

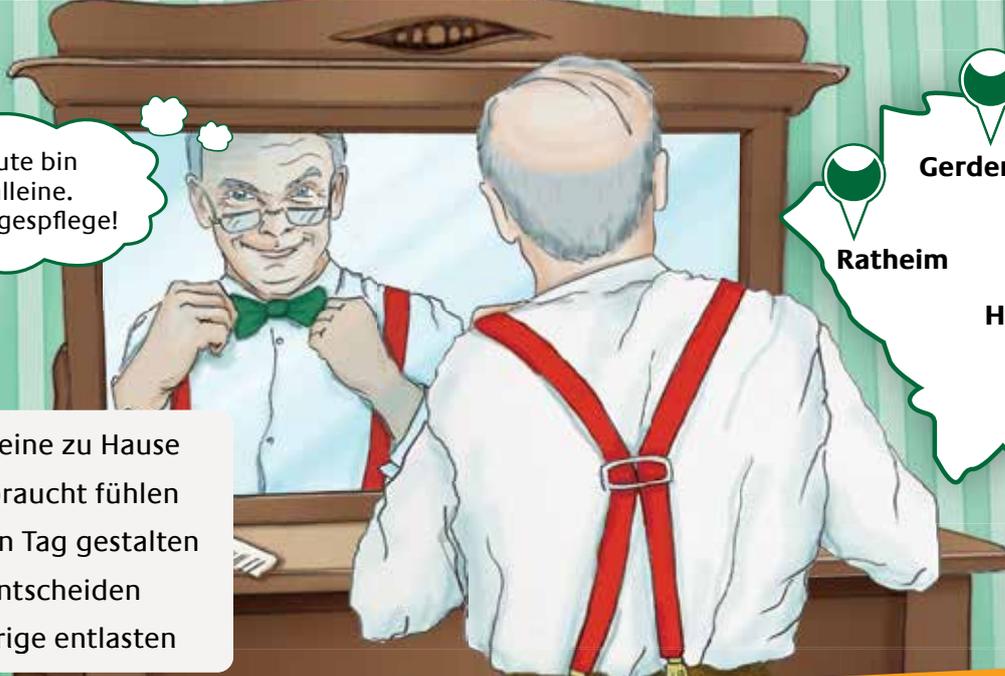
# EIN LEBEN LANG ZU HAUSE WOHNEN



Maßnahmen zur Wohnraumanpassung  
in Hückelhoven

Unsere Tagespflege

# Lebenslust statt Alltagsfrust



Schön, heute bin ich nicht alleine.  
Auf zur Tagespflege!

- nicht alleine zu Hause
- sich gebraucht fühlen
- aktiv den Tag gestalten
- selber entscheiden
- Angehörige entlasten



## Gemeinschaft ist ein Gewinn für alle! Ehrenamt

- 
- Absicherung und Unfallschutz durch Lambertus
  - Erstattung von Fahrtkosten und anderen Hilfsmitteln
  - kostenlose Teilnahme an internen Fortbildungen und Vorträgen
  - regelmäßige Ausflüge

[www.lambertus-hueckelhoven.de](http://www.lambertus-hueckelhoven.de)

Fragen? Wir helfen weiter! Tel.: 0 24 33 / 83 60

**Lambertus.**  
Gutes mit einem Lächeln

# GRUSSWORT

Sehr geehrte Bürgerinnen und Bürger,  
liebe Leserinnen und Leser,

ich freue mich, Ihnen den neuen Ratgeber „Maßnahmen zur Wohnraumanpassung“ präsentieren zu dürfen.

Das Thema des barrierefreien Wohnens war schon immer ein wichtiges Thema und wird in Zukunft eine zentrale Rolle einnehmen.

Das selbstbestimmte Wohnen in den eigenen vier Wänden hat einen hohen Stellenwert. Es ist daher sinnvoll, rechtzeitig an einen barrierefreien Umbau des eigenen Zuhauses oder des der Eltern zu denken. Genau aus diesem Ansinnen heraus entstand im Kreis des Runden Tisches Seniorenarbeit Hückelhoven die Initiative, die vorliegende Broschüre aufzulegen.

Mit verschiedenen Maßnahmen lassen sich zum Beispiel körperliche Beeinträchtigungen, wie sie etwa eine Erkrankung oder ein hohes Lebensalter mit sich bringen können, ausgleichen. Es gibt viel mehr Wege, das Leben im eigenen Heim einfacher zu gestalten, als auf den ersten Blick ersichtlich ist.

Mit dieser Broschüre möchten wir Ihnen einen Überblick über die verschiedenen Möglichkeiten geben, für ein angenehmes und komfortables Leben im eigenen Haus



oder der eigenen Wohnung zu sorgen. Sie finden unter anderem Informationen über hilfreiche bauliche Veränderungen, technische Helfer, die richtigen Ansprechpartner und Möglichkeiten zur finanziellen Förderung. Viele bauliche Maßnahmen bewirken auch eine echte Wertsteigerung Ihrer Immobilie. Sie können sich also in vielerlei Hinsicht inspirieren lassen.

Ich wünsche Ihnen, dass dieser Leitfaden Ihnen viele wertvolle Anregungen und Hinweise gibt, die Ihnen im Heute wie im Morgen für Ihre Lebensplanung hilfreich sind.

Viel Freude beim Lesen und alles Gute für die kommende Zeit.

Ihr Bürgermeister Bernd Jansen

# INHALTSVERZEICHNIS

<b>Grußwort</b>	<b>1</b>
<b>Vorstellung der Arbeitsgruppe „Wohnraumanpassung“</b>	<b>4</b>
<b>Der Runde Tisch Seniorenarbeit Hückelhoven stellt sich vor</b>	<b>4</b>
<b>Allgemeine Einführung</b>	<b>7</b>
Barrierefreies Wohnen	7
Barrierefrei ist nicht gleich behindertengerecht	7
Wohnraumanpassung	9
Wohnraumberatung	9
<b>Rundgang durch die Räume</b>	<b>10</b>
Eingang, Treppenhaus und Flur	11
Küche	12
Bad, WC	15
Wohnzimmer	17
Schlafzimmer	19
Balkon, Garten	20
<b>Nützliche Hilfsmittel</b>	<b>23</b>
<b>Alter und Technik</b>	<b>25</b>
Smart Home Technologie	25
Hilfe im Alltag	26
Hausnotruf	26
<b>Checkliste „Ein Leben lang zu Hause wohnen“</b>	<b>27</b>



<b>Wohnraumanpassung bei Demenz</b>	<b>30</b>
<b>Finanzierungs- und Fördermöglichkeiten</b>	<b>31</b>
<b>Sicherheit im häuslichen Umfeld</b>	<b>33</b>
Sicherung von Haus und Wohnung	33
Beratung durch die Polizei	33
<b>Wichtige Ansprechpartner zum Thema „Wohnen im Alter“</b>	<b>34</b>
<b>Hilfe und Unterstützung</b>	<b>35</b>
Die Pflegereform	35
Pflegegrade und Leistungen	37
Pflegearten	37
Unterstützung für pflegende Angehörige	39
Pflegeberatung	39
<b>Inserentenverzeichnis / Impressum</b>	<b>40</b>



**HÜLSEN & PLATTE**

**24 Stunden  
Seniorenbetreuung**



- **familiär und persönlich**
  - **im eigenen Zuhause**
- 02431 / 81 24 735**  
**Rheinweg 185, 41812 Erkelenz**

# Hören Sie gut?

## Ihr persönlicher Direkt-Test

In Gesprächen mit mehreren verstehe ich schlecht  
 oft  gelegentlich  nie

Gesprächspartner bitte ich, sich zu wiederholen  
 oft  gelegentlich  nie

Verwandte/Bekannte sagen, dass ich schlecht höre  
 oft  gelegentlich  nie

Gesprächen zu folgen, strengt mich an  
 oft  gelegentlich  nie

Vorträge, Theater, Gottesdienste verstehe ich schlecht  
 oft  gelegentlich  nie

Türklingel, Telefon, Vogelgezwitscher, überhöre ich  
 oft  gelegentlich  nie

Lautstärke des Fernsehers stört mein Umfeld  
 oft  gelegentlich  nie

Sie haben **3 mal gelegentlich oder oft** angekreuzt?

Lassen Sie Ihr Gehör bei uns überprüfen.

Kostenlos & unverbindlich!

**Wir sind Ihre Ansprechpartner  
rund um's gute Hören in  
Hückelhoven - kompetent,  
ehrlich und zuverlässig.**

**GUT HÖREN**  **Hückelhoven**  
Hörgeräte

Haagstr. 34  
 **0 24 33 - 95 95 93**



Parkhofstr. 36-38  
 **0 24 33 - 959 21 21**

# VORSTELLUNG DER ARBEITSGRUPPE WOHNRAUMANPASSUNG



Foto: Jürgen Köllmann, Andrea Kardis, Marcel Ballas, Nicole Abels

Die Arbeitsgruppe „Wohnraumanpassung“ hat sich im Jahr 2019 zusammengefunden und setzt sich seitdem für die Belange der Menschen, besonders in Bezug auf die Barrierefreiheit, in der Stadt Hückelhoven ein.

Die Arbeitsgruppe „Wohnraumanpassung“ ist eine Initiative, die sich aus dem bereits bestehenden Arbeitskreis „Runder Tisch Seniorenarbeit Hückelhoven“ gegründet hat. Der Runde Tisch ist seit 2009 ein Zusammenschluss von hauptberuflich

und ehrenamtlich engagierten Personen sowie Leitungskräften in der Altenarbeit, die sich mit dem Leben im Alter in Hückelhoven auseinandersetzen.

**Jürgen Köllmann**, Pflegeberater des Kreises Heinsberg, kann durch sein Fachwissen und seine jahrelange Berufserfahrung, Menschen in vielen Lebenslagen beratend zur Seite stehen.

**Andrea Kardis**, Leiterin des Sozialamtes, und ihr Team sind die erste Anlaufstelle für alle Bürgerinnen und Bürger der Stadt Hückelhoven, die sich in einer sozialen Notlage befinden. Die Hilfe kann eine umfassende Beratung beinhalten. Bei Bedarf wird auch gerne zu weiteren Beratungs- und Hilfsangeboten vermittelt.

**Marcel Ballas**, Geschäftsführer der Lambertus gGmbH, hat in der Vergangenheit bereits mehrere barrierefreie Wohngruppen gebaut und zählt aufgrund dessen zum Praktiker und Visionär.

**Nicole Abels**, Gemeindesozialarbeiterin des Caritasverbandes, ermutigt Menschen, die eigene Situation zu verbessern und gibt Impulse dazu. Sie ist Ansprechpartnerin für Veränderungsprozesse, aktiviert Potentiale und stärkt Menschen in ihrer Persönlichkeit.

Eine Arbeitsgruppe mit vielen Möglichkeiten steht Ihnen zur Seite und ist davon überzeugt, dass die Broschüre „Wohnraumanpassung“ in vielen Lebenslagen nützliche Tipps geben kann.

Wir freuen uns, wenn viele Leser diese Broschüre nutzen!

## DER RUNDE TISCH SENIORENARBEIT HÜCKELHOVEN STELLT SICH VOR



Der Runde Tisch Seniorenarbeit Hückelhoven wurde im November 2009 durch die Gemeindesozialarbeiterin des Caritasverband für die Region Heinsberg e. V. ins Leben gerufen. Mitglieder dieses Arbeitskreises sind haupt- und ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus der kommunalen Verwaltung, den Kirchen, Institutionen und Vereinen, die in der Seniorenarbeit tätig sind. Der Kreis ist offen für weitere Interessierte.

Zielsetzung der Arbeit des Runden Tisches Seniorenarbeit ist, auf individuelle Bedürfnisse und Anforderungen der älter

werdenden und alten Menschen in Hückelhoven einzugehen, daraus Zukunftsplanungen zu entwickeln mit der Priorität, dass das Leben in Hückelhoven weiterhin attraktiv und lebenswert bleibt. Die Selbstbestimmtheit der Menschen soll erhalten und ihre persönlichen Ressourcen dabei gefördert werden.

Die Mitglieder wollen die Zukunft gemeinsam mit allen Interessierten gestalten, mit jungen wie alten Menschen, damit sich in der zukünftig immer älter werdenden Gesellschaft auch alle wohlfühlen. Zur aktiven Mitarbeit beim Runden Tisch Seniorenarbeit sind Sie herzlich eingeladen.

Bei Interesse und weiteren Informationen wenden Sie sich an Nicole Abels, Gemeindesozialarbeiterin beim Caritasverband, E-Mail: gsa-gk@caritas-hs.de oder Telefon: 02451 4820889.

Wer die Aktivitäten des Runden Tisches Seniorenarbeit Hückelhoven finanziell unterstützen möchte, kann dies gerne mit einer Spende gegen Erhalt einer Spendenquittung tun.

Bankverbindung: Caritasverband für die Region Heinsberg e.V.  
IBAN: DE87 3125 1220 0000 0000 75  
Verwendungszweck:  
„Runder Tisch Seniorenarbeit Hückelhoven“

## MITGLIEDER DES RUNDEN TISCH SENIORENARBEIT

- **Nicole Abels**, Gemeindesozialarbeiterin Caritasverband für die Region Heinsberg e. V.
- **Andrea Kardis**, Leiterin des Sozialamtes der Stadt Hückelhoven
- **Marlies Küppers**, ehrenamtliche Mitarbeiterin St. Lambertus Hückelhoven
- **Hans Minkenberg**, Leiter Caritas-Pflegestation Hückelhoven
- **Gerd Palm**, Geschäftsführer St. Gereon Seniorendienste gGmbH
- **Manuela Garbrecht**, Mitarbeiterin St. Gereon Seniorendienste gGmbH
- **Klaus Nießen**, ehrenamtlicher Mitarbeiter St. Gereon Seniorendienste gGmbH
- **Marcel Ballas**, Geschäftsführer Lambertus gGmbH
- **Barbara Kerler-Steike**, Mitarbeiterin Lambertus gGmbH
- **Heike Brandt**, Mitarbeiterin Sozialer Dienst Herbstsonne Baal
- **Jürgen Köllmann**, Mitarbeiter der unabhängigen Pflegeberatung Kreis Heinsberg
- **Ute Saß**, Pfarrerin evangelische Kirche Hückelhoven
- **Julia Reeh**, ehrenamtliche Seniorenbegleiterin evangelische Kirche
- **Anne Trepels**, Inhaberin Home Instead
- **Nora Dreßen**, Mitarbeiterin Sozialer Dienst Pflegezentrum Baaler Höhe

## AUS DEM RUNDEN TISCH SENIORENARBEIT STELLEN SICH VOR

Frau **Andrea Kardis** nimmt die Aufgaben der Integrationsbeauftragten sowie der Leitung des Sozialamtes der Stadt Hückelhoven wahr und ist Mitglied des Runden Tisches Seniorenarbeit. Sie und ihr Team haben vielfältige Aufgaben,



Foto: Jürgen Köllmann, Andrea Kardis

bei denen der Mensch immer im Mittelpunkt steht. Rund um den Bereich Senioren gehören dazu nicht nur die Sicherstellung des Lebensunterhaltes durch die Gewährung von Grund-sicherung im Alter oder bei dauerhafter Erwerbsminderung. Die Stadt Hückelhoven bietet auch unzählige freiwillige Beratungs- und Freizeitangebote für ihre älteren Mitmenschen.

Sie erreichen Frau Kardis im Sozialamt der Stadtverwaltung Hückelhoven unter der Telefonnummer 02433 82 255 oder per E-Mail: [andrea.kardis@hueckelhoven.de](mailto:andrea.kardis@hueckelhoven.de).

Herr **Jürgen Köllmann** ist Seniorenbeauftragter für den Kreis Heinsberg und Mitarbeiter der trägerunabhängigen Pflegeberatungsstelle. Als Seniorenbeauftragter ist Jürgen Köllmann auch Mitglied des Runden Tisches Seniorenarbeit. Jürgen Köllmann berät zusammen mit seiner Kollegin, Gerda Hermes, zu allen Fragen, die das Thema Pflegebedürftigkeit betreffen.

Menschen möchten auch bei Pflegebedürftigkeit solange wie möglich in ihrer gewohnten Umgebung leben. Wenn dazu eine pflegerechte Umgebung erforderlich ist, kann die Pflegeberatungsstelle des Kreises Heinsberg weiterhelfen. Frau Kardis wird in dieser Situation gerne den Kontakt zu Herrn Köllmann herstellen oder Sie wenden sich direkt an die Pflegeberatungsstelle, Telefon: 02452 13 5503 oder 02452 13 5504.

Von dort wird eine kostenfreie, neutrale Beratung zur Wohnumfeldverbesserung bei Pflegebedürftigkeit angeboten. Gerne findet diese bei Ihnen Zuhause statt.



# Wird Ihnen das Haus zu groß?



Wir beraten Sie kostenlos und unverbindlich zu Ihren Möglichkeiten beim Verkauf.

Vertrauen Sie auf den langjährigen Marktführer im Kreis Heinsberg.

Tel. 02431-944000  
[www.kskimmo.de](http://www.kskimmo.de)



## ALLGEMEINE EINFÜHRUNG

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

### BARRIEREFREIES WOHNEN

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

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

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

### BARRIEREFREI IST NICHT GLEICH BEHINDERTENGERECHT

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

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

LEBENDIGE ARCHITEKTUR  
seit 45 Jahren



ARCHITEKTURBÜRO

Architekturbüro  
Dipl.-Ing.  
**Wolfgang Emondts**  
Dinstülerstr. 21  
41836 Hückelhoven

Tel. 024 33 / 90 60-0  
Fax 024 33 / 90 60-11



KOMPETENTE  
PARTNER  
VERWIRKLICHEN  
IHRE IDEEN



Vereinbaren  
Sie einen  
Besichtigungs-  
termin!

## WOHNEN MIT AUSSICHT IN HÜCKELHOVEN

- › 87 barrierearme Neubauwohnungen mit Stellplätzen oder Garagen in zentraler Lage
- › 2,5-, 3,5- und 5,5-Zimmer-Wohnungen mit Größen von 44 m<sup>2</sup> bis 120 m<sup>2</sup>
- › Moderne Ausstattung mit Design-Vinyl-Böden, elektrischen Rollläden, weiß gestrichener Raufasertapezierung, Gegensprechanlage und Aufzugsanlage
- › Hochwertig ausgestattete Bäder mit bodengleicher Dusche sowie Handtuchheizkörper
- › Großzügige Terrassen oder Balkone

## KONTAKT

Vivawest Wohnen GmbH  
Kundencenter Rheinland  
Außenstelle Hückelhoven  
Wildauer Platz 7  
41836 Hückelhoven  
Telefon: 02404 6750-11000  
E-Mail: [mieten@vivawest.de](mailto:mieten@vivawest.de)  
[www.vivawest.de](http://www.vivawest.de)

## WOHNRAUMANPASSUNG

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

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

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

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

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



© Colourbox.de

## WOHNRAUMBERATUNG

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

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



© Photographee.eu.com / Fotolia



© Alexandre Zweiger / AdobeStock

## RUNDGANG DURCH DIE RÄUME

In etlichen Lebenssituationen wird der Verbleib in der eigenen Wohnung ohne Wohnraumanpassung schwierig. Der folgende „Rundgang“ durch die verschiedenen Räume eines Haushalts führt Ihnen vor, an welchen Stellen Umbaumaßnahmen vorgenommen werden können, um das selbstständige Leben in der Wohnung oder im Eigenheim zu

erleichtern. Bitte beachten Sie, dass nur eine kleine Auswahl von möglichen Hilfsmitteln oder Umbaumaßnahmen angesprochen wird. Manche Tipps können selbstverständlich in mehreren Räumen angewandt werden. Bei einer individuellen Wohnberatung kann abgeklärt werden, wie Ihre Wohnsituation noch besser gestaltet werden kann.



## EINGANG, TREPPENHAUS UND FLUR

- Ein **Bewegungsmelder** für die Außenbeleuchtung vor der Eingangstür lässt Besucher besser erkennen und verringert die eigene Sturzgefahr.
- Ein **Vordach** vor der Eingangstür dient als Wetterschutz und verringert bei Nässe die Rutschgefahr.
- **Sitzgelegenheiten** und **Abstellflächen** im Eingangsbereich ermöglichen Ruhepausen.
- **Leuchtende Lichtschalter** können auch im Dunkeln problemlos bedient werden.
- Eine **beleuchtete Klingel** ist hilfreich, damit es nicht zu Verwechslungen zwischen der Klingel und den Lichtschaltern kommt.
- Der **Türspion** sollte nicht zu hoch sein. Eventuell zwei Türspione in unterschiedlicher Höhe einbauen lassen (zum Beispiel 1,20 m und 1,60 m).
- Durch die Grundierung von **Türschwellen** werden mögliche Stolperfallen behoben. Auch fällt es Rollstuhlfahrern leichter, durch Türen zu fahren.
- Glatte **Treppenstufen** können schwerwiegende Stürze verursachen. Deshalb ist es ratsam, Treppen, Stufen und Podeste mit selbstklebenden Anti-Rutsch-Belägen **rutschfest** zu machen.



© Alex / stock.adobe.com



© Ingo Bartussek / AdobeStock

- **Beidseitige Geländer** bzw. Handläufe verhelfen zu mehr Stabilität und Sicherheit. Geländer mit Beleuchtung sind auch im Dunkeln leicht zu finden. Deren optimale Höhe beträgt circa 90 cm.
- Bei einer Gehbehinderung empfiehlt es sich, einen **Treppenlift** einbauen zu lassen.



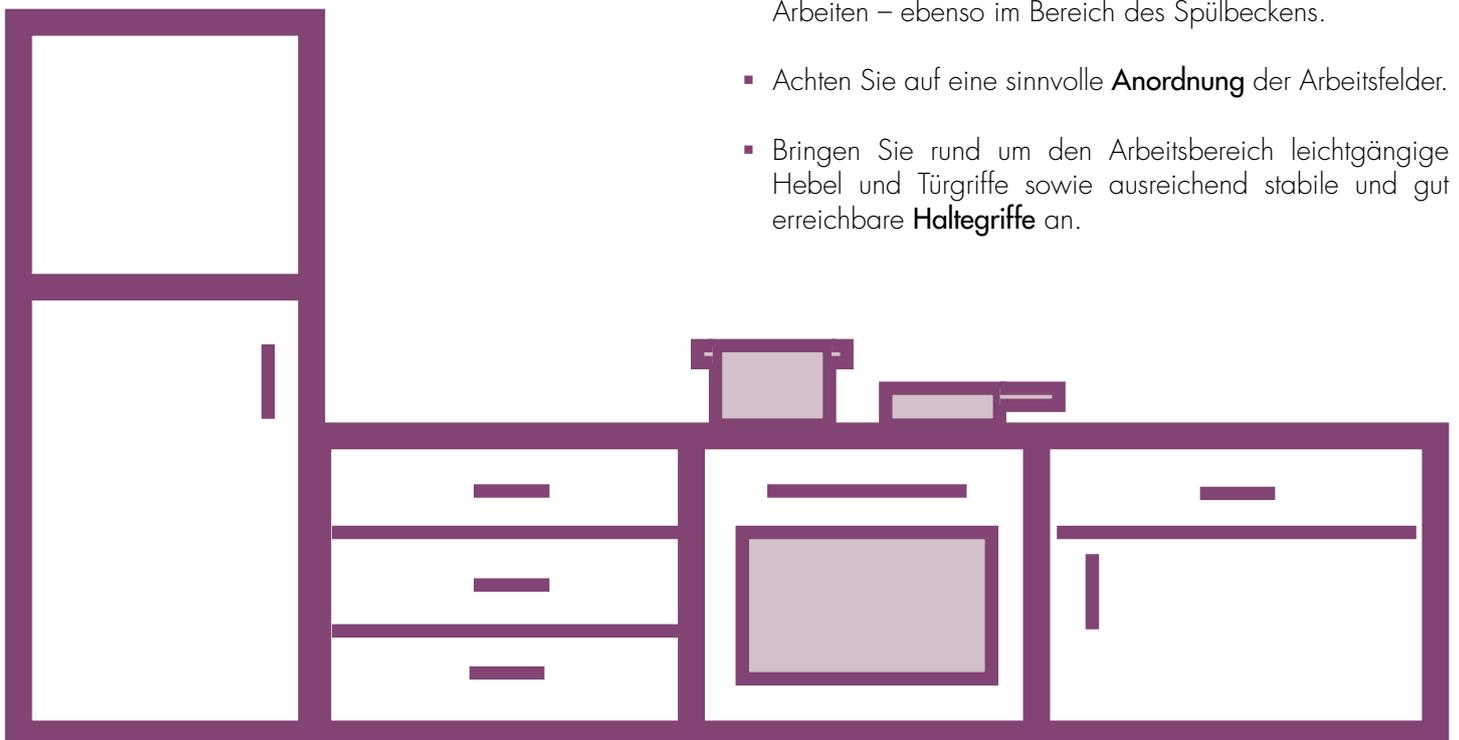
© Landkreis Tirschenreuth-Musterwohnung

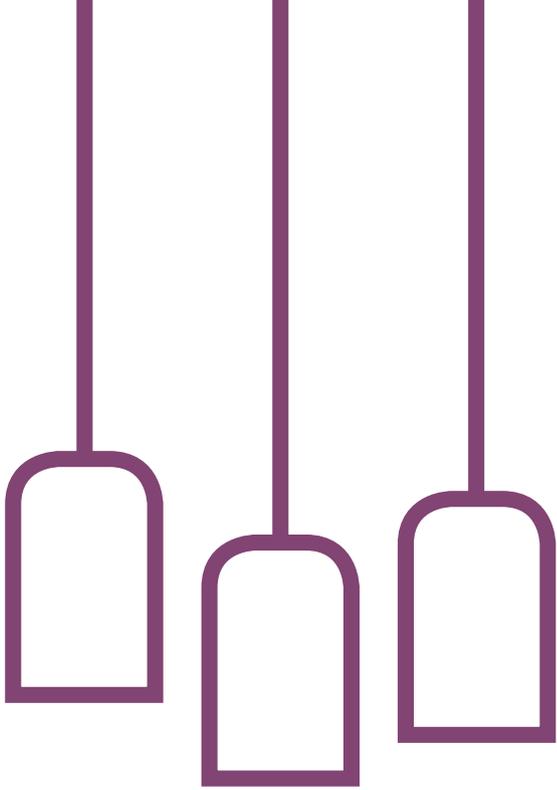


© Colourbox.de

## KÜCHE

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





© Lanekreis Tischreuth-Musterwohnung



© GrafKoks / stock.adobe.com

- Steckdosen, Beleuchtung und Schalter sollten sich in **Greifhöhe** befinden.
- Rutschfester **Bodenbelag** sorgt für mehr Standfestigkeit.
- Runden Sie spitze und gefährliche **Möbelkanten** ab.
- Gute **Lichtquellen** entspannen die Augen und erhöhen die Konzentrationsfähigkeit.
- Spezielles **Geschirr** und Besteck erleichtern das Essen und Trinken: Besteck mit Fingergriffmulden, Kombination aus Gabel und Messer, gewinkeltes Besteck, rutschfeste Unterlagen, Deckelöffner usw.
- Ein Handbesen und eine Kehrschaufel **mit langem Griff** ermöglichen das Kehren ohne sich zu bücken.
- Damit die Küche **geräumiger** ist, sollten Sie sich auf wenige, nützliche Möbel beschränken.



© Andrey Popov / stock.adobe.com



© Johnny Greig / iStock

# FLIESEN. FÜR SIE. FÜR IMMER.



Gestalten Sie mit uns

Ihr barrierefreies Badezimmer

[www.schmidt-rudersdorf.de](http://www.schmidt-rudersdorf.de)

An Fürthenrode 25 • 52511 Geilenkirchen

**Schmidt Rudersdorf**  
FLIESEN • NATURSTEIN

## Barrierefreies Bad

### Lange Wohlfühlen in den eigenen vier Wänden

Immer mehr Menschen erreichen ein hohes Alter und bleiben dabei sehr mobil. Das Wohnen in den eigenen vier Wänden ist für sie ein erheblicher Beitrag zur Lebensqualität. Für die Seniorinnen und Senioren heißt dies zuerst, sich unkompliziert und sicher in ihrem Zuhause bewegen zu können. Dies gilt besonders für den Badbereich.

Badezimmer und Küche stehen in der Statistik oben an, wenn es um häusliche Unfälle geht. Insbesondere das Badezimmer birgt so manche Gefahr, die noch größer wird, wenn Reaktion und Bewegungsfähigkeit nachlassen oder einfach nur die Augen schlechter werden. So bergen durch Wasser rutschige Fliesen die Gefahr von Stürzen. Kanten vor Dusche sowie Badewanne

erschweren den Ein- und Ausstieg und ein zu niedriges WC wird zum Problem beim Aufstehen. Um diese Schwierigkeiten und Risiken zu beseitigen, bedarf es des Umbaus zu einem barrierefreien Badezimmer, das die selbstständige und uneingeschränkte Nutzung durch Menschen mit Handicaps ermöglicht.

Einstieghilfen durch Halte- und Stützgriffe, Badewannen mit Tür sowie ebenerdige Duschkabinen helfen, sich auch hier problemlos zu bewegen. Das sorgfältige Verlegen der Fliesen durch einen Fachmann ist an dieser Stelle besonders wichtig, damit das Wasser nicht in den Raum läuft. Entscheidend für die Bewegungsfreiheit ist - neben dem ausreichenden Abstand der verschiedenen Badelemente zueinander - der Bodenbelag. Die Fliesenexperten von Schmidt-Rudersdorf kennt den feinen Unterschied, um sich rutschsicher im Badezimmer zu bewegen.

**Weite Informationen erhalten Sie in der barrierefreien Ausstellung in Geilenkirchen oder per Telefon unter 0 24 51 - 91 41 90**

## Schön und sicher zugleich

Praktisch alle Bodenfliesen und Bodenplatten, die in Deutschland auf dem Markt sind, werden auf ihre Rutschhemmung untersucht und bestimmten Bewertungsgruppen zugeordnet, so dass ohne Schwierigkeiten zu erkennen ist, ob die gewünschte Fliese für den vorgesehenen Einsatzzweck geeignet ist oder nicht. Dabei müssen Design und Chic nicht zu kurz kommen. Die Fliesen sind in einem breit gefächerten und abwechslungsreichen Sortiment verfügbar, das es einfach macht, ein Bad nicht nur sicher, sondern auch zu einer Wohlfühlloase zu machen.

Ein Fachhändler wie Schmidt-Rudersdorf aus Geilenkirchen informiert gerne über das spezielle Know-How bei Umbau und Ausstattung eines seniorengerechten Badezimmers, und berät zuverlässig bei der Auswahl von Fliesen für ihr Bad.

[www.schmidt-rudersdorf.de](http://www.schmidt-rudersdorf.de)

An Fürthenrode 25 • 52511 Geilenkirchen

**Schmidt Rudersdorf**  
FLIESEN • NATURSTEIN



## BAD, WC

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



© Jörg Lantelme / stock.adobe.com



© Jörg Lantelme / stock.adobe.com

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

## Fliesen | Sanitär | Vinyl-Designböden

**„Ihr Partner für  
barrierefreie Bäder in  
Wassenberg und Düren.“**

**FLIESENFACHMARKT**

 **KAULEN**

Groß- u. Einzelhandelsgesellschaft mbH  
Inhaber Dieter Kaulen, Sebastian und Kurt Hannes

Pletschmühlenstraße 8 - 10      Im großen Tal 5  
41849 Wassenberg                      52353 Düren  
Tel.: 02421 81545      Tel.: 02421 81545

info@fliesen-kaulen.de

**www.fliesen-kaulen.de**

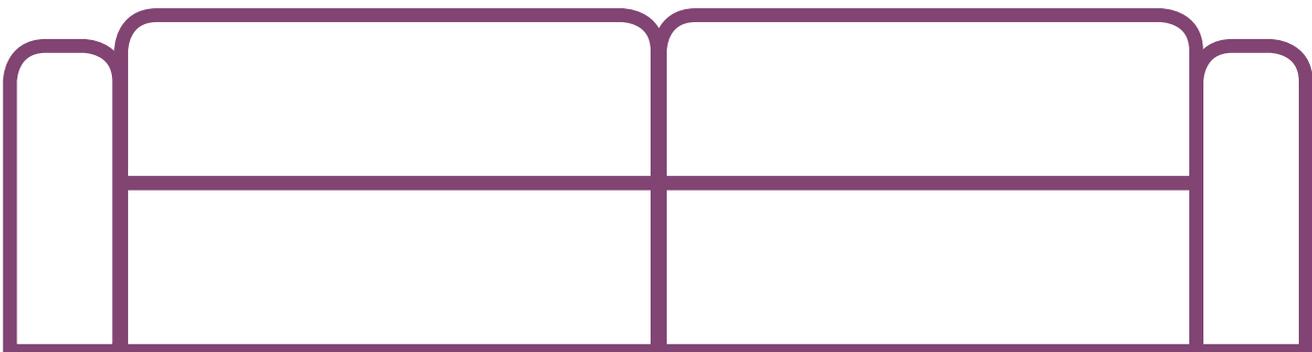
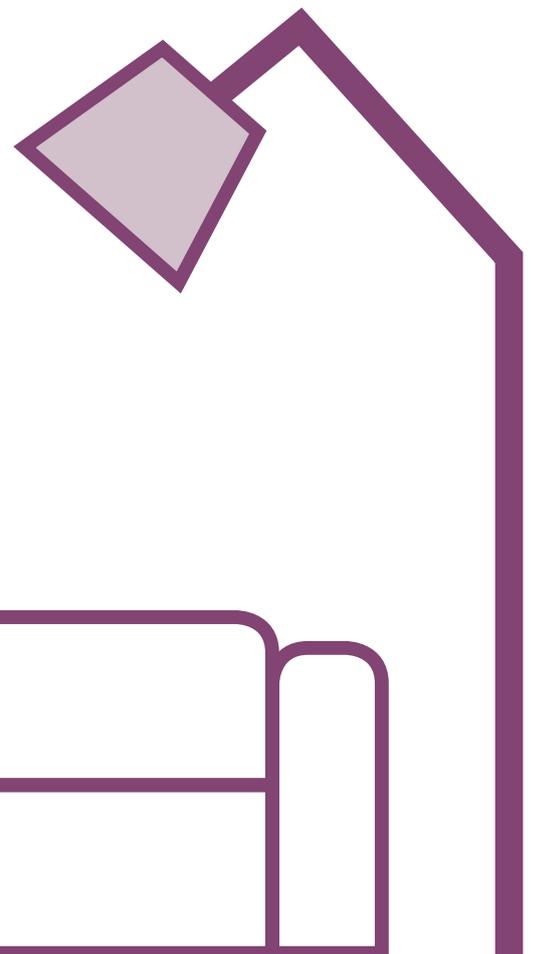




© WavebreakMedia/Micro / stock.adobe.com

## WOHNZIMMER

- Genügend **Bewegungsfreiheit** steigert die Lebensqualität, zum Beispiel durch das Entfernen von überflüssigen Möbeln.
- Lassen Sie leuchtende **Lichtschalter** einbauen, die gut erreichbar sind. Eventuell können auch Bewegungsmelder installiert werden.
- Faltbare **Gehgestelle (Gehbank)** bieten festen Halt und ermöglichen eine sichere Fortbewegung innerhalb der Wohnung.
- Elektrische **Rolläden** öffnen und schließen automatisch und erfordern kaum Kraftaufwand.
- Schaffen Sie sich **Sitzmöbel** in geeigneter Höhe an oder passen Sie diese durch Holzklötze vom Schreiner an.





© Colourbox.de



- Um auch im Sitzen einen guten Blick aus dem Fenster zu haben, sollten **Fensterbrüstungen** eine Höhe von maximal 60 cm haben.
- **Aufstehessel** sind bequem und unterstützen das Aufstehen.

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

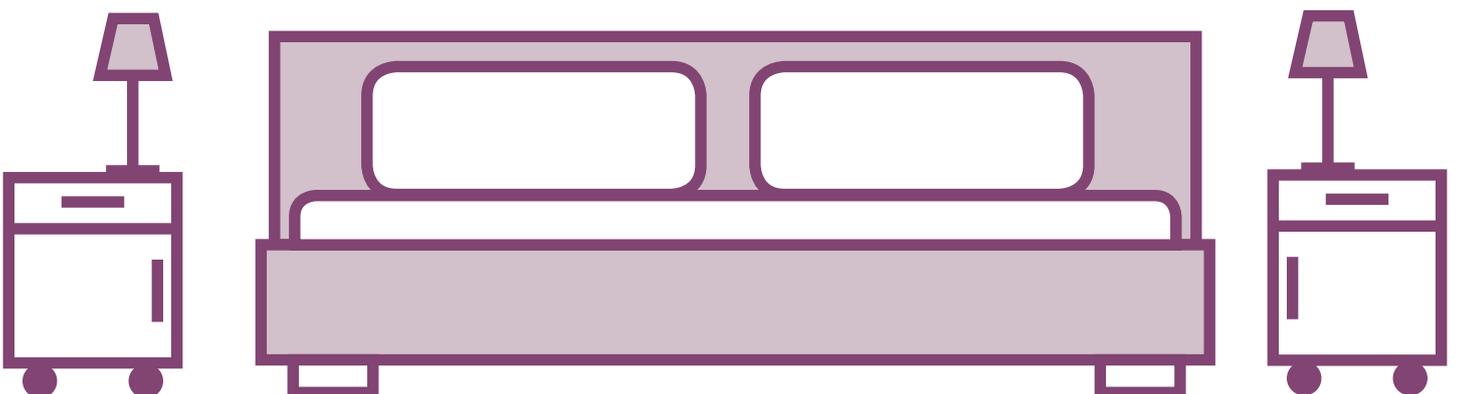


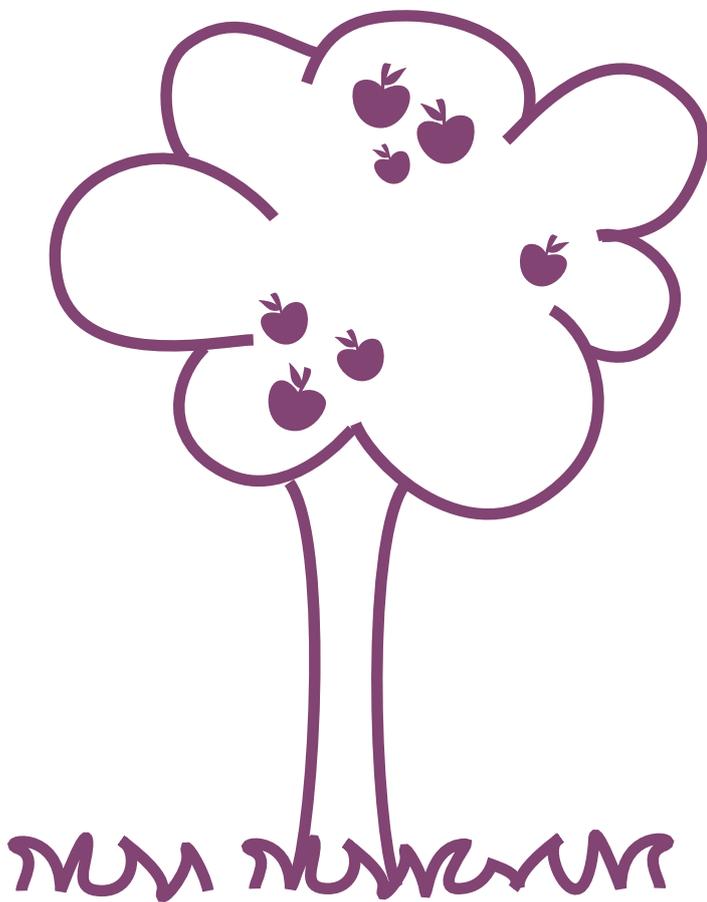
© photographie.eu/Fotolia



## SCHLAFZIMMER

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





## BALKON, GARTEN

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



© andersphoto / AdobeStock



© goodluz / AdobeStock

**ergoflix**<sup>®</sup>  
Mobile Lebensfreude

Ihre Mobilität ist unsere Motivation.

## Faltbare elektrische Rollstühle

**Vorteil!**

Krankenkassen-  
zuschuss möglich!



Rufen Sie jetzt an und sichern  
Sie sich einen kostenlosen  
Vorführtermin:

Tel. 0 28 52 9 45 90-00

[ergoflix.de](https://www.ergoflix.de)

Alles unter einem Dach  
Auto • Umbau • Führerschein  
Tel.: 0 24 32 - 93 38 90

- 180 testbereite Umbauten
- Leichtes Einsteigen & Verladen
- Schwenksitze & Fahrhilfen
- u.v.m.



Schwenksitze

Automobile GmbH **25** JAHRE  
**Sodermanns** 

**Mit uns bleiben Sie auch im Alter mobil!**

Verladehilfen

www.sodermanns-umbau.de

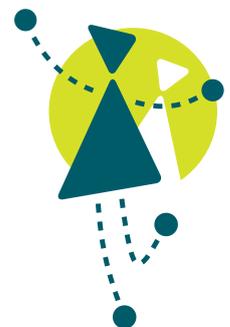
capellmannsdesign.de



*Wir sind Ihr Ansprechpartner für Orthopädie-  
technik & Hilfsmittel. Gerne beraten wir Sie  
persönlich in einer unserer Filialen und finden  
eine individuelle Lösung für Ihre Gesundheit.  
Wir freuen uns auf Ihren Besuch!*

## Sanitätshaus S. Kuchem

Menschliche Kompetenz  
für Ihre Gesundheit



**Persönliche Beratung, Orthopädietechnik und Hilfsmittel**

**Filiale Hückelhoven:** Jülicher Straße 8 • 41836 Hückelhoven • Tel. 02433-44 47 42  
**Filiale Erkelenz:** Kölner Straße 39b • 41812 Erkelenz • Tel. 02431-948 67 37

[www.sanitaetshaus-kuchem.de](http://www.sanitaetshaus-kuchem.de)

# NÜTZLICHE HILFSMITTEL

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

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

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

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

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

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

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





REHA-TECHNIK	HEMOCARE	MEDIZINTECHNIK
MOBILITÄT & ORTHOPÄDIE	ALLTAGSHILFEN	PFLEGEHILFSMITTEL

Das passende Hilfsmittel verbessert Lebensqualität und sorgt für ein barrierefreies wie selbst bestimmtes Leben. Unsere Beratung erfolgt kostenfrei zu Hause, im Seniorenheim oder bereits in der Klinik. Bei der Erledigung der Formalitäten sind wir gerne behilflich.

 **reha team West**  
Wir bringen Hilfen

Kölner Straße 28e · 41363 Jüchen  
Von-Werth-Straße 5 · 41515 Grevenbroich  
Erfstraße 41 · 41238 Mönchengladbach  
Sandradstraße 14 · 41061 Mönchengladbach

**Zentralruf 08 00 / 009 14 20 · [www.rtwest.de](http://www.rtwest.de)**

**Ihr Sanitätshaus 14x für Sie am Niederrhein!**

## BERATEND AN IHRER SEITE

**Notdienst**  
rund um die Uhr  
Tel.: 0172 872 853 1



[www.sanitaetshaus-jansen.de](http://www.sanitaetshaus-jansen.de)  
[info@sanitaetshaus-jansen.de](mailto:info@sanitaetshaus-jansen.de)

## Kompetenz schafft Vertrauen

Für Sie da in  
Mönchengladbach · Erkelenz · Heinsberg ·  
Hückelhoven · Wegberg



Individuelle Versorgung,  
Beratung und Service rund  
um Ihre Gesundheit



Sanitätsfachhandel



Orthopädietechnik



Reha-technik



Medizintechnik



Kinderreha nach Maß



Home Care



© REDPIXEL / stock.adobe.com

## ALTER UND TECHNIK

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

### SMART HOME TECHNOLOGIE

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

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

Die häufigsten Anwendungsbeispiele liegen im Bereich der Sicherheit, Komfort und Unterhaltung:

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

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



© Landkreis Tirschenreuth-Mustertwohnung

## HAUSNOTRUF

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

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

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

## HILFE IM ALLTAG

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

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



© Erwin Woelcke/Fotolia

# CHECKLISTE

## „EIN LEBEN LANG ZU HAUSE WOHNEN“

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

bzw. wo es noch Verbesserungspotenzial gibt. Bitte beachten Sie, dass diese Checkliste nur zur Anregung dient und nicht alle Bereiche oder speziellen Bedürfnisse abdeckt.

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

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

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

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

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

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

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

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

## NOTIZEN

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



## WOHNRAUMANPASSUNG BEI DEMENZ

### **Die Bedeutung der eigenen vier Wände für Demenzkranke**

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

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

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

### **Wohnraumanpassung – Veränderungen werden nötig**

Durch fortschreitende Demenz wird die Orientierung selbst in den eigenen vier Wänden immer schwieriger. Jedoch kann die Lebensqualität in der vertrauten Wohnung durch kleine Baumaßnahmen deutlich verbessert werden.

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

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

# FINANZIERUNGS- UND FÖRDERMÖGLICHKEITEN

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

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

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

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

## Finanzielle Fördermöglichkeiten in der Übersicht

In den einzelnen Bundesländern gibt es unterschiedliche Förderprogramme und Bewilligungskriterien. Deshalb sollten Sie sich unbedingt vor Baubeginn nach einer Förderung durch Ihr Bundesland oder durch Ihre Kommune erkundigen.

Programme	Leistungen	Quellenverweis/Bemerkung / weitere Informationen
<b>Förderung von investiven Maßnahmen im Bestand (RL BestandsInvest)</b>	Darlehen zur Verbesserung von Wohnangeboten insbesondere für ältere und pflegebedürftige Menschen. Die Höhe der Förderung ist abhängig von Art und Umfang der Maßnahme.	<a href="http://www.nrwbank.de">www.nrwbank.de</a> Service-Center Telefon: 0211 91741-4800 Fax: 0211 91741-7832 E-Mail: <a href="mailto:info@nrwbank.de">info@nrwbank.de</a>
<b>NRW.BANK Gebäudesanierung</b>	Förderfähig sind Maßnahmen wie Modernisierung und Instandsetzung, Barrierereduzierung und Behebung baulicher Mängel. Höhe der Förderung liegt zwischen 2.500 Euro und 75.000 Euro.	<a href="http://www.nrwbank.de">www.nrwbank.de</a> Service-Center Telefon: 0211 91741-4800 Fax: 0211 91741-7832 E-Mail: <a href="mailto:info@nrwbank.de">info@nrwbank.de</a>
<b>KfW Altersgerecht Umbauen – Kredit (159)</b>	Ab 0,75 Prozent effektiver Jahreszins, bis zu 50.000 Euro Kreditbetrag pro Wohneinheit	<a href="http://www.kfw.de/inlandsfoerderung/">www.kfw.de/inlandsfoerderung/</a> Privatpersonen/Bestandsimmobilien/ Barrierereduzierung/
<b>KfW Altersgerecht Umbauen – Investitionszuschuss (455)</b>	Einzelmaßnahmen zum Einbruchschutz sowie zur Barrierereduzierung (10 Prozent der förderfähigen Investitionskosten) und für den Standard Altersgerechtes Haus (12,5 Prozent der förderfähigen Investitionskosten) in Höhe von mindestens 2.000 Euro und maximal 50.000 Euro pro Wohneinheit. (Zuschuss)	Hotline: 0800 5399002 Für Eigentümer Mieter und Vermieter
<b>Modernisierung von Mietwohnungen der Wohnungsgesellschaften</b> Verbesserung der allgemeinen Wohnverhältnisse	Zinsverbilligtes Darlehen bis zu 100 Prozent der förderfähigen Kosten  Beispiel: Bei einer Belegungsbindung von 10 Jahren kann eine Wohnung mit bis zu 50.000 Euro gefördert werden.	<a href="http://www.wohnen.bayern.de">www.wohnen.bayern.de</a> Bayer. Wohnraumförderungsgesetz (BayWoFG); aktuelle Zinssätze unter: <a href="http://www.bayernlabo.de">www.bayernlabo.de</a> Merkblatt: <a href="http://www.stmi.bayern.de/assets/stmi/buw/wohnen/merkblatt_mietwohnraumfoerderung.pdf">www.stmi.bayern.de/assets/stmi/buw/wohnen/merkblatt_mietwohnraumfoerderung.pdf</a>

Programme	Leistungen	Quellenverweis / Bemerkung / weitere Informationen
<b>Pflegekassen</b> Wohnumfeldverbessernde Maßnahmen	Pro Maßnahme bis zu 4.000 Euro (bis 16.000 Euro wenn mehrere Anspruchsberechtigte zusammen wohnen). Gefördert werden Maßnahmen der Anpassung des Wohnumfelds an die besonderen Belange des Pflege- oder Betreuungsbedürftigen, z. B. Badumbau, Türverbreiterungen, fest installierte Rampen und Treppenlifte usw. Die Leistung ist unabhängig von Einkommen und Vermögen.	Das Bundesgesundheitsministerium bietet online Broschüren zur Pflege- und Krankenversicherung <a href="http://www.bmg.bund.de">www.bmg.bund.de</a>
<b>Rentenversicherungsträger (für Angestellte)</b> Agentur für Arbeit Erhaltung der Selbstständigkeit und der Arbeitskraft	zur Beschaffung, Ausstattung und Erhaltung einer behinderungsgerechten Wohnung	<a href="http://www.deutsche-rentenversicherung.de">www.deutsche-rentenversicherung.de</a>
<b>Berufsgenossenschaften</b> Beschaffung und Erhaltung einer behinderungsgerechten Wohnung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• bei Umbaumaßnahmen bis zu 100 Prozent</li> <li>• bei Neubau zinsgünstiges Darlehen in angemessener Höhe</li> </ul>	Erkundigen Sie sich bei Ihrem Arbeitgeber nach der für Sie zuständigen Berufsgenossenschaft
<b>Stiftungen</b> Je nach Stiftungszweck, hier: selbstständige Lebensführung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• individuelle Förderung</li> <li>• Geldspenden / Beihilfen</li> </ul>	<a href="http://www.stiftungsindex.de">www.stiftungsindex.de</a>
<b>Sozialhilfe</b>	Zuschuss im erforderlichen Umfang	

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





## SICHERHEIT IM HÄUSLICHEN UMFELD

### SICHERUNG VON HAUS UND WOHNUNG:

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

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

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

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

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

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

### BERATUNG DURCH DIE POLIZEI:

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



# WICHTIGE ANSPRECHPARTNER ZUM THEMA „WOHNEN IM ALTER“

## Wer berät mich zu all diesen Themen?

Die Pflegeberatungsstelle des Kreises Heinsberg



Gerda Hermes  
Kreisverwaltung Heinsberg  
Valkenburger Straße 45

2. Etage / Zimmer 242  
Telefon: 02452 135504  
E-Mail: gerda.hermes@  
kreis-heinsberg.de



Jürgen Köllmann  
Kreisverwaltung Heinsberg  
Valkenburger Straße 45

2. Etage / Zimmer 243  
Telefon: 02452 135503  
E-Mail: juergen.koellmann@  
kreis-heinsberg.de

## Was uns besonders wichtig ist!

Die Beratung erfolgt  
individuell – unabhängig – zeitnah  
im Kreishaus oder auch bei Ihnen zuhause.



## Ambulant betreut in familiärem Alltag!

In der ambulant betreuten WG Haus Sell in Arsbeck stehen alltagsnahe und familienähnliche Strukturen im Mittelpunkt. Eine kompetente gesundheitlich-pflegerische Versorgung ist dabei stets gewährleistet, nimmt aber nicht den Alltag der Bewohner\*innen ein. Angehörige werden aktiv in die Pflege- und Betreuungsprozesse in der WG einbezogen und gleichzeitig psychisch und physisch entlastet.

### Sie haben Interesse?

Melden Sie sich gern bei uns.

### curamus

Wohnen und Pflege GmbH  
Valkenburger Str. 2  
52525 Heinsberg

Tel.: 01732553768  
info@curamus-pflege.com





## HILFE UND UNTERSTÜTZUNG

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

### DIE PFLEGEREFORM

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

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

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

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

Der Antragssteller wird von einem Gutachter des Medizinischen Dienstes der Krankenversicherung anhand eines Fragebogens überprüft, um den Grad der Selbstständigkeit zu ermitteln. Auf der Grundlage dieses Gutachtens entscheidet die zuständige Pflegekasse, ob der Antrag auf Anerkennung eines Pflegegrades bewilligt wird.

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

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



Home  
Instead®

Seniorenbetreuung

Zuhause umsorgt

**Kostenübernahme durch  
Pflegekasse möglich**

## SENIORBETREUUNG EINFACH PERSÖNLICHER

- Betreuung Zuhause
- Betreuung außer Haus
- Unterstützung bei der Grundpflege
- Demenzbetreuung
- Entlastung pflegender Angehöriger
- Hilfe im Haushalt

Home Instead im Kreis Heinsberg | Tel.: Erkelenz 02431 812410 · Heinsberg 02452 964470 | [www.homeinstead.de/234](http://www.homeinstead.de/234)

### DER MENSCH STEHT IM MITTELPUNKT – INDIVIDUELLE UND STUNDENINTENSIVE BETREUUNG

Die vergangenen Wochen und Monate haben sehr deutlich gezeigt, wie wertvoll ein funktionierendes Versorgungssystem und eine umfassende, menschliche Betreuung und Pflege für unsere Gesellschaft sind. Gerade jetzt, wo sich vieles erst wieder einspielt und die Menschen in eine neue Normalität finden müssen, ist Unterstützung besonders gefragt.

Home Instead im Kreis Heinsberg gibt es nun seit über fünf Jahren. Ob im Selfkant oder in Hückelhoven – mit unseren Betreuungskräften vor Ort bieten wir im gesamten Kreisgebiet eine persönliche und beziehungsbasierte Betreuung. Wir möchten mit unserem Konzept das Gesicht des Alterns verändern.

#### ZUWENDUNG UND EMPATHIE

Der Mensch und seine Bedürfnisse stehen im Mittelpunkt. Die Dienstleistungen von Home Instead umfassen dabei eine breite Palette: von Betreuung zu Hause und außer Haus über Demenzbetreuung und Unterstützung in der Grundpflege bis zur Erledigung der Einkäufe und Hilfe im Haushalt reicht das Spektrum.

**Wie genau sieht die Arbeit einer Betreuungskraft aus?  
Nadine Krack aus Hückelhoven gibt einen kleinen**

#### **Einblick in ihren abwechslungsreichen Berufsalltag: Wie sieht ein typischer Arbeitstag für Sie aus?**

Den typischen Arbeitstag gibt es nicht – jeder Tag ist anders. In der Regel betreue ich zwei, manchmal auch drei Klienten am Tag. Bei jedem Klienten warten andere Aufgaben auf mich. Meist geht es um die Begleitung im Alltag, zu der hauswirtschaftliche Hilfen – aufräumen, Wäsche waschen, bügeln – und die Betreuung gehören. Oft brauchen die Klienten aber auch einfach nur einen Gesprächspartner, jemanden, der für sie da ist. Neben der Begleitung im Alltag unterstützen wir die Klienten auch bei der Körperpflege, wenn Sie es wünschen.

#### **Sie haben täglich mit ganz unterschiedlichen Menschen zu tun. Gibt es ein Erlebnis, das Sie bei Ihrer Arbeit besonders berührt hat?**

Es gibt viele solcher Erlebnisse. Eines ist mir aber besonders in Erinnerung geblieben: Ich hatte die Betreuung einer alten Dame mit Demenz übernommen, die in einer kleinen Wohnung im Pflegeheim wohnte. Als wir uns kennenlernten, wusste sie schon nicht mehr, welcher Wochentag gerade ist. Nach zwei Monaten Betreuung sagte sie zu mir: „Kind, schön, dass du da bist, dann haben wir ja heute Montag. Am Mittwoch kommt dann meine älteste Tochter und am Freitag die Jüngste. Seitdem du kommst, ist meine Woche perfekt.“

## PFLEGEGRADE UND LEISTUNGEN

### Der Pflegebedürftigkeitsbegriff 2017 im Detail

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

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

### Wie wird die Pflegebedürftigkeit festgestellt?

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

Diese Selbstständigkeit wird in folgenden Bereichen beurteilt:

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

### Alle Leistungen ab 2017 im Überblick

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

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

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

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

Pflegegrade	Geldleistung ambulant	Sachleistung ambulant	Entlastungsbetrag ambulant (zweckgebunden)	Leistungsbetrag vollstationär
Pflegegrad 1			125 Euro	125 Euro
Pflegegrad 2	316 Euro	689 Euro	125 Euro	770 Euro
Pflegegrad 3	545 Euro	1.298 Euro	125 Euro	1.262 Euro
Pflegegrad 4	728 Euro	1.612 Euro	125 Euro	1.775 Euro
Pflegegrad 5	901 Euro	1.995 Euro	125 Euro	2.005 Euro

Quelle: Bundesministerium für Gesundheit

## PFLEGEARTEN

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

Ob Sie als pflegebedürftige Person in den eigenen vier Wänden von einem **Angehörigen** oder einer ausgebildeten

**Pflegekraft** versorgt werden oder ob Sie eine stationäre Einrichtung besuchen, hängt in erster Linie von Ihrer Entscheidung ab. Dabei kommen verschiedene Faktoren ins Spiel, wie der Grad der Pflegebedürftigkeit, die Höhe der Pflegekosten und die bauliche Beschaffenheit der eigenen Wohnung.

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



Aus Liebe zum Leben

**Wir sind  
immer für Sie da  
mit den ambulanten  
Angeboten der  
Johanniter  
im Kreis Heinsberg:**

- **Ambulante Pflege**
- **Hausnotruf**

**Liebevoll und kompetent  
für Sie vor Ort:**

Johanniter-Sozialstation Erkelenz  
Ostpromenade 18  
T. +49 2431 9446311

Johanniter-Sozialstation Wassenberg  
Roermonder Straße 9-11  
T. +49 2432 94865-300

[www.johanniter.de/heinsberg](http://www.johanniter.de/heinsberg)



**JOHANNITER**



© Katarzyna Bialostewicze / Fotolia

**MediCare**   
**Krankenfahrten**

**Wir** machen **Sie** mobil und sind  
Partner der gesetzlichen und  
privaten Krankenkassen!



**Wir** sind **Ihr** Fahrdienst für Beförderungen im  
Rollstuhl, Tragestuhl oder für Liegendfahrten –  
**sicher** und **zuverlässig** mit uns **bis zum Ziel** !

- Dialysefahrten
- Fahrten zur Chemo- bzw. Strahlentherapie
- Krankenfahrten zum Arzt, Krankenhaus  
oder zur Reha

**Sie haben Fragen zum Thema Krankenfahrten?  
Wir helfen Ihnen gerne weiter!**

Heinsberger Str. 5 – 7 • 41849 Wassenberg  
zentrale@medicare-team.de • [www.medicare-team.de](http://www.medicare-team.de)



**Kostenlose Rufnummer:**

(nur aus dem deutschen Festnetz)

**(0800) 400 42 22**

**(02432) 33 33** (Festnetz)

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

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

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

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

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

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

## UNTERSTÜTZUNG FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

Pflegende Angehörige können Beratungsangebote der örtlichen Sozialhilfeträger und der Krankenkassen in Anspruch nehmen. Ebenfalls möglich ist der Besuch von Beratungsstellen oder Selbsthilfegruppen sowie Fortbildungen im Bereich der Pflege. In den Veranstaltungen lernen Angehörige richtige und sachgerechte Grundpflege durchzuführen, aber auch der Umgang mit Stress oder mit schwierigen Situationen wird vermittelt. Auch die kirchlichen Träger wie Caritas und Diakonie bieten pflegenden Angehörigen die Möglichkeit, Informationen zu

erhalten. Zudem ist es möglich, dass pflegende Angehörige einen Erste-Hilfe-Kurs machen können. Daneben können berufstätige Angehörige eine sogenannte Pflegezeit nehmen. Diese ist gesetzlich garantiert und bietet Angehörigen die Möglichkeit, eine Betreuung zu Hause durchzuführen.

## Finanzielle Hilfen für pflegende Angehörige

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

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

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

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

## PFLEGERATUNG

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

# INSERENTENVERZEICHNIS

Branche	Kunde	Seite
Ambulante Betreuung	curamus Wohnen und Pflege GmbH	34
Ambulante Pflege	Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.	38
Architektur	Dipl.-Ing. Wolfgang Emonds	8
Barrierefreie Wohnung	Vivawest Wohnen GmbH	8
Baustoffe	Mobau BauPark	U3
Behindertenfahrzeug und -ausrüstung	Automobile Sodermanns	22
Elektrorollstuhl	ergoflix	21
Fliesen	Fliesenfachmarkt Kaulen	16
	Schmidt-Rudersdorf	14
Hörgerät	GUT HÖREN	3
Immobilie	Sparkassen Immobilien GmbH	6
Krankentransport	MediCare Krankenfahrten	38
Pflegestation	Caritas-Pflegestation Hückelhoven und Lambertus gGmbH	U4
Sanitätshaus	Jansen Sanitätshaus	24
	reha team West	24
	Sanitätshaus S. Kuchem	22
Seniorenbetreuung	HomeInstead Seniorenbetreuung	36
	Hülsen & Platte	2
Tagespflege	Lambertus	U2

U = Umschlagseite

Weitere Informationen finden Sie im Internet unter [www.total-lokal.de](http://www.total-lokal.de).

IMPRESSUM



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



**in Zusammenarbeit mit:**  
Runder Tisch Seniorenarbeit, Caritasverband für die Region Heinsberg e. V.,  
Gemeindesozialarbeit  
Dinsthülerstraße 29, 41836 Hückelhoven

**Redaktion:**  
Verantwortlich für den amtlichen Teil: Nicole Abels, Marcel Ballas, Andrea Kardis, Jürgen Köllmann  
Verantwortlich für den sonstigen redaktionellen Inhalt: Murat Yaral, mediaprint infoverlag gmbh  
Verantwortlich für den Anzeigenteil: Goran Petrusevic, mediaprint infoverlag gmbh

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

**Quellennachweis für Fotos / Abbildungen:**  
Titel: (oben) © mariesacha / stock.adobe.com, (links) © REDPIXEL / stock.adobe.com, (rechts) PEOPLE IMAGES / stock.adobe.com  
S. 1: Stadt Hückelhoven; S. 4, 5: © Jo Poetgens Kerck  
S. 34: Runder Tisch Seniorenarbeit  
Weitere Quellenangaben sind an den jeweiligen Fotos vermerkt.

41836039 / 1. Auflage / 2021

**Druck:**  
Wicher Druck  
Otto-Dix-Straße 1  
07548 Gera

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

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



Wir planen  
Ihr barrierefreies  
Zuhause!

# ECHTE EXPERTEN FÜR BAUEN & RENOVIEREN mit individuellen Anforderungen



**Mobau**  
**BauPark**

PRO

Rheinstraße 1 - 2 | 41836 Hückelhoven  
Telefon 02433.45050 | Mail [baupark@mobau-wirtz-classen.de](mailto:baupark@mobau-wirtz-classen.de)  
Öffnungszeiten Mo – Fr 7.00 bis 18.00 Uhr | Sa 7.00 bis 14.00 Uhr

Krefelder Straße 440 | 41066 Mönchengladbach  
Telefon 02161.54940 | Mail [baupark-mg@mobau-wirtz-classen.de](mailto:baupark-mg@mobau-wirtz-classen.de)  
Öffnungszeiten Mo – Fr 6.00 bis 18.00 Uhr | Sa 7.00 bis 14.00 Uhr

[mobau-wirtz-classen.de](http://mobau-wirtz-classen.de)



# IHRE PARTNER IN HÜCKELHOVEN



- **BERATUNG**
- **TAGESPFLEGE**
- **HAUSNOTRUF**
- **BETREUTES WOHNEN**
- **AMBULANTE PFLEGE**
- **ESSEN AUF RÄDERN**



**Caritas-Pflegestation Hückelhoven**  
Tel.: 02433 981450  
[www.caritas-heinsberg.de](http://www.caritas-heinsberg.de)

**Lambertus gGmbH**  
Tel.: 02433 8360  
[www.lambertus-hueckelhoven.de](http://www.lambertus-hueckelhoven.de)