



Ein Leben lang zu Hause wohnen

Maßnahmen zur
Wohnraumanpassung

Wir bringen Sie
sicher und pünktlich
an ihr Ziel.

- **Sitzend**
- **Liegend**
- **im Rollstuhl**



MH-Kelheim-Taxi

Rennweg 140 a · 93309 Kelheim · Tel.: 0 94 41 - 703 66 90

www.keh.taxi · info@keh.taxi

BRK im Landkreis Kelheim – stets gut versorgt:

Ihr verlässlicher Partner in der Pflege

 **Bayerisches
Rotes
Kreuz**
Kreisverband Kelheim

- **Pflegeeinrichtung Kelheim**
09441 / 68 203 0
- **Pflegeeinrichtung Abensberg**
09443 / 99 23 30
- **Ambulanter Pflegedienst**
09443 / 90 66 01 oder 08751 / 86 78 15
- **Hausnotruf**
09443 / 90 68 61 8
- **Offene Behindertenarbeit**
09441 / 50 28 19




Bayerisches Rotes Kreuz – Kreisverband Kelheim
Abensberger Straße 6 • 93309 Kelheim
Tel.: 09441 / 5028 0 • E-Mail: info@kvkelheim.brk.de
www.kvkelheim.brk.de

Grußwort

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

wir alle träumen davon, unser Leben selbstbestimmt gestalten und so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden wohnen bleiben zu können.

Solange es die Gesundheit zulässt, steht der Verwirklichung dieses Wunsches nichts im Wege. Doch oft bringen Erkrankungen oder das Alter die eine oder andere gesundheitliche Einschränkung mit sich. Dann wird schon die kleinste Schwelle zu einer Stolperfalle und Treppen zu unüberwindbaren Hindernissen. Kaum eine Wohnung oder ein Eigenheim erfüllt ohne weiteres die Anforderungen an ein barrierefreies und altersgerechtes Wohnen.

Manchmal genügt eine kleine bauliche Veränderung, um eine Verbesserung der Barrierefreiheit und Sicherheit zu erzielen, oft sind jedoch größere Baumaßnahmen notwendig. Mit der vorliegenden Broschüre möchten wir Ihnen Informationen an die Hand geben, wie Sie das eigene Wohnumfeld barrierefrei und sicher gestalten können. Neben vielen praktischen Tipps und Hinweisen finden Sie auf den folgenden Seiten wichtige Kontakte und Ansprechpartner. Auch Fördermöglichkeiten, die finanzielle Unterstützung bei einer Wohnrauman-



passung bieten, werden aufgezeigt. Wir freuen uns, wenn Sie viele der Informationen nutzen und neue, wertvolle Anregungen aufgreifen können. Ich danke allen, die an der Entstehung der Broschüre beteiligt waren. Insbesondere danke ich den Verbänden der Freien Wohlfahrtspflege und den Firmen, die durch ihre Anzeigen den Druck der Broschüre ermöglicht haben.

Martin Neumeyer
Landrat



Ambulanter Pflegedienst

Pro Lebensfreude GmbH ist Ihr ambulanter Pflegedienst für mehr Lebensfreude im Alltag.

Unsere Leistungen:

- ✓ Pflegesachleistung
- ✓ Häusliche Krankenpflege
- ✓ Verhinderungspflege
- ✓ Zusätzliche Betreuungsleistung
- ✓ Haushaltshilfe bei Schwangerschaft und Entbindung
- ✓ Mobilisierung
- ✓ Unterstützung bei der Antragstellung
- ✓ Unterstützung im Alltag
- ✓ Unterstützung im Garten



Pro Lebensfreude GmbH (Hauptverwaltung)
 Ingolstädter Straße 10 • 85098 Großmehring
 ☎ +49 8407 939333-0 📠 +49 8407 939333-11
 🌐 www.pro-lebensfreude.com
 📱 @prolebensfreude 📱 @pro_lebensfreude

Pro Lebensfreude GmbH (Niederlassung)
 Kirchplatz 2 • 93333 Neustadt a.d. Donau
 ☎ +49 9445 205417-0 📠 +49 9445 205417-1
 ✉ info@pro-lebensfreude.com
 ✉ bewerbungen@pro-lebensfreude.com



Flipping-Book

Ihre Broschüre als Flipping-Book:

- leicht zu blättern
- übersichtlich
- auch mobil!



IMPRESSUM



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



in Zusammenarbeit mit:
 Landratsamt Kelheim
 Donaupark 12
 93309 Kelheim

Redaktion:
 Verantwortlich für den redaktionellen Inhalt:
 Landratsamt Kelheim, Donaupark 12, 93309 Kelheim
 Verantwortlich für den Anzeigenteil: mediaprint infoverlag gmbh, Goran Petrasevic

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

Quellennachweis für Fotos / Abbildungen:
 Titel: © RUSLAN GUZOV / stock.adobe.com
 Seite 1: © berlil berlinski
 Weitere Quellenangaben sind an den jeweiligen Fotos vermerkt.

93309039 / 1. Auflage / Dez. 2021

Druck:
 wicher.print.medien.service
 (haftungsbeschränkt)
 Schloßstraße 8
 07545 Gera

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

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



© Katarzyna Bialasiewicz Photographee.eu

Inhaltsverzeichnis

Allgemeine Einführung	4	Wohnraumanpassung bei Demenz	22
Barrierefreies Wohnen	4		
Barrierefrei ist nicht gleich behindertengerecht	4	Finanzierungs- und Fördermöglichkeiten	23
Wohnraumanpassung	5		
Wohnraumberatung	5	Sicherheit im häuslichen Umfeld	25
Rundgang durch die Räume	6	Sicherung von Haus und Wohnung	25
Eingang, Treppenhaus und Flur	6	Beratung durch die Polizei	25
Küche	8	Wichtige Ansprechpartner zum Thema „Wohnen im Alter“	27
Bad, WC	10		
Wohnzimmer	12	Hilfe und Unterstützung	29
Schlafzimmer	14	Die Pflegereform	29
Balkon, Garten	15	Pflegegrade und Leistungen	31
Nützliche Hilfsmittel	16	Pflegearten	33
		Unterstützung für pflegende Angehörige	35
Alter und Technik	17	Pflegeberatung	35
Smart Home Technologie	17	Inserentenverzeichnis	36
Hilfe im Alltag	18		
Hausnotruf	18		
Checkliste „Ein Leben lang zu Hause wohnen“	19		

Allgemeine Einführung

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

Barrierefreies Wohnen

Unter „Barrierefreiheit“ versteht man einen umfassenden Zugang und uneingeschränkte Nutzungschancen aller gestalteten Lebensbereiche. Das Prinzip der Barrierefreiheit zielt darauf, dass bauliche und sonstige Anlagen sowohl für Menschen mit Beeinträchtigungen als auch für Personen mit Kleinkindern oder für ältere Menschen in der allgemein üblichen Weise, ohne besondere Erschwernis und grundsätzlich ohne fremde Hilfe zugänglich und nutzbar sind.

Bei Gelenkerkrankungen oder ähnlichen körperlichen Beeinträchtigungen kann die Bewältigung des Alltags oftmals schon daran scheitern, wenn der Zugang zur Wohnung im dritten Stock mangels Fahrstuhl erheblich erschwert wird. Aus diesem Grund hat der Gesetzgeber für alle Neubauten mit mehreren Stockwerken Fahrstühle als Teil des barrierefreien Wohnens vorgeschrieben.

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

Barrierefrei ist nicht gleich behindertengerecht

Grundsätzlich gilt es zu beachten, dass es zwischen der Begrifflichkeit „barrierefrei“ und „behindertengerecht“ einen Unterschied gibt. So ist eine Behinderung jeweils individuell. Menschen mit Sehbehinderung haben andere Bedürfnisse als beispielsweise Personen, die querschnittsgelähmt und deshalb auf den Rollstuhl angewiesen sind. Beide Menschen haben eine Behinderung, ein querschnittsgelähmter Mensch

barrierefrei

Beratungsstelle
Barrierefreiheit
Bayerische
Architektenkammer

**Wir beraten Sie
zu allen Fragen für ein
barrierefreies Leben**

Ein kostenfreies Angebot für
alle Interessierten

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

www.byak-barrierefreiheit.de
info@byak-barrierefreiheit.de

Bayern barrierefrei
Gefördert durch den Freistaat Bayern.

benötigt jedoch grundsätzlich eine anders gestaltete Wohnung als ein sehbehinderter Mensch. Eine behindertengerechte Wohnung ist deshalb nach der individuellen Behinderung gestaltet, während eine barrierefreie Wohnung grundsätzlich dahingehend zu gestalten ist, dass alle Wohnbereiche ungehindert erreicht werden können.

Eine barrierefreie Wohnung wird nicht nur von älteren Menschen und Menschen mit körperlichen Einschränkungen benötigt, sondern ist für die ganze Familie eine große Erleichterung.

Wohnraumanpassung

Eine Wohnraumanpassung soll Ihnen oder Ihren Angehörigen das selbstständige Leben in Ihrem Zuhause erleichtern, sowohl im Alter als auch bei Behinderung oder Pflegebedürftigkeit.

In etlichen Lebenssituationen wird der Verbleib in der eigenen Wohnung ohne Wohnraumanpassung schwierig. Beispielsweise werden mit der Zeit Stufen und sanitäre Anlagen zum Problemfall. Deshalb müssen Sie nicht zwangsläufig ans Umziehen denken. Mit rechtzeitigen Umbaumaßnahmen in der Wohnung können Sie die Bewältigung des Alltags vereinfachen und somit Ihre Selbstständigkeit und Lebensqualität fördern.

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

Bevor Sie Umbaumaßnahmen einleiten, sollten Sie eine fachkundige Beratung hinzuzie-

hen. Mit einem Wohnraumberater können Sie sich einen Überblick über die Veränderungsmöglichkeiten verschaffen und mit der Planung beginnen. Wenn Sie in einer Mietwohnung leben, sollten Sie anschließend Ihre Pläne mit Ihrem Vermieter besprechen, denn er muss der Wohnungsanpassung zustimmen. Eine Beratung ist auch im Hinblick auf die Bezuschussung der baulichen Maßnahmen wichtig.

Wenn sogar der beste Umbau nicht zu mehr Barrierefreiheit und Selbstständigkeit führt, sollten Sie über eine neue Wohnung nachdenken. Die Pflegeversicherung bezuschusst auch den Seniorenzug in eine barrierefreie Wohnung als Maßnahme der „Wohnraumanpassung für Senioren“.

Wohnraumberatung

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

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



© Luca Tumminello/stock.adobe.com

Rundgang durch die Räume

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



© Alex/stock.adobe.com

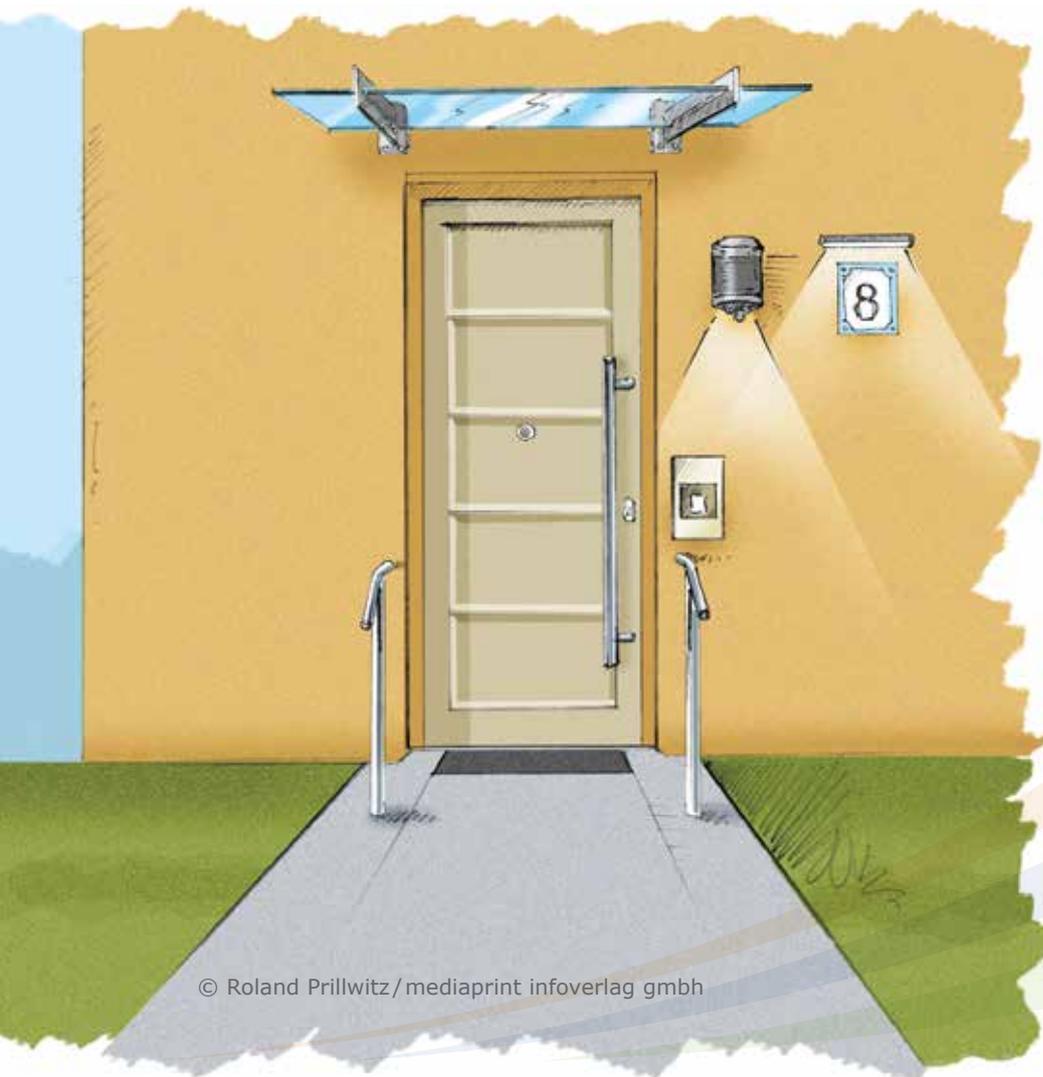
Eingang, Treppenhaus und Flur

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

- Durch die Grundierung von **Türschwellen** werden mögliche Stolperfallen behoben. Auch fällt es Rollstuhlfahrern leichter, durch Türen zu fahren.
- Glatte **Treppenstufen** können schwerwiegende Stürze verursachen. Deshalb ist es ratsam, Treppen, Stufen und Podeste mit selbstklebenden Anti-Rutsch-Belägen **rutschfest** zu machen.
- **Beidseitige Geländer** bzw. Handläufe verhelfen zu mehr Stabilität und Sicherheit. Geländer mit Beleuchtung sind auch im Dunkeln leicht zu finden. Deren optimale Höhe beträgt circa 90 cm.
- Bei einer Gehbehinderung empfiehlt es sich, einen **Treppenlift** einbauen zu lassen.



© Pond Thananat/stock.adobe.com



© Roland Prillwitz/mediaprint infoverlag gmbh



Vorgärten verschönert keiner schöner

Neue Perspektiven zum Genießen: Entdecken Sie Ihren Vorgarten jetzt von einer ganz neuen Seite. Gerne unterstützen wir Sie bei der Verwirklichung Ihres neuen Naherholungsgebietes.

WIE MACHEN DAS!
Die Landschaftsgärtner



Löwengrube 8 – 93309 Kelheim
Telefon: 09441 / 685 728
info@schalk-gartenbau.de
www.schalk-gartenbau.de



© Dean Mitchell/stock.adobe.com

Küche

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



© Roland Prillwitz/mediaprint infoverlag gmbh

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



© Africa Studio/stock.adobe.com



© mariesacha / stock.adobe.com

Bad, WC

- Ein ausreichend breiter Zugang **ohne Schwelle** ermöglicht es Ihnen, problemlos ins Bad zu gelangen.
- **Nach außen** schwingende Türen ermöglichen Helfern oder Angehörigen mühelos, gestürzte Personen zu erreichen.
- Bauen Sie für den Notfall eine **Notrufanlage** oder Inaktivitätserkennung ein.
- Eine **bodengleiche** Dusche erleichtert die Nutzung der Duschkabine/ des Duscbereiches und reduziert das Stolperisiko.
- Feste Duschtrennwände sind Barrieren! Deshalb sollte der Spritzschutz der barrierefreien Dusche aus beweglichen Duschwänden oder einem **Duschvorhang** bestehen.
- **Rutschsichere Matten** in Wanne und Dusche sind unerlässlich.
- Kleine oder **rutschhemmende Fliesen** bzw. Fußböden verringern die Gefahr des Ausrutschens.
- Gut erkennbare, stabile **Haltegriffe** und Stützstangen sorgen für mehr Sicherheit.
- Eine **Sitzgelegenheit** vor dem Waschbecken sowie ein **Duschhocker** in der Duschkabine erleichtern den Wasch- /Duschvorgang. Deshalb ist es ratsam, Unterbauten am Waschbecken zu entfernen.

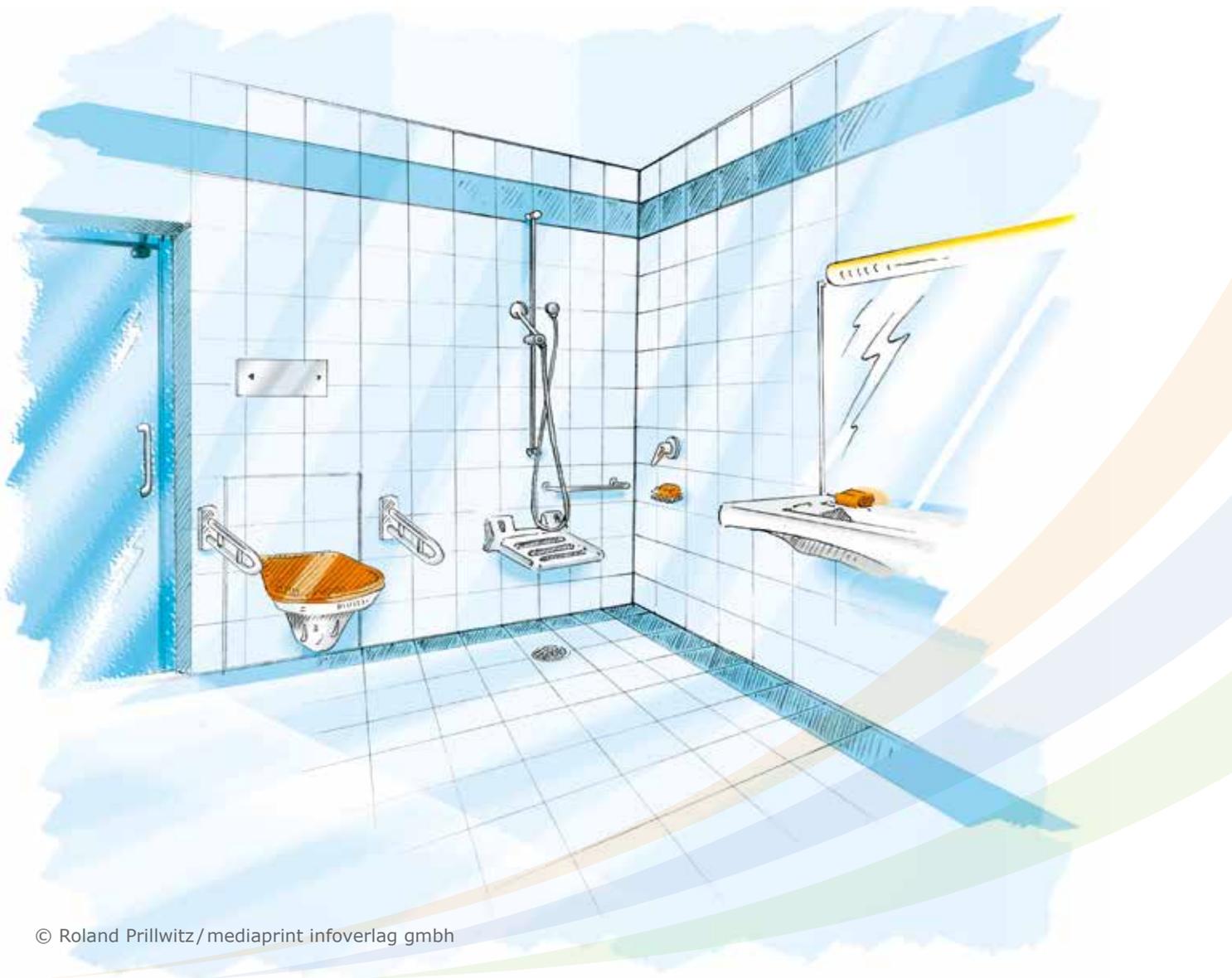


© Jörg Lantelme / stock.adobe.com

- **Einhebelarmaturen** sind leichter zu bedienen.
- Ein **höhenverstellbares Waschbecken** lässt sich individuell anpassen.
- Eine individuell **angepasste Höhe** der Toilette sowie Haltegriffe an der Wand können das Aufstehen und Hinsetzen erleichtern.
- **Verstellbare Spiegel** erleichtern die Körperpflege.
- Ein **Badewannenlift** oder ein **Badebrett** helfen beim Ein- und Aussteigen ohne fremde Hilfe.
- Heizkörper können auch als **Handtuchhalter** genutzt werden.



© ake1150/stock.adobe.com



© Roland Prillwitz/mediaprint infoverlag gmbh



© WavebreakMediaMicro / stock.adobe.com

Wohnzimmer

- Genügend **Bewegungsfreiheit** steigert die Lebensqualität, zum Beispiel durch das Entfernen von überflüssigen Möbeln.
- Lassen Sie leuchtende **Lichtschalter** einbauen, die gut erreichbar sind. Eventuell können auch Bewegungsmelder installiert werden.
- Faltbare **Gehgestelle (Gehbank)** bieten festen Halt und ermöglichen eine sichere Fortbewegung innerhalb der Wohnung.
- Elektrische **Rollläden** öffnen und schließen automatisch und erfordern kaum Kraftaufwand.
- Schaffen Sie sich **Sitzmöbel** in geeigneter Höhe an oder passen Sie diese durch Holzklötze vom Schreiner an.
- Um auch im Sitzen einen guten Blick aus dem Fenster zu haben, sollten **Fensterbrüstungen** eine Höhe von maximal 60 cm haben.
- **Aufstehessel** sind bequem und unterstützen das Aufstehen.



© Colourbox.de



© Roland Prillwitz/mediaprint infoverlag gmbh



© James Phelps JR /stock.adobe.com

- **Blumen** und Grünpflanzen sollten gut zugänglich sein, so dass sie ohne Probleme gewässert werden können.
- Das Telefon sollte sich immer in **greifbarer Nähe** zu den Sitzmöbeln befinden.
- Fernbedienung und Telefon mit **großen Symbolen** erleichtern die Nutzung.
- **Stolperfallen** wie Teppichkanten, Läufer ohne rutschhemmende Unterlage, schummrige Licht und sperrige Möbel sind zu vermeiden.
- Ausreichend **Steckdosen** an der Wand vermeiden die Verlegung von Verlängerungskabeln.
- Bedienelemente, wie zum Beispiel Lichtschalter, Steckdosen etc. sollten in einer Höhe von 85 cm angebracht oder individuell an die **geeignete Höhe** angepasst werden.



© Roland Prillwitz/mediaprint infoverlag gmbh

Schlafzimmer

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



© GolfC Photo / stock.adobe.com

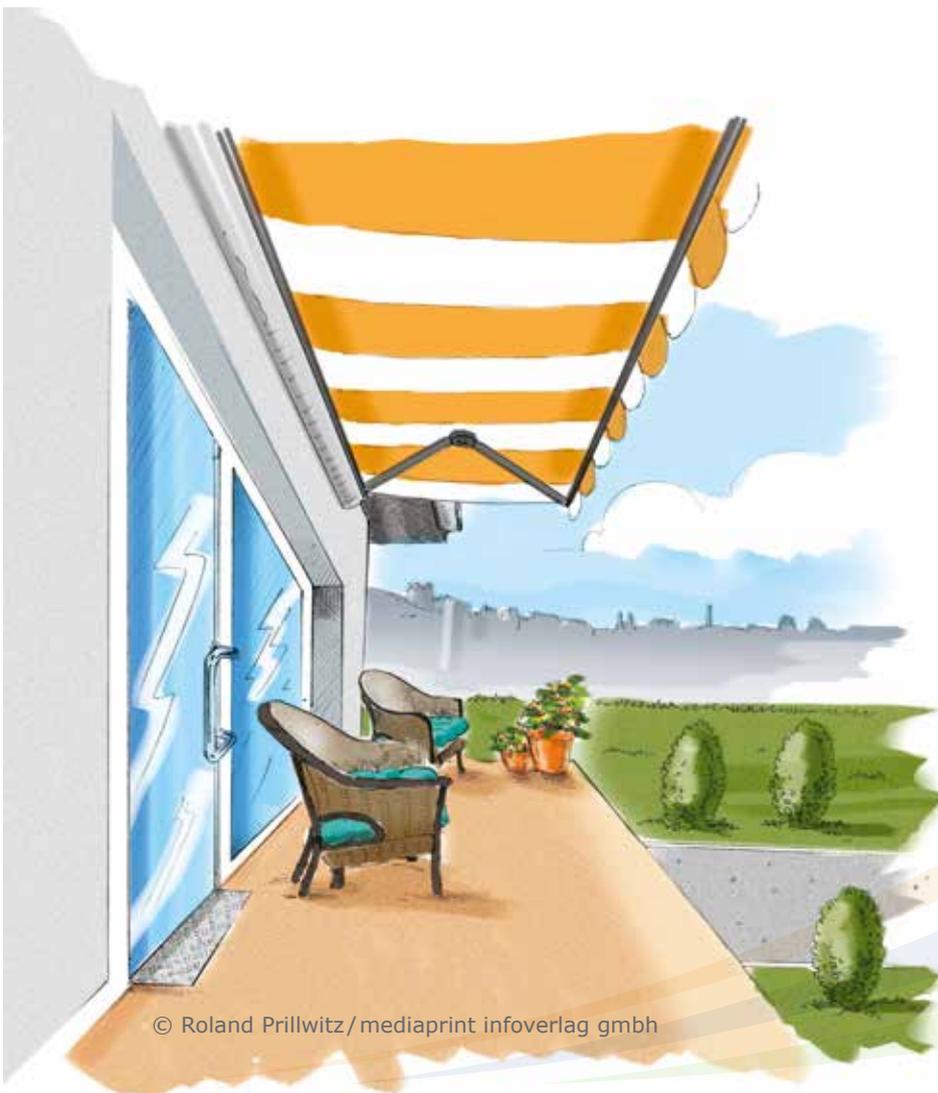
Balkon, Garten

- Ein rutschfester und ebener Bodenbelag hilft dabei, Stürze zu vermeiden.
- Gartenwege sollten möglichst einen Meter breit sein, um sie bei Bedarf mit dem Rollstuhl oder Rollator nutzen zu können.
- Gleichen Sie die Höhe der Böden an, um den Übergang vom Zimmer auf den Balkon zu erleichtern.
- Falls ein schwellenloser Übergang nicht möglich ist, können Rampen und Plattformlifte helfen, Stufen zur Terrasse oder zum Garten zu überwinden.
- Ein stabiler Haltegriff neben der Balkon- oder Terrassentür hilft beim Überwinden von Türschwellen.
- Stühle und Sitzmöglichkeiten bieten ausreichende Erholungsmöglichkeiten.



© Andrea Arnold / stock.adobe.com

- Solarlampen sorgen für ausreichend Beleuchtung im Garten.
- Ein fahrbarer Gartensitz ermöglicht komfortables Sitzen und Knien während der Gartenarbeit.



© Roland Prillwitz / mediaprint infoverlag gmbh



Von Kopf bis Fuß in der Wohlfühlzone

Die Kinder sind aus dem Haus und Sie haben wieder mehr Zeit für sich. Genießen Sie diese Momente in Ihrem Garten. Wir sorgen für Ihr Grün, damit Sie sich rundum wohlfühlen.

WIR MACHEN DAS!
Die Landschaftsgärtner



Löwengrube 8 – 93309 Kelheim
Telefon: 09441 / 685 728
info@schalk-gartenbau.de
www.schalk-gartenbau.de

Nützliche Hilfsmittel

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

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

Um die Kleidung schnell und bequem auf erreichbare Höhe zu bringen, kann ein elektrischer Kleiderlift in den Schrank eingebaut werden. Mehr Sicherheit bietet auch

ein Gardinenlift. So wären Sie beim Ab- und Aufhängen nicht mehr auf eine Leiter angewiesen. Falls das Öffnen des Fensters umständlich ist, weil beispielsweise der Griff schwer erreichbar ist, können sowohl flexible als auch fest montierte Verlängerungen der Fenstergriffe hilfreich sein.

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

Ein technisches Hilfsmittel ist die Funk- bzw. Umfeldsteuerung, mit der Sie durch Sprachbefehle Beleuchtung, Jalousien, Heizung, Türsprechanlage und alle möglichen HiFi-Anlagen bedienen können. Nicht zu vergessen ist eine Notrufanlage mit Funkfinger, die sich immer in Ihrer Greifnähe befindet. Auch das Bedienen des Telefons lässt sich mit einer größeren Tastatur, einem Hörverstärker und einer Freisprecheinrichtung um einiges vereinfachen.

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

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



© Katarzyna Bialasiewicz Photographee.eu

Alter und Technik

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

Smart Home Technologie

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

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

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

- automatische Abschaltung des Herdes bei Abwesenheit
- Überwachung von Häusern und Wohnungen, Schutzmaßnahmen gegen Einbrüche
- individuelle Beleuchtungs-, Raumtemperatur- oder Musiksteuerung
- Kommunikation und Videounterhaltung per Fernseher oder Tablet-PC
- Steuerung von Lampen, Heizungen und anderen Elektrogeräten mit dem Smartphone



© REDPIXEL / stock.adobe.com

- automatisches Öffnen und Schließen von Rollläden
- intelligente Rauchmelder informieren bei Brandverdacht auch Verwandte oder Nachbarn
- SMS-Benachrichtigung der Waschmaschine
- Eingangüberwachung mit Türöffnung
- Automatische Flurbeleuchtung
- Klingel mit optischem Signal
- Sensor im Briefkasten

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

Hilfe im Alltag

Smart Home Technologien erleichtern nicht nur die Kommunikation und die Überwachung, sondern können in nahezu jedem Bereich des Haushalts zum Einsatz kommen. Richtig eingesetzt, können sie eine nützliche Hilfe für alltägliche Handlungen und Hausarbeiten darstellen. Beliebte im Alter sind unter anderem Beleuchtungssysteme, die nachts automatisch den Weg zur Toilette erhellen. Des Weiteren bieten elektrische bzw. mechanische Gardinenlifts, die per Knopfdruck oder Hebelbewegung herabgesenkt werden, nicht nur eine willkommene Hilfestellung, sondern mindern auch die Sturzgefahr im Alltag. Weitere technische Anwendungen sind zum Beispiel elektronische Kleiderlifts und Schrankregale, die sich in Griffweite senken lassen, oder Aufstehsessel und Drehbetten, die per Knopfdruck in wenigen Sekunden in eine günstige Sitz- und Aufstehposition gebracht werden können.

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



© Prostock-studio / stock.adobe.com

Hausnotruf

Der Hausnotruf ist ein Hilfsmittel, das alleinstehenden Menschen ein hohes Maß an Sicherheit bietet. Bei einem Sturz oder plötzlicher Übelkeit kann der Hausnotruf Abhilfe schaffen und schnelle Hilfe bieten. Auf dem Markt gibt es unterschiedliche Systeme, die Funktionsweise der Hausnotrufgeräte ist immer dieselbe:

Dabei trägt man einen kleinen Funksender bei sich, der mit einer Notrufzentrale verbunden ist. Wird der Knopf gedrückt, ruft die Zentrale zu Hause an und meldet sich über einen speziellen Lautsprecher, der ebenfalls zum System gehört. Falls dabei keine Antwort gegeben wird, benachrichtigt die Notrufzentrale einen Angehörigen, der vorher festgelegt wurde.

Kostenübernahme kann über die Pflegekasse oder bei fehlenden Voraussetzungen über Sozialleistungen (Sozialhilfe/Grundsicherung) erfolgen.

Checkliste „Ein Leben lang zu Hause wohnen“

Diese Checkliste hilft Ihnen anhand der Fragen, mögliche Problempunkte Ihrer Wohnsituation zu überprüfen. Sie soll Sie dabei unterstützen, festzustellen, inwieweit Ihre Wohnung oder Ihr Haus bereits altersgerecht und barrierefrei ist bzw. wo es noch Verbesserungspotenzial gibt.

Bitte beachten Sie, dass diese Checkliste nur zur Anregung dient und nicht alle Bereiche oder spezielle Bedürfnisse abdeckt.

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

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

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

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

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

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



© Robert Kneschke / stock.adobe.com

Wohnraumanpassung bei Demenz

Die Bedeutung der eigenen vier Wände für Demenzkranke

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

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

Die eigene Wohnung hat vielfältige Funktionen: Sie bietet Handlungs- und Bewegungsmöglichkeiten, sie bietet einen Gefühls- und Wahrnehmungsraum, hier findet Kommunikation statt und man identifiziert sich mit ihr. Immerhin ist die Wohnung ein Teil des Lebens. Je mehr sich Demenzkranke in ihre Wohnung zurückziehen – da alltägliche Dinge wie Einkaufen oder Spazieren gehen immer schwieriger und irgendwann unmöglich werden – desto höher wird ihre Bedeutung. Hier kennen sich Erkrankte aus, fühlen sich geborgen, wohl und sicher. Trotz der nachlassenden Fähigkeiten können sie hier noch eine Weile ihren Alltag bewältigen.

Wohnraumanpassung – Veränderungen werden nötig

Durch fortschreitende Demenz wird die Orientierung selbst in den eigenen vier

Wänden immer schwieriger. Jedoch kann die Lebensqualität in der vertrauten Wohnung durch kleine Baumaßnahmen deutlich verbessert werden.

Dabei sollte beachtet werden, dass größere Veränderungen in einer möglichst frühen Phase der Erkrankung durchgeführt werden, damit sich der Betroffene an die neue Umgebung gewöhnen kann. Vertrautheit spielt eine wesentliche Rolle bei Demenz. Gegenstände und Möbel, die einen emotionalen Wert für den Betroffenen haben, sollten nicht entfernt werden. Daneben können Methoden und Hilfsmittel, die in der Jugend des Erkrankten angewandt wurden, zu mehr Selbstständigkeit führen, zum Beispiel Armaturen mit Kreuzgriff oder Zugkordeln an Toilettenspülungen.

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

Finanzierungs- und Fördermöglichkeiten

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

Dies ist auch im Hinblick auf die Bezuschussung der baulichen Maßnahmen wichtig. Denn Pflegekassen unterstützen im Rahmen der Pflegeleistungen eine Wohnraumanpassung für Pflegebedürftige (gemäß § 40 SGB XI) mit maximal 4.000 Euro einmalig für alle Maßnahmen der Barrierefreiheit. Falls später weitere Umbauten benötigt werden sollten, kann die Pflegekasse unter Umständen erneut Zuschüsse gewähren. Voraussetzung für einen Zuschuss ist, dass die baulichen Maßnahmen die häusliche Pflege entweder überhaupt erst ermög-

lichen oder erheblich erleichtern oder die Belastung für den Pflegebedürftigen beziehungsweise die Pflegeperson verringern.

Wenn sogar der beste Umbau nicht zu mehr Barrierefreiheit und Selbstständigkeit führt, sollten Sie über eine neue Wohnung nachdenken. Die Pflegeversicherung bezuschusst auch den Seniorenuzug in eine barrierefreie Wohnung als Maßnahme der „Wohnraumanpassung für Senioren“.

Finanzielle Fördermöglichkeiten in der Übersicht

Weitere Informationen bzw. kostenlose Beratung erhalten Sie direkt bei der Beratungsstelle Barrierefreies Bauen der Bayerischen Architektenkammer, Telefon: 089 13988080 oder unter www.byak.de.

Programme	Leistungen	Quellenverweis / Bemerkung / weitere Informationen
Bayerisches Wohnbauförderprogramm a) Schaffung von Eigenwohnraum durch Neubau, Änderung, Erweiterung oder Erst- und Zweiterwerb	<ul style="list-style-type: none"> • Darlehen mit Zinssatz von 0,5 Prozent, Laufzeit 15 Jahre, anschließend wird der Zinssatz an den Kapitalmarktzins angepasst. • Haushalte mit Kindern erhalten einen Zuschuss von 5.000 Euro je Kind, Darlehen bei Bau und Ersterwerb max. 30 Prozent, bei Zweiterwerb max. 40 Prozent der förderfähigen Kosten 	Oberste Baubehörde im Bayerischen Staatsministerium des Innern, für Bau und Verkehr Franz-Josef-Strauß-Ring 4 80539 München Telefon: 089 2192-02 Fax: 089 2192-13350 E-Mail: poststelle-obb@stmi.bayern.de Internet: www.wohnen.bayern.de
b) Anpassung von Wohnraum an die Behinderung (Umbau)	<ul style="list-style-type: none"> • Menschen mit Behinderung erhalten bei Umbau einen Zuschuss bis zu 10.000 Euro, Zins- und tilgungsfrei, einmaliger Verwaltungskostenbeitrag von 1,0 Prozent 	Einkommensgrenze: Art.11 BayWoFG Antrag vor Baubeginn beim zuständigen LRA, der kreisfreien Stadt (bei Mietwohnraum Antragstellung durch den Vermieter)
Bayerisches Zinsverbilligungsprogramm, BayernLabo Neubau, Erst- und Zweiterwerb mit Bindungsfrist	<ul style="list-style-type: none"> • Darlehenshöhe beträgt 30 Prozent der Gesamtkosten; nicht weniger als 15.000 Euro • Zinssatz ca. 1 Prozent unter banküblichen Konditionen • Diese Leistungen können mit BayWoFG kumuliert beantragt werden 	Bayerischen Landesbodenkreditanstalt (BayernLabo) Briener Straße 22 80333 München Telefon: 089 2171-08 Fax 089 2171-60 03 88 E-Mail: info@bayernlabo.de Internet: https://bayernlabo.de

Programme	Leistungen	Quellenverweis / Bemerkung / weitere Informationen
KfW Altersgerecht Umbauen – Kredit	Ab 0,4 Prozent effektiver Jahreszins, bis zu 50.000 Euro Kreditbetrag pro Wohneinheit	www.kfw.de/inlandsfoerderung/ Privatpersonen/ Bestandsimmobilien/ Barrierereduzierung/
KfW Altersgerecht Umbauen – Investitions- zuschuss	Einzelmaßnahmen zum Einbruchschutz sowie zur Barrierereduzierung (10 Prozent der förderfähigen Investitionskosten) und für den Standard Altersgerechtes Haus (12,5 Prozent der förderfähigen Investitionskosten) in Höhe von mindestens 2.000 Euro und maximal 50.000 Euro pro Wohneinheit. (Zuschuss)	Hotline: 0800 539 9002 Für Eigentümer, Mieter und Vermieter
Modernisierung von Mietwohnungen der Wohnungs- gesellschaften Verbesserung der allgemeinen Wohnverhältnisse	Zinsverbilligtes Darlehen bis zu 100 Prozent der förderfähigen Kosten Beispiel: Bei einer Belegungsbindung von 10 Jahren kann eine Wohnung mit bis zu 50.000 Euro gefördert werden	Obersten Baubehörde im Bayerischen Staatsministerium des Innern, für Bau und Verkehr oder Bayerische Landesbodenkreditanstalt (BayernLabo) Kontaktdaten: wie oben
Pflegekassen Wohnumfeld- verbessernde Maßnahmen	Pro Maßnahme bis zu 4.000 Euro (bis 16.000 Euro wenn mehrere Anspruchsberechtigte zusammen wohnen). Gefördert werden Maßnahmen der Anpassung des Wohnumfelds an die besonderen Belange des Pflege- oder Betreuungsbedürftigen, z. B. Badumbau, Türverbreiterungen, fest installierte Rampen und Treppenlifte usw. Die Leistung ist unabhängig von Einkommen und Vermögen.	Das Bundesgesundheitsministerium bietet online Broschüren zur Pflege- und Krankenversicherung www.bmg.bund.de
Rentenver- sicherungsträger (für Angestellte) Agentur für Arbeit Erhaltung der Selbständigkeit und der Arbeitskraft	zur Beschaffung, Ausstattung und Erhaltung einer behinderungsgerechten Wohnung	www.deutsche-rentenversicherung.de
Berufsgenossen- schaften Beschaffung und der Erhaltung einer behinderungsgerechten Wohnung	<ul style="list-style-type: none"> • bei Umbaumaßnahmen bis zu 100 Prozent • bei Neubau zinsgünstiges Darlehen in angemessener Höhe 	Erkundigen Sie sich bei Ihrem Arbeitgeber nach der für Sie zuständigen Berufsgenossenschaft
Zentrum Bayern Familie und Soziales	zur Beschaffung, Ausstattung und Erhaltung einer behinderungsgerechten Wohnung und Ausbau eines Arbeitsplatzes für Menschen mit Behinderung	www.zbfs.bayern.de/ behinderung-beruf/ beschaeftigte/ finanzielle-unterstuetzung/ wohnungshilfen/
Stiftungen Je nach Stiftungszweck, hier: selbständige Lebensführung	<ul style="list-style-type: none"> • individuelle Förderung • Geldspenden/ Beihilfen 	www.stiftungsindex.de
Sozialhilfe	Zuschuss im erforderlichen Umfang	

Die Zusammenstellung erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Geringfügige Änderungen sind möglich.

Sicherheit im häuslichen Umfeld

Sicherung von Haus und Wohnung

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

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

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

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

- Ein Türspion bietet Ihnen die Möglichkeit zu sehen, wer vor der Tür steht, ohne die Tür öffnen zu müssen. Bewährt haben sich auch digitale Türspione, die anhand der größeren Bildfläche ein deutliches Bild vom Geschehen vor der Tür liefern.
- Ein Bewegungsmelder vor der Haustür bringt nicht nur mehr Licht ins Dunkel, er schüchtert auch den ungebetenen Gast ein, weil er somit leichter identifizierbar ist.
- Mit einem Türsprechsystem können Sie zuerst mit dem Besucher sprechen, bevor Sie ihm per Knopfdruck die Türe öffnen. Viele Modelle bieten auch eine Videobildfunktion an, welche dank Infrarot sogar bei Dunkelheit ein klares Bild liefern.



© Jürgen Fälchle / Fotolia

- Hilfreich ist auch eine Schutztür aus Stahl, die eine abschreckende Wirkung haben kann.
- Zudem kann die Haustür mit einer zusätzlichen Türsicherung wie ein Türschloss oder ein Sicherheitsschließblech ausgerüstet werden.

Beratung durch die Polizei

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

Geben Sie keine Hinweise auf Ihre Abwesenheit bspw. in sozialen Netzwerken oder auf Ihrem Anrufbeantworter!

Kriminalpolizeiliche Beratungsstelle des Polizeipräsidiums Niederbayern

Neustadt 480, 84028 Landshut

Telefon: 0871 9252-2832

Fax: 0871 9252-2999

PFLEGE UND BETREUUNG INDIVIDUELL AUF IHRE BEDÜRFNISSE ANGEPASST

Die Johanniter sind immer für Sie da!

Ob Hausnotruf, Fahrdienst, Sanitätsdienste, Ausbildung in Erster Hilfe, in unseren Kindertagesstätten oder in unserem Johannes-Hospiz.

Direktwahl der Fachbereiche in Ostbayern:

Hausnotruf

Philipp Roder
Tel. 0941 598546-70

Fahrdienste

Tobias Karl
Tel. 0941 598546-30

Kindertagesstätten

Sylvia Meyer
Tel. 0941 46467-180

Erste-Hilfe-Ausbildung

Sonja Schäffer
Tel. 0941 46467-110

Johannes-Hospiz

Sabine Sudler
Tel. 0941 899355-01

Sanitätsdienste

Björn Treu
Tel. 0151 21398172

www.johanniter.de/regensburg, www.facebook.com/JUHBayern



JOHANNITER

Care with Care - Ambulanter Pflege- und Betreuungsdienst



- Grundpflege (nach SGB XI)
- Behandlungspflege (nach SGB V)
- Hauswirtschaftliche Leistungen (§45b SGB XI)

- Verhinderungspflege (nach §39 SGB XI)
- Betreuungen (nach § 45b SGB XI)
- Beratungseinsätze (nach § 37.3 SGB XI)

Wir sind für Sie da!

Tel.: 09452/3740158

Büro-Öffnungszeiten: Mo. bis Fr. von 8 bis 16 Uhr
Lenbachstraße 2 in 84085 Langquaid

Email: info@carewithcare.de
Homepage: www.carewithcare.de



© Alexander Rath / stock.adobe.com

Wichtige Ansprechpartner zum Thema „Wohnen im Alter“

- **Landratsamt Kelheim**

Donaupark 12, 93309 Kelheim

**Zentrum für Chancengleichheit
Seniorenstelle**

Telefon: 09441 207-1040

E-Mail: zfc@landkreis-kelheim.de

**Wohnberatung,
Wohnraumförderung**

Telefon: 09441 207-4265

E-Mail: gerhard.breunig@landkreis-kelheim.de

**Amt für soziale Angelegenheiten
Grundsicherung**

Telefon: 09441 207-0

E-Mail: sozialamt@landkreis-kelheim.de

Wohngeldstelle

E-Mail: wohngeldstelle@landkreis-kelheim.de

- **VdK Kreisverband Kelheim
Sozialverband VdK Bayern e. V.**

Riedenburger Straße 53
93309 Kelheim

Telefon: 09441 1769-0

E-Mail: kv-kelheim@vdk.de

- **BRK-Kreisverband Kelheim**

Ambulante Dienste, ambulante und stationäre Pflege, Betreuung & Beratung für pflegende Angehörige, Hausnotruf, Offene Behindertenarbeit

Abensberger Straße 6, 93309 Kelheim

Telefon: 09441 5028-0

E-Mail: info@kvkelheim.brk.de

- **Caritasverband
für den Landkreis Kelheim e. V.**

Allg. Sozialberatung, Schuldnerberatung, Fachstelle für pflegende Angehörige
Caritas-Seniorendienste gGmbH
im Landkreis Kelheim

Hausnotruf, Essen auf Rädern,
Betreutes Wohnen zu Hause,
ambulante und stationäre Pflege,
Tagespflege

Pfarrhofgasse 1, 93309 Kelheim

Telefon: 09441 5007-0

E-Mail: kreisverband@caritas-kelheim.de

- **AWO Kreisverband Kelheim e. V.**

Stationäre Pflege, Betreutes Wohnen,
Tagespflege

Alter Markt 9, 93309 Kelheim

Telefon: 09441 640930

E-Mail: kreisverband@awo-kelheim.de

MoSi® im Passauer Wolf Bad Gögging: Selbstständigkeit im Alter erhalten

„MoSi® - Mobilität und Sicherheit im Alter“ ist ein Trainings- und Präventionsprogramm, das sich vor allem an Senioren richtet, die ihre Gehfähigkeit und damit ihre Selbstständigkeit und ihr Selbstvertrauen im Alter erhalten möchten. Der Passauer Wolf Bad Gögging bietet MoSi®-Kurse in der Fachklinik Bad Gögging an. Entwickelt wurde das Programm vom Geriatrie-Zentrum Erlangen und dem Malteser Waldkrankenhaus St. Marien zur Verbesserung der Gangsicherheit und Mobilität von Senioren ab 65 Jahren. MoSi® wird im Rahmen der Initiative „Gesund.Leben.Bayern.“ des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege gefördert, und kann von den Krankenkassen als Präventionsprogramm bezuschusst werden.

Durch ein fünfwöchiges Trainingsangebot mit insgesamt zehn altersgerechten und aufeinander abgestimmten Übungseinheiten wird nicht nur die Gangsicherheit verbessert und Stürzen vorgebeugt, sondern unter ande-



Ärztliche Leitung MoSi®:
Markus Huber, Chefarzt Geriatrie im
Passauer Wolf Bad Gögging

rem auch die Beweglichkeit und das Reaktionsvermögen gesteigert. Angeleitet werden die Kurse von kompetenten Physio- und Ergotherapeuten im Passauer Wolf Bad Gögging. In den Kurseinheiten erlernen die Teilnehmer, wie sie das Training eigenverantwortlich zuhause weiterführen können. Zudem erfahren sie, wie man Stolperfallen erkennen und diese vermeiden

kann und wie man sich nach einem Sturz richtig verhält.

Die Gruppen sind mit höchstens zehn Teilnehmern je Kurs bewusst klein gehalten. Das begünstigt die Qualität der Übungskontrolle, das Gefühl der Gruppenzugehörigkeit und den Erfahrungsaustausch untereinander. In einer Lebensphase, in der körperliche und soziale Veränderungen die eigene Stabilität bedrohen können, ist das besonders wichtig. Außerdem kommt so der Spaß am Training nicht zu kurz. Für Zeiten, in denen Alternativen zu Gruppenaktivitäten gefunden werden müssen, gibt es übrigens das Onlineangebot „MoSi® to go“ unter mosi-training.de.

Kontakt

Ein Starttermin kann über das Chefarztsekretariat der Fachabteilung Geriatrie im Passauer Wolf Bad Gögging vereinbart werden.

E mosi@passauerwolf.de
T +49 9445 201-3501



MoSi® im Passauer Wolf – für mehr Mobilität und Sicherheit im Alter

Wenn Sie sich beim Gehen unsicher fühlen, Angst vor einem Sturz haben oder bereits gestürzt sind, unterstützen wir Sie mit »MoSi® – Mobilität und Sicherheit im Alter« in der Passauer Wolf Fachklinik Bad Gögging. MoSi® ist ein fünfwöchiges zertifiziertes Präventionsprogramm, bei dem Sie zweimal wöchentlich je eine Stunde mit kompetenten Therapeuten Kraft, Gleichgewicht, Beweglichkeit sowie das Koordinations- und Reaktionsvermögen trainieren. Das Angebot kann von den Krankenkassen bezuschusst werden. Am besten klären Sie die Möglichkeiten vor Kursbeginn direkt mit Ihrer Kasse ab. Termine für Ihren MoSi®-Kurs können Sie telefonisch unter T +49 9445 201-3501 oder per E-Mail an mosi@passauerwolf.de vereinbaren. Sprechen Sie uns einfach an – wir beraten Sie gerne.

PASSAUER WOLF
Medizin fürs Leben



NEUROLOGIE

GERIATRIE

ORTHOPÄDIE

HNO-PHONIATRIE

BAD GÖGGING

MoSi Mobilität und
Sicherheit
im Alter
Entwickelt vom Geriatrie-Zentrum Erlangen
am Malteser Waldkrankenhaus St. Marien



weitere
Informationen



passauerwolf.de

[f @PassauerWolf](https://www.facebook.com/PassauerWolf)



© Kzenon/stock.adobe.com

Hilfe und Unterstützung

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

Die Pflegereform

Lange war die Pflegeversicherung auf die körperliche Pflege ausgerichtet. Das hatte zur Folge, dass Demenzerkrankungen und psychische Beschwerden bei der Feststellung der Pflegebedürftigkeit nicht oder kaum berücksichtigt wurden. So hat die Pflegereform nicht nur die Leistungen für Pflegebedürftige und deren Angehörige erweitert, sie führte zugleich einen neuen Pflegebedürftigkeitsbegriff ein. Ziel war es, die Bedürfnisse von Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz in die Pflegeleistungen miteinzubeziehen.

Bei der Feststellung der Pflegebedürftigkeit werden also sowohl körperliche als auch geistige und psychische Faktoren berücksichtigt. Ob jemand pflegebedürftig ist, bestimmt der Grad der Selbstständigkeit.

Seit dem 1. Januar 2017 erhalten Demenzerkrankte und körperlich Pflegebedürftige, die ähnlich selbstständig eingeschätzt werden, den gleichen Pflegegrad und haben Anspruch auf die gleichen Leistungen der Pflegekasse. Die Pflegestufen von null bis drei wurden abgeschafft und durch fünf Pflegegrade ersetzt.

Um Leistungen aus der Pflegeversicherung zu erhalten, muss die Einstufung in einen Pflegegrad bei der zuständigen Pflegekasse beantragt werden. Dieser Antrag ist formlos möglich. Zu beachten ist jedoch, dass Leistungen aus der Pflegeversicherung nicht rückwirkend erbracht werden. Der Leistungsanspruch beginnt frühestens ab dem Monat der Antragstellung. Anstelle eines schriftlichen Antrags kann auch ein Pflegestützpunkt aufgesucht oder ein Hausbesuch eingefordert werden. In diesen Fällen kümmert sich der Pflegeberater um die weitere Antragstellung.

Der Antragsteller wird von einem Gutachter des Medizinischen Dienstes (MD) anhand eines Fragebogens überprüft, um den Grad der Selbstständigkeit zu ermitteln. Auf der Grundlage dieses Gutachtens entscheidet die zuständige Pflegekasse, ob der Antrag

Wohnen im Alter mit Versorgungssicherheit



Aufgrund des demographischen Wandels gewinnt das Thema „selbstbestimmtes Wohnen“ mehr und mehr an Bedeutung.

Mit der Zunahme des Anteils älterer und hochbetagter Menschen in unserer Gesellschaft nimmt auch die Zahl der pflegebedürftigen und dementen Menschen zu und damit auch der Bedarf an individuellen Betreuungsformen. Betreu-

ung, Pflege und verschiedene Wohnformen müssen den zu erwartenden Anforderungen in der Zukunft gerecht werden.

Die AWO möchte gerne der Partner an Ihrer Seite sein, wenn es darum geht, frühzeitig und aktiv geeignete Wohn- und Betreuungsmodelle für Ihre Zukunft zusammenzustellen.

*AWO Soziale Dienste Kelheim GmbH
Alter Markt 9
93309 Kelheim
Telefon: 09441 / 68270*

Wir bieten:

77 Wohn- bzw. Pflegeplätze in Saal/Donau
5 Plätze in der Rüstigen-WG in Saal/Donau
22 Plätze in der Tagespflege in Langquaid

Wir freuen uns auf Sie!



Unsere Leistungen:

- Vollstationäre Pflege
- Kurzzeitpflege
- Verhinderungspflege
- Tagespflege

www.burgenblick.de



Sankt-Martin-Str. 31-33 | 93339 Riedenburg | Tel: 09442 304 0 | E-Mail: haus-riedenburg@burgenblick.de

auf Zuerkennung eines Pflegegrades bewilligt wird.

Im Gegensatz zur alten Methode, in der die benötigte Pflegezeit der jeweiligen Person gemessen wurde, werden im neuen Bewertungssystem Punkte vergeben, die darstellen, inwieweit die Selbstständigkeit eingeschränkt ist. Eine geringe Beeinträchtigung der Selbstständigkeit entspricht dem Pflegegrad eins. Die schwerste Beeinträchtigung, bei der besondere Anforderungen an die pflegerische Versorgung gestellt werden, erhält die Einordnung in den Pflegegrad fünf.

Nach der erfolgten Feststellung des Pflegegrades bekommt der Antragssteller die entsprechende Leistung aus der Pflegeversicherung.

Pflegegrade und Leistungen

Der Pflegebedürftigkeitsbegriff 2017 im Detail

Am 1. Januar 2017 wurde der neue Pflegebedürftigkeitsbegriff eingeführt. Dies bedeutet eine andere Bewertung der Pflegebedürftigkeit und eine andere Einstufung in Pflegegrade.

Wurden bisher nur körperliche Beeinträchtigungen für die Feststellung von Pflegebedürftigkeit bewertet, werden nun alle für Pflegebedürftigkeit relevanten Aspekte berücksichtigt. Dabei ist es also gleichgültig, ob körperliche, psychische oder kognitive Beeinträchtigungen vorliegen.

Wie wird die Pflegebedürftigkeit festgestellt?

Die Begutachtung der Pflegebedürftigkeit erfolgt durch den Medizinischen Dienst (MD). Dabei wird vor allem beur-

teilt, wie selbständig die betroffene Person noch ist.

Diese Selbstständigkeit wird in folgenden Bereichen beurteilt:

- Mobilität
- Kognitive und kommunikative Fähigkeiten
- Verhaltensweisen und psychische Problemlagen
- Selbstversorgung
- Bewältigung von und selbständiger Umgang mit krankheits- oder therapiebedingten Anforderungen und Belastungen
- Gestaltung des Alltagslebens und sozialer Kontakte

Alle Leistungen ab 2017 im Überblick

In den Pflegegrad 1 werden ab 2017 erstmals Menschen eingestuft, die noch keine erheblichen Beeinträchtigungen haben, aber bereits eingeschränkt sind. Diese können beispielsweise Beratungsleistungen in Anspruch nehmen, erhalten einen Wohngruppenzuschlag in ambulant betreuten Wohngruppen, eine Versorgung mit Pflegehilfsmitteln sowie Zuschüsse bei Maßnahmen der Wohnraumanpassung und bei vollstationärer Pflege.

In den Pflegegraden 1 bis 5 können Versicherte zusätzlich für anerkannte Angebote und zugelassene Pflegeeinrichtungen einen Entlastungsbetrag von 125 Euro geltend machen.

Innerhalb der stationären Pflege bleiben die Eigenanteile ab Pflegegrad 2 einheitlich. Das heißt, dass wenn sich der Pflegegrad erhöht, der Eigenanteil deswegen nicht steigt. Darüber hinaus gilt ein Bestandsschutz: Falls Pflegebedürftige nach der Neuregelung nur noch Anspruch auf geringere Leistungen der Pflegeversicherung hätten, wird dieser Differenzbetrag durch die Pflegekasse gedeckt.

Pflegegrade	Geldleistung ambulant	Sachleistung ambulant	Entlastungsbetrag ambulant (zweckgebunden)	Leistungsbetrag vollstationär
Pflegegrad 1			125 Euro	125 Euro
Pflegegrad 2	316 Euro	724 Euro*	125 Euro	770 Euro
Pflegegrad 3	545 Euro	1.363 Euro*	125 Euro	1.262 Euro
Pflegegrad 4	728 Euro	1.693 Euro*	125 Euro	1.775 Euro
Pflegegrad 5	901 Euro	2.095 Euro*	125 Euro	2.005 Euro

Quelle: Bundesministerium für Gesundheit, *Beträge gültig ab Januar 2022



Vitalis Seniorenzentrum Kelheim GmbH

- 🌀 Beschützende Wohngruppe für orientierungsfreie Bewohner
- 🌀 24 Stunden Fachpflege
- 🌀 Kleine Wohngruppen mit max. 12 Bewohnern
- 🌀 Große und helle Räumlichkeiten mit Garten
- 🌀 Regelmäßige Unterstützung durch Therapeuten
(Kunsttherapie, Bewegungstherapie, Spaziergänge ...)
- 🌀 Betreute Integration im Gesamtkonzept des Hauses
(Tagespflege, Betreutes Wohnen mit Intensivpflege)
- 🌀 Außerklinische Intensivpflege mit Beatmung
- 🌀 Palliativpflege (Mitglied der dt. Gesellschaft für Palliativmedizin)



Vitalis Seniorenzentrum Kelheim GmbH

Donaupark 17 • 93309 Kelheim

Ansprechpartnerin:

Katja Schellmann, Geschäftsführung

Tel. 09441168 24 203 • Mobil 0175/75 83 564

E-Mail: k.schellmann@vitalis-kelheim.de

Durch die Einführung des neuen Pflegebedürftigkeitsbegriffs haben mehr Menschen einen Anspruch auf Pflegeleistung. Daraus ergibt sich ein Anstieg des Beitragssatzes der Pflegeversicherung ab dem 1. Januar 2017 um 0,2 Prozentpunkte.

Landespflegegeld Bayern

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

Pflegearten

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

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

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

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

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

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

Darüber hinaus stehen Ihnen unterschiedliche **stationäre Pflegeeinrichtungen** zur Auswahl. Wichtige Kriterien sind zum einen die Entfernung zur Familie und zum anderen das Leistungsangebot und die Lebensqualität in der Einrichtung. So ist die Höhe der Kosten für eine stationäre Pflegeeinrichtung von mehreren Rahmenbedingungen abhängig. Diese wären einerseits die Ausstattung und die Lage des Pflegeheims und andererseits der **Pflegegrad**, in den Sie eingestuft wurden.



© Kzenon/stock.adobe.com



ORTHOPÄDIE

Die Orthopädische Klinik für die Universität Regensburg im Asklepios Klinikum Bad Abbach. Hier sind die Spezialisten der Universität für:

- Gelenkerkrankungen
- Endoprothetik
- Handchirurgie
- Schulterchirurgie
- Fußchirurgie
- Wirbelsäulentherapie
- Orthopädische Geriatrie
- Kinderorthopädie
- Sportmedizin
- Stammzelltherapie

RHEUMATOLOGIE

Die Klinik für Rheumatologie / Klinische Immunologie für die Universität Regensburg und des Zentrums für seltene Erkrankungen des UKR.

- Rheumatoide Arthritis
- Kollagenosen, z.B. Systemischer Lupus erythematoses, Systemische Sklerose, Dermatomyositis, Sjögren-Syndrom
- Vaskulitiden, z.B. Riesenzellarteriitis, Polyarteriitis nodosa
- Spondyloarthritiden, z.B. Psoriasisarthritis
- Kristallinduzierte und infektiöse Arthritiden, z.B. Gicht
- Fiebersyndrome
z.B. Familiäres Mittelmeerfieber
- Entzündliche Systemerkrankungen

REHABILITATION

Das Zentrum für orthopädische und rheumatologische Rehabilitation.

- Spezielle Schmerztherapie
- Sporttherapie (z.B. Muskeltraining, AquaFitness)
- Spezielle Schulungsprogramme bei Polyarthritiden, Osteoporose, chronischen Rückenschmerzen, Endoprothesen
- Umfangreiche physikalische Therapie
- Ernährungsberatung, Lehrküche
- Raucherentwöhnung
- Stressbewältigung
- Entspannungsübungen

SCHWERPUNKTE

Die Klinik und Poliklinik für Rheumatologie / Klinische Immunologie & die Klinik und Poliklinik für Orthopädie sind in den Lehr- und Forschungsbetrieb der Universität Regensburg integriert, somit entspricht die Behandlung stets den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen.

SOZIALDIENST UND ÜBERLEITUNGSPFLEGE

Gegen Ende Ihres Krankenhausaufenthaltes werden Sie vom Fachpersonal der Überleitungspflege über die weiteren Therapiemöglichkeiten beraten bzw. informiert. Bei Bedarf wird auch ein Pflege- und Betreuungsdienst vermittelt. Unser Sozialdienst organisiert für Sie die direkte Weiterbehandlung nach Ihrem Krankenhausaufenthalt in einer Rehabilitationseinrichtung.

ZENTRUM FÜR ORTHOPÄDISCHE UND RHEUMATOLOGISCHE REHABILITATION

Neben den Akutkliniken, mitten im Kurpark, befindet sich das Zentrum für Orthopädische und Rheumatische Rehabilitation. Hier besteht die Möglichkeit einer fachübergreifenden Anschlussheilbehandlung in unmittelbarer Nähe.

SICHERHEIT IST UNSERE STÄRKE

Sie können darauf vertrauen, dass Sie bei uns in guten Händen sind. Mit dem Asklepios Programm für Patientensicherheit gewährleisten wir höchste Standards. Mit umfangreichen Hygienemaßnahmen setzen wir uns dafür ein, dass Sie sich bei uns zu Recht gut und sicher aufgehoben fühlen, besonders in Zeiten der Pandemie.

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

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

Unterstützung für pflegende Angehörige

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

Finanzielle Hilfen für pflegende Angehörige

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

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

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

Wenn eine Versorgung nur in Teilen notwendig ist, können ambulante Pflegesachleistungen und Pflegegeld kombiniert werden.

Pflegeberatung

Mit den Leistungen der Pflegeversicherung haben sich in den letzten Jahren die Rahmenbedingungen für Pflegebedürftige verbessert. Um eine gute Versorgung in vertrauter Umgebung zu gewährleisten, können viele Alternativen und Leistungen genutzt werden. Ein kompetenter Pflegeberater oder eine Pflegeberaterin informiert Sie zu den Dienstleistungsangeboten, Leistungsansprüchen, Möglichkeiten der aktiven Lebensgestaltung, zur Pflegereform und zu allen Fragen rund um das Thema Pflege.

Bei Drucklegung ist eine Pflegereform bei den zuständigen Ministerien in Abstimmung. Bitte informieren Sie sich auch in der Presse und im Internet über mögliche Änderungen in den Leistungen.

Inserentenverzeichnis

Branche	Seite	Branche	Seite
<hr/>			
Ambulanter Pflegedienst			
· Care with Care – Ambulanter Pflege- und Betreuungsdienst	26		
· Pro Lebensfreude GmbH	2		
<hr/>			
Beratungsdienst			
· Bayerische Architektenkammer	4		
<hr/>			
Garten- und Landschaftsbau			
· Schalk Gartenbau	7, 15		
<hr/>			
Klinik			
· Asklepios Klinikum Bad Abbach	34		
· Goldberg-Klinik Kelheim GmbH	U3		
<hr/>			
Pflege- und Betreuungszentrum			
· Pflege- und Betreuungszentrum Burgenblick	30		
<hr/>			
Rehabilitationseinrichtung			
· Passauer Wolf Bad Gögging - Medizin fürs Leben	28		
<hr/>			
soziale Dienste			
· AWO Soziale Dienste Kelheim GmbH	30		
· Bayerisches Rotes Kreuz Kreisverband Kelheim	U2		
· Johanniter Regensburg	26		
<hr/>			
Seniorenzentrum			
· Vitalis Seniorenzentrum Kelheim GmbH	32		
<hr/>			
Taxiunternehmen – Krankentransport			
· MH – Kelheim – Taxi	U2		
· Taxi Koc	U4		
<hr/>			
Wohnheimbetreuung			
· AWO Wohn- und Pflegezentrum „Lotte Lemke“	36		
<hr/>			

U = Umschlagseite

Weitere Informationen erhalten Sie unter www.total-lokal.de.

AWO Bezirksverband Niederbayern/Oberpfalz

Die Arbeiterwohlfahrt ist ein Mitgliederverband, der sich an den Werten Solidarität, Toleranz, Freiheit, Gleichheit und Gerechtigkeit orientiert. Sie bietet soziale Dienstleistungen von hoher Qualität fachlich kompetent und verlässlich an.



Der AWO Bezirksverband Ndb. / Opf. e.V. betreibt in Painten das moderne, familiäre Wohn- und Pflegezentrum „Lotte Lemke“ mit 18 vollstationären Pflegeplätzen für Senioren sowie 32 Wohnplätzen für Menschen mit psychischer Beeinträchtigung.

AWO Wohn- und Pflegezentrum „Lotte Lemke“
Wasenweg 7a, 93351 Painten
Tel.: 09499/942094-0
Mail: wohnheim.painten@awo-ndb-opf.de



© Ingo Bartussek/stock.adobe.com



Dr. med. Bernd-Peter Schmidt

Neuer Chefarzt Unfallchirurgie,
Orthopädie und Handchirurgie

Kontakt: 09441 702-4101
schmidt@goldbergklinik.de

Klinik für Unfallchirurgie, Orthopädie und Handchirurgie

Rasch wieder fit durch modernste Operationsverfahren

Versorgung von Verletzungen und Erkrankungen
des Bewegungsapparats auf hohem medizinischen Niveau.

Unsere Leistungsangebote:

- **Unfallchirurgie mit Endoprothetik**
- **Alterstraumatologie • Arthroskopien**
- **Neurochirurgie • Handchirurgie**
- **Chirurgische Ambulanz • D-Arzt-Praxis**



Goldberg-Klinik Kelheim GmbH

Akademisches Lehrkrankenhaus der Universität Regensburg

Traubenweg 3 | 93309 Kelheim

Fon: 09441 702-0 | Fax: 09441 702-1019

E-Mail: info@goldbergklinik.de | www.goldbergklinik.de

 www.facebook.com/goldbergklinik

 www.instagram.com/goldbergklinik

 **YouTube** Abonnieren Sie unseren YouTube-Kanal

09441 5252



Taxi Koc
Görlitzer Straße 50
93309 Kelheim

