



**VIELSEITIG
SCHWÄBISCH
PATENT**

OSTALBKREIS



**BARRIEREFREIES LEBEN UND WOHNEN
IN JEDER LEBENSPHASE
IM OSTALBKREIS**

Die Malteser sind in **Aalen**, **Schwäbisch Gmünd** und **Ellwangen** vertreten.
Der hilfsbedürftige Mensch steht im Mittelpunkt unseres Tun, getreu
unserem Leitspruch *...weil Nähe zählt.*

AMBULANTE PFLEGE:

Hilfe in den eigenen vier Wänden



*Pflege ist Vertrauenssache, deshalb steht bei den
Maltesern der Mensch an erster Stelle.*

☎ 07361 9394-12 (Aalen)

☎ 07961 9109-17 (Ellwangen)

☎ 07171 92655-12 (Schw. Gmünd)

MALTESER HAUSNOTRUF:

Hilfe auf Knopfdruck



*Ein Sturz, ein plötzlicher Schwächeanfall oder
Schlimmeres – wie gut, wenn immer jemand da ist:
der Malteser Hausnotruf.*

☎ 07361 9394-75

MALTESER FAHRDIENSTE:

Machen mobil



*Ob Arztbesuch, Behördengang, Ausflug
oder der Besuch von Freunden –
die Malteser bringen Sie hin.*

☎ 07361 9394-43

MALTESER MENÜSERVICE:

lecker, vielfältig, zuverlässig



*Der Malteser Menüservice
steht für Abwechslung und gute Qualität
direkt warm auf Ihren Esstisch.*

☎ 07361 9394-16

STELLENANGEBOTE BEI DEN MALTESERN

Finde deutschlandweit offene Stellen bei einem der größten Arbeitgeber im Gesundheits- und Sozialwesen in Vollzeit, Teilzeit, als Minijob, Trainee oder FSJ:  jobs.malteser.de



Malteser Hilfsdienst GmbH, Bezirksgeschäftsstelle Nord- und Ostwürttemberg

 Gerokstraße 2, 73431 Aalen // ☎ 07361 9394-0 //  zentrale.now@malteser.org //  malteser-now.de

Grußwort

Landrat

Sehr geehrte Damen und Herren,

barrierefreies Wohnen ist mehr als nur eine bauliche Maßnahme – es ist ein wichtiger Schritt hin zu einer inklusiven Gesellschaft, in der alle Menschen, unabhängig von Alter oder körperlicher Verfassung, gleichberechtigt am Leben teilhaben können. Es ermöglicht ein selbstbestimmtes, sicheres und komfortables Leben, ohne dass die individuelle Lebensqualität durch Hindernisse im häuslichen Umfeld eingeschränkt wird.

Mit dieser Broschüre möchten wir Ihnen aufzeigen, wie barrierefreies Wohnen nicht nur funktionale Anforderungen erfüllt, sondern auch ein Zuhause schafft, das von Komfort, Flexibilität und Zukunftsfähigkeit geprägt ist.

Daher lade ich Sie ein, sich von den vielfältigen Möglichkeiten inspirieren zu lassen und die Chancen zu entdecken, die barrierefreies Wohnen für Sie oder Ihre Mitmenschen bietet.

Lassen Sie uns gemeinsam daran arbeiten, das Wohnen für alle Menschen im Ostalbkreis zugänglich und lebenswert zu gestalten.



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

A handwritten signature in blue ink, which appears to read 'Joachim Bläse'.

Dr. Joachim Bläse
Landrat



Inhaltsverzeichnis

Grußwort	3	Smart-Home-Technologie	53
Wohnberatung –		Hausnotruf	58
Wohnen in jeder Lebensphase	5	Wohnraumanpassung bei Demenz.....	60
Barrierefreies Wohnen –		Sicherheit im häuslichen Umfeld –	
Im eigenen Haus Barrieren abbauen. . .	7	Einbruch, Prävention.....	64
Wohnraumanpassung –		Finanzierungsmöglichkeiten /	
Das müssen Sie wissen	9	Fördermittel	65
Räume.....	15	Hilfe und Unterstützung – Pflege	67
Ergonomie / Mobilitätshilfe.....	32	Hilfe und Unterstützung – Beratung.....	74
Sehhilfe / Hörhilfe.....	34	Hilfe und Unterstützung –	
Nützliche Hilfsmittel im Alltag.....	39	Betreutes Wohnen	77
Alltagshilfen für Senioren	48	Hilfe und Unterstützung –	
Alter und Technik	50	Wohnberatung.....	82

Impressum

Herausgeber:

Kommunal Regional Emotional

WIKOM MEDIA

Verlag für Kommunale- und Wirtschaftsmedien GmbH

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 4222954, Fax: +49 8142 4222955

E-Mail: info@wikom-media.de

Internet: www.wikom-media.de

Verantwortlich für den Anzeigenteil:

WIKOMmedia Verlag für Kommunale- und

Wirtschaftsmedien GmbH, Peter F. Schneider

In Zusammenarbeit mit

Landratsamt Ostalbkreis

Bildnachweise:

Rechte der Bilder in den Anzeigen liegen, wenn nicht anders vermerkt, bei den jeweiligen Institutionen. Alle anderen Rechte der Bilder liegen, wenn nicht anders vermerkt, bei dem Landratsamt Ostalbkreis oder stehen bei den jeweiligen Bildern. Sollten unwissentlich Urheberrechte Dritter verletzt worden sein, wird um Kontaktaufnahme mit dem Verlag gebeten.

Titelbild: vectorfusionart - stock.adobe.com

Grafik & Satz:

METAMEDIEN

Spitzstraße 31, 89331 Burgau

Druck:

Druckerei Bayerlein GmbH

Benzstraße 13, 86356 Neusäß

1. Auflage 2025

Wohnberatung

Wohnen in jeder Lebensphase

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?



Staatlich anerkannte Heilquelle

**Therme
Sauna
Wellness
Physikalische
Therapie**

**LIMES-
THERMEN
AALEN**

**Auszeit
vom Alltag.**

www.limes-thermen.de

Stadtwerke Aalen
Bäder & Freizeit

Für Sie
am Werk.

- Wer bietet Essen auf Rädern? Gibt es Mittagstische 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?

**MEISTERHANDWERK UND IDEE
SEIT ÜBER 40 JAHREN**

ALFRED AS SCHROFF
HAUSRENOVIERUNGEN
Alles aus einer Hand – Ihr Profi für Dach und Wand

- Dachsanierungen und PV Anlagen
- Flaschnerarbeiten und Fassadenverkleidungen
- Balkon- und Garagenabdichtungen
- Wärmedämmung eigener Gerüstbau
- Malerarbeiten Raumdesign
- Kompletter Innenausbau barrierefrei
- Badsanierung und viele weitere Leistungen

**ZERTIFIZIERTER ENERGIEFACHBETRIEB
IHR INNUNGSMEISTERBETRIEB SEIT ÜBER 40 JAHREN**

Ringstraße 180 · 73432 Aalen-Ebnat · Tel. 0 73 67-20 41 · www.as-hausrenovierungen.de

Barrierefreies Wohnen

Im eigenen Haus Barrieren abbauen



© vector/ AngelaStolle – stock.adobe.com



© Jörg Lantime – stock.adobe.com

Tipps!

- Einige Einrichtungsgegenstände sind auch über Ihren Arzt verordnungsfähig.
- Die Pflegekasse bezuschusst unter bestimmten Voraussetzungen eine Umbaumaßnahme mit bis zu 4.180 €.
- 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.

Wohnraumanpassung

Das müssen Sie wissen

Der Duschestieg 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 auszuziehen. Viele Mängel oder Probleme lassen sich mit geringen Kosten und wenig Aufwand beheben. Die Wohnung beziehungsweise das Eigenheim kann durch fachkundige Hilfe barrierefrei umgebaut werden. Obere Stockwerke werden zum Beispiel 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 seniorengerechtes und barrierearmes Woh-



MEISTERBETRIEB

Kontermann
Fensterbau - Glaserei

Holz-Aluminium-Kunststoff

73547 Lorch · Kappel 1

www.fensterbaukontermann.de
info@fensterbaukontermann.de

☎ 07172-7345

nen 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 Pflegeheim, 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 WOHNRAUM-ANPASSUNG

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

die Möglichkeit von Baudarlehen, um altersgerecht umzubauen. Im Schnitt müssen Sie mit circa 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:

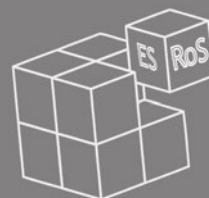
- Verlegung der Waschmaschinenanschlüsse in die Küche statt ins Bad (Kosten für Verlegung Wasser und Stromanschlüsse)

barrierefrei und energieeffizient

**Effizient
Planen
Bauen
Umbauen
Renovieren**

Architektur+Ingenieurbüro
Evelyn und Roman Schwörer

www.effizient-planen.de



Schlossgasse 5 - 73453 Abtsgmünd - Telefon: 07366-960210 - info@effizient-planen.de

- Neuer Bodenbelag (Rutschgefahr, Stolpergefahr)
- Heizungsregler in Greifhöhe
- Anpassung aller Lichtschalter und Steckdosen
- Raumtausch – z. B. Verlegung der Schlaf-
räume nach unten
- Treppenlift
- Türvergrößerungen
- Entfernen von Türschwellen
- Fenstergriffe auf Greifhöhe
- Hausnotruf
- Unterfahrbare Kücheneinrichtung (Roll-
stuhl)
- Umbau eines vorhandenen Bades
- Badewanneneinstieghilfe
- Anpassung der Sitzhöhe der Toilette

- Rutschhemmende Bodenbeläge im Bade-
zimmer
- Höhenverstellbarer Waschtisch
- Pflegebett mit Haltegriffen

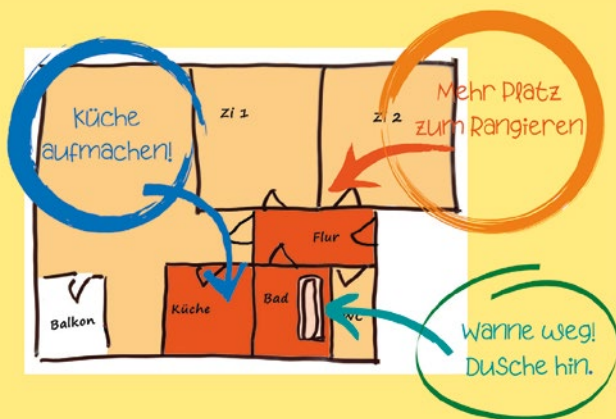
RISIKEN IM MEHRFAMILIENHAUS

Treppenhäuser, vor allem in Mehrfamilien-
häusern, sind eine Gefahr für gebrechliche
Personen. Knochenbrüche als Folge von
Stürzen führen leider oft zu Pflegebedürftig-
keit. Auch Hauseingänge sind nicht frei von
Unfallgefahren.

Einfache Maßnahmen schützen vor Unfällen:

- Ausreichende Beleuchtung im Treppen-
haus und vor der Haustür, um Stürze zu
vermeiden

Umzug? Wir bleiben!



30 – 50 – 70. Ein Bund fürs Le-
ben? Haus oder Etagenwohnung
wurden einmal geplant für eine
Familie: mehrere kleine Zimmer,
ein Bad mit Wanne, eine ab-
geschlossene Küche. Ziehen
die Kinder aus oder wird eine
Gehhilfe nötig, spätestens dann
wird über einen Umzug nachge-
dacht. Es geht auch ohne! Wird
von Anfang an flexibel geplant,
ist der Grundriss durch wenig
Veränderung barrierefrei, WG-
tauglich oder einfach bequemer
nutzbar. Planen, damit man Zu-
hause bleiben kann. Das können
unsere (Innen-)Architektinnen
und Architekten.



Architektenkammer
Baden-Württemberg

www.akbw.de | T 0711 2196-0 | info@akbw.de





© Robert Kneschke – stock.adobe.com

- 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

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 (Stolperfälle!)
- 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 4.180 € für Anpassungsmaßnahmen möglich. Voraussetzung hierfür ist,

Tipps!

- Stellen Sie den Antrag zur Wohnraumanpassung unbedingt vor Beginn des eigentlichen Umbaus!
- Planen Sie so, dass die Räume immer mit Rollator oder Rollstuhl erreichbar sind.

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 4.180 €, also bis zu



BAUVEREIN
Schwäbisch Gmünd eG



Gut und sicher wohnen in der Genossenschaft

Seit 1902 übernehmen wir als Ihre zuverlässige und kompetente Vermietungsgenossenschaft Verantwortung für unsere Mitglieder und die Region

- Mietwohnungen in fast allen Größen und Ausstattungen
- Lebenslanges Dauerwohnrecht
- Wohn- und Lebensqualität zu fairen Konditionen

Justinus-Kerner-Str 17 • 73525 Schwäbisch Gmünd • Telefon 07171 / 959 19-0
www.bauverein-gmuend.de • E-Mail: info@bauverein-gmuend.de

16.720 €. Der Zuschuss zur Wohnungsanpassung wird auch ein zweites Mal gewährt, wenn sich die Pflegesituation verändert hat und weitere Maßnahmen nötig sind.

Der geplante Umbau soll die Sturzgefahr erheblich minimieren. Damit sinkt auch die Pflegebedürftigkeit aufgrund von Knochenbrüchen.

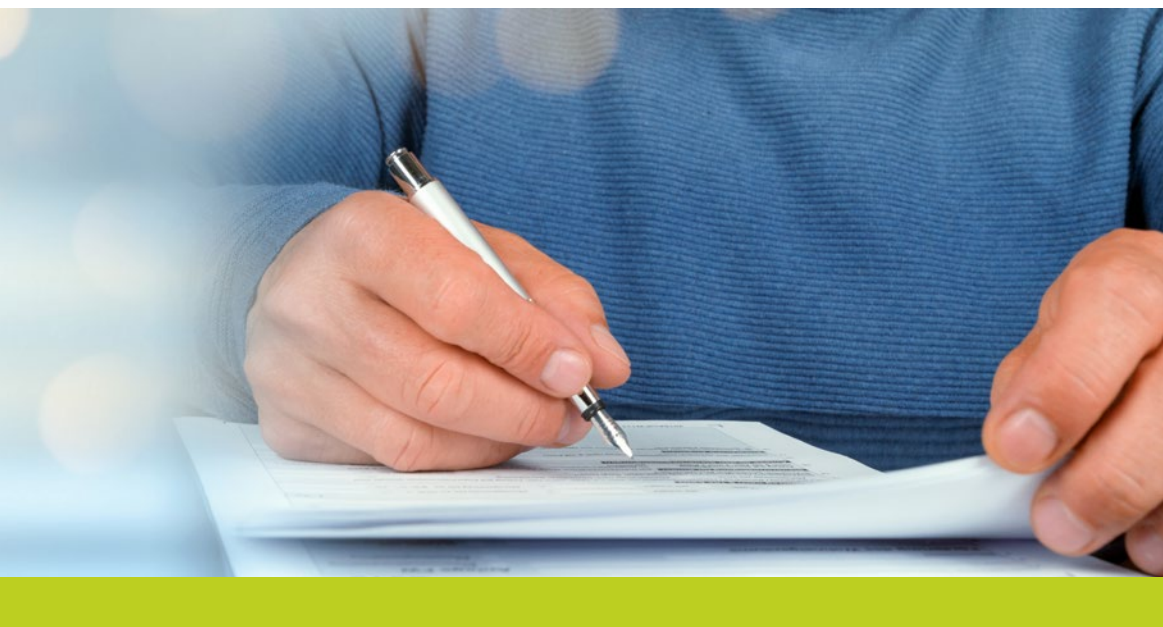
ZUSTIMMUNG DES VERMIETERS

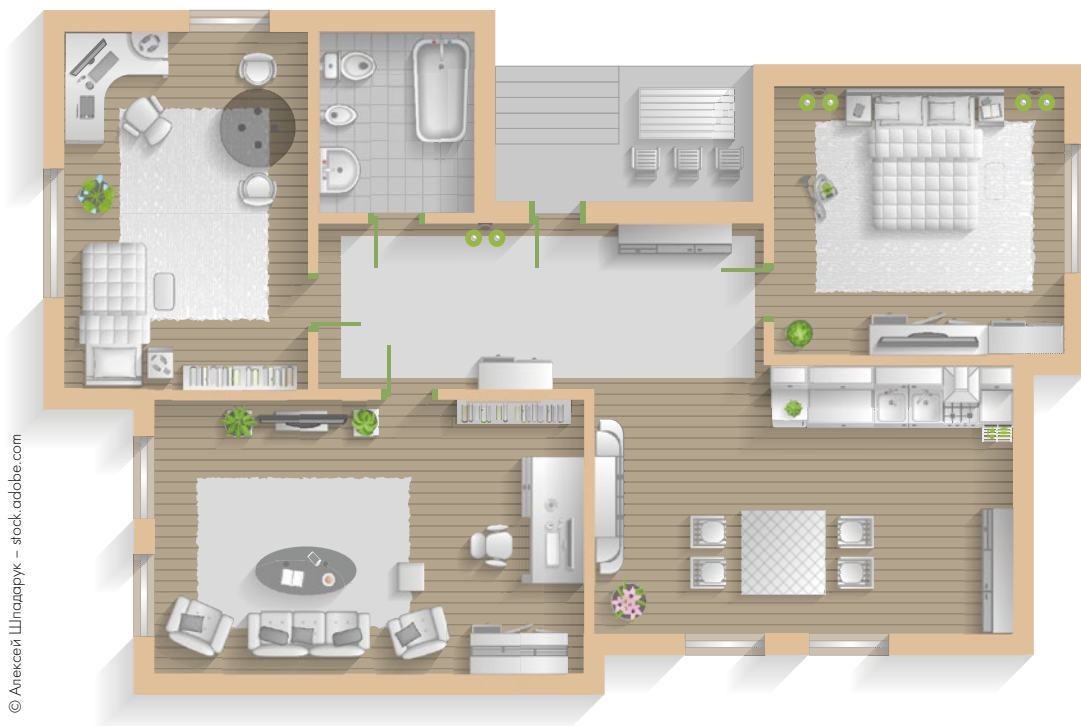
Können Sie nicht auf das Eigenheim zurückgreifen, müssen Sie im Vorfeld Ihre Umbaupläne mit dem Vermieter abstimmen. Vermieter müssen der Wohnraumanpassung zustimmen.

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 gegebenenfalls rechtliche Beratung in Anspruch.





© Алексей Шлядарук – stock.adobe.com

BARRIEREFREIE RAUMSPARTÜREN

Die Kuffner-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 oder bei Krankheit einschränken. Spätestens wenn der Einbau eines Treppenlifts ansteht, bewährt sich eine ausreichend breite Treppe mit einfachem Lauf.



Plattformlift auch für Rollstuhlnutzung



Sitz-Treppenlift

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.

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 €

TIPP DER WOHNBERATUNG:

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.

- Erhältlich bei Händlern von Treppenliften
- Zuschuss durch Pflegekasse möglich!

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

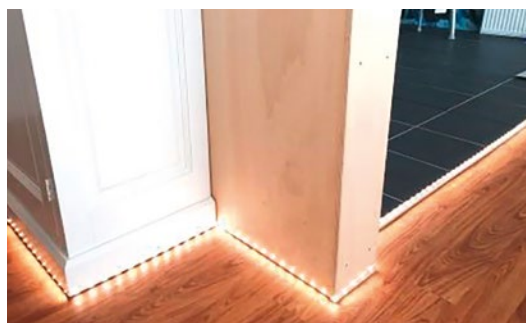
FLUR

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



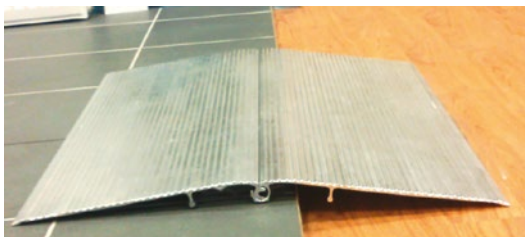
LED-Lichtleitsystem

Mobile Rampe zur Schwellenbeseitigung

Für Rollator, Rollstuhl oder wenn es schwerfällt, 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 Rollstuhlfah-



Beißwenger

Ihr Maler. Weil Farbe Spaß macht.

Maler-Fachbetrieb Beißwenger

Werner-von-Siemens-Str. 273577 Ruppertshofen

Telefon (0 71 76) 27 39

www.maler-beisswenger.de

rer 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
- Restwärmearzeige 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



© Julia Vadi - stock.adobe.com



SAUR

SCHREINEREI

„Ihr Handwerker für alles was das Leben für Sie leichter und schöner macht“

Neresheimer Straße 20 · 73432 Aalen-Affalterwang
Telefon 07367 4230
mail@schreinerei-saur-gmbh.de · www.schreinerei-saur-gmbh.de



für mehr
Sicherheit & Komfort
in Ihrem Bad

0 71 71-870 360

sicheres-bad.de



**Barrierearme
Dusch- und Badewannen**

Fa. Rainer Bühler · In der Vorstadt 112 · 73529 Schwäb. Gmünd · info@sicheres-bad.de

- 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
- 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.

Einfache Maßnahmen, um die Küche barrierearm zu gestalten

- Installieren Sie Unterschränke mit Auszügen und Schubladen.
- Nutzen Sie statt Keller einen gut erreichbaren Vorratsschrank.
- Ändern Sie bei Bedarf die Höhe der Arbeitsplatte (Beinfreiheit!).

TIPP DER WOHNBERATUNG:

- Eine breite, nach außen zu öffnender 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 Schwindel.
- Möglichst viele Haltegriffe erhöhen die Sicherheit.
- Sitzgelegenheiten in der Dusche und vor dem unterfahrbaren Waschbecken mit verstellbarem Spiegel.
- 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 eine Notrufanlage oder eine Inaktivitätserkennung im Badezimmer vor.

- 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 eventuell 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 auszuruhen 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

mario schmid

■ sanitär ■ heizung ■ klimatechnik

Kundendienst, Heizmobil, Trinkwasserdesinfektion

beratung planung umsetzung

mögglinger straße 30
73560 böbingen an der rem's
tel. 07173 18 50 23, mobil 0151 53 35 42 88
e-mail info@schmid-shk.de
www.schmid-shk.de



**SORGENFREI GENIEßEN:
IN DER BARRIEREFREIEN
WOHLFÜHLZONE**

Ihr Profi für barrierefreie Badgestaltung.

☎ 07367 7503



NEUHAUSER GmbH & Co. KG
Hindenburgstr. 39 • 73450 Neresheim-Elchingen
www.neuhausergmbh.de

NEUHAUSER

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 ver-

wendet werden. Prüfen Sie auch, ob die Arbeitsflächen hoch oder tief genug sind, passend für Ihre individuelle Körpergröße.

Ihr Esstisch steht im Weg? Ein Wandklapp-tisch 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 rückenschonende Bedienbarkeit. Die unterfahrbare Arbeitsplatte ist ideal für Rollstuhlfahrer geeignet.

Heute schon an Morgen denken: Barrierefrei in die Zukunft

Individuelle Bad-Komplett- oder teilsanierung für mehr Lebensqualität im eigenen Zuhause. Komplett aus einer Hand – unser Netzwerk ist Ihr Garant.



Der Wolf aus Heubach

Böbinger Straße 52 · 73540 Heubach
T 07173 9106-0 · www.wolf-gmbh.de

Vereinbaren
Sie jetzt Ihren
Beratertermin:
07173 9106-0



energie
experte  bad & heizung®

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

BAD

Oftmals sind die Begriffe „behindertengerecht“ und „barrierefrei“ mit negativen Assoziationen behaftet – von Entspannung und Wohlfühlatmosphäre keine Spur. Das muss nicht sein. Bodengleiche Duschen liegen ohnehin im Trend. Damit sie auch später noch dienlich sind, sollten sie mindestens über eine Grundfläche von 150 cm x 150 cm angelegt werden. Ein niedrig angeordnetes Waschbecken ermöglicht

WC

Stützklappgriffe

Zur Befestigung neben dem WC.

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



RAUM AUSSTATTER
HARALD KRAUß

- Bodenbeläge
- Sonnenschutz
- Gardinen

- Lamellenreinigung
- Polsterarbeiten und vieles mehr

www.raumausstattungkrauss.com

Telefon 07361 97 51 620
Mobil 0170 88 06 781

SHOWROOM

MHZ

LICHT. RAUM. LEBEN.

Termin nach Vereinbarung

Welterstraße 23
73434 Aalen

Tel 0170 88 06 780

Raumausstatter Harald Krauß
Hofherrnstraße 74 | 73434 Aalen

OHRNBERGER RAUM AUSSTATTUNG

Alexander-von-Humboldt-Straße 17 · 73529 Schwäbisch Gmünd
Telefon 07171/66 506
info@ohrnberger-raumausstattung.de



Checkliste für ein barrierefreies Badezimmer

1	Ebenerdige Dusche	Maße Barrierefreiheit (120 cm x 120 cm) Maße rollstuhlgerecht (150 cm x 150 cm)
2	Fliesen-Kontrast	Zur Orientierung, z. B. bei Schwindel, ist ein guter farblicher Kontrast der Fliesen zwischen den Wänden und dem Boden hilfreich.
3	Haltegestänge	Duschgestänge sind nur als Haltegriffe ausgelegt, wenn sie auch als solche ausgewiesen sind. Gut ist eine vertikale und horizontale verschraubte / angeschraubte Haltemöglichkeit.
4	Bedienfreundliche Brause	Das Bedienelement sollte griffig sein, einen Brühenschutz beinhalten und groß beschriftet sein (eine rote und eine blaue Markierung sollten gut sichtbar angebracht werden).
5	Vorhang statt Kabine	Vergrößert den Raum und ist außerdem praktisch für Hilfspersonen.
6	Sitzgelegenheiten	fest montiert / 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 DINNorm
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	Z. B. durch LEDLichtband kennzeichnen
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.

Bad Treter GbR

Ihr Partner fürs Bad

**Komplette Badeinrichtungen • Badmöbel
Badinstallationen • Teilrenovierungen
Wanne auf Wanne System • Barrierefreie
Bäder • Gas- und Wasserinstallation
Fugenlose Wandverkleidung • Heizung**



Rufen Sie uns an: Telefon 07361-924771

Gartenstraße 149 • 73430 Aalen • www.aalener-baederhaus.de

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



Toilettensitzerhöhung

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

- Ab 20 €
- Erhältlich im Sanitätshaus, Kaufhaus
- Verordnungsfähig



TIPP DER WOHNBERATUNG:

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.

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



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 kippsicher? 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 Kantenschutz 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 Möbelbeinverlängerung 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

ORTHOPÄDIE + REHA TECHNIK





- ROLLATOREN
- ROLLSTÜHLE
- PFLEGEBETTEN
- BADEWANNENLIFTE
- TOILETTENSITZERHÖHUNGEN uvm.

Ihr kompetenter Ansprechpartner für alle Fragen rund um Hilfsmittel für die häusliche Pflege.

Filiale Bopfingen Minder Aalener Str. 11 73441 Bopfingen Tel. 07362/919221	Filiale Aalen Marktplatz 26 73430 Aalen Tel. 07361/9752494	Filiale Hüttlingen An der Pfütze 14 73460 Hüttlingen Tel. 07361/5579623
--	--	---

SERVICE & LEISTUNGEN



**HÄUSLICHE PFLEGE
LEBEN IN DER FAMILIE!**

**Sie brauchen kompetente Hilfe?
Wir beraten Sie gerne! Auch zu Hause.**

Sanitätshaus

Leicht GmbH

Sanitätshaus, Orthopädie-Technik, Reha-Technik

Aalen: Johann-Gottfried-Pahl-Str. 3 · Tel.: 07361 - 960101
Nördlicher Stadtgraben 16 · Tel.: 07361 - 8809361
Verwaltung · Tel.: 07361 - 8897630

Oberkochen: Heidenheimer Straße 24 · Tel.: 07364 - 957181

Bedienung und helfen 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, Nachlichter 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.

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: Klappstisch.

- Circa 130 €
- Erhältlich im Sanitätshaus, Internet
- Verordnungsfähig

Aufsteh-Sessel

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

- Circa 700 € – 1.900 €
- Erhältlich im Möbelgeschäft, Seniorenplanungsbüro



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 Fußteils.

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.

- Circa 30 €
- Erhältlich im Sanitätshaus, Spielwarengeschäft
- Verordnungsfähig

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 Türschwellen 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.



© Halpoint - stock.adobe.com

Bei einigen Türschwellen 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.





Ergonomie / Mobilitätshilfe

Stuhl mit Rollen

Erleichtert das Heranschieben an den Tisch durch eine zweite Person.

- Circa 200 € – 415 €
- Erhältlich im Möbelfachgeschäft, Seniorenplanungsbüro
- Verordnungsfähig



- Erhältlich im Sanitätshaus
- Verordnungsfähig

Aufstehhilfe (elektrisch)

Durch elektrisches Aufblasen wird der Körper vom Stuhl angehoben.

- Ca. 550 €
- Erhältlich in der Mangar Handelsvertretung



Aufstehhilfe (manuell)

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

- Circa 160 €



TIPP DER WOHNBERATUNG:

- 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 cm – 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.

FÜR MEHR LEBENSQUALITÄT



Gesundheitshaus Petrogalli

Gesundheitshaus Petrogalli GmbH

Montag bis Freitag
08:30 Uhr – 18:00 Uhr

Obere Straße 7–9
73479 Ellwangen
Telefon 07961/986882-0

Rehatechnik – Orthopädie

Montag bis Freitag
08:30 Uhr – 17:00 Uhr

Konrad-Adenauer-Straße 22
73479 Ellwangen
Telefon 07961/98681-2



TIPP DER WOHNBERATUNG:

- 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 Hörgeräte geeignet 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 extralauter 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 versteckt. 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

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

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
- Verordnungsfähig



Komforttelefon

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

- Ca. 160 €
- Erhältlich beim Hörgeräteakustiker



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
- Verordnungsfähig



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
- Verordnungsfähig
(Zuschuss ab Vergrößerungsbedarf ca. mindestens achtfach entspricht ca. 10 % Restsehvermögen)



Telefon

Mit großen kontrastreichen Tasten, abgebildeten Schnellwahl-tasten und einfacher Lautstärkeregulierung. Zusätzlich werden eingehende Anrufe durch ein Blitzlicht angezeigt.

- Ca. 40 €
- Erhältlich im Elektrofachhandel



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



- Verordnungsfähig
(Zuschuss ab Vergrößerungsbedarf ca. mindestens achtfach entspricht ca. 10 % Restsehvermögen)

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)

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

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

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

Farberkennungsgerät

Misst über 150 Farbnancen, meldet Lichtintensität in unterschiedlichen Tönen.



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

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.



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

TIPP DER WOHNBERATUNG:

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



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
- 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



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



Großtasten-Tastatur



Ertastbare, kontrastreiche Zeichen ermöglichen sehbehinderten Personen das Schreiben am PC.

- Ca. 30 €
- Erhältlich im Internet

PC-Vergrößerungsstick iZoom



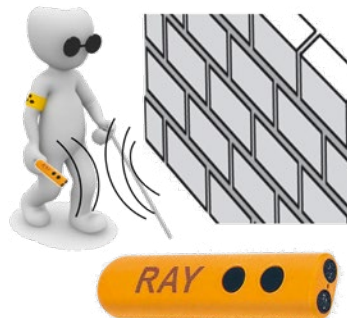
Mit dieser Software können PC-Bildschirm-inhalte stufenlos vergrößert und vorgelesen werden. Verschiedene Farbeinstellungen sind möglich.

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

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
- Verordnungsfähig





Nützliche Hilfsmittel im Alltag

TIPP DER WOHNBERATUNG:

- 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 €



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
- Verordnungsfähig



Griffverdickung

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

- Ca. 5 €
- Erhältlich im Sanitätshaus, Bastelbedarf
- Verordnungsfähig



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

Tabenausdrückhilfe

Erleichtert vollständiges Leeren von Tuben ohne viel Kraftaufwand.

- Ca. 5 €
- Erhältlich im Sanitätshaus



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
- 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



Medizinische Trinkhilfe

Menschen mit Schluckstörungen und Bewegungseinschränkungen können mit gesenktem Kopf trinken und beugen so dem Ver-

schlucken vor. Der Trinkbecher ist individuell erweiterbar mit Haltegriffen und Schnabelbecheraufsatz.

- Ca. 60 €
- Erhältlich im Sanitätshaus oder Internet
- Verordnungsfähig

TIPP DER WOHNBERATUNG:

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.



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
- Verordnungsfähig

Multi-Deckelöffner

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

- Ca. 3 €
- Erhältlich im Haushaltswarengeschäft, Discounteraktionen



Deckelöffner

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

- Ca. 20 €
- Erhältlich im Sanitätshaus, Discounteraktionen



Gefäßöffner

Die Gummihalter sorgen dafür, dass Flaschen und Gefäße aufrecht stehen, wodurch ein einhändiges Öffnen möglich ist. Auf der Unterseite befindet sich eine



MOTomed®

selbstständig bewegen und Mobilität erhalten.

Das Älterwerden ist eine individuell unterschiedlich verlaufende Entwicklung. Manche Menschen stehen im hohen Alter noch mitten im Leben, die anderen brauchen frühzeitig professionelle Unterstützung.

Die motorunterstützte Bewegungstherapie mit dem MOTomed ermöglicht es, die natürlichen Prozesse des Älterwerdens positiv zu beeinflussen.

Holen Sie sich Ihr MOTomed nach Hause – in die eigenen vier Wände. Denn mit regelmäßiger Bewegung steigt das Wohlbefinden. Die drei Therapie-Modi ermöglichen Ihnen dabei eine Bewegungstherapie, die an Ihr aktuelles Trainingsniveau angepasst ist.



Viele MOTomed Bewegungstherapiegeräte sind laut dem Hilfsmittelverzeichnis von den gesetzlichen Krankenkassen in Deutschland anerkannt und je nach Indikation für den häuslichen Bereich verordnungsfähig.

Darüber hinaus bietet Ihnen RECK Medizintechnik attraktive Kauf- und Mietmöglichkeiten.



Abb. MOTomed muvi

DREI THERAPIE-MODI

► Aktiv

MIT MUSKELKRAFT

► Assistiv

MIT RESTMUSKELKRAFT

► Passiv

SICH BEWEGEN LASSEN

KONTAKT

Sie möchten eine persönliche Beratung, benötigen Unterstützung oder haben Fragen? Wir freuen uns über Ihre Kontaktaufnahme.

RECK-Technik GmbH & Co. KG
Reckstraße 1–5, 88422 Betzenweiler

☎ 07374 18-84

🌐 www.motomed.de

ÜBER UNS

Seit 50 Jahren versorgt RECK Medizintechnik aus Oberschwaben Menschen auf der ganzen Welt mit motorgestützten Bewegungstherapiegeräten und hat sich so einen Namen als Hersteller von Medizinprodukten gemacht.

TRAINIEREN IM SITZEN



Trainieren Sie Ihre Beine und Arme.
Nacheinander oder zur gleichen Zeit.

HOMMAGE ANS ALTER



Einfach scannen und digital erleben
www.motomed.com/alter



Abb. MOTomed loop.la



WIR. LEBEN. BEWEGUNG. **Reck**

rutschfeste Fläche, die den Öffner auf dem gewünschten Platz hält.

- Ca. 50 €
- Erhältlich im Sanitätshaus, Discounteraktionen

Deckelöffner

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



- Ca. 3 €
- Erhältlich im Sanitätshaus, Internet

Dosenöffner

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



- Ca. 5 €
- Erhältlich im Sanitätshaus, Discounteraktionen

Elektrischer Dosenöffner

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



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

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

Brötchenschneidhilfe

Der Schnitt erfolgt gerade mittig in der geschlossenen Box. Schnittverletzungen werden 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

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

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

Bügeleisen mit Sicherheitsfunktion

Das Dampfbügeleisen fährt kleine

Abstandshalterfüß-

chen aus, wenn der Griff losgelassen wird. Außerdem schaltet sich das Bügeleisen automatisch ab, wenn es nicht benutzt wird.



- Ca. 160 €
- Erhältlich im Elektrofachhandel, Internet

Steckdosenleiste mit Auswurfautomatik



Vierfach-Steckdosenleiste mit Hebel zum einfachen Auswerfen von Steckern

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

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

LED-Lichtleiste mit Bewegungsmelder



Batteriebetrieben oder mit Stromanschluss

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

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



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



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

Waschmaschinen- erhöhung

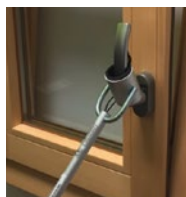
Erleichtert die ergonomische Bedienung und beugt unnatürlichen Bewegungen in der gebückten Haltung vor.



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

Fenstergriff- verlängerung

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



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 €

Oberschränklift

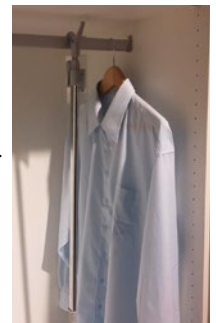
Der Schrankinhalt kann bequem in Arbeitshöhe gebracht werden. Auch zur nachträglichen Montage im Oberschrank. Für verschiedene Schrankbreiten möglich.



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

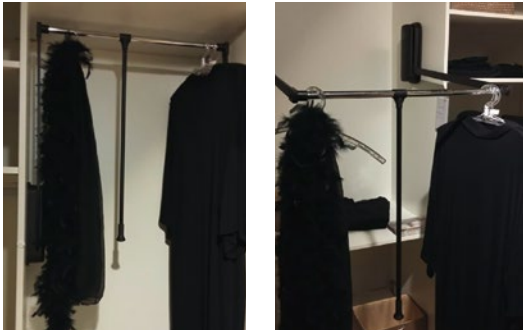
Aufhängehilfe / Teleskoparm für Kleiderbügel

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



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

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 €

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 €

Erste-Hilfe-Dose / Notfalldose



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

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

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

Tablettenteiler

Die Tabletten werden zerteilt und fallen in das integrierte Fach.



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

Alltagshilfen für Senioren



© Rido – stock.adobe.com

Alltagshilfen für Senioren

Sich das Leben, den Alltag zu erleichtern, gelingt mit den folgenden Tipps garantiert. Denn gerade Senioren und Seniorinnen 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 – Erleichte-

rung 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-Services 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 Treppenhäusreinigung an? Schließen Sie sich mit den Nachbarn zusammen, und gewinnen Sie Lebensqualität zurück, indem Sie Profis ans Werk lassen.

EINKAUSSERVICE 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.



EDEKA Knauerhase

Edeka A. Knauerhase e.Kfr.
Osterwiesenstraße 4
73574 Iggingen-Brainkofen

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag 8.00 Uhr – 21.00 Uhr

Edeka Knauerhase e.K.
Brainkofer Str. 7-9
73527 Herlikofen

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag 8.00 Uhr – 18.00 Uhr

Wir bieten ein breites Sortiment an frischen und hochwertigen Lebensmitteln.

Alter und Technik

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.

UMGANG UND 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 unbekannten E-Mail-Anhänge.
- Machen Sie regelmäßig ein Backup (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, 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 unbedarft 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 herkömmli-

NEU! WhatsApp:
0 73 61 / 88 2 13



E-Rezept!?
Einfach fotografieren
und im Online Shop
einlösen.

Online bei
uns einkaufen auf
www.AApo-shop.de
mit Click&Collect



**Marien
Apotheke**

Rathausplatz 8
73432 Aalen
Tel.: 0 73 61 / 88 2 13



**Volkmarsberg
Apotheke**

Heidenheimer Str. 15
73447 Oberkochen
Tel.: 0 73 64 - 91 94 93



chen 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 übergroße 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

- WhatsApp oder Threema (Kommunikation)
- Google Maps oder Navigon (Navigation)
- E-Mail-Programme wie T-Online
- Apps für Fotobücher
- Reise Apps (Hotels buchen über Booking, Flüge bei Lufthansa usw.)
- Einkaufs Apps (eBay, Amazon u.v.m.)
- 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

TIPP DER WOHNBERATUNG:

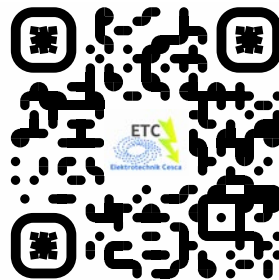
- Automatische Abschaltung des Herdes bei Abwesenheit sorgt für Sicherheit.
- Überwachung von Häusern und Wohnungen gibt auch im Urlaub ein Gefühl von Sicherheit.
- Individuelle Beleuchtungs-, Raumtemperatur- oder Musiksteuerungen bringen Komfort.
- Steuerung von Lampen, Heizungen und anderen Elektrogeräten 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 Hörschränkungen erkannt.
- Durch eine Eingangsüberwachung mit Türöffnung wird Besuch visualisiert und kann mit sicherem Gefühl hereingelassen werden.

ansonsten eine andere Vertrauensperson nach Hilfe.



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 Pflegegrad, 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 ein gesetzt; zum Beispiel automati-



DIE BESTE LÖSUNG FÜR IHRE PROJEKTE

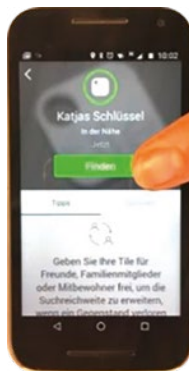
sche Abschaltungen von Herdplatten und Öfen oder Sturzerkennungssysteme im Bad.

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 wie-

derfinden. Über den Schlüsselanhänger können Sie auch Ihr Mobiltelefon (bei Lautlosfunktion) klingeln lassen. Voraussetzung: bluetoothfähiges Smartphone.

- Ca. 80 €
- Erhältlich im Internet

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

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



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

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

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

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

Funk-Video-Babyphone



Video-Babyphone mit Gegensprechfunktion und Temperaturanzeige. Großes Farb-

display. Der Preis richtet sich nach der Reichweite zwischen Sender und Empfänger. Reichweite bis ca. 250 m.

- Ca. 100 €
- Erhältlich im Elektrofachhandel, Internet

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

Türsprechanlage I



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

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

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

Alarmtrittmatte



Registriert, wenn eine Person darauf tritt. 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



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

- Ca. 130 €
- Erhältlich im Elektrofachhandel, Internet

Licht mit Bewegungsmelder

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

- Ca. 12 €
- Erhältlich im Baumarkt

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



Heizung • Sanitär • Kundendienst

SEIT GENERATIONEN

Ihr Partner für Heizung, Sanitär und Komplettbad!

Frühlingstraße 16 • 73447 Oberkochen • Tel. 0 73 64/9 58 88 65 • Fax 9 58 88 67
www.koeniger-haustechnik.de

Hausnotruf



© Dniel – stock.adobe.com

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



Notrufknopf



Rauchmelder



Hausnotrufgerät

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 Dienstleister (Notrufannahme auf privates Handy geschaltet)
- Erhältlich bei www.libify.com
- Zuschuss bei Pflegegrad über Pflegekassse möglich, 25,50 € / Monat

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

easierLife

Potenzielle Notsituationen werden durch Sensoren



erkannt, und Angehörige oder Notrufanbieter werden benachrichtigt. Es muss kein Notrufknopf getragen werden. Auch mit einem Hausnotrufgerät koppelbar.

- Ca. 10 € monatlich oder ca. 300 € einmalig
- Erhältlich im Internet
- Zuschuss bei Pflegegrad über Pflegekassse möglich, 25,50 € / Monat

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

Wohnraumanpassung bei Demenz

SICHERE WOHNRAUMANPASSUNG 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



© Quality Stock Arts – stock.adobe.com

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 auf das 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
- 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 seniorenfreundliche 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 Kinderschaltung 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 Sitzerrhöhungen 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 farblich (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.



HARTMANN 

**Beschützen,
was wir lieben**

Mit Leidenschaft arbeiten wir daran,
das Gesundheitswesen weltweit
zu verbessern, mit innovativen
medizinischen Lösungen Leben zu
schützen und die Lebensqualität
möglichst vieler Menschen zu steigern.

corporate.hartmann.info

VERTRAUTHET 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 unter

Umständen 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.



BAUEN . WOHNEN . BETREUEN

**BAUGENOSSENSCHAFT
ELLWANGEN EG**

Spitalstraße 6 · 73479 Ellwangen · Tel. 0 79 61 / 40 13
info@bg-ellwangen.de · www.bg-ellwangen.de

Sicherheit im häuslichen Umfeld

Einbruch, Prävention



SCHUTZ UND SICHERHEIT ZUHAUSE

Gefahren an der Haustüre:

- Lassen Sie niemals Unbekannte in Ihr Haus /Ihre Wohnung.
- Bei angeblichen Behördenvertretern: Lassen Sie sich den Dienstausweis 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.



FINANZIERUNGSMÖGLICHKEITEN / FÖRDERMITTEL

- **Krankenkasse (Verordnungsfähig):** Über den behandelnden Arzt kann bei bestimmten Erkrankungen ein Rezept für ein Hilfsmittel wie z. B. eine Toilettensitz-erhöhung 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 4.180 €. 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 Zuschusssatz 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 Sanitärzimmers 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!



Kostenlose und neutrale
Unterstützung, Beratung und
Begleitung bei rechtlicher
Betreuung und Vollmacht

Betreuungsverein Ostalbkreis e.V.
Stuttgarter Str. 24
73430 Aalen
07361 680789 | btv@btv-ostalbk.de

24h Betreuung zu Hause aus Osteuropa



Info & Beratung vor Ort
kostenlos und unverbindlich

Zollplatz 4 | 73547 Lorch
Telefon 07172 9252 700

info@sozialagentur-nw.de
www.sozialagentur-nw.de


**Sozialagentur
Nordwürttemberg**

„DIE WELT“-beste Bank im Ostalbkreis.



 **Kreissparkasse
Ostalbkreis**

Quelle: Deutsches Institut für Bankentest GmbH

Hilfe und Unterstützung – Pflege

Pflegearten, Stufen, Leistungen



© Africa Studio – stock.adobe.com

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.

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.

- im Pflegegrad 2: 347 Euro*

- im Pflegegrad 3: 599 Euro*
- im Pflegegrad 4: 800 Euro*
- im Pflegegrad 5: 990 Euro*

*Stand 01.01.2025

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.

- im Pflegegrad 2: bis zu 796 Euro
- im Pflegegrad 3: bis zu 1.497 Euro
- im Pflegegrad 4: bis zu 1.859 Euro
- im Pflegegrad 5: bis zu 2.299 Euro

*Stand 01.01.2025

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

Unsere **Tagespflege in Bopfingen** oder in **Rainau-Buch** unterstützen Sie, damit Sie Ihre Angehörigen weiterhin zu Hause pflegen können.

Wir haben **Montag bis Sonntag geöffnet** und betreuen Ihre Angehörigen tagsüber mit einem **abwechslungsreichen Programm**. Ihr Pflegegeld und die ambulanten Leistungen bleiben Ihnen dabei voll erhalten!

Jetzt informieren und Schnuppertag vereinbaren! Telefon: 07362/95995-0
ipf-hof.de/tagespflege oder
 07961/8930-0
pflege-in-rainau.de

Weiter zu Hause pflegen –
 gut unterstützt durch **unsere Tagespflege in Bopfingen oder in Rainau**



auch zusätzlich von einem Pflegedienst bzw. in einer Pflegeeinrichtung 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

Stundenweise Entlastung oder sogenannte 24h Betreuung und Pflege zuhause.

Geborgenheit und Sicherheit in den eigenen vier Wänden erleben und das rund um die Uhr – wir machen es möglich. Mit hilfsbereiten Betreuungskräften ermöglichen wir es Ihnen, so lange es geht im eigenen Zuhause zu leben.

Seit 8 Jahren am Markt bietet die Pflegeagentur Emmel 24 stundenweise Entlastung, Betreuung und Hauswirtschaft mit eigenem Personal aus der Region an. Hier ist eine Kostenübernahme durch alle Pflegekassen möglich. Sollte die stundenweise Betreuung und Entlastung nicht mehr ausreichen, vermitteln wir Ihnen fürsorgliche Betreuungskräfte aus Osteuropa, die zu Ihnen nach Hause kommen – ganz individuell auf Ihren persönlichen Betreuungsbedarf abgestimmt.

Wir klären in einem persönlichen Gespräch den Bedarf, informieren über alle Möglichkeiten und setzen Ihren Wunsch schnell, legal und unbürokratisch um. Selbstverständlich sind wir über die gesamte Dienstleistungszeit Ihr Ansprechpartner und kümmern uns um alles.

Qualifiziert – Mit Herz – Zuverlässig



Betreuung Zuhause

Pflegeagentur Emmel 24

In besten Händen

„Daheim statt Pflegeheim“

Kostenübernahme durch alle Pflegekassen möglich!

Pflegeagentur Emmel 24

Moselstraße 14 | 73479 Ellwangen | Tel: 07961 / 5000960

E-Mail: info@pflegeagentur-emmel.de

www.pflegeagentur-emmel.de

Kurzzeitpflege (bis zu 8 Wochen):

Nach einem Klinikaufenthalt kann die Kurzzeitpflege von Pflegebedürftigen vorübergehend notwendig sein.

- Auch hierfür gewährt die Pflegeversicherung finanzielle Mittel.

Hilfsmittel:

- Bei Bedarf und medizinischer Notwendigkeit können Sie sich die Ausgaben für Hilfsmittel wie 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 Bettenschutzunterlagen.
- 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 Wohngruppenzuschlag (aktuell monatlich 224 €). *Stand 01.01.2025
- Der Wohngruppenzuschlag dient der Beschäftigung einer gemeinsamen Organisationskraft.



Über uns

Unser ambulanter Pflegedienst

BuntVital

**steht für höchste Qualität,
Flexibilität, Vielseitigkeit,**

Zuverlässigkeit und vor allem – Zeit!

Unsere möglichen Leistungen für Sie zu Hause in Ellwangen und Schw. Gmünd:

- ❖ Pflege, abgestimmt auf Ihre Bedürfnisse
- ❖ Behandlungspflege, vom Arzt verordnet
- ❖ Pflegeberatung nach §37,3 SGBXI
- ❖ Unterstützung im Alltag
- ❖ Gemeinsame Aktivitäten
- ❖ Unterstützung bei den Ideen, die Sie mitbringen

**Wir lieben, was wir tun!
Rufen Sie uns an! Wir freuen uns!**

**BuntVital GbR
Hölderlinstraße 12
73479 Ellwangen
Telefon: 07961 9684344
Mail: info@buntvital.de**

- Außerdem gibt es einen Einrichtungszuschuss von aktuell 2.500 € pro Bewohner (Höchstförderung pro WG: aktuell 10.000 €).
- Zusätzlich können maximal vier Bewohner einmalig jeweils 4.180 € für den barrierefreien Umbau beanspruchen (maximal 16.720 € pro WG).

*Stand 01.01.2025

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. Pflegende Angehörige 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



Leben. Wie ich es will.

Genießen Sie die naturnahe Lage und die Vorzüge unseres Wohnstifts. Wir freuen uns auf Sie!

- 200 komfortable und individuelle Seniorenwohnungen und Pflegezimmer
- Naturnahes Wohnen, mit großzügigen Gemeinschaftsräumen, wie Bibliothek, Bewegungsbad, Lichthöfe u.v.m.
- Vielseitige Veranstaltungen und Freizeitaktivitäten
- Ganzheitliche Pflege und Begleitung bei Bedarf, individuelle Wohnvarianten und Tagespflege möglich

KWA
ALBSTIFT AALEN

www.kwa.de

Jetzt informieren
und Vorteile sichern
07361 935-0



KWA Albstift Aalen
Zochentalweg 17, 73431 Aalen

Ressourcen so lange wie möglich erhalten werden.

- 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 Tagespflegestätte 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.
- 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.)



Vollstationäre Leistung:

- im Pflegegrad 1: 131 Euro
- im Pflegegrad 2: 805 Euro
- im Pflegegrad 3: 1.319 Euro
- im Pflegegrad 4: 1.855 Euro
- im Pflegegrad 5: 2.096 Euro

*Stand 01.01.2025

Tagespflege unter dem Rosenstein

Gut versorgt und trotzdem zuhause bleiben.
Flexibel von Montag bis Sonntag bzw. an
ausgewählten Tagen möglich.

Johanniter-Pflegewohnhäuser im Bereich Rosenstein

Ziegelwiesenstraße 8 • 73540 Heubach
Tel. 07173/ 92780 0
info-rosenstein@jose.johanniter.de



**Kostenloser
Schnuppertag
möglich**



Hilfe und Unterstützung

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 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.

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

Pflegestützpunkt Ostalbkreis

Der Pflegestützpunkt Ostalbkreis

dient als Beratungs-, Informations- und Anlaufstelle für Ratsuchende, Pflegebedürftige und deren Angehörige. Er bietet für Ratsuchende jeden Alters eine individuelle Beratung zu allen Fragen rund um das Thema Pflege. Die Pflegeberatung findet telefonisch, per Videoberatung, persönlich im Pflegestützpunkt oder bei Bedarf Zuhause statt. Die Beratung ist unabhängig, kostenlos und neutral.



Wir beraten Sie zu folgenden Fragen:

- Wo und wie beantrage ich einen Pflegegrad?
- Welche Versorgungs- und Unterstützungsmöglichkeiten gibt es?
- Wie bekomme ich Entlastung bei der Pflege auch kurzfristig?
- Welche Unterstützungsmöglichkeiten gibt es bei Demenz?

- Wie finanziere ich meine Pflege?
- Wie kann ich Beruf, Familie und Pflege vereinbaren?
- Welche Hilfsmittel gibt es?
- Wie kann ich mein Zuhause barrierefrei gestalten?

Unser Ziel ist es, pflege- und unterstützungsbedürftige Menschen jeden Alters sowie ihre Angehörigen und Vertrauten bei der Bewältigung ihrer individuellen Lebenslagen zu begleiten und zu unterstützen.

E-Mail: pflegestuetzpunkt@ostalbkreis.de
 Homepage:
www.pflegestuetzpunkt.ostalbkreis.de

Raumschaft Schwäbisch Gmünd/
 Schwäbischer Wald
 Telefon: 07171 32-4403

Raumschaft Aalen/Rosenstein/Neresheim
 Telefon: 07361 503-1820



Raumschaft Aalen/Ellwangen/Bopfingen
 Telefon: 07361 503-1950
 Telefon: 07961 567-3403

2. BERATUNG DURCH KRANKEN-, PFLEGE- UND RENTEN- VERSICHERUNG

Mit einem Bürgertelefon zu verschiedenen Themen und einem Service für Gehörlose und Hörgeschädigte bietet das Bundesministerium für Gesundheit allen Bürgerinnen

....
Tagesp
 Senioren-Insel an der Mühle
 in Waldstetten, Beim Schlössle 12

- Aktivierung und Gedächtnistraining
- Demenzhilfe durch Tiertherapie
- Pflege für Senioren

Montag – Freitag, 8.00 bis 16.30 Uhr

fit & betreut GmbH
info@fit-betreut.de

+





....

Fahrdienst für unsere
 Gäste möglich!

Telefon 07161 9240 - 202
www.fit-betreut.de

und Bürgern erste unabhängige Anlaufstellen.

Bürgertelefon zur Krankenversicherung:

030 / 340 60 66 – 01

Bürgertelefon zur Pflegeversicherung:

030 / 340 60 66 – 02

Bürgertelefon zur gesundheitlichen Prävention: 030 / 340 60 66 – 03

Gebärdentelefon (Videotelefonie):

www.gebaerdentelefon.de/bmg

www.bundesgesundheitsministerium.de/service/buergertelefon.html

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.

Kranken- und Pflegeversicherung

Menschen mit einer Pflegeversicherung, die Leistungen aus dieser Versicherung erhalten oder Pflegeleistungen beantragt haben,

Mögliche Inhalte eines Beratungsgesprächs:

- Ermittlung des Pflegebedarfs und wie dieser umgesetzt wird

Schad

Das Gesundheitshaus im Ostalbkreis



Homecare



Rehathechnik



Sanitätshaus



Orthopädietechnik



Sonderbau

Gerne unterstützen wir Sie bei der Beratung und Versorgung.

☎ 07361 9594-0 @ info@sanitaetshaus-schad.de
Sanitätshaus Schad · Alfred-Delp-Str. 4 · 73430 Aalen



- Informationen zur häuslichen Krankenpflege
- Alles Wissenswerte über barrierefreie Wohnungen und welche Zuschüsse Sie für Wohnumfeld verbessernde 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.

Hilfe und Unterstützung 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.

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 Einzelaufstellung.



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.



**IHR PARTNER
IN ALLEN ARZNEIMITTELFAGEN**



Schloss Apotheke

Angela Banik e.K. | Tauchenwellerstr. 4 | 73457 Essingen
Tel 07365-91 91 00 | esotheke@aol.com
www.schloss-apotheke-essingen.de
Öffnungszeiten: Mo, Di, Do 8.00-12.00 | 14.00-18.30 Uhr
Mi und Fr 8.00-12.00 | 14.00-18.00 Uhr | Samstag 9.00-12.00 Uhr



Barrierefrei? Wir sind dabei!

Wir überwinden Barrieren auf vielen Wegen:

- Sie erreichen uns barrierefrei mit dem Aufzug
- Sie erreichen uns vor Ort von 9.00 bis 19.30 Uhr
- Sie erreichen uns rund um die Uhr online
- Sie erreichen uns mit Ihren Worten

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



Apothekerin Birgit Hölzer
Wilhelm-Merz-Straße 18/1 · 73431 Aalen
Tel. 073 61.55 620-0 · Fax 073 61.55 620-10
www.apotheke-in-aalen.de
Öffnungszeiten: Montag bis Samstag 9.00 - 19.30 Uhr

 **KOSTENLOSE PARKPLÄTZE**

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? ☐ ☐

Hilfe und Unterstützung

Wohnberatung

Die Wohnberatung unterstützt Ratsuchende dabei, die Wohnung auf die eigenen Bedürfnisse anzupassen. Ziel ist es, eine selbständige Lebensführung in der eigenen Wohnung und im gewohnten Umfeld zu erhalten, zu ermöglichen oder zu verbessern.

Die Wohnberatung informiert unabhängig zu barrierefreien beziehungsweise barrierearmen Wohnraumanpassung.

Stadt Aalen, Wohnberatung
Marktplatz 2
73430 Aalen
Telefon: 07361 522382
E-Mail: amt-fuer-soziales@aaln.de

Einsatzgebiet:

- Aalen
- Aalen-Dewangen
- Aalen-Ebnat
- Aalen-Unterkochen
- Aalen-Unterrombach-Hofherrnweiler
- Aalen-Waldhausen
- Aalen-Fachsenfeld
- Aalen-Hofen
- Aalen-Wasseralfingen

Stadt Schwäbisch Gmünd, Wohnberatung
Spitalhof 3, 73525 Schwäbisch Gmünd
Telefon: 07171-6035080

E-Mail:
renate.wahl@schwaebisch-gmuend.de

Einsatzgebiet:

- Schwäbisch Gmünd
- Schwäbisch Gmünd-Bargau
- Schwäbisch Gmünd-Bettingen
- Schwäbisch Gmünd-Degenfeld
- Schwäbisch Gmünd-Großdeinbach
- Schwäbisch Gmünd-Herlikofen
- Schwäbisch Gmünd-Hussenhofen
- Schwäbisch Gmünd-Lindach
- Schwäbisch Gmünd-Rechberg
- Schwäbisch Gmünd-Rehnenhof-Wetzgau
- Schwäbisch Gmünd-Straßdorf
- Schwäbisch Gmünd-Weiler in den Bergen



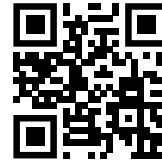




Besser sehen Besser hören

Stertzt

Hier sind
alle unsere
Leistungen
zu sehen



Optik & Hörgeräte Stertzt

Bocksgasse 15
73525 Schwäbisch Gmünd
07171/66307
optik.gd@stertzt.com

Mo-Fr 9 – 18 Uhr
Samstag 9 – 14 Uhr

Hörgeräte Stertzt

Hintere Schmiedgasse 3
73525 Schwäbisch Gmünd
07171/36298
akustik.gd@stertzt.com

Mo, Di, Do, Fr 9 – 13 Uhr
14 – 18 Uhr
Mittwoch 8 – 13 Uhr
14 – 17 Uhr

Hörgeräte Stertzt

Hauptstraße 40
73540 Heubach
07173/9145080
akustik.heubach@stertzt.com

Mo, Di, Do, Fr 9 – 13 Uhr
14 – 18 Uhr
Mittwoch 8 – 13 Uhr
14 – 17 Uhr

Hörgeräte Stertzt

Spitalstraße 25
73479 Ellwangen
07961/9869397
akustik.ellwangen@stertzt.com

Mo, Di, Do, Fr 9 – 13 Uhr
14 – 18 Uhr
Mittwoch 8 – 13 Uhr
14 – 17 Uhr



- Hausbesuche nach Absprache
- Service



- Hörsysteme für Ihre Bedürfnisse
- Cochlea Implantate in Kooperation mit Kliniken
- Zubehörartikel zur Erleichterung des Alltags z.B. Wecker, Fernsehkopfhörer
- Spezieller Gehörschutz
- Brillen für Ihre Bedürfnisse
- Kontaktlinsen für spezielle Augenerkrankungen wie Keratokonus
- Spezialbrillen für medizinische Anwendungszwecke z.B. Lupenbrillen
- Vergrößernde Sehhilfen für sehbehinderte/blinde Menschen