zu Hause ein professioneller Pflegedienst, dann können Pflegebedürftige in Höhe ihres jeweiligen Pflegegrades monatlich Pflegesachleistungen beanspruchen.
- Diese Sachleistungen rechnet der Pflegedienst direkt mit der Pflegekasse ab.

Kombination aus Pflegegeld und Pflegesachleistungen:

- Eine Kombination aus Pflegegeld und Sachleistungen ist ebenfalls möglich.
-> Dann, wenn Sie daheim wohnen und sowohl von Angehörigen oder Freunden als auch zusätzlich von einem Pflegedienst bzw. in einer Tages- oder Nachtpflegeeinrichtung versorgt werden.

Entlastungsbetrag:

- Mit dem Geld können z. B. **haushaltsnahe Dienstleistungen, Alltagsbegleitung, Demenzbetreuung** o. Ä. bezahlt werden. -> Hier wird die Rechnung vom Anbieter bei der Pflegekasse eingereicht.

Tages- und Nachtpflege:

- Sie ermöglichen die zeitweise Betreuung im Tagesverlauf in einer Einrichtung. Das kann die häusliche Pflegesituation stabilisieren, weil pflegende Angehörige sich erholen oder arbeiten können.
- Hier stehen finanzielle Mittel noch einmal in gleicher Höhe wie die Pflegesachleistung bzw. das Pflegegeld zur Verfügung.

Verhinderungspflege (bis zu 6 Wochen):

- Bei Krankheit oder Urlaub pflegender Angehöriger gewährt die Pflegekasse finanzielle Mittel für die Verhinderungspflege.
- Sie kann auch stunden- oder tagesweise erfolgen und auch zu Hause.
- Wird das Budget für die Verhinderungspflege nicht ausgeschöpft, können bis zu 50 % davon zusätzlich für Kurzzeitpflege verwendet werden.

Kurzzeitpflege (bis zu 8 Wochen):

- Nach einem Klinikaufenthalt kann die Kurzzeitpflege von Pflegebedürftigen vorübergehend notwendig sein.
- Auch hierfür gewährt die Pflegeversicherung finanzielle Mittel.
- Wird das Budget der Kurzzeitpflege nicht ausgeschöpft, können bis 50 % auch für Verhinderungspflege verwendet werden.

Hilfsmittel:

- Bei Bedarf und medizinischer Notwendigkeit können Sie sich die Ausgaben für Hilfsmittel wie

Mit ganzem Herzen dabei!
In der mobilen Pflege
 „Menschen die Hilfe brauchen zu unterstützen ist nicht nur unser Beruf. Es ist uns eine echte Herzensangelegenheit. Ob Behandlungspflege, Körperpflege, Hilfe im Haushalt, Beratung oder Schulung für Angehörige – Pflegebedürftige sollen so lange als möglich in gewohnter Umgebung leben können.“
 Von Herzen, Ihre Pflegedienstleitungen

Für Sie da!

Sozialstation Gute Beth Bad Waldsee
 Tel: 07524 1204 www.sst-gute-beth.de

z. B. Gehhilfen, Rollatoren oder Rollstühle sowie weitere im Hilfsmittelverzeichnis aufgelistete erstattungsfähige Hilfsmittel durch die Krankenkasse ersetzen lassen.

- Diese verordnet entweder der Arzt mit einem Rezept oder es steht im Gutachten des MDK.

Pflegehilfsmittel:

- Für zum Verbrauch bestimmte Pflegehilfsmittel gewährt die Pflegekasse monatlich einen festen Betrag.
- Dazu gehören Artikel wie beispielsweise Desinfektionsmittel, Handschuhe und Bettschutzunterlagen.
- Anders als bei den „normalen“ Hilfsmitteln wird kein Rezept benötigt. Es genügt ein Antrag bei der Pflegekasse.

Zuschüsse zum Hausnotruf:

- Für einen Hausnotruf bezahlt die Pflegekasse einmalig einen Festbetrag für die Anschlusskosten und einen monatlichen Betrag für den Betrieb.

Förderung selbst organisierter, ambulant betreuter Wohngruppen:

- Wer in einer ambulant betreuten Wohngruppe lebt, hat Anspruch auf den sogenannten Wohngruppenschlag (aktuell monatlich 214 €).
- Der Wohngruppenschlag dient der Beschäftigung einer gemeinsamen Organisationskraft.
- Außerdem gibt es einen **Einrichtungszuschuss** von aktuell 2.500 € pro Bewohner (Höchstförderung pro WG: aktuell 10.000 €).

- Zusätzlich können maximal vier Bewohner einmalig jeweils 4.000 € für den **barrierefreien Umbau** beanspruchen (maximal 16.000 € pro WG).

2. Ambulante Pflegedienste

Bevor Sie sich auf die Suche nach einem ambulanten Pflegedienst machen, sollten Sie genau überlegen, welche Hilfe beispielsweise für Pflege, Hauswirtschaft oder Betreuung notwendig ist. Entscheiden Sie sich für den Einsatz professioneller Dienste, sollten Sie sich auf jeden Fall Zeit nehmen: Vergleichen Sie mehrere Anbieter, denn die Angebote unterscheiden sich teilweise erheblich.

3. Tagespflege/Nachtpflege

Tagespflege oder – wenn angeboten – Nachtpflege können häusliche Pflegesituationen stabilisieren. Pflegenden Angehörigen können Auszeiten nehmen, um sich zu erholen, und wissen ihre Angehörigen dennoch in guten Händen.

Vorteile:

- Die Pflegebedürftigen sind in Gesellschaft mit anderen, werden aktiviert und mit einbezogen in Gruppenaktivitäten.
- Durch die Tagespflege können die körperliche Verfassung stabilisiert und die vorhandenen körperlichen und geistigen Ressourcen so lange wie möglich erhalten werden.



PRAXIS FÜR
ERGOTHERAPIE
SIMON

Fon 07 51/5 69 96 59 · www.simon-ergotherapie.de

- Die in der Tagespflege angebotenen Aktivitäten der Betreuung und Beschäftigung, die Versorgung mit Mahlzeiten und die pflegerischen Leistungen, eröffnen auch neue Kontakte. Außerdem helfen sie bei der Strukturierung eines geregelten Tagesablaufes.
- Eine Tagespflegestelle können Sie täglich oder nur an einzelnen Wochentagen besuchen. Einige Einrichtungen sind auch samstags und mitunter an Feiertagen geöffnet. Die Besuchszeiten können in der Regel individuell mit der jeweiligen Einrichtung abgesprochen werden.
- Viele Tagespflegeeinrichtungen bieten an, die Gäste von zu Hause abzuholen und wieder heimzubringen. Sie geben allen Interessenten die Möglichkeit zu einem Kennenlern- bzw. Schnuppertag.
- Finanziert werden kann die Tagespflege entweder über die jeweilige Pflegekasse oder für Menschen ohne Pflegegrad als Selbstzahler.

4. Kurzzeitpflege/Verhinderungspflege (bis zu 6 Wochen)

Die Kurzzeitpflege/Verhinderungspflege zielt vorrangig auf die Unterstützung und Entlastung von pflegenden Angehörigen, die

- selbst krank oder durch Termine verhindert sind,
- eine Auszeit von der Pflege/ein pflegefreies Wochenende brauchen,
- selbst einen Kuraufenthalt/Urlaub benötigen.

Unter Kurzzeitpflege versteht man die zeitlich befristete Unterbringung pflegebedürftiger Menschen in einem Heim. Sonst leben diese Menschen zu Hause. Verhinderungspflege kann auch tageweise oder stundenweise beansprucht werden und auch zu Hause erfolgen. Fast alle stationären Pflegeeinrichtungen verfügen auch über Kurzzeitpflege- bzw. Verhinderungspflegeplätze. Fragen Sie in den jeweiligen Einrichtungen nach.

5. Stationäre Pflege

Wenn die Frage nach dem Umzug ins Pflegeheim ansteht, dann mutet das für viele Menschen wie eine „Reise ohne Wiederkehr“ an. Nur die wenigsten Senioren wünschen sich das. Doch ein Umzug in ein gutes Pflegeheim kann Vorteile mit sich bringen: Ältere Menschen verbringen zusammen mit anderen Menschen ihren Lebensabend, werden rundum versorgt und können an vielen Veranstaltungen teilnehmen. Es entfällt die Haushaltsführung. Dafür gibt es Sicherheit durch eine Rund-um-die-Uhr-Betreuung. Auch für pflegende Angehörige verbessert sich die Lage: Sie müssen keine Zeit für die Pflege aufwenden und haben dafür mehr Zeit für ein entspanntes Miteinander mit dem Pflegebedürftigen. Es gibt viele Häuser, die stationäre Pflege anbieten und in denen pflegebedürftige Menschen durch Fachpersonal versorgt werden.

Entscheidungshilfe:

- Verschaffen Sie sich einen Überblick
- Treffen Sie eine Vorauswahl
- Besichtigen und vergleichen Sie die Einrichtungen Ihrer Vorauswahl

Mit ganzem Herzen dabei!
In der mobilen Pflege

„Menschen die Hilfe brauchen zu unterstützen ist nicht nur unser Beruf. Es ist uns eine echte Herzensangelegenheit. Ob Behandlungspflege, Körperpflege, Hilfe im Haushalt, Beratung oder Schulung für Angehörige – Pflegebedürftige sollen so lange als möglich in gewohnter Umgebung leben können.“

Von Herzen, Ihre Pflegedienstleitungen

Für Sie da!

Sozialstation St. Josef Altshausen
 www.sst-josef.de

Tel: 07584 924-444



- Vergleichen Sie die Kosten
- Überprüfen Sie die Pflegequalität: Fragen Sie nach den Prüfprotokollen des Medizinischen Dienstes der Krankenkassen (MDK)
- Wohnen Sie zur Probe! (Jedes Haus sollte das anbieten.)

übernehmen pflegende Angehörige eine hohe Verantwortung und stehen gleichzeitig oft vor großen Herausforderungen körperlicher und seelischer Art. Beratung und Hilfe bei Fragen rund um die Pflege von Angehörigen und die Entlastung pflegender Angehöriger bieten die Pflegestützpunkte.


BERATUNG

Beratung und Hilfe allgemein – meine ersten Ansprechpartner

- Sicherlich kennen Sie Situationen, in denen Sie Rat gesucht haben und froh waren, einen passenden Ansprechpartner zu finden. Es gibt viele gut ausgebildete und auskunftsbereite Menschen, an die Sie sich wenden können.

1. Beratung durch die Pflegestützpunkte

Über 80 Prozent aller pflegebedürftigen Menschen werden zu Hause von Familienangehörigen, Freunden oder Bekannten versorgt. Damit

Wir sind für Sie da, damit Sie 

auch bei Pflegebedürftigkeit zu Hause leben können!
Medizinische, pflegerische und hauswirtschaftliche Leistungen
Essen auf Rädern, Betreuungsgruppen

Telefon: 0751 22434
www.sozialstation-schussenental.de

Pflegebereich Nord Weingarten Maybachstraße 1 88250 Weingarten	Pflegebereich Mitte Ravensburg Schussenstraße 5 88212 Ravensburg	Pflegebereich Süd Bavendorf Markdorfer Straße 43 88213 Bavendorf
Essen auf Rädern Schussenstraße 5 88212 Ravensburg	Betreuungsgruppen Brigitte Löffler Markdorfer Straße 43 88213 Bavendorf	Pflegeberatung Stefanie Binder Schussenstraße 5 88212 Ravensburg



© belahoche – stock.adobe.com

Wenn das Häuschen die Rente zahlt.

Sie sind Eigenheimbesitzerin oder -besitzer, die im Alter ihr Haus oder ihre Wohnung nicht verlassen und gleichzeitig über mehr Geld verfügen möchten?

Dann verrenten Sie Ihre Immobilie mit uns als zuverlässigem Partner aus der Region!

Mehr Informationen unter:

Zustifterrente der Stiftung Liebenau

Sekretariat, Tel. +49 7542 10-1677

 www.stiftung-liebenau.de/zustifterrente

In unserer Mitte – Der Mensch

**Stiftung
Liebenau** 

Bei den Fachstellen erhalten Sie Informationen über

- Hilfsangebote und deren Finanzierung
- Krankheitsbilder und die Organisation von Betreuung und Pflege
- Aktivierung des persönlichen Umfeldes
- Unterstützung bei Behördenangelegenheiten

Die Angebote umfassen u. a.

- Einzelfallberatung (telefonisch, in der Beratungsstelle, durch Hausbesuche)
- Vermittlung ergänzender Hilfen
- Schulungsreihen für pflegende Angehörige
- Fachvorträge zu unterschiedlichen Themen

2. Beratung durch Kranken-, Pflege- und Rentenversicherung

Mit einem Bürgertelefon zu verschiedenen Themen und einem Service für Gehörlose und Hörgeschädigte bietet das Bundesministerium für Gesundheit allen Bürgerinnen und Bürgern erste unabhängige Anlaufstellen.

Kranken- und Pflegeversicherung

Menschen mit einer Pflegeversicherung, die Leistungen aus dieser Versicherung erhalten oder Pflegeleistungen beantragt haben, haben einen gesetzlichen Anspruch auf kostenlose Pflegeberatung. Sobald ein Antrag auf Pflegeleistung gestellt wird, hat die Pflegeversicherung den Betroffenen einen Beratungstermin oder einen Beratungsgutschein anzubieten. Die Entscheidung, ob ein Gutschein oder ein Termin angeboten wird, liegt bei der Pflegekasse. Der Beratungstermin muss innerhalb von 2 Wochen nach Antragseingang durchgeführt werden. Melden Sie sich daher zeitnah bei Ihrer Pflegekasse.

Mögliche Inhalte eines Beratungsgesprächs:

- Ermittlung des Pflegebedarfs und wie dieser umgesetzt wird
- Informationen zur häuslichen Krankenpflege
- Alles Wissenswerte über barrierefreie Wohnungen und welche Zuschüsse Sie für wohnumfeldverbessernde Maßnahmen erhalten
- Zuschüsse und Kostenübernahmen
- Kann zu Hause gepflegt werden oder muss ein Pflegeheim in Betracht gezogen werden, und welche Kosten kommen dann auf die Angehörigen zu?
- Informationen darüber, wie pflegende Angehörige versichert sind
- Erfassung der benötigten Hilfsmittel (z. B. Pflegebett, Pflegehilfsmittel, Hausnotruf, Kompressionsstrümpfe, Rollstühle oder Elektromobile)
- Wie können pflegende Angehörige entlastet werden?

Kontakt für Versicherte

- Ansprechpartner ist Ihre gesetzliche Pflegeversicherung/Krankenversicherung. Einen persönlichen Ansprechpartner finden Sie z. B. in einem Schreiben, das Ihnen zu einem früheren Zeitpunkt von der Versicherung zugeschickt wurde.

3. Beratung der Sozialstationen und Verbände

Auch Sozialstationen und Verbände sowie ambulante Pflegedienste können zu Fragen der Pflegeorganisation und der Beantragung eines Pflegegrades beraten. Die Art der Auflistung von Anbietern in den folgenden Abschnitten soll Ihnen ermöglichen, einen passenden Ansprechpartner in Ihrer Nähe zu finden.

BETREUTES WOHNEN

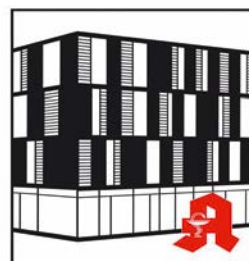
1. Betreutes Wohnen und Wohnen mit Service

Wenn Sie zwar selbstbestimmt in der eigenen Wohnung leben möchten, aber dennoch bei Bedarf Hilfe und Unterstützung wünschen, dann ist das betreute Wohnen oder Service-Wohnen eine Alternative. Dabei profitieren Menschen von einem privaten, altersgerechten Wohnumfeld sowie nützlichen Dienstleistungsangeboten und Gemeinschaftsaktivitäten.



**marien
apotheke**

Carmen Masur
Marktstraße 8
88212 Ravensburg
Telefon (0751) 3 62 50-0
Telefax (0751) 3 62 50-14
info@marien-apotheke-ravensburg.de
www.marien-apotheke-ravensburg.de



**Apotheke am
Elisabethen
Krankenhaus**

Apothekerin Carmen Masur
Elisabethenstraße 19 · 88212 Ravensburg
Telefon (0751) 7910 7910 · Telefax (0751) 7910 7914
apo@apotheke-am-EK.de · www.apotheke-am-EK.de

Die Einrichtungen, die betreutes Wohnen anbieten, befinden sich gewöhnlich in der Nähe zu Einrichtungen der Altenhilfe, auf dem Gelände von Pflegeheimen/Seniorenheimen. Das hat den Vorteil, dass die Bewohner im Falle einer Pflegebedürftigkeit oder Behinderung auch professionelle pflegerische Hilfe bekommen und ein Umzug in ein Heim vielleicht gar nicht mehr notwendig ist und, wenn doch, in unmittelbarer Nähe erfolgen kann.

Betreutes Wohnen umfasst in der Regel:

- Behindertengerechte Wohnung
- Hausnotrufsystem
- Gemeinsame Veranstaltungen
- Ggf. gemeinsamen Mittagstisch
- Betreuung beim Schriftverkehr mit Versicherungen und Verwaltung
- Fahr- und Begleitdienste

- Behörden- und Botengänge
- Gemeinschaftsräume
- Service wie Wäsche, Reinigung, Vollverpflegung
- Ambulante Pflegeleistungen – in der Regel bis Pflegegrad 3

Darauf sollten Sie achten:

- Nebenkosten im Mietvertrag sollten transparent aufgelistet sein und nicht im Betreuungsvertrag auftauchen.
- Eine Kündigung wegen Eigenbedarfs sollte ausgeschlossen sein.
- Vergleichen Sie verschiedene Angebote, um überhöhte Preise zu vermeiden.

Der Betreuungsvertrag für betreutes Wohnen sollte sich aus zwei Teilen zusammensetzen:

- a) Grundleistungen: Die Grundleistungen werden in der Regel pauschal pro Monat abgezogen.
- b) Wahlleistungen: Die Wahlleistungen können bedarfsgerecht hinzugebucht werden. Gezahlt wird hier nur, was in Anspruch genommen wird.
- Keine Pauschalangebote bei den Wahlleistungen
- Achten Sie auf eine genaue Beschreibung der Leistungen und deren Einzelaufistung.
- Lassen Sie festschreiben, wie der maximal mögliche Pflegeumfang aussieht, ob er vor Ort abgedeckt werden kann und was das kostet.

2. Ambulant betreute Senioren-Wohn-gemeinschaft (WG)

In einer ambulant betreuten Senioren-WG leben pflege- bzw. betreuungsbedürftige Personen gemeinsam und selbstbestimmt zusammen, um sich die notwendigen Unterstützungsleistungen zu organisieren bzw. einzukaufen.

Begleitet werden betreute Senioren-WGs durch Betreuungskräfte, die Haushalt, Versorgung und Gruppenaktivitäten koordinieren. Vorteil ist neben dem Gemeinschaftserlebnis, dass die Kosten für Miete, Nebenkosten, Haushaltshilfen oder Betreuer durch das Aufteilen niedriger ausfallen, als würde man diese alleine tragen.



Rundum gut versorgt

mit den Maltesern Bodensee-Oberschwaben



- * Hausnotruf
- * Menüservice
- * Fahrdienste
- * Krankentransport
- * Kinderhospizdienst
- * Schulbegleitung



Rufen Sie uns jetzt unverbindlich für ein kostenloses Beratungsgespräch an:

0751/36613-0

Malteser
...weil Nähe zählt.
www.malteser-bodensee.de

PFLEGESTÄRKUNGSGESETZ II: LEISTUNGSANSPRÜCHE

Pflege-grad	Pflege-Geldleistung § 37 SGB XI	Pflege-Sachleistung § 36 SGB XI	Tages- und Nachtpflege § 41 SGB XI	Entlastungs-betrag für Angebote zur Unterstützung im Alltag § 45b SGBXI	Hilfs-mittel zum Verbrauch § 40 SGB XI	Ver-hinderung-Pflege § 39 SGB XI	Kurzzeit-Pflege § 42 SGB XI	Wohnumfeld verbessernde Maßnahmen § 40 Abs. 4 SGB XI	Vollstationäre Pflege § 43 SGB XI
	Kombinationsleistung								
	Monatlicher Leistungsanspruch	Monatlicher Leistungsanspruch	Monatlicher Leistungsanspruch	Monatlicher Leistungsanspruch	Monatlicher Leistungsanspruch	Jährlicher Leistungsanspruch	Jährlicher Leistungsanspruch	Je Maßnahme	Monatlicher Leistungsanspruch
1	Kein Anspruch			125 €		Kein Anspruch		oder	125€
2	316 €	oder 724 €	689 €	125 €					770 €
3	545 €	oder 1.363 €	1.298 €	125 €	40€	1.612 €	1.774 €	4.000 €	1.262 €
4	728 €	oder 1.693 €	1.612 €	125 €					1.775 €
5	901 €	oder 2.095 €	1.995€	125 €					2.005 €

bis zu 40 % der Pflege-sachleistung kann für Angebote zur Unter-stützung im Alltag verwendet werden.
§ 45b SGB XI

Zusätzlich bis zu 50 % unter Anrechnung auf die Kurzzeitpflege (bis 806 €)

bis 16.000 € (wenn mehrere Anspruchsberechtigte zusammenwohnen)

Weitere Leistungen: € 214/Monat zusätzliche Leistungen für Pflegebedürftige aller Pflegegrade (auch PG 1) in ambulant betreuten Wohngruppen mit mindestens 3 und maximal 12 Bewohnern zum Einsatz einer Präsenzkraft.

PFLEGESTÄRKUNGSGESETZ II: LEISTUNGSERBRINGER

	Pflege-Geldleistung	Pflege-Sachleistung	Tages- und Nachtpflege	Entlastungsbetrag für Angebote zur Unterstützung im Alltag	Hilfsmittel zum Verbrauch	Verhinderungspflege	Kurzzeit-Pflege	Wohnumfeld verb. Maßnahmen	Vollstationäre Pflege
			Monatlicher Leistungsanspruch						
Leistungserbringer	Jede Person, die von Pflegebedürftigen beauftragt wird, z. B. Ehepartner, Kinder, Enkel, 24-h-Haushaltshilfe	Ambulanter Pflegedienst	Tagespflege Nachtpflege	Ambulanter Pflegedienst-Betreuungsgruppe Nachbarschaftshilfe (mit Anerkennung) <ul style="list-style-type: none"> • Tagespflege* • Nachtpflege* • Kurzzeitpflege* • Ferienfreizeiten* • FED* * = plus Hotel- und Fahrkosten	Apotheken und Sanitätshandel mit Versorgungsvertrag, z. B. Handschuhe, Desinfektionsmittel	Einzelperson, die nicht bis z. 2. Grad verwandt oder verschwägert ist <i>(Näher Verwandte haben Anspruch auf maximal 1,5-Fache des Pflegegeldes + Fahrkosten-erstattung + Verdienstausfall – maximal 42 Tage/Jahr)</i> <ul style="list-style-type: none"> • Ambulanter Pflegedienst • Betreuungsgruppe • Nachbarschaftshilfe • Tagespflege • Nachtpflege • Kurzzeitpflege 	Pflegeheim	Je Maßnahme	Monatlicher L-Anspruch Pflegeheim
Besonderheiten	Pflicht: Bei nur Pflegegeld Beratungsbesuch PG II und PG III halbjährlich PG IV u. PG V vierteljährlich	Antrag: Bis zu 40 % für Angebote zur Unterstützung im Alltag - Anlieferung und Zubereitung Teillabrechnung bei Essen auf Rädern	Auf Antrag	Konto!! Bei der Pflegekasse Mitnahme des Budgets bis zum 30.6. des Folgejahres möglich Verfällt nicht zum Jahresende	Auf Antrag	jährlich Auf Antrag Anspruch besteht erst nach 6 Monaten Pflege Pflegeeinstufung oder Nachweis Verfällt zum Jahresende	Jährlich Auf Antrag Bis zu 50 % Umwandlung in Verhinderungspflege möglich, wenn Betrag nicht für KZP in Anspruch genommen wurde Verfällt zum Jahresende	Auf Antrag Kostenvorschlag muss zur Genehmigung vorgelegt werden	

CHECKLISTE: „WIE BARRIEREFREI IST MEIN ZUHAUSE?“

(Beispiele ohne Anspruch auf Vollständigkeit)

Wohnung allgemein	Ja	Nein
Sind die Räumlichkeiten gut ausgeleuchtet?		
Ist der Bodenbelag rutschhemmend?		
Gibt es die Möglichkeit, Kontakt zu Pflegenden / Angehörigen aufzunehmen, ohne aufstehen zu müssen?		
Gibt es ein Notrufsystem?		
Sind Markisen und Rollläden elektrisch gesteuert?		
Sind Zimmertüren mindestens 80 cm breit?		
Sind Lichtschalter und Steckdosen in einer Höhe von ca. 85 cm über dem Boden angebracht?		
Sind Kabel in Kabelkanälen verlegt, damit es keine Stolperfallen gibt?		
Sind Fenster und Türen leicht zu öffnen?		
Gibt es selbstöffnende Türen / Schiebetüren?		
Sind Alltagshilfen vorhanden? Z. B. Greifhilfen, Tablettendispenser		
Sind Sessel und Sofa hoch genug, um bequem aufzustehen?		

Eingangsbereich	Ja	Nein
Ist Ihre Wohnung ohne Schwellen und Stufen zu erreichen?		
Wenn Treppen als Zugang überwunden werden müssen: Gibt es einen Aufzug oder eine andere Lösung zur Überwindung von Höhenunterschieden?		
Gibt es im Treppenhaus beidseitige Handläufe?		
Ist der Balkon oder die Terrasse ohne Stufen zu erreichen?		
Ist der Wohnungsflur mindestens 120 cm breit, damit Sie sich auch mit einem Gehwagen bequem dort bewegen können?		
Ist die Klingel gut hör- bzw. sichtbar?		
Gibt es eine stabile Sitzgelegenheit für das An- und Ausziehen von Schuhen?		
Kann man vom Inneren der Wohnung aus sehen, wer vor der Haustür steht?		

Badezimmer	Ja	Nein
Hat das Bad eine bodengleiche Dusche, die leicht begehbar ist?		
Gibt es in der Dusche einen Klappsitz oder Hocker?		
Gibt es Haltegriffe in Bad und Toilette?		
Ist die Rutschgefahr in der Dusche oder Wanne durch Aufkleber oder eine sichere Badematte vermindert?		
Hat der Toilettensitz die richtige Höhe?		
Hat die Toilettenbrille eine Signalfarbe?		
Kann man am Waschbecken sitzen und im Sitzen in den Spiegel schauen?		
Geht die Tür des Badezimmers nach außen auf?		
Kann die Tür im Notfall von außen entriegelt werden?		
Ist genügend Platz im Bad (mindestens 120 cm x 120 cm Bewegungsfläche)?		

Küche	Ja	Nein
Hat die Küchenarbeitsplatte eine Reling, an der man sich festhalten kann?		
Kann man während der Küchenarbeit sitzen?		
Gibt es eine Herdüberwachung?		
Sind das Gebrauchsgeschirr und die Küchengeräte gut erreichbar?		
Kann man die Küchenschränke gut einsehen?		

Schlafbereich	Ja	Nein
Hat das Bett die richtige Höhe, um bequem aufzustehen?		
Kann man das Bett im Pflegefall von 3 Seiten aus erreichen?		

Branche	Firma	Seite
Apotheke	Marien-Apotheke	63
Bodenbeläge	Bohmeier GmbH	13
Ergotherapie	Praxis für Ergotherapie Simon	59
Hilfsorganisation	Malteser Hilfsdienst gemeinnützige GmbH – Bezirk Bodensee	64
Kirchliche Stiftung	Stiftung Liebenau – Zustifterrente und Konzeptentwicklung	62
Metallbau	Merkle Metall- und Sondermaschinenbau GmbH	12
Pflegebetten	Betten Zwerger GmbH	22
Ravensburger Genossenschaft	Bau- und Sparverein Ravensburg eG	7
Schreinerei	Peter Maidel, Schreinermeister	15
Schreinerei	Schreinerei Bogenrieder	16
Sozialstation	Kirchliche Sozialstation Schussental	61
Sozialstation	Sozialstation Gute Beth Bad Waldsee gGmbH	58
Sozialstation	Sozialstation St. Josef Altshausen gGmbH	60
Sparkasse	Kreissparkasse Ravensburg	U4
Stuckateur	Stuckateurfachbetrieb für Ausbau & Fassade	9
Taxi	Taxi-Zentrale Ravensburg	55

IMPRESSUM

Herausgeber:

WIKOMmedia Verlag für Kommunale- und
Wirtschaftsmedien GmbH
Blaumeisenstraße 9, 82140 Olching
Registergericht München HRB Nr. 216280;
USt.IdNr.: DE 298734057

Geschäftsführung: Peter F. Schneider

Telefon: +49 8142 42229-54, Fax: -55
E-Mail: info@wikom-media.de
Internet: www.wikom-media.de

In Zusammenarbeit mit:

Landkreis Ravensburg

Verantwortlich für den Anzeigenteil:

WIKOMmedia Verlag für Kommunale- und
Wirtschaftsmedien GmbH, Peter F. Schneider

Grafik / Satz:

INWIEDU – Hoyer GbR
Am Sandberg 10, 86415 Mering
www.inwiedu.de

Quellennachweis für Fotos:

WIKOMmedia Verlag
Großes Titelbild: Paddy Schmitt, www.paddyschmitt.de
Kleine Titelbilder stock.adobe.com: elypse;
Robert Kneschke; Halfpoint

Alle weiteren Bildnachweise stehen bei den
jeweiligen Bildern.

Druck:

Druckerei Menacher
Bahnhofstraße 144, 86438 Kissing
www.druckerei-menacher.de

Titel, Umschlaggestaltung sowie Art und Anordnung
des Inhalts sind zugunsten des jeweiligen Inhabers
dieser Rechte urheberrechtlich geschützt. Nach-
druck und Übersetzungen in Print und online sind,
auch auszugsweise, nicht gestattet.

Kommunal Regional Emotional

WIKOM MEDIA

Verlag für Kommunale- und Wirtschaftsmedien GmbH

Auflage Mai 2023



Ihr kompetenter Finanzierungspartner vor Ort.

Wir gehören zu den aktivsten Förderberatern im Land und wurden zum wiederholten Mal als „Premium-Partner Förderberatung“ ausgezeichnet. In den Bereichen Modernisierung, energetische Sanierung und Barrierefreiheit beraten wir Sie umfassend zu Ihren Finanzierungsoptionen und Möglichkeiten der staatlichen Förderung.

Weitere Informationen unter
Telefon +49 751 84-1617 oder
www.ksk-rv.de/modernisierungskredit



Kreissparkasse
Ravensburg