



Landratsamt
Bad Tölz
Wolfratshausen

Fachbereich Senioren und Teilhabe



Ein Zuhause für alle Lebensphasen

Maßnahmen zur Wohnungsanpassung
Hilfsmittel – Umbau – Neubau



www.lra-toelz.de
www.sozialwegweiser.net



Ein Zuhause für alle Lebensphasen



Selbstbestimmt Wohnen
im eigenen Zuhause
bis ins hohe Alter

Diese Broschüre wird
Ihnen hierzu viele
Fragen beantworten.

Aus unserer 15-jährigen Experten-Erfahrung gibt es zwei Wege:

Die jetzigen Wohnräume für alle Fälle
im hohen Alter umzugestalten.
Hierzu stellen wir Ihnen gerne unsere
7-seitige Checkliste zur Verfügung.

Sie suchen sich ein neues Zuhause,
in dem Sie sorglos älter werden können,
mit mehr Gesellschaft unter
Gleichgesinnten, und das einen Umzug in
ein Alten- oder Pflegeheim vermeidet.



Ihre Experten für
Selbstbestimmtes Wohnen
bis ins hohe Alter

Telefon: 08171 - 38 5000
www.groebmair.com

Untermarkt 51 in 82515 Wolfratshausen

**GRÖBMAIR
IMMOBILIEN**



Wir nehmen uns gerne Zeit und beraten Sie unverbindlich

Grußwort des Landrats



Liebe Bürgerinnen und Bürger,

haben Sie sich schon Gedanken gemacht, ob Sie mit einem Rollator oder mit einem Rollstuhl durch Ihre Wohnung kämen? Vielleicht denkt man erst, gar kein Problem, ich wohne z. B. im Erdgeschoss. Aber wenn man genauer hinsieht, dann ist da möglicherweise doch eine Treppenstufe oder eine Schwelle, die einen vor echte Herausforderungen stellt. Barrierefreies Bauen ist nachhaltiges Bauen und essenziell dafür, dass man auch dann, wenn man körperlich beeinträchtigt ist, zu Hause wohnen bleiben kann.

Oder Sie denken in ganz anderen Kategorien: Für den ein oder die andere könnte es vielleicht eine neue Wohnform sein, z. B. eine Senioren-WG oder Wohnen für Hilfe – eben kreative Lösungen, in denen man lange selbstständig für sich sorgen kann.

Wer neu baut, hat da alle Fäden in der Hand. Denken Sie voraus, denken Sie flexibel. Wie breit sind die Türen, sind Bad

und WC mit Krücken oder einem Rollator begehbar, kann man Haushaltsgeräte im Erdgeschoss anschließen? Die Liste könnte man noch um etliche Punkte verlängern. Zum Glück gibt es unsere Wohnraumberaterinnen und -berater im Landratsamt. Dort, wo man selbst vielleicht schnell etwas ratlos dasteht, wissen sie genau, worauf es ankommt. In der vor Ihnen liegenden Broschüre ist unserer Wohnraumberatung ein eigenes Kapitel gewidmet.

Nicht nur Eigentümerinnen und Eigentümer können in der Wohnraumberatung eine kompetente Anlaufstelle finden, auch Mieterinnen und Mieter können oft durch einfache Maßnahmen ihr unmittelbares Wohnumfeld entsprechend ihren Bedürfnissen umgestalten. Gleiches gilt für diejenigen, die vor einer Sanierung oder einem größeren Umbau stehen.

Mir persönlich ist es wichtig, so lange wie möglich daheim selbstständig wohnen und leben zu können. Denn ob Landrat oder Bäckermeister – im Alter oder bei Krankheiten stehen wir alle vor ähnlichen Herausforderungen. Holen wir uns dafür kompetente Unterstützung! Mögen Sie auf den folgenden Seiten viele wertvolle Tipps finden, um die Voraussetzung für ein selbstbestimmtes Leben zu Hause zu schaffen.

Ihr

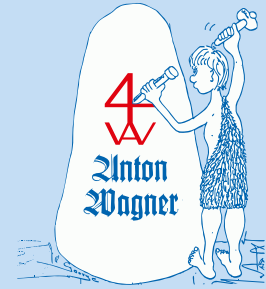
Josef Niedermaier
Landrat



Steinmetz-Meisterbetrieb Anton Wagner

Staatl. geprüfter Steintechniker

www.anton-wagner.com



Wir führen aus in Naturstein:

- Grabsteine, Grablaterne
- Inschriften
- Wandbekleidungen
- Fensterbänke
- Fußbodenanlagen
- Küchenarbeitsplatten
- Gartenplastiken
- Brunnen, Tröge
- Innenausstattung
- Grabauflösungen
- Bildhauerarbeiten
- Renovierungen

Bürgermeister-Graf-Ring 26 · 82538 Gelting

Telefon 081 71 - 222 70 · Fax 081 71 - 21 66 16 · Wagner.Anton@t-online.de

In guten Händen...

Ihre Kreisklinik vor Ort:

- menschlich,
- kompetent,
- umfassend,
- mit starken Partnern.



Wir sind rund um die Uhr für Sie da!

In der Zentralen Notaufnahme gewährleisten wir an 365 Tagen im Jahr eine fachärztlich geleitete, interdisziplinäre Nothilfe. Wir sind Lokales Traumazentrum zur Versorgung von Schwerverletzten.

Unsere Leistungsschwerpunkte in den Hauptabteilungen

Chirurgie

Allgemein- und Viszeralchirurgie, Unfallchirurgie und Orthopädische Chirurgie, Wirbelsäulen-, Venen-, Schilddrüsenchirurgie, Plastische Chirurgie, Minimal-invasive Chirurgie, Proktologie, Hernienchirurgie, Interdisziplinäres Bauchzentrum Isar-Loisach (DIN ISO 9001:2015), Interdisziplinäres Tumorboard (Mitglied im Tumorzentrum München)

Innere Medizin

Pneumologie, Zertifiziertes Weaningzentrum, Schlaganfalleneinheit mit telemedizinischer Anbindung an das Klinikum der LMU München, Kardiologie, Gastroenterologie, Akutgeriatrie, Palliativmedizin

Belegabteilungen

Augenheilkunde, HNO, Orthopädie

Anästhesie

Schonende, moderne Anästhesien bei Operationen und für die Geburtserleichterung, Schmerztherapie, Notfallmedizin, Blutdepot, Intensivmedizin

Die Gynäkologie/Geburtshilfe wird als Außenstelle des Klinikums Starnberg geführt.



Kreisklinik Wolfratshausen gGmbH
Moosbauerweg 5 - 82515 Wolfratshausen
Tel. 08171/75-0
www.kreisklinik-wolfratshausen.de

Akademisches
Lehrkrankenhaus
der



Inhaltsverzeichnis

Grußwort des Landrats	1	Checkliste „Ein Leben lang zu Hause wohnen“	36
Barrierefrei wohnen – ein Thema für mich?	4	Alternative Wohnformen	41
Definition und Normen	4	Betreutes Wohnen/Service-Wohnen	41
Neubau: Bauen für ein ganzes Leben	6	Hausgemeinschaft	41
Umbau/Anpassung: Das Leben ändert sich – die Wohnung auch?	8	(Senioren-)Wohngemeinschaft	42
		Wohnen für Hilfe	42
		Ambulant betreute Wohngemeinschaft	43
Wohnraumanpassung bei Demenz	9	Finanzierungs- und Fördermöglichkeiten	44
Wohnraumberatung im Landkreis Bad Tölz-Wolfratshausen	11	Finanzielle Fördermöglichkeiten in der Übersicht	44
Rundgang durch die Räume	12	Sicherheit im häuslichen Umfeld	48
Grundsätzliches für alle Bereiche	12	Sicherung von Haus und Wohnung	48
Wichtig für Menschen mit Hörbeeinträchtigungen	13	Beratung durch die Polizei	49
Wichtig für Menschen mit Demenz	14	Hilfe und Unterstützung	51
Wichtig für Menschen mit Sehbehinderung	14	Alle Pflege-Leistungen im Überblick	51
Wohnumfeld	15	Pflegeberatung	52
Eingang, Treppenhaus und Flur	16	Sozialwegweiser des Landkreises Bad Tölz-Wolfratshausen	53
Küche	18	Wichtige Ansprechpartner/-innen auf einen Blick	54
Bad und WC	21	Wohnraumberatung	54
Balkon, Terrasse und Garten	23	Sicherheit und Einbruchschutz	56
Wohnzimmer	24	Impressum	U3
Schlafzimmer	26	Ein herzliches Dankeschön	U3
Hilfsmittel, Pflegehilfsmittel und Alltagshilfen – der Unterschied	28	Branchenverzeichnis	U3
Hilfsmittel	28		
Pflegehilfsmittel	29		
Alltagshilfen	30		
Moderne Wohntechnik	31		
Smart-Home-Technologie	31		
Hausnotruf	35		
Vorsicht vor Hacker-Angriffen	35		

U = Umschlagseite

Barrierefrei wohnen – ein Thema für mich?

Sie denken darüber nach, Ihre Wohnung etwas praktischer und komfortabler umzugestalten? Oder planen Sie einen Neubau für die junge Familie? Gleichmaßen können Sie von gut durchdachten Planungshilfen profitieren! Denn egal ob Sie mit dem Wäschekorb durch die Räume gehen oder mit einer Gehhilfe oder einer Seheinschränkung: Bodengleiche Übergänge an den Türen, breite Türen, die den Weg freigeben, und helle, gut beleuchtete Räume bedeuten für alle Bewohnerinnen und Bewohner mehr Komfort!

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

In manchen Lebenssituationen wird der Verbleib in der eigenen Wohnung ohne Wohnraumanpassung schwierig. Beispielsweise werden mit der Zeit Stufen und sanitäre Anlagen zum Problemfall. Oder die häufig mit einem höheren Lebensalter einhergehenden Hör- und Seheinschränkungen machen Änderungen im Wohnumfeld nötig. Deshalb müssen Sie nicht zwangsläufig ans Umziehen denken. Mit den passenden Maßnahmen in der Wohnung können Sie die Bewältigung des Alltags vereinfachen und somit Ihre Selbstständigkeit und Lebensqualität behalten.

Ein Umbau oder eine Wohnungsanpassung ist einfacher zu planen und zu bewältigen, wenn dies noch nicht notwendig ist. Mit frühzeitiger Planung haben sie mehr eigene Gestaltungsmöglichkeiten und der Nutzen

von barrierefreien Räumen stellt sich auch dann ein, wenn gar keine Behinderung oder Einschränkungen im Alter vorhanden sind. Und übrigens sieht ein barrierefreies Bad längst nicht mehr nach „Krankenhaus“ aus, sondern eher nach einem modernen Stil, den Sie aus dem Hotelurlaub kennen.

Wir freuen uns, Ihnen mit dieser Broschüre einen guten Überblick über die vielfältigen Möglichkeiten der Wohnungsanpassung sowohl im Baubestand als auch schon beim Neubau zu geben.

Kleine Hilfsmittel, größere Umbaumaßnahmen oder auch ein Umzug in eine der alternativen Wohnformen für jedes Alter sowie die finanziellen und organisatorischen Fördermöglichkeiten werden hier dargestellt.

Schauen Sie rein und lassen Sie sich inspirieren.

Definition und Normen

Grundsätzlich gilt es zu beachten, dass es zwischen der Begrifflichkeit „barrierefrei“ und „behindertengerecht“ einen Unterschied gibt.

Unter „Barrierefreiheit“ versteht man einen umfassenden Zugang und uneingeschränkte Nutzungschancen aller gestalteten Lebensbereiche. Das Prinzip der Barrierefreiheit zielt darauf ab, 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 grund-

sätzlich ohne fremde Hilfe, zugänglich und nutzbar sind.

Eine behindertengerechte Wohnung ist auf die individuellen Bedürfnisse der nutzenden Person zugeschnitten. Menschen mit Sehbehinderung haben andere Bedürfnisse als beispielsweise Personen, die auf den Rollstuhl angewiesen sind. Eine behindertengerechte Wohnung, die die unterschiedlichen Bedürfnisse von allen gleichermaßen erfüllt, gibt es nicht.

Für eine vorausschauende Planung oder für eine sich an aktuellen Bedürfnissen ausrichtende Planung geben verschiedene Normen und Standards Grundlagen vor, an denen man sich orientieren kann bzw. teilweise halten muss, um Fördergelder zu erhalten. Aktuelle Mindeststandards für die Planung, Bemessung und Ausführung barrierefreier Baumaßnahmen liefert die bautechnische Norm DIN 18040, Teil 2 der Norm bezieht sich auf barrierefreie Wohnungen.

Innerhalb der DIN 18040-2 wird zwischen zwei Standards unterschieden: barrierefrei nutzbar oder barrierefrei mit Rollstuhl nutzbar. Hier gilt folgender Grundsatz: Eine Wohnung, die barrierefrei mit dem Rollstuhl nutzbar ist, ist auch für alle anderen Personen barrierefrei nutzbar. „Barrierefrei und uneingeschränkt mit dem Rollstuhl nutzbar“ heißt laut DIN 18040-2, dass sowohl die Bedürfnisse von Menschen mit motorischen und sensorischen Einschränkungen berücksichtigt werden, als auch größere Maße für Bewegungs- und Rangierflächen und die Nutzbarkeit der Bedienelemente



und der Sanitärausstattung vom Rollstuhl aus gewährleistet sein müssen.

Auch die Bayerische Bauordnung (BayBo Art. 48) befasst sich mit dem barrierefreien Bauen. Jedoch sind in den Bauordnungen detaillierte Vorgaben zur Umsetzung nicht oder nur unzureichend enthalten, wohingegen die DIN 18040 die Anforderungen sehr viel genauer definiert. Zusammen mit den Vorgaben aus der jeweiligen Landesbauordnung ergibt sich ein konkretes Bild, welche Anforderungen an die Barrierefreiheit des eigenen Bauvorhabens gestellt werden.

Info: Die Planungsgrundlagen des barrierefreien Bauens können auf der Internetseite des Bayerischen Staatsministeriums für Wohnen, Bau und Verkehr unter der Kategorie „Barrierefreiheit“ unter „Baurecht und Technik“ heruntergeladen werden:

https://www.stmb.bayern.de/min/barrierefreiheit/baurecht_technik/index.php

Sie müssen jedoch nicht selbst alle Normen kennen, unsere Wohnraumberater helfen Ihnen weiter!



Neubau: Bauen für ein ganzes Leben

Je nach Lebensphase ändern sich die Anforderungen an ein Zuhause, beispielsweise als Single oder Paar, mit oder ohne Kinder sowie im Alter, bei Erkrankung oder Behinderung. Aus diesem Grund sollten Wohnhäuser so gebaut werden, dass sie ohne große Umbaumaßnahmen in jeder Lebenslage barrierefrei, also grundsätzlich ohne fremde Hilfe zugänglich und nutzbar sind.

„Multi-Nutzungs-Bauen“ heißt, einen flexiblen Grundriss zu planen, der im Falle eines nötigen Umbaus mit wenigen baulichen Maßnahmen eine weitere als die aktuelle Nutzung ermöglicht. Zum Beispiel lässt es sich so vorplanen, dass nach dem Auszug der Kinder das Abtrennen einer abgeschlossenen Wohnung möglich wird.

So können Großeltern oder erwachsene Kinder in einer kleineren Einliegerwohnung bei ihrer Familie wohnen.

Auch Änderungen in der Raumverteilung im Erdgeschoss innerhalb des Hauses/der Wohnung können sinnvoll sein, sodass eine pflegebedürftige Person dort versorgt werden könnte. Wichtige Voraussetzung dafür ist es, die Bauweise so zu wählen, dass die Raumeinteilung verändert werden kann. Oder man plant gleich beim Neubau statt eines kleinen Gäste-WCs, das bereits mit kleinen Kindern oder einem gebrochenen Bein schon zu eng ist, ein barrierefreies Gästebad und ein Gäste- oder Arbeitszimmer im Erdgeschoss. Diese Räume können bei Bedarf für eine pflegebedürftige Person als Wohnbereich genutzt werden. Eine Nachrüstung mit Lift kann ebenfalls schon vorbereitend mitbedacht werden, wenn



das Obergeschoss in jedem Fall zugänglich bleiben soll. Eine gute Raumakustik, schallisolierende Fenster und Türen helfen bei Hörbehinderung und schaffen für Familien Ruhe und Privatsphäre. Eine

kontrastreiche Farbgestaltung kann nicht nur dekorativ sein, sondern trägt zur Orientierung für Menschen mit Sehbehinderung oder mit Demenz bei.

Mit entsprechenden Vorplanungen können Aufwand und Kosten gespart werden.

Bei der Planung hilft die kostenlose Beratung der Bayerischen Architektenkammer. Die Kontaktdaten finden sie unter: Wichtige Ansprechpartner/-innen zum Thema „Barrierefrei wohnen in allen Lebensphasen“ auf einen Blick, am Ende dieses Hefts.

Das Thema Einbruchschutz und Sicherheit sollte auch schon bei der Bauplanung bedacht werden. Der für unseren Landkreis zuständige Berater der Kriminalpolizei hat hierfür kostenfreie landkreisspezifische Tipps. Seine Kontaktdaten finden Sie ebenfalls im letzten Abschnitt mit den Ansprechpartnern.

Treffen Sie jetzt die richtige Entscheidung für Ihr selbstbestimmtes Wohnen im Alter

Ich lade Sie zu einem persönlichen Gespräch ein – mit vielen Ideen für eine neue Wohnsituation: von der Anpassung und Teilvermietung Ihres bestehenden Hauses über die kleinere Eigentums- oder Mietwohnung bis hin zu alternativen Wohnformen. Mein Service umfasst dabei nicht nur den Umbau Ihrer Immobilie oder die Suche eines neuen Zuhauses: Bei Bedarf erfülle ich auch individuelle Wünsche nach externen Betreuungs- und Versorgungsmöglichkeiten oder kümmere mich um die komplette Umzugsorganisation.



 **Karin Seidler Immobilien**
IHRE MAKLERIN IM OBERLAND

Karin Seidler
Am Hoffeld 2
83703 Gmund am Tegernsee

seidler.karin@immo-smi.de
www.immo-smi.de
Tel. 08022.704 38 38
Mobil 0160.90 55 54 04



Umbau/Anpassung: Das Leben ändert sich – die Wohnung auch?

Eine umfassende Barrierefreiheit nach DIN 18040, Teil 2 ist in einem Altbau kaum zu erreichen. Welche Möglichkeiten der Anpassung es gibt, hängt sehr stark vom Bestand ab. Häufig sind es die kleinen Hilfen wie Haltegriffe, die Beseitigung von Stolperstellen und das Schaffen von Bewegungsflächen, die bereits helfen, dass man in der bisherigen Wohnung bleiben kann.

Martin Holzwarth
Dipl.-Geograph Univ.

con
pro
geo | 

Sachverständiger
für Immobilienbewertung

Schlachthofstraße 1
83714 Miesbach

Tel +49 (0) 8025 / 99 7 44 01
Mobil +49 (0) 178 / 132 123 0

holzwarth@conprogeo.de
www.conprogeo.de

zertifiziert gem. DIN EN ISO/IEC 17024 für die Bewertung bebauter und unbebauter Grundstücke (IQ-Zert)

Notwendige Umbaumaßnahmen betreffen am häufigsten den Hauseingang und das Bad. Hier gilt es, mit möglichst geringem Aufwand das Verlassen der Wohnung und die Nutzung der Dusche oder der Badewanne zu ermöglichen.

Damit sich möglichst viele Menschen einen Umbau leisten können, gibt es verschiedene Darlehen und Zuschüsse. Solange Sie ohne Zuschüsse bauen, sind der Kreativität kaum Grenzen gesetzt. Wollen Sie jedoch Zuschüsse oder Darlehen zum barrierefreien Bauen beantragen, müssen Sie diese auf alle Fälle **vor Baubeginn** beantragen und sich in der Regel an verschiedene Vorschriften halten. Die Fördermöglichkeiten finden Sie im Kapitel „Finanzierungs- und Fördermöglichkeiten“.

Ein wesentlicher Unterschied ist es natürlich, ob Sie Ihr Eigentum umgestalten oder in einem Mietverhältnis oder in einer Eigentümergemeinschaft leben. Hier brauchen Sie für Umbaumaßnahmen das Einverständnis des/der Vermieters/Vermieterin bzw. für den Bereich außerhalb der Wohnung das Einverständnis der Eigentümergemeinschaft. Dieses Einverständnis kann nicht ohne Begründung verwehrt werden, sofern der Rückbau nach Beendigung der Nutzung gesichert ist und die Maßnahmen keine Beeinträchtigung der allgemein genutzten Flächen zur Folge hat.

Lassen Sie sich in jedem Fall von den erfahrenen Beraterinnen und Beratern zum Thema Wohnraumanpassung unterstützen. Kontakte finden Sie am Ende der Broschüre.

Wohnraumanpassung bei Demenz

Rund zwei Drittel der demenziell erkrankten Menschen leben in ihrer gewohnten Umgebung entweder alleine, mit dem/r Ehepartner/-in zusammen oder in Partnerschaften. In den frühen Stadien können sie sich häufig noch selber versorgen und den Alltag gestalten. Mit dem Fortschreiten der Erkrankung fällt es den Menschen immer schwerer, sich zu konzentrieren, das Kurzzeitgedächtnis lässt nach, die Orientierung wird schwieriger und das Verstehen von komplexen Abläufen und Zusammenhängen ist immer mehr eingeschränkt.

Das vertraute Umfeld daheim gibt Geborgenheit und Sicherheit, Erinnerungen bleiben lebendig. In den eigenen vier Wänden werden durch die Krankheit verloren gegangene Fähigkeiten kompensiert. Die Erkrankten kennen sich aus, fühlen sich geborgen, wohl und sicher. Trotz der nachlassenden Fähigkeiten können sie hier noch eine Weile ihren Alltag bewältigen. Betroffene müssen sich nicht an eine neue, fremde Umgebung anpassen.

Damit Menschen mit Demenz möglichst lange selbstbestimmt leben können, sind bestimmte Voraussetzungen erforderlich, die sich in fünf Punkten zusammenfassen lassen:

1. ein aufmerksames Umfeld,
2. ein offener Umgang mit der Krankheit,
3. das Nutzen von Unterstützungsangeboten,
4. Möglichkeiten zur Teilhabe am sozialen Leben anzunehmen und
5. die Anpassung des Wohnraums an die Erkrankung.

Durch fortschreitende Demenz wird die Orientierung selbst in den eigenen vier Wänden immer schwieriger. Jedoch kann die Lebensqualität in der vertrauten Wohnung durch Veränderungen 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 Maßnahmen an die individuellen Fähigkeiten angepasst werden. Hier sind auch die Biografie und die persönlichen Eigenarten des demenziell erkrankten Menschen einzubeziehen. Die Selbstständigkeit, das Selbstwertgefühl und die noch vorhandene Alltagskompetenz sollen durch die Anpassungsmaßnahmen unterstützt werden. Grundsätzlich gilt es, so wenige Veränderungen wie möglich vorzunehmen und freiheitsbegrenzende Maßnahmen weitestgehend zu vermeiden.

Die Maßnahmen sollten so behutsam und so unauffällig wie möglich vorgenommen werden. Die erkrankten Menschen werden selbstredend eingebunden, es wird erklärt, beschrieben und auf die Notwendigkeit bestanden. Die baulichen und räumlichen Veränderungen sollen jedoch nicht dazu führen, dass die Betroffenen dadurch weiter irritiert, verunsichert werden oder gar Ängste entwickeln.

Auch bei Berücksichtigung aller Maßnahmen gibt es Grenzen im Allein- bzw. Zusammenleben. Diese sind dann erreicht, wenn im fortgeschrittenen Stadium der Krankheit eine Selbst- oder Fremdgefährdung besteht, Unterstützungsangebote

dem Betreuungs- und Pflegebedarf nicht mehr entsprechen oder die Koordination der Hilfen nicht funktioniert, Personen, die für das Unterstützungssystem wichtig sind, ausfallen oder aber die körperliche und psychische Belastung der Angehörigen das Erträgliche übersteigt.

Die konkreten Änderungsvorschläge in der Wohnung für Menschen mit Demenz finden Sie im Rundgang.

Die Alzheimer Gesellschaft Isar-Loisachtal e. V. Hilfe zur Selbsthilfe berät zum Thema Umbau, allgemein zu Demenz und dem Umgang mit der Krankheit. Die Kontaktdaten dazu finden Sie auf der Seite 54.



Wohnraumberatung im Landkreis Bad Tölz-Wolfratshausen



Bevor Sie Umbaumaßnahmen einleiten oder neu bauen, sollten Sie eine fachkundige Beratung hinzuziehen. Die Wohnraumberatung kann Ihnen einen Überblick über die Veränderungsmöglichkeiten geben und auf Ihre persönlichen Bedürfnisse eingehen. Wenn Sie in einer Mietwohnung leben, sollten Sie schon vorher Ihre Pläne mit Ihrem Vermieter besprechen, denn er muss der Wohnungsanpassung zustimmen. Eine Beratung ist auch im Hinblick auf die Bezuschussung der baulichen Maßnahmen wichtig.

Wenn ein Umbau nicht zu mehr Barrierefreiheit und Selbstständigkeit führt, sollten Sie über eine neue Wohnung nachdenken. Die Pflegeversicherung bezuschusst unter bestimmten Voraussetzungen den Umzug in eine barrierefreie Wohnung als „Maßnahme zur Verbesserung des individuellen Wohnumfelds“ (Pflegegrad muss vorhanden sein).

In unserem Landkreis haben wir verschiedene **kostenfreie Angebote** der Wohnraumberatung. Bei einem Gespräch mit unseren qualifizierten Wohnraumberater/-innen bekommen Sie Tipps, was für Ihre Situation wichtig ist und welche einfachen Hilfsmittel Erleichterung und mehr Selbstbestimmtheit bringen. Sie können technische Fragen klären und Adressen von den Stellen erhalten, bei denen Sie finanzielle Unterstützung beantragen können. Die Wohnraumberatung kann direkt **bei Ihnen zu Hause** stattfinden.

Die verschiedenen Beratungsstellen und wie Sie diese erreichen, haben wir für Sie im Abschnitt „Wichtige Ansprechpartner/-innen auf einen Blick“ am Ende dieser Broschüre zusammengestellt.

Rundgang durch die Räume

Der folgende „Rundgang“ durch die verschiedenen Räume eines Haushalts führt Ihnen vor, welche Verbesserungsmöglichkeiten es gibt, um das selbstständige Leben in der Wohnung oder im Eigenheim zu erleichtern. Es werden kleine einfache und teure Lösungen dargestellt. Dabei wird auf verschiedene Zielgruppen eingegangen. Bitte beachten Sie, dass nur eine Auswahl von möglichen Maßnahmen angesprochen wird. Bei einer individuellen Wohnraumberatung kann abgeklärt werden, wie Ihre Wohnsituation noch besser gestaltet werden kann.

Grundsätzliches für alle Bereiche

- Möglichst **Stufen und Schwellen vermeiden**. Ist dies nicht möglich, können **Haltegriffe (beidseitig)** zur leichteren Bewältigung der Stufen und Schwellen angebracht werden. Stufenkanten sollten farblich markiert werden.
- **Lifte** (z. B. Plattform- oder Treppenlift) und **Rampen** zur Überwindung von Stufen und Höhenunterschieden, alternativ können **Treppenraupen** Rollstuhlfahrern helfen, Stufen zu überwinden.
- Faltbare **Gehhilfen** (Rollatoren, Gehgestelle, Gehbank) bieten festen Halt und ermöglichen eine sichere Fortbewegung innerhalb der Wohnung zum Teil mit Korb zum Transport von Gegenständen und Sitzbank für eine Pause zwischendurch.
- Um in Bad, Küche und Eingang sowie bei Treppen die Standfestigkeit zu erhöhen und Stürze zu vermeiden, helfen **rutschhemmende Bodenbeläge**.
- **Stolperfallen** wie Teppichkanten, Läufer ohne rutschhemmende Unterlage vermeiden.
- Genügend **Bewegungsfreiheit** steigert die Lebensqualität, zum Beispiel durch das Entfernen von überflüssigen Möbeln.
- Türbreiten von mind. 90 cm und ausreichend breite Zugangswege im Außenbereich ermöglichen eine Befahrbarkeit mit Rollstuhl und Rollator.
- Eine gute **Ausleuchtung**, am besten mit z. T. **Tageslicht simulierendem Licht**, erhöht die Aktivität, Konzentrationsfähigkeit und mindert die Sturzgefahr.
- Leuchtende und gut erreichbare **Lichtschalter** sind nutzungsfreundlich.
- **Bewegungsmelder mit Lichtanschaltung** geben Orientierung bei Dunkelheit.
- Ausreichend **Haltegriffe** bzw. Handläufe sowie **Stütz- und Sitzmöglichkeiten** nach Möglichkeit mit Armlehnen vermindern die Sturzgefahr und bieten ausreichende Erholungsmöglichkeiten.
- Ein **Notrufsystem** erhöht die Sicherheit (siehe „Wichtiges bei Hörbeeinträchtigungen“ und im Abschnitt „Bad und WC“).

- Elektrische **Jalousien** oder **Rollläden** mit Zeitschaltuhr öffnen und schließen automatisch und erfordern kaum Kraftaufwand.
- Ausreichend **Steckdosen** an der Wand vermeiden die Verlegung von Verlängerungskabeln.
- **Bedienungselemente** wie zum Beispiel Lichtschalter, Steckdosen etc. sollten individuell an die **geeignete Höhe** angepasst werden.
- Fernbedienungen, Telefon und elektrische Geräte mit **großen Symbolen** erleichtern die Nutzung.
- **Verlängerungen der Fenstergriffe** erhöhen die Erreichbarkeit und ermöglichen individuelles Lüften.
- Telefon mit **Hörverstärker** und **Freisprechanlage** verbessert die Kommunikation (siehe unten: Wichtiges bei Hörbeeinträchtigungen).
- Für Menschen mit Sehbehinderung ist die **kontrastreiche Farbgestaltung**, z. B. die farbliche Absetzung von Türen oder die Markierung von Stufenkanten, hilfreich.

Wichtig für Menschen mit Hörbehinderung (👂)

- Es gibt verschiedene **Telefonverstärker**, **Schwerhörigentelefone** und barrierefreie Handys. Ihre Hörgeräte sollten mit einer aktivierten Induktionsspule (T-Spule) oder mit Bluetooth ausgerüstet sein. Die T-Spule im Hörgerät hilft u. a. beim Telefonieren, indem sie Nebengeräusche ausschaltet. Die Telefonhilfen müssen vorab getestet werden, da der Bedarf sich nach dem Ausmaß des Hörverlustes richtet. Für Ertaubte gibt es auch Lösungen für das Telefonieren.
- Bei Menschen mit Hörbehinderung ist eine Anbindung bereits installierter Rauchwarnmelder an **Lichtsignalanlagen** möglich.
- Bei einer schlechten **Raumakustik** gibt es verschiedene Sanierungslösungen (zum Beispiel Akustikdecke, Raumteiler und Wandpaneele), aber auch mit einfachen Mitteln kann die Akustik verbessert werden (zum Beispiel Stoffe, Pflanzen und offene Regale). Fliesen, Laminat und andere harte Bodenbeläge sind zu vermeiden bzw. mit Teppich zu bedecken oder durch andere schallschluckende Bodenbeläge zu ersetzen.
- **Störende Nebengeräusche** können manchmal durch einfache Lösungen vermieden werden (zum Beispiel Filzgleiter). Keine Lüfter und andere geräuschproduzierende Geräte in der Nähe der Kommunikationsorte aufstellen.

- Türen und Fenster sollten **schalldicht** sein.
- **Notrufsystem:** Bei Menschen mit Hörbehinderung sollte die Sprachübertragung des Notrufs deutlich und klar sein. Die Notrufübertragung und Notrufannahme sollte auch optisch angezeigt werden.
- Sitzecken und Kommunikationsorte sollten so angeordnet sein, dass die Menschen mit Hörbehinderung den Raum und die **Türen im Blickfeld** haben. Das Wohnzimmer bzw. andere Zimmer sollten hell und blendfrei ausgeleuchtet sein.
- Fenster und Türen ggf. mit Schlössern sichern.
- Kerzen, Feuerzeuge oder Streichhölzer sicher verwahren.
- **Defekte Geräte sofort entsorgen** bzw. gegen baugleiche Geräte ersetzen.
- Eventuell **spiegelnde Flächen entfernen**, wenn das eigene Spiegelbild als beängstigend erlebt wird oder die Flächen als Wasser oder Eis wahrgenommen werden.
- **Piktogramme, Symbole** oder farbliche Kennzeichnung von Türen oder anderen Gegenständen zur besseren Orientierung anbringen.

Wichtig für Menschen mit Demenz (🧩)

- **Laufwege zulassen.**
- Einbau von **Sicherheitsschlössern**, die auch **von außen geöffnet** werden können.
- Immer für **ausreichend helles Licht** sorgen, Dunkelheit kann Ängste auslösen.
- Der natürliche **Tagesverlauf des Lichts** kann durch spezielle Lampen auch in den Räumen nachgestellt werden und so den Lebensrhythmus positiv beeinflussen.
- **Helle Farben** an den Wänden sorgen für Wohlbefinden.
- Bei der Möblierung ist auf **Überschaubarkeit und Vertrautheit** zu achten.

Wichtig für Menschen mit Sehbehinderung (👁️)

- **Kontrastreiche Gestaltung** der Wohnung (auch im Bad)
- **Gute Ausleuchtung** der Aufenthaltsbereiche
- **Blendschutz**
- Technische Hilfsmittel zum Lesen/Telefonie mit **großen Tasten** usw.



© Jean Kobben – Fotolia

Wohnumfeld

Bei Neubau oder Umzug kann man auf das Wohnumfeld achten. Im Bestand ist nur bedingt eine Veränderung möglich.

- Erschütterungsarme Gehwege und ihre Absenkung sind für Rollstuhlfahrer und Nutzer von Rollatoren wichtig. Zu beachten ist auch, dass Rampen nur bis zu einer Neigung von sechs Prozent als barrierefrei gelten (DIN 18040-1).
- Auf eine Infrastruktur in der Nähe wie z. B. Einkaufsmöglichkeiten, Ärzte und Apotheken und Möglichkeiten des öffentlichen Nahverkehrs sollte geachtet werden.



Für Menschen mit Demenz kann wichtig sein:

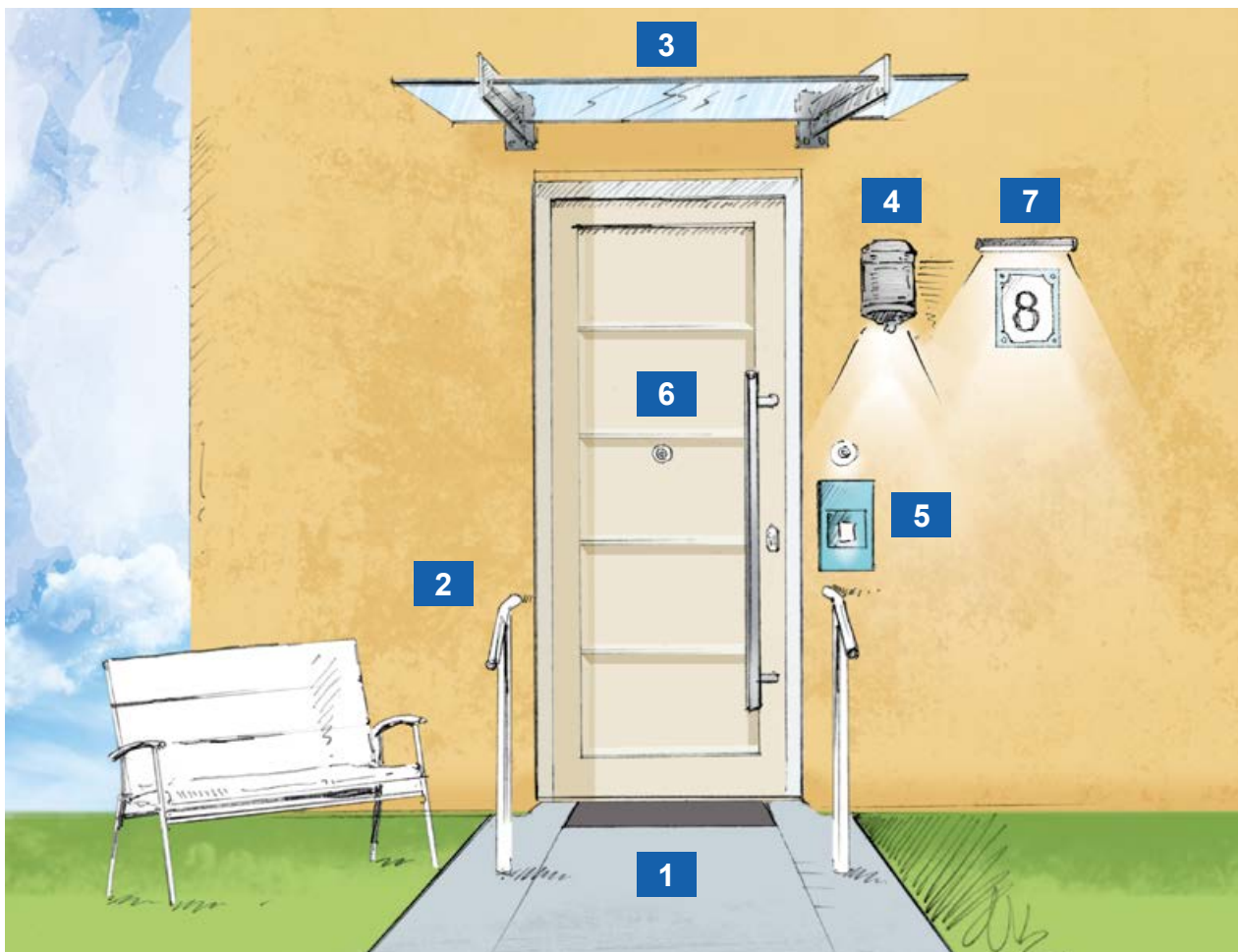
Das Umfeld (z. B. Bank, Geschäfte, Nachbarn) über die Erkrankung zu informieren und zu klären, wie die Person mit Demenz unterstützt werden kann.

Dazu kann u. a. zählen:

- die Rufnummer der pflegenden Personen zu hinterlassen,
- sonderbares Verhalten nicht negativ zu bewerten,
- evtl. zu viel gekaufte Ware später zurückgeben zu können,
- den Wohnort bekannt zu geben.

Eingang, Treppenhaus und Flur

- Der **Zugang zum Haus** sollte generell **stufenlos und ohne Schwellen** gestaltet werden, Fußabstreifer im Boden einlassen. **1**
- **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. Handläufe sollten mindestens 30 cm über Treppenanfang und -ende hinausreichen. **2**
- Ein **Vordach** vor der Eingangstür dient als Wetterschutz und verringert bei Nässe die Rutschgefahr. **3**
- **Sitzgelegenheiten, Abstell- und Bewegungsflächen** im Eingangsbereich einplanen (für Rollstuhlfahrer nach DIN 18040-2 R).
- Ein **Bewegungsmelder** für die Außenbeleuchtung vor der Eingangstür lässt Besucher besser erkennen und verringert die eigene Sturzgefahr. **4**



- **Leuchtende Lichtschalter und eine beleuchtete Klingel** können im Dunkeln leichter wahrgenommen und weniger verwechselt werden. **5**
- Der **Türspion** sollte auf Augenhöhe sein und kann mit Weitwinkel und Kamera ausgerüstet sein. Alternativ kann eine **Gegensprechanlage** mit Videoüberwachung und/oder Lichtsignalanlage für Menschen mit **Hörbehinderung** installiert werden. Die Klingel sollte in allen Aufenthaltsbereichen gehört werden. **6**
- **Gut erkennbare Hausnummern** erleichtern das Finden der angegebenen Adresse, z. B. für den Rettungsdienst. **7**
- **Türsicherungen/Sicherung der Lichtschächte**, um unerwünschten Eindringlingen den Zugang zu verwehren.
- Die **Mülltonnen, Briefkasten und Zeitungsrolle** sollten barrierefrei zugänglich sein.



Für Menschen mit Hörbehinderung kann wichtig sein:

- Für Menschen mit Hörbehinderung gibt es verschiedene Lichtsignal- und Vibrationsanlagen, die die akustischen (Klingel-)Signale ergänzen.
- Es gibt Gegensprechanlagen, die Sprache auch im Störschall sauber und klar übertragen und die Hörbereitschaft der Gegenseite optisch anzeigen. Des Weiteren gibt es Systeme mit Induktionsübertragung. Auch eine Bildübertragungsanlage lässt sich technisch einrichten.
- Die Freigabe der Haustür kann durch eine optische oder fühlbare Anzeige signalisiert werden.



Für Menschen mit Demenz kann wichtig sein:

- Bewegungsmelder oder Signalgeber, die das Verlassen der Wohnung anzeigen
- „Verstecken“ der Ausgangstüre durch Farbe oder Vorhang
- Ausleuchten des Weges zur Toilette über Bewegungsmelder
- Einsatz von GPS-Trackern bei unkontrolliertem Verlassen der Wohnung und Orientierungsproblemen
- evtl. Treppen sichern

Küche

- **Hängeschränke** können (elektrisch oder mechanisch) abgesenkt werden, so können Sie den Inhalt auch im Sitzen entnehmen. **1**
- Sie sollten bei Bedarf ein unterfahrbares **Kochfeld** einbauen, damit Sie auch im Sitzen kochen können, falls Sie nicht mehr so lang stehen können. **2**
- Planen Sie einen gut erreichbaren Platz für die **Lagerung** von Vorräten und Behältern ein. Eventuell den Inhalt der Oberschränke umräumen. Apothekerauszüge sind oft sehr hilfreich. **3**
- Bauen Sie **Unterschränke** nur mit Auszügen und Schubladen ein. **3**
- Passen Sie die Höhe der **Arbeitsplatte** an, sodass Sie bei Bedarf im Sitzen arbeiten können, und verschaffen Sie sich unterhalb der Arbeitsfläche genug Raum für Beinfreiheit. Ein kleiner Esstisch erspart Wege und schafft zusätzliche Arbeitsfläche. **4**



- Schaffen Sie auf den **Arbeitsflächen** genug Platz zum Arbeiten – ebenso im Bereich des Spülbeckens. **5**
- Es ist auch sinnvoll, den Herd, den Kühlschrank und die Spülmaschine auf Arbeitshöhe anbringen zu lassen, um ein leichteres Bedienen zu ermöglichen. **6**
- 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.
- 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.
- **Zeitschaltuhren** können für verschiedene Geräte genutzt werden.
- Es sollte evtl. ein **Verbrühungsschutz für Warmwasseranlagen** installiert werden.



Für Menschen mit Demenz kann wichtig sein:

- Herd mit Abschaltautomatik oder Hitze-wache
- Einsatz von kabellosen Wasserkochern
- Küchenausstattung auf das Nötigste reduzieren.
- Gebrauchsgegenstände gut zugänglich und erreichbar positionieren.
- Schubladen und Schränke, die gefährliche Geräte, Gegenstände und Reinigungsmittel enthalten, abschließen oder mit einer Kindersicherung sichern.
- Zur Verbesserung der zeitlichen Orientierung gut lesbare Uhren mit großen arabischen Zahlen und Abreißkalender anbringen.



© aletia2011 - stock.adobe.com

Johann PROBST

Heizung · Sanitär · Solar



Ob Neubau oder Renovierung - wir planen und installieren Ihr **behindertengerechtes Bad**.

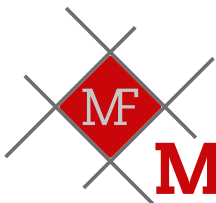
Unser Familienbetrieb ist seit über 30 Jahren in Lenggries und Umgebung in Sachen Heizung und Sanitär unterwegs.

Wir bieten Euch faire Beratung, viel Erfahrung und jede Menge Technikbegeisterung.

08042.3573
probst.lenggries@t-online.de
www.probst-heizung-sanitaer.de



© ake1150 - stock.adobe.com



Michael Förg

Fliesen | Platten | Mosaik

Schnell und kompetent von Meisterhand...

- Komplettbadsanierung
- barrierefreie Badumbauten
Handwerkskammer zertif.
- mobiles Bad
- Natursteine: Granit, Marmor
- Großformatfliesen – 3m-Kante
- Silikonfugen

Michael Förg · Meisterbetrieb · Am Hochfeld 7 a · 82544 Egling
Telefon: 08176 925470 · Fax: 08176 997411 · E-Mail: fliesen@michael-foerg.de



Bad und WC

- Schiebetüren oder nach außen öffnende Türen ermöglichen im Notfall Helfern oder Angehörigen mühelos, gestürzte Personen zu erreichen. **1**
- Bauen Sie für den Notfall eine **Notrufanlage** oder Inaktivitätserkennung ein.
- Für den Fall eines Sturzes sollte auch am Boden, nicht höher als 10 cm ein **Notrufknopf** angebracht werden, insbesondere wenn kein mobiles Notrufsystem installiert wurde oder es im Bad abgelegt wird.
- Eine **bodengleiche** Dusche mit rutschfesten Fliesen erleichtert die Nutzung des Duschbereiches und reduziert das Unfallrisiko. **2**
- Feste Duschtrennwände sind Barrieren! Deshalb sollte der Spritzschutz der barrierefreien Dusche aus einem **Duschvorhang** bestehen.
- **Bewegungsflächen** im Bad einplanen.
- **Rutschhemmende** Beschichtungen für Wannen
- Ein **Badewannenlift** oder ein **Badebrett** helfen beim Ein- und Aussteigen ohne fremde Hilfe.

- Eine **Sitzgelegenheit** vor dem Waschbecken sowie ein **Duschhocker** im Duschbereich erleichtern den Wasch-/Duschvorgang. Es ist ratsam, Unterbauten am Waschbecken zu entfernen und einen Raumparsiphon einzubauen. **3**
- **Einhebelarmaturen** sind leichter zu bedienen, Verbrühungsschutz oder Temperaturbegrenzer anbringen. **4**
- **Ein Spiegel auf Augenhöhe** erleichtert die Körperpflege. **5**
- Ein **höhenverstellbares unterfahrbares Waschbecken** lässt sich individuell anpassen.
- Eine individuell **angepasste Höhe** der Toilette sowie Haltegriffe an der Wand können das Hinsetzen und Aufstehen erleichtern. **6**
- Ein **Dusch-WC** (Wasch- und Trockenfunktion) ermöglicht es, auch bei Bewegungseinschränkungen, lange alleine mit dem Toilettengang zurechtzukommen.
- Strahlungsheizkörper mit Handtuchhaltern gegenüber der Dusche oder Badewanne sind sehr sinnvoll.
- Waschmaschine und Trockner auf einem Sockel sind leichter bedienbar.
- **Farbliche Akzente** helfen sehbehinderten oder dementen Menschen, die verschiedenen sanitären Anlagen leichter zu erkennen.



Für Menschen mit Demenz kann wichtig sein:

- Aqua-Stopp-Systeme anbringen lassen.
- Gegenstände, die dem demenziell erkrankten Menschen gehören, gut erkennbar markieren.
- Medikamente, Hygieneartikel verschlossen aufbewahren.
- Darauf achten, dass die Badezimmertür im Notfall von außen entriegelt werden kann.



Balkon, Terrasse und Garten

- Ein **Drehsitz** ermöglicht das Überwinden von Schwellen zwischen Zimmer und Balkon/Terrasse.
- **Solarlampen mit Bewegungsmelder** sorgen für ausreichend Beleuchtung im Garten – bitte keine Dauerbeleuchtung im Interesse der Tiere/Insekten im Garten.
- Ein **mobiler Gartensitz** ermöglicht komfortables Sitzen und Knien während der Gartenarbeit.
- Höhenunterschiede (z. B. Stufen) deutlich kennzeichnen.
- **Hochbeete** und Zugänglichkeit von Gartengeräten ermöglichen Gartenarbeit.



Für Menschen mit Demenz kann wichtig sein:

- Rundwanderwege im Garten mit Beschäftigungsmöglichkeiten anlegen.
- Giftige Pflanzen entfernen.



Wohnzimmer

- Sie sollten sich einen Sitzplatz einrichten, der Ihnen auch im Sitzen/Liegen den **Blick aus dem Fenster** ermöglicht.
- Das Telefon sollte sich immer in **greifbarer Nähe** zu den Sitzmöbeln befinden. **1**
- Es empfiehlt sich auch, an den geplanten oder schon bestehenden Liege- oder Aufenthaltsplatz im Wohnzimmer Steuerelemente für z. B. den Türöffner, Licht, Lüftung oder sonstige Funktionen anzubringen.
- Schaffen Sie sich **Sitzmöbel** in geeigneter Höhe an oder passen Sie diese durch Holzklötze vom Schreiner an. **2**
- **Aufstehessel** sind bequem und unterstützen das Aufstehen. **3**
- **Blumen** und Grünpflanzen sollten gut zugänglich sein, sodass sie ohne Probleme gewässert werden können. **4**





Für Menschen mit Hörbehinderung kann wichtig sein:

- Es gibt verschiedene Übertragungssysteme für Radio, Fernsehen und andere Tonmedien, die Hörgeräteträgern das Verstehen erleichtern. Die Systeme sollten im Vorfeld ausprobiert werden. Zum Beispiel können Sie eine induktive Höranlage mit Anschluss an den Fernseher und das Radio einbauen.



Für Menschen mit Demenz kann wichtig sein:

- Fernseher und Radios können im fortgeschrittenen Krankheitsstadium Angst oder Aggressionen auslösen und sollten mit einer Einschaltsicherung versehen werden.



© JPC-PROD - Fotolia

Schlafzimmer

- **Lichtschalter, Telefon, Notruf, Türöffner oder andere Funktionen** sollten auch vom Bett aus bedient werden können. Für das Telefon bzw. den Hausnotruf wäre ein **zweiter Telefonanschluss** neben dem Bett sinnvoll. **1**
- Für den nächtlichen Weg zur Toilette sind **Nachtlichter** hilfreich für die Orientierung im Dunkeln (eventuell **Bewegungsmelder**). **2**
- Eine individuell **angepasste Höhe** des Bettgestells oder eine erhöhte Matratze erleichtert das mühelose Aufstehen (eventuell verstellbare Kopf- bzw. Fußteile können auch elektrisch verstellbar nachgerüstet werden).
- Das Bett sollte von drei Seiten zugänglich sein, um Platz für notwendige Pflegemaßnahmen zu haben. **3**
- **Elektrische Pflegebetten** sind komfortabel und erleichtern bei Bedarf die Pflege. **4**
- Kleiderlifte, in den Schrank eingebaut (mechanisch oder elektronisch), bringen die Kleidung in erreichbare Höhe.
- Bei Bedarf empfiehlt sich die Nutzung eines Toilettenstuhls.





Für Menschen mit Hörbehinderung kann wichtig sein:

- Dank des speziellen Blitz- und Vibrationsweckers stellt das Wecken von Menschen mit Hörbehinderung kein Problem dar.



Für Menschen mit Demenz kann wichtig sein:

- Evtl. getrennte Schlafzimmer einrichten, Kontrollsysteme wie z. B. Babyphonanlagen, Kontaktmatten oder Türsicherungen anbringen.



Hilfsmittel, Pflegehilfsmittel und Alltagshilfen – der Unterschied

Wenn Sie auf Hilfsmittel angewiesen sind, keine falsche Scham! Kennen Sie den Gedanken: Was denken die Nachbarn, wenn ich mit dem Rollator herumfahre? Doch stopp! Wichtiger ist der Gedanke: Welchen Nachteil hat es für mich, wenn ich nicht mehr vor die Tür komme – gesundheitliche Einbußen, weniger Sozialkontakte, weniger Selbstständigkeit, schnelleres Altern. Sind das nicht Gründe genug, für sich und die Angehörigen zu sorgen und die Hilfsmittel zu nutzen, die ein selbstbestimmtes Leben ermöglichen?

Aber wo erhalte ich die verschiedenen Hilfsmittel und welche gibt es? Das stellen wir Ihnen im folgenden Text vor:

Hilfsmittel

Hilfsmittel sind erforderlich, um den Erfolg einer Krankenbehandlung zu sichern. Außerdem können sie einer drohenden Behinderung vorbeugen oder eine bereits vorhandene Behinderung ausgleichen. Die Palette von solchen Produkten ist sehr breit. Von orthopädischen Schuhen, Schuheinlagen, Kompressionsstrümpfen über Prothesen, Hörgeräte und Sehhilfen bis hin zu Haltegriffen, Rollstühlen und Rollatoren können viele Hilfsmittel die Bewältigung einer Krankheit oder Behinderung erleichtern. Ärztlich verordnete Hilfsmittel werden von der Krankenkasse bezahlt, vorausgesetzt sie sind im Hilfsmittelverzeichnis aufgeführt (vgl. § 33 SGB – Sozialgesetzbuch V).



Pflegehilfsmittel

Pflegehilfsmittel dienen zur Erleichterung der häuslichen Pflege oder zur Linderung der Beschwerden des Pflegebedürftigen. Des Weiteren sollen sie eine selbstständigere Lebensführung ermöglichen. Dies geschieht beispielsweise durch die Anwendung von Pflegehilfsmitteln wie Pflegebetten, Duschstühle, Wannenlifter, Toilettensitz-erhöhungen oder Haltegriffe. Soweit die Finanzierung der Hilfsmittel nicht wegen Krankheit oder Behinderung von der Krankenversicherung übernommen wird, haben Pflegebedürftige Anspruch auf Versorgung mit Pflegehilfsmitteln im Rahmen der Pflegeversicherung. Voraussetzung hierfür ist, dass man in einen Pflegegrad eingestuft ist (vgl. § 40 SGB – Sozialgesetzbuch XI). Die Pflegehilfsmittel müssen nicht vom Arzt verordnet werden, es ist jedoch ratsam, dennoch die Notwendigkeit durch einen Arzt begründen zu lassen.

Es gibt zwei Arten von Pflegehilfsmitteln:

- technische Pflegehilfsmittel, z. B. Pflegebett, mobiler Patientenlifter, Notrufsystem
- zum Verbrauch bestimmte Pflegehilfsmittel, z. B. Bettschutzeinlagen, Hygieneartikel, Einmalhandschuhe

Info: Im Hilfsmittelverzeichnis sind alle Hilfsmittel verzeichnet, für die eine Kostenübernahme durch die gesetzliche Krankenversicherung (GKV) infrage kommen. Das Hilfsmittelverzeichnis dient nicht nur Sanitätshäusern, Ärzten oder Krankenkassen zur Information, sondern auch Ihnen als Versicherten bzw. pflegenden Angehörigen. Im Internet können Sie relativ schnell herausfinden, ob Ihre Krankenversicherung die Kosten für ein bestimmtes Hilfsmittel übernimmt:

- <https://hilfsmittel.gkv-spitzenverband.de>
- <https://www.rehadat-gkv.de>





© GrafKoks - stock.adobe.com

Alltagshilfen

Alltagshilfen sind Produkte, die auch von Menschen ohne Krankheit oder Behinderung genutzt werden können, wie beispielsweise Kontaktmatten, Seniorenbetten, Griffverdickungen, spezielle Essbestecke, Trinkbecher oder Antirutschprodukte. Diese sogenannten „Gegenstände des täglichen Lebens“ können zwar im Hilfsmittelverzeichnis aufgeführt sein, haben aber keine sogenannte Hilfsmittelnnummer. Daher ist eine Kostenübernahme durch die Krankenkasse ausgeschlossen, d. h., die Kosten müssen selbst getragen werden.

Info: Die Auswahl an verschiedenen Alltagshilfen ist inzwischen enorm. Eine breite Palette an Produkten finden Sie in Sanitätshäusern, im Einzelhandel und im Internet. Zudem bieten Sanitätshäuser Alltagshilfen auch zum Ausprobieren und Ausleihen an.



© Landkreis Tirschenreuth-Musterwohnung (2018)



© GrafKoks - stock.adobe.com

Moderne Wohntechnik

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 zu erhöhen.

Die Abkürzung AAL steht für „Alltagstaugliche Assistenzlösungen für ein selbstbestimmtes 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 von Sicherheit, Komfort und Unterhaltung:

- automatische Abschaltung des Herdes bei Abwesenheit
- Überwachung von Häusern und Wohnungen, Schutzmaßnahmen gegen Einbrüche



- individuelle Beleuchtungs-, Raumtemperatur- oder Musiksteuerung
- Kommunikation und Videounterhaltung per Fernseher oder Tablet-PC
- Steuerung von Lampen, Heizungen und anderen Elektrogeräten mit dem Smartphone
- automatisches Öffnen und Schließen von Rollläden
- intelligente Rauchmelder informieren bei Brandverdacht auch Verwandte oder Nachbarn
- SMS-Benachrichtigung der Waschmaschine
- Eingangsüberwachung mit Türöffnung

- automatische Flurbeleuchtung
- 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.

Info: Der Sicherheitsaspekt spielt eine große Rolle für die meisten Hausbesitzer. Moderne Systeme sind zuverlässiger, einfacher und vielseitiger als je zuvor und sorgen für mehr Gebäudesicherheit. Mithilfe der Smart-Home-Technologie kann beispielsweise ein „belebtes Haus“ simuliert werden – auch wenn die Bewohner selbst nicht zu Hause sind. Des Weiteren erkennen Sensoren an Türen und Fenstern 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.

Hier noch ein paar interessante Funktionen etwas ausführlicher:

Funksensor am Briefkasten

Für Haushalte mit wenig Briefpost oder in Gegenden, wo die Zusteller unregelmäßig

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

Sprechende Schlüsselanhänger helfen beim Auffinden von Schlüsseln.

Automatisches Öffnen und Schließen von Rollläden

Rollladenkästen können problemlos mit einem Rollladenmotor nachgerüstet werden. So können Sie Ihre Rollläden per Fernsteuerung oder automatisch öffnen und schließen, ohne den geringsten Kraftaufwand aufzubringen. Zudem bieten programmierbare Rollläden, die sich auch während Ihrer Abwesenheit öffnen und schließen lassen, eine sogenannte „Anwesenheitssimulation“ und somit einen passiven Einbruchschutz.



© Jörg Lantelme - stock.adobe.com

Steuerung von Elektrogeräten mit dem Smartphone

Ob es das Einstellen der Wohlfühltemperatur ist oder das Ein- und Ausschalten von Lampen, ob von zu Hause oder unterwegs – mit einer einfachen Handbewegung auf dem Smartphone oder auf dem Tablet ist alles möglich. Mit intelligenten Smart-Home-Zwischensteckern können alle Geräte, die an einer konventionellen Steckdose betrieben werden, jederzeit bequem ferngesteuert ein- und ausgeschaltet werden. Auf diese Weise können Sie beispielsweise über einen Heizkörperthermostat die Raumtemperatur nach individuellen Bedürfnissen steuern, zum Beispiel wenn Schlafenszeit ist oder wenn niemand zu Hause ist. Ähnlich funktioniert auch die Steuerung der Beleuchtung in den einzelnen Räumen sowie des Fernsehers, der Küchengeräte und sogar der Waschmaschine. Zudem können auch Informationen und Hinweise von Rauchmeldern und Alarmanlagen direkt an das Smartphone gesendet werden. Hierzu werden alle Smart-Home-Komponenten per Funk über eine Basisstation vernetzt.

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

Automatische Herdabschaltung

Ein eingeschalteter Herd kann eine ernstzunehmende Gefahrenquelle darstellen. Häufig wird, aufgrund von Stress, Hektik oder Übermüdung, vergessen, den Herd abzuschalten. Zum Schutz vor unangenehmen Folgen kann eine automatische Herdabschaltung installiert werden, die sich durch sehr einfache Bedienbarkeit auszeichnet. Das Gerät kann mit jedem beliebigen Elektroherd betrieben werden. Die Herdabschaltautomatik überwacht die Temperatur über den Kochplatten und schaltet den Herd bei zu hoher Temperatur und nach einer individuell eingestellten Zeit ab und verringert dadurch die Gefahr eines Küchenbrandes. Das System für die Herdüberwachung kontrolliert dabei sowohl die Funktion des Backofens als auch aller Kochfelder. Ist das eingestellte Zeitfenster abgelaufen, wird der Strom für den Herd abgeschaltet. Die Standard-Einstellung entspricht hier 30 Minuten, kann aber auf Wunsch auf bis zu 240 Minuten programmiert werden.



© mehmetcanturkei - Fotolia



Intelligente Eingangs- und Wohnungsüberwachung

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

sich über Ihr Smartphone live ins Haus schalten. Über die Sprachfunktion können Sie auch mit der Person in Ihrer Wohnung bzw. vor der Eingangstür sprechen.

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

Zum Teil werden die Vorgänge programmiert und laufen automatisiert ab, aber auch eine Steuerung durch Sprachbefehle ist denkbar.



© GrafKoks - stock.adobe.com

Hausnotruf

Der Hausnotruf ist ein Hilfsmittel, das alleinstehenden Menschen ein hohes Maß an Sicherheit bietet. Bei einem Sturz oder plötzlicher Übelkeit kann der Hausnotruf 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.

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



© Prostock-studio - stock.adobe.com

Vorsicht vor Hacker-Angriffen

Beliebte Ziele von Cyberkriminellen sind unter anderem Netzwerkgeräte (zum Beispiel WLAN-Router), Sicherheitskameras, Tablets und Drucker. Mögliche Schwachstellen und Sicherheitsmängel werden von Smart-Home-Anbietern nach den Richtlinien des Bundesamts für Sicherheit in der Informationstechnik (BSI) mit regelmäßigen Updates und effektiven Firewalls behoben. Um sensible und personenbezogene Daten vor Hacker-Angriffen bestmöglich zu schützen, sollten Sie zudem bei der Auswahl Ihrer Passwörter und beim Umgang mit Spam-Mails mit der höchsten Sorgfalt vorgehen. Des Weiteren können Sie sich mit einem Schutzpaket des Herstellers ausstatten, welches Ihnen nicht nur rund um die Uhr mehr Sicherheit durch Experten bietet, sondern auch finanzielle Absicherung im Schadensfall zusichert. Falls Sie einen älteren Router besitzen, informieren Sie sich, ob Ihr Gerät die aktuelle BSI-Richtlinie erfüllt.

Checkliste „Ein Leben lang zu Hause wohnen“

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

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

Allgemeine Hinweise	ja	nein
Sind alle Stolperfallen (lose Kabel, rutschende Teppichläufer, Fußabstreifer, Vorleger, sonstige Gegenstände etc.) beseitigt bzw. rutschsicher befestigt?		
Haben Sie pflegeleichte und wo nötig rutschfeste Bodenbeläge?		
Gibt es einen Telefonanschluss in Flur, Wohn- und Schlafbereich sowie ausreichend Steckdosen?		
Sind genügend Rauchmelder für den Brandschutz angebracht?		
Sind die Fenstergriffe leicht zu bedienen?		
Weisen die Türen eine ausreichende Breite (mind. 90cm) auf?		
Lassen sich Rollläden elektrisch bedienen bzw. leicht umrüsten?		
Ist die Beleuchtung in allen Räumen auf Ihre Bedürfnisse zugeschnitten?		
Passt die (kontrastreiche) Farbgestaltung in den einzelnen Räumen zu Ihren Bedürfnissen?		
Sind an schwierigen/gefährlichen/sturzgefährdeten Stellen (z. B. Stufen oder Schwellen) ausreichend Handläufe angebracht?		

Hinweise bei Neubauten	ja	nein
Gibt es einen flexiblen Grundriss, um evtl. eine Wohnung abzutrennen?		
Wurden Vorbereitungen für einen späteren barrierefreien Umbau getroffen?		
Kann ich meine Wohnung stufenlos erreichen/ist das umzubauen?		
Könnte eine Person barrierefrei im Erdgeschoss leben?		
Wurden Vorkehrungen zum Einbruchschutz eingeplant?		
Sind Nahversorgungsmöglichkeiten, z. B. mit dem Rollator, erreichbar?		

Hauseingang	ja	nein
Gibt es einen Parkplatz, nah am Eingang und evtl. überdacht?		
Gibt es Platz, wo z. B. Einkäufe bequem abgestellt werden können?		
Ist die Haustür überdacht?		
Lässt sich die Haustür leicht öffnen und schließen?		
Können Sie die Haustür sicher erreichen oder bestehen Hindernisse wie Treppen?		
Gibt es eine einbruchsichere Türsicherung, z. B. mit einem Metallbügel?		
Sind Klingelschilder, Hausnummer, Briefkasten, Mülltonnen und Eingangstür gut erkennbar, ausreichend beleuchtet und gut zugänglich?		

Hausflur und Treppenhaus	ja	nein
Ist der Bodenbelag im Flur und auf den Treppen rutschfest?		
Haben Sie im Hausflur die Möglichkeit, um z. B. einen Rollator abzustellen/sich selbst zu setzen?		
Sind der Flur und die Treppen hell genug beleuchtet und Verkehrswege auch für Menschen mit Sehbehinderung gut zu erkennen?		
Leuchtet die Treppenhausbeleuchtung lange genug, sodass eine Beleuchtung bis zur Erreichung der Wohnungstür oder des nächsten Stockwerks sichergestellt ist?		
Bestehen Markierungen an der Stufenvorderkante, die die Stufen optisch klar voneinander abheben?		
Ist ein zweiter Handlauf vorhanden?		

Wohnzimmer	ja	nein
Gibt es neben dem Lieblingsplatz eine gut erreichbare Ablagefläche?		
Erreichen Sie von Ihrem Lieblingsplatz aus die Bedienelemente für Licht, Fensterheber, Türöffner, Notruf, TV, Radio ...?		
Sind Teppiche fest verklebt und Läufer mit einer rutschfesten Gummimatte unterlegt?		
Können Sie sich bewegen, ohne auf Stolperfallen oder Möbelkanten achten zu müssen?		
Haben Sie genug Licht zum Lesen?		
Ist die Höhe von Sesseln, Stühlen und Sofa komfortabel zum Aufstehen und Hinsetzen?		

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

Bad und WC	ja	nein
Gibt es einen Platz für das Handtuch, wo es nach dem Duschen leicht erreichbar ist?		
Können Sie die Toilette sicher und bequem benutzen?		
Ist der Waschtisch unterfahrbar bzw. mit ausreichend Beinfreiheit ausgestattet?		
Ist die Badezimmertür von außen zu entriegeln?		
Geht die Badezimmertür nach außen auf? Oder gibt es eine Schiebetür?		
Ist eine bodengleiche Dusche mit rutschfesten Fliesen vorhanden?		
Ist die Duschstange gegen einen stabilen Haltegriff zum Festhalten ausgetauscht worden?		
Bestehen Einstieghilfen (z. B. Badebrett, Badewannenlift) für die Wanne oder Einstiegsgriffe für die Dusche?		
Hat die Wanne eine rutschhemmende Beschichtung?		
Sind die Armaturen in Bad und WC mit einer Hand und ohne Kraftaufwand gut bedienbar und für Sie richtig angeordnet?		
Ist ein Verbrühschutz installiert?		

Küche	ja	nein
Ist die Küche mit einem rutschhemmenden Bodenbelag ausgestattet?		
Können Sie die Schränke gut erreichen?		
Sind die Unterschränke mit leichtgängigen Schüben versehen?		
Sind die Schrankinhalte sinnvoll zu einer bequemen Nutzung eingeräumt?		
Besteht die Möglichkeit, im Sitzen zu arbeiten?		
Sind Küchengeräte auf Arbeitshöhe angebracht (z. B. Kühlschrank, Backofen, Geschirrspülmaschine)?		
Sind Sicherheitsmechanismen eingebaut (z. B. Herdabschaltung, Verbrühschutz)?		

Balkon, Terrasse und Garten	ja	nein
Sind Rollläden und Markisen elektrisch bzw. leicht bedienbar?		
Ist der Zugang sicher und bequem möglich?		
Ist ein bequemer Sitzplatz mit Sonnen- und Wetterschutz vorhanden?		
Gibt es erhöhte Gartenbeete, um auch im Sitzen/Stehen die Gartenarbeit erledigen zu können?		
Sind Balkon, Terrasse, Garten mit Rollstuhl und Rollator nutzbar?		

Wohnraumanpassung für Menschen mit Hörbehinderung	ja	nein
Werden wichtige akustische Signale wie Türklingel, Telefon, Rauchmelder, Wecker, Notruf überhört oder gar nicht gehört?		
Können Sie Ihre Besucher an der Gegensprechanlage hören und verstehen?		
Können Sie an Ihrer Haustür die Freigabe der Tür hören?		
Könnten Sie aufgrund Ihres schlechten Gehörs Probleme haben, den Notruf zu bedienen?		
Haben Sie Probleme mit der Raumakustik?		
Ist eine gute Verständigung in der Wohnung möglich?		
Können Sie mit und ohne Hörgerät ausreichend telefonieren?		
Werden Beiträge im Fernsehen, Radio etc. verstanden?		
Sind die Kommunikationsorte hell und blendfrei ausgeleuchtet?		
Sind Sitzecken oder Arbeitsbereiche so angeordnet, dass die Menschen mit Hörbehinderung den Raum und die Tür überschauen können?		

Wohnraumanpassung für Menschen mit Demenz	ja	nein
Sind Räume farblich hell gestaltet und sind sie mit ausreichend Licht ausgeleuchtet?		
Sind Sicherheitsschlösser in Türen eingebaut?		
Sind Aqua-Stopp-Systeme vorhanden?		
Ist ein Verbrühschutz installiert?		
Sind Herd, Bügeleisen, Radio und Fernseher mit Abschaltautomatik versehen?		
Sind Medikamente, Reinigungsmittel, gefährliche Gegenstände und Geräte sicher aufbewahrt oder evtl. entfernt?		
Sind Bewegungsmelder auf dem Weg zur Toilette installiert?		
Sind Gebrauchsgegenstände gut erreichbar und sicher positioniert?		
Sind persönliche Hygieneartikel farblich markiert?		
Sind Schränke je nach Inhalt beschriftet oder mit Bildern markiert/ausgeschildert?		
Sind Treppen gesichert?		
Sind spiegelnde Flächen entfernt oder ausreichend verdeckt?		
Wird das Verlassen der Wohnung durch Bewegungsmelder oder Signalgeber angezeigt?		

Notizen

Alternative Wohnformen

Ab einem bestimmten Alter ist ein Auszug aus dem alten Zuhause schwierig. Oft wird vor Veränderungen zurückgeschreckt. Dennoch können alternative Wohnformen das Leben nicht nur erleichtern, sondern auch erheblich bereichern.

Es gibt verschiedene Formen des Wohnens, die auf unterschiedliche Bedürfnisse der Bewohnerinnen und Bewohner eingehen. Lesen Sie hier eine Auswahl an alternativen Wohnformen – nicht nur für das Alter.

Betreutes Wohnen/ Service-Wohnen

Heutzutage wird statt von „Betreutem Wohnen“ oft von „Service-Wohnen“ gesprochen. Eine Definition, was darunter zu verstehen ist, gibt es nicht.

Es ist deshalb sehr wichtig, die Verträge genau zu lesen und das Angebot mit den eigenen Bedürfnissen und Erwartungen abzugleichen.

Dieser Wohnform sollten zwei Verträge – ein Mietvertrag und ein Betreuungsvertrag – zugrunde liegen. Achten Sie auf die möglichen Kündigungsbedingungen.

In der Regel handelt es sich um Mehrparteienhäuser, in denen die Eigentümer bzw. Mieter selbstständig wohnen, Gemeinschaftsräume zur Verfügung stehen und ein Ansprechpartner in festgelegten Zeiten vor Ort ist.

Ein festgelegtes Betreuungs- bzw. Serviceangebot wird vorgehalten und dafür eine

monatliche Betreuungspauschale erhoben. Ein Notrufsystem, oft über einen externen Anbieter, ist meist vorhanden.

Die Kosten für die Gemeinschaftsräume werden auf alle Bewohner umgelegt. Mit Gemeinschaftsveranstaltungen wird der Vereinsamung entgegengewirkt.

Weitere Leistungen wie Pflege, Hauswirtschaft, Essen auf Rädern etc. sind meist zusätzlich, wie in der eigenen Häuslichkeit, frei wählbar und separat zu bezahlen. Bei der Organisation ist der Serviceanbieter in aller Regel behilflich.

Hausgemeinschaft

Sobald mehr als eine Mietpartei in einem Mehrfamilienhaus wohnt, kann von einer Hausgemeinschaft gesprochen werden. In Wohnhäusern, in denen die Bewohner/-innen lange wohnen, entsteht teilweise und inoffiziell tatsächlich eine Gemeinschaft, die sich gegenseitig unterstützt und aufeinander achtet.

Daneben hat sich aber auch das Wohnkonzept „Hausgemeinschaft“ gebildet.



Wohnen mit Service auf Wunsch und nach Bedarf

Ihre Experten für Seniorenwohnen

 GRÖBMAIR
IMMOBILIEN

Telefon: 08171 - 38 5000

www.groebmair.com

Untermarkt 51 in 82515 Wolfratshausen



Hier leben die Bewohner/-innen in eigenen gekauften oder gemieteten Wohnungen. Es ist ausdrücklich von allen Teilnehmenden gewünscht, dass eine Gemeinschaft entsteht. Dafür stehen in der Regel Gemeinschaftsräume zur Verfügung. Meist entstehen die Gruppen noch vor dem Bau des Hauses. Ziel ist es, der Vereinsamung entgegenzuwirken und sich im Rahmen der eigenen Möglichkeiten bei Bedarf zu unterstützen. Es handelt sich um eine freie, selbst organisierte, nachbarschaftliche Solidargemeinschaft. Meist sind diese als Verein oder als Gesellschaft bürgerlichen Rechts, kurz GbR, organisiert.

Hausgemeinschaften können innerhalb einer Generation (z. B. **Seniorenhausgemeinschaft**) oder generationenübergreifend (**Mehrgenerationen-Wohnen**) gebildet werden.

Das sogenannte Mehrgenerationen-Wohnen hat den Vorteil, dass Senioren hinsichtlich ihrer Einschränkungen Hilfe durch die jüngeren Mitbewohner erhalten, während die jüngeren Bewohner vielfach von deren Lebenserfahrung profitieren.

Da Barrierefreiheit für alle Generationen mehr Lebenskomfort bietet, ist es sinnvoll, das ganze Haus barrierefrei zu gestalten.

(Senioren-) Wohngemeinschaft

In einer Wohngemeinschaft lebt man gemeinschaftlich in einer Wohnung, zentrale Räumlichkeiten wie Küche und Wohnzimmer werden gemeinschaftlich genutzt. Ähnlich wie Studenten-WGs gibt es diese privat organisierten WGs. Offizielle Seniorenwohngemeinschaften, bei denen man sich als Mitbewohner bewerben kann, gibt es in Bayern kaum. Die Wohnform hat den Vorteil, dass Miete und Wohnraum gespart werden, das gemeinschaftliche Wohnen und der gemeinsam geteilte Alltag stehen im Vordergrund.

Wohnen für Hilfe

Wohnen für Hilfe ist eine alternative Wohnform für Jung und Alt. Es ist eine Partnerschaft, die auf Gegenseitigkeit beruht – also ein Geben und Nehmen. Sie basiert auf der Idee der nachbarschaftlichen Hilfe und einer generationenübergreifenden Solidarität.

Wir haben hier zwei Partner, den Wohnraumgeber und den Wohnraumnehmer.

Wer ist der Wohnraumgeber? Es ist meistens der ältere alleinlebende Mensch, der gerne selbstbestimmt zu Hause leben möchte und Hilfe braucht.

Auf der anderen Seite ist der Wohnraumnehmer: Es ist meist ein jüngerer Mensch, der Wohnraum braucht und Zeit und Hilfe zur Verfügung stellen kann, um dafür zu wohnen.

Statt Miete zu bezahlen, unterstützt der Wohnraumnehmer den Wohnraumgeber bei der Bewältigung des Alltags. Die zu erledigenden Aufgaben werden von den Partnern individuell ausgehandelt und in einem Wohnraumüberlassungsvertrag festgeschrieben. Pflegedienstleistungen sind davon ausgenommen. Erprobte Regel: Für 1 qm Wohnfläche leistet der Wohnraumnehmer 1 Stunde Hilfe im Monat. Nebenkosten werden in einer Pauschale gezahlt.

Die Wohnpartner/-innen in dieser Wohnform werden von einer Vermittlungsstelle beraten und begleitet.

Ambulant betreute Wohngemeinschaft

In einer ambulant betreuten Wohngemeinschaft (Pflege-WG) wohnen Menschen zusammen, mit dem Ziel, ihr Leben und ihre Pflege gemeinsam zu organisieren.

In einer Wohngemeinschaft (WG) dürfen maximal 12 Personen leben und nicht mehr als zwei WGs in einem Haus sein.

Voraussetzung ist, dass die Mitglieder der Wohngemeinschaft bzw. deren Bevollmächtigte entscheiden, durch wen die Pflege und die Betreuung geleistet werden. Die Versorgungsanbieter sind Gast in der Wohnung.

Miet- und Versorgungsverträge müssen getrennt und unabhängig voneinander bestehen. Diese Regelungen gelten auch, wenn die WG nicht von den Bewohner/-innen, sondern von einem Pflegedienst oder anderen Betreibern initiiert wird.

Eine solche WG ist bei der Fachstelle für Pflege- und Behinderteneinrichtungen – Qualitätsentwicklung und Aufsicht (früher Heimaufsicht) anzuzeigen. Je nach Anzahl der Bewohner/-innen können besondere Vorschriften zum Brandschutz gelten.

Der Vorteil dieser Wohnform liegt darin, dass die Entscheidungskompetenz bei den Bewohner/-innen bzw. deren Vertretern bleibt und der Alltag wie in einer Familie organisiert werden kann und nicht den Regeln einer großen Organisation folgt. Die Herausforderung ist jedoch, Kompromisse zu finden, die alle mittragen können.

Diese Wohnform erfordert weniger Engagement als die Pflege alleine zu Hause, aber mehr als der Umzug in ein Pflegeheim.

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.

Beachten Sie, dass es teils nötig ist, vor Beginn der Baumaßnahme die Bezuschussung oder das Darlehen zu beantragen.

In den Zuständigkeitsbereich der Pflegekassen fallen wohnumfeldverbessernde Maßnahmen, die bis zu einer Höhe von 4.000 € bezuschusst werden.

Bei Verschlechterung des Gesundheitszustandes kann die Pflegekasse erneut Zuschüsse gewähren. Voraussetzung für einen Zuschuss ist ein Pflegegrad. Zudem muss die bauliche Maßnahme dazu führen, dass die häusliche Pflege dadurch ermöglicht, erheblich erleichtert oder die möglichst selbstständige Lebensführung des Pflegebedürftigen wiederhergestellt wird.

Wenn sogar der beste Umbau nicht zu mehr Barrierefreiheit und Selbstständigkeit führt, sollten Sie über eine neue Wohnung nachdenken. Die Pflegeversicherung bezuschusst unter bestimmten Voraussetzungen den Umzug in eine barrierefreie Wohnung als „Maßnahme zur Verbesserung des individuellen Wohnumfelds“.

Finanzielle Fördermöglichkeiten in der Übersicht

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

Die angegebenen Konditionen berufen sich auf den Stand vom 31.08.2020. Bitte prüfen Sie tagesaktuell, welche Konditionen bei den jeweiligen Förderungen oder Finanzierungsangeboten gelten.



Genossenschaft für Qualitätspflege ...

BESTE BANK 2020
von Ort

Raiffeisenbank im Oberland eG
1. Platz
PRIVATKUNDENBERATUNG
Bad Tölz

gründliche
einräucher
schutz

**Ausgezeichnet beraten sein.
Bei der besten Bank vor Ort!**

**Morgen
kann kommen.**
Wir machen den Weg frei.

Ehrlich, verständlich und glaubwürdig:
Willkommen bei der **Genossenschaftlichen Beratung** –
der Finanzberatung, die erst zuhört und dann berät.
Erreichen Sie Ihre Ziele und verwirklichen Sie Ihre
Wünsche mit uns an Ihrer Seite. Was die Beratung bei
der **besten Bank vor Ort** anders macht, erfahren Sie in
unseren Geschäftsstellen oder online.
www.oberlandbank.de/beste-bank

Raiffeisenbank
im Oberland eG

Programme	Leistungen	Quellenverweis/Bemerkung/ weitere Informationen
Bayerisches Wohnbauförderprogramm a) Schaffung von Eigenwohnraum durch Neubau, Änderung, Erweiterung oder Erst- und Zweiterwerb	<ul style="list-style-type: none"> • Darlehen mit Zinssatz von 0,5 %, Laufzeit 15 Jahre, anschließend wird der Zinssatz an den Kapitalmarktzins angepasst • Haushalte mit Kindern erhalten einen Zuschuss von 5.000 € je Kind, Darlehen bei Bau und Ersterwerb max. 30 %, bei Zweiterwerb max. 40 % der förderfähigen Kosten 	Einkommensgrenze: Art. 11 BayWoFG Antrag vor Baubeginn beim Landratsamt Bad Tölz-Wolfratshausen Wohnraumförderung Telefon: 08041 505-222 oder -220 E-Mail: wohnungswesen@lra-toelz.de
b) Anpassung von Wohnraum an die Belange von Menschen mit Behinderung	<ul style="list-style-type: none"> • Menschen mit Behinderung erhalten einmalig ein leistungsfreies Darlehen bis zu 10.000 €, zins- und tilgungsfrei, einmaliger Verwaltungs-kostenbeitrag von 1,0 % 	Einkommensgrenze: Art. 11 BayWoFG Antrag vor Baubeginn beim Landratsamt Bad Tölz-Wolfratshausen Wohnraumförderung Telefon: 08041 505-222 oder -220 E-Mail: wohnungswesen@lra-toelz.de
Bayerisches Zinsverbilligungsprogramm, BayernLabo Neubau, Erst- und Zweiterwerb mit Bindungsfrist	<ul style="list-style-type: none"> • Darlehenshöhe beträgt 1/3 der Gesamtkosten; nicht weniger als 15.000 € • Zinssatz kann bei der Bewilligungsstelle erfragt werden • Diese Leistungen können mit BayWoFProgramm (a) kumuliert beantragt werden 	Wohnraumförderung Telefon: 08041 505-222 oder -220 E-Mail: wohnungswesen@lra-toelz.de
KfW Altersgerecht Umbauen – Kredit	Ab 0,75 % effektiver Jahreszins, bis zu 50.000 € Kreditbetrag pro Wohneinheit	www.kfw.de/inlandsfoerderung/Privatpersonen/ Bestandsimmobilien/ Barrierereduzierung/
KfW Altersgerecht Umbauen – Investitionszuschuss	Einzelmaßnahmen z. B. zum Einbruchschutz sowie zur Barrierereduzierung (10 % der förderfähigen Investitionskosten) und für den Standard „Altersgerechtes Haus“ (12,5 % der förderfähigen Investitionskosten) in Höhe von mindestens 2.000 € und maximal 50.000 € pro Wohneinheit (Zuschuss)	Hotline: 0800 539 9002 für Eigentümer, Mieter und Vermieter

Programme	Leistungen	Quellenverweis/Bemerkung/ weitere Informationen
<p>Im Rahmen des Bundesprogramms „Altersgerechtes Umbauen“ unterstützt das Bundesministerium und die KfW-Bankengruppe Smart-Home-Lösungen mit finanziellen Zuschüssen (Hotline für Eigentümer, Mieter und Vermieter: 0800 539 9002).</p>		
<p>Bayerisches Modernisierungsprogramm (BayModR) Verbesserung der allgemeinen Wohnverhältnisse</p>	<p>Modernisierung und Erneuerung von Gebäuden mit mindestens drei Mietwohnungen im Rahmen der sozialen Wohnraumförderung und von Pflegeplätzen in stationären Einrichtungen</p> <p>Zinsverbilligtes Darlehen bis zu 100 % der förderfähigen Kosten</p> <p>Beispiel: Bei einer Belegungsbindung von 10 Jahren kann eine Wohnung mit bis zu 50.000 € gefördert werden</p>	<p>Bayerisches Staatsministerium für Wohnen, Bau und Verkehr (StMB) Franz-Josef-Strauß-Ring 4 80539 München Telefon: 089 2192-02 E-Mail: poststelle@stmb.bayern.de www.stmb.bayern.de</p> <p>oder</p> <p>Bayerische Landesbodenkreditanstalt (BayernLabo): www.bayernlabo.de</p>
<p>Pflegekassen Wohnumfeldverbessernde Maßnahmen</p>	<p>Pro Maßnahme bis zu 4.000 € (bis 16.000 €, 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</p>	<p>Das Bundesgesundheitsministerium bietet Online-Broschüren zur Pflege- und Krankenversicherung</p> <p>www.bmg.bund.de</p>
<p>Rentenversicherungsträger (für Angestellte) Agentur für Arbeit Erhaltung der Selbstständigkeit und der Arbeitskraft</p>	<p>zur Beschaffung, Ausstattung und Erhaltung einer behinderungsgerechten Wohnung</p>	<p>www.deutscherentenversicherung.de</p>

Programme	Leistungen	Quellenverweis/Bemerkung/ weitere Informationen
Berufsgenossenschaften Beschaffung und Erhaltung einer behinderungsgerechten Wohnung	Falls die Behinderung beruflich bedingt ist: <ul style="list-style-type: none"> • bei Umbaumaßnahmen bis zu 100 % • bei Neubau zinsgünstiges Darlehen in angemessener Höhe 	Erkundigen Sie sich bei Ihrem Arbeitgeber nach der für Sie zuständigen Berufsgenossenschaft
Zentrum Bayern Familie und Soziales	zur Beschaffung, Ausstattung und Erhaltung einer behinderungsgerechten Wohnung und Ausbau eines Arbeitsplatzes für Menschen mit Behinderung	https://www.zbfs.bayern.de/behinderung-beruf/beschaeftigte/finanzielle-unterstuetzung/wohnungshilfen/index.php
Stiftungen je nach Stiftungszweck, hier: selbstständige Lebensführung	<ul style="list-style-type: none"> • individuelle Förderung • Geldspenden/Beihilfen 	www.stiftungsindex.de
Krankenkassen	Förderung von wohnumfeldverbessernden Maßnahmen nach § 40 Abs. 4 SGB XI. Auch Hilfsmittel können beantragt werden.	die jeweilige Krankenkasse
Unfallversicherung	bei Arbeits- und Wegeunfällen, Berufskrankheiten	die jeweilige Unfallversicherung
Bundesversorgungsgesetz	für Kriegsoffer und deren Angehörige, Opfer von Gewalttaten nach § 27 BVG	Zentrum Bayern Familie und Soziales - Versorgungsamt (Region Oberbayern) Servicezentrum München Bayerstraße 32 80335 München E-Mail: poststelle.obb@zbfs.bayern.de www.zbfs.bayern.de
Sozialhilfe nach § 64 e SGB XII Wohnumfeldverbessernde Maßnahmen	Nachrangigkeitsprinzip, Einzelfallbezogen bei Hilfebedürftigkeit aufstockend auf Leistungen der Pflegeversicherung	Bezirk Oberbayern www.bezirk-oberbayern.de

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.

BRUNNHUBER RECHTSANWÄLTE

Mit unserem Team sind wir Ihre kompetenten Ansprechpartner*innen rund um die Themen

Barrierefreies Wohnen
Erben und Schenken
Leben im Alter

Sauerlacher Str. 48 | 82515 Wolfratshausen | T. 08171/998 94-0
kanzlei@brunnhuber-recht.de | www.brunnhuber-recht.de

Karl Brunnhuber

Fachanwalt für Familien- und Erbrecht

Florentine Foucar

allg. Zivilrecht, Verwaltungsrecht

Andreas E. Hlavaty

öff. Baurecht sowie Arbeitsrecht, Strafrecht

Ramona Reinhardt

Miet- und WEG-Recht sowie Verkehrsrecht



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

Beratung durch die Polizei

- Öffnen Sie Ihre Tür immer nur mit vorgelegter Türsperre (z. B. Kastenschloss mit Sperrbügel).

Kontaktdaten für die Beratungsstellen finden Sie in der Rubrik: „Wichtige Ansprechpartner/-innen auf einen Blick“ am Ende dieser Broschüre.

**Tölzer
Pflegedienst GmbH**

Ambulanter Pflegedienst

08041 7 96 96 22

Peter-Freisl-Str. 2
83646 Bad Tölz

Fax: 08041 7 96 96 23
info@toelzer-pflegedienst.de
www.toelzer-pflegedienst.de

Seniorenbegleitung

Rundum-Unterstützung für SENIOREN und PFLEGEBEDÜRFTIGE



Wir erleichtern Ihren Alltag umfangreich.

HAUSHALT, PUTZEN, EINKÄUFE, BESORGUNGEN, BEHÖRDENGÄNGE u. v. m. gehören mit zum Repertoire.

Hier erfahren Sie mehr:
☎ 0 81 71/8 18 83 19

Bahnhofstraße 24,
82515 Wolfratshausen



Daheim statt Heim

Zufriedenheitsgarantie



Sozialagentur Oberbayern
Betreuung zu Hause

Würdevoll Altern im eigenen Zuhause

Für viele ältere Menschen ist der Gedanke ins Pflegeheim zu kommen kein Guter. Weg von Zuhause, weg von der Familie und weg von all den Erinnerungen, die sich im Laufe des Lebens angesammelt haben.

Hier hilft die häusliche Betreuung und bietet die Möglichkeit, durch eine bei ihnen lebende Betreuungskraft, in den eigenen Wänden wohnen zu bleiben.

„Einen alten Baum verpflanzt man nicht.“
Lateinische Lebensweisheit

Der Leistungsumfang einer Betreuungskraft umfasst individuell zum einen den Bereich der hauswirtschaftlichen Versorgung zur Verbesserung der Lebensqualität und zum anderen den Bereich der Grundpflege.

Tipps Checkliste: Sie finden diese neben anderen Informationen kostenfrei auf unserer Internetseite.

Mitglied im BHSB

BHSB Bundesverband häusliche
Seniorenbetreuung e.V.

A. Alzheimer-Gesellschaft
Pflegeverbände-Wanderfels e.V.
GEMEINSCHAFT LEBEN

Kooperation mit der Caritas

Caritas
Nah. Am Nächsten

Sozialagentur-Oberbayern
Markus Horschig & Michael Perlick OHG
Kemmelallee 1 · 82418 Murnau a. Staffelsee
Telefon 08841-48543-30 · Telefax 08841-48543-31
info@sozialagentur-oberbayern.de
www.sozialagentur-oberbayern.de

**Wir pflegen Menschlichkeit
Professionell und persönlich**

Caritas
Nah. Am Nächsten



- Ambulante Pflege
- Betreuung und hauswirtschaftliche Hilfen
- Vermittlung weiterer entlastender Dienste
- Pflegebesuche (nach § 37 PflegeVG)
- Beratung zum Thema psychische Gesundheit
- Beratung durch die Fachstelle für pflegende Angehörige

Caritas-Zentrum Bad Tölz-Wolfratshausen
Telefon: 08171 9830-10 oder 08041 79316-110
www.caritas-ambulanter-pflegedienst-bad-toelz-wolfratshausen.de
www.caritas-badtözl-wolfratshausen.de

Demenz Partner
Eine Initiative der
Demenzverbände in Bayern

Mein Leben
im Alter

caritas



Hilfe und Unterstützung



© Ingo Bartussek - stock.adobe.com

Alle Pflege-Leistungen im Überblick

Im Pflegegrad 1 werden 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 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.

Das Wohnen im eigenen Umfeld ist vielleicht ab einem gewissen Hilfebedarf nur noch mit Unterstützung oder gar nicht mehr möglich. Dann kommen weitere Pflegeleistungen und eventuell auch ein Umzug in eine Pflegeeinrichtung infrage. Dazu gibt es ausführliche Informationen im Seniorenkompass. Dieser steht als Druckwerk und als Teil der Internetplattform „Sozialwegweiser“ unter www.sozialwegweiser.net/seniorenkompass zur Verfügung.

An vielen Orten im Landkreis, z. B. in den Rathäusern, bei Ärzten und im Landratsamt liegt das Druckwerk des Seniorenkompasses aus.

Persönliche Beratung bietet das Landratsamt Bad Tölz-Wolfratshausen mit dem Senioren-Info-Telefon (Kontakt siehe am Ende der Broschüre).

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



Finanzielle Hilfen für pflegende Angehörige

Die **steuerliche Geltendmachung** in der Einkommenssteuer ermöglicht eine finanzielle Entlastung. Eine Pflegefachkraft für einige Stunden kann zudem zur Entlastung der eigenen pflegerischen Tätigkeit beitragen. Auch gibt es die Möglichkeit der **Verhinderungspflege**.

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

Eine zusätzliche monatliche Leistung zum Pflegegeld ist die **Tages- oder Nachtpflege**, die ohne Anrechnung der Pflegesachleistungen bzw. des Pflegegeldes in Anspruch genommen werden kann. Das heißt, wer Tages- oder Nachtpflege in Anspruch nimmt, dem werden Pflegegeld und/oder Sachleistungen nicht gekürzt.

Die Tagespflege dient zur Entlastung der pflegenden Angehörigen. So kann die pflegebedürftige Person einmal oder mehrmals wöchentlich in einer Tagespflegeeinrichtung untergebracht werden. Auch die Abholung und der Rücktransport werden vom Budget gedeckt.

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

Landespflegegeld


In Bayern gibt es zusätzlich ab Pflegegrad 2 das Landespflegegeld. Dieses kann über das Bayerische Landesamt für Pflege beantragt werden. www.landespflegegeld.bayern.de

Pflegeberatung

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


Weitere Beratungsstellen finden Sie im Sozialwegweiser für unseren Landkreis. Diesen stellen wir ihnen im nächsten Abschnitt vor.


Sozialwegweiser des Landkreises Bad Tölz-Wolfratshausen


 Speziell zugeschnitten auf unseren Landkreis Bad Tölz-Wolfratshausen betreibt das Landratsamt eine Internetplattform für soziale Belange.

Auf www.sozialwegweiser.net finden Sie folgende Kompass:


- Engagementkompass
- Familienkompass
- Selbsthilfekompass
- Seniorenkompass
- Teilhabekompass


 Der **Engagementkompass** richtet sich an Menschen, die sich ehrenamtlich engagieren wollen, in erster Linie an Senior/-innen. Auf der Suche nach dem richtigen Ehrenamt berät Sie das Ehrenamtsbüro im Landratsamt Bad Tölz-Wolfratshausen. Hier finden Sie auch den Weg zur Bayerischen Ehrenamtskarte. www.sozialwegweiser.net/engagementkompass

 Im **Familienkompass** finden Familien mit Kindern und Jugendlichen ein breites Angebot an Informationen: Beratungsstellen, Tipps zum Familienalltag, Veranstaltungen und eine Mediathek mit Videos zu verschiedensten Themen. www.sozialwegweiser.net/familienkompass

 Die Internetversion des **Selbsthilfekompasses** bietet einen Überblick über die bestehenden Selbsthilfegruppen in den

Bereichen Gesundheit und Lebenskreise. Diesen Kompass gibt es auch in einer gedruckten Variante, die in den Rathäusern und im Landratsamt aufliegt. www.sozialwegweiser.net/selbsthilfekompass

 Der **Seniorenkompass** ist der Wegweiser durch die Vielfalt der Angebote und Anlaufstellen für Ältere und Menschen mit Pflegebedarf sowie für deren Angehörige. Angebote für Freizeit und Bildung für ältere Menschen werden veröffentlicht. Auch die Seniorenvertretung des Landkreises, der Seniorenbeirat wird auf der Seite vorgestellt und die von ihm herausgegebene Broschüre „SeniorenInfo“ steht zum Download bereit. Den Seniorenkompass gibt es auch in einer gedruckten Variante, die in den Rathäusern und im Landratsamt aufliegt. www.sozialwegweiser.net/seniorenkompass-1

 Der **TeilhabeKompass** bietet nach dem Motto „Dabeisein für alle“ vielfältige Informationen und Ansprechpartner, unter anderem zu Arbeit, Bildung und Mobilität für Menschen mit Behinderung, deren Angehörige und Interessierte. Unter dem Navigationspunkt „Zugänglichkeit“ wird eine landkreisweite Datenbank mit Beschreibungen von öffentlichen Gebäuden, Einrichtungen und diversen Geschäften erstellt. www.sozialwegweiser.net/teilhabeKompass

Wichtige Ansprechpartner/-innen auf einen Blick

Wohnraumberatung

Im Landkreis Bad Tölz-Wolfratshausen gibt es verschiedene **kostenfreie Beratungsangebote** für verschiedene Bedarfe der Wohnraumberatung:

Die **ehrenamtlichen Wohnraumberater** sind für den Bereich barrierefreies Wohnen ausgebildet und beraten Sie kostenlos vor Ort – auf Ihre Bedürfnisse zugeschnitten. Auch über finanzielle Fördermöglichkeiten wissen die Berater Bescheid. Terminvereinbarungen unter: Landratsamt Bad Tölz-Wolfratshausen, Prof.-Max-Lange-Platz 1, 83646 Bad Tölz, Telefon: 08041 505-674 E-Mail: teilhabe@lra-toelz.de

Sie planen einen **Umbau** oder **Neubau** und interessieren sich für vorausschauendes Bauen: Nutzen Sie die **Beratungsstelle Barrierefreiheit der Architektenkammer**: jeden zweiten Freitag kostenlos im Landratsamt Bad Tölz, Zimmer 1.061, Prof.-Max-Lange-Platz 1, 83646 Bad Tölz durch eine Architektin, die sich Ihre Pläne und Wünsche anhört und Sie zu folgenden Themen berät:

- allgemeine Informationen zur Barrierefreiheit
- konkrete Beratung anhand des Bauplanes bzw. auch schon vor der Planerstellung
- individuelle Erstberatung zu konkreten Projekten

Persönliche Beratungstermine können telefonisch, per E-Mail oder über das Kontaktformular vereinbart werden:

Telefon: 089 139880-80

E-Mail: info@byak-barrierefreiheit.de

www.byak-barrierefreiheit.de

Der **Beauftragte für Menschen mit Behinderung des Landkreises**, Herr Ralph Seifert, berät besonders im Blick auf Bedürfnisse von Menschen, die mit dem Rollstuhl unterwegs sind, und allgemein zum **Wohnen mit einer Behinderung**. Sie erreichen ihn unter Telefon: 08857 697746 oder per E-Mail: behindertenbeauftragter@lra-toelz.de. Weitere Kontakte finden Sie auf www.sozialwegweiser.net/ teilhabekompass

Es gibt auch Beratungen zum **Wohnen mit Demenz**, zu Themen wie z. B. besondere Beleuchtung oder Herdsicherungen bzw. technische Hilfsmittel, die Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen unterstützen, Beratung bietet: **Alzheimer Gesellschaft Isar-Loisachtal e. V.**, Hilfe zur Selbsthilfe, Telefon: 08171 432599 oder per E-Mail: info@ag-il.de und www.ag-il.de

Beratung für Menschen mit **Sehbehinderungen**: <https://bbsb.org/beratung-und-angebote/blickpunkt-auge-beratungsstellen/bpa-beratungsstelle-oberbayern-munchen/>

BLWG – Informations- und Servicestelle für Menschen mit Hörbehinderung Bayerisches Oberland bietet Beratung zur

Gestaltung der Kommunikation in Gesprächen mit Menschen mit Hörbehinderung und zu technischem Zubehör.

Telefon: 0881 92700549

Fax: 0881 92790671

E-Mail: iss-wm@blwg.de

www.blwg.de

Informationen zu **Alternativen Wohnformen und zu Unterstützungsmöglichkeiten zu Hause** erhalten Sie beim **Senioren-Info-Telefon** des Landratsamtes:

Telefon: 08041 505-280 und unter

www.sozialwegweiser.net/seniorenkompas.

Für **verschiedene Wohnformen gibt es finanzielle Unterstützung vom Freistaat Bayern**. Beratung und weitere Informationen bietet die Koordinationsstelle Wohnen

im Alter unter www.wohnen-alter-bayern.de oder Telefon: 089 20189857

Beratung zu Darlehen im Bayerischen Wohnungsbauprogramm und Bayerischen Zinsverbilligungsprogramm sowie zur Anpassung von Wohnraum an die Belange von Menschen mit Behinderung

Auskunft erteilt das Landratsamt Bad Tölz-Wolfratshausen, Wohnraumförderung, Prof.-Max-Lange-Platz 1, 83646 Bad Tölz
Telefon: 08041 505-222 bzw. 08041 505-220 oder Anfragen per E-Mail: wohnungswesen@lra-toelz.de

Der **Seniorenbeirat des Landkreises** setzt sich für Seniorinnen und Senioren, die Barrierefreiheit und alternative Wohnformen im Alter ein. Sie erreichen den Seniorenbeirat unter seniorenvertretung@lra-toelz.de oder telefonisch über das Senioren-Info-Telefon: 08041 505-280



Vieles, wie auch die Corona-Pandemie, hat uns vor Augen geführt, wie schnell sich Lebensumstände in kurzer Zeit komplett verändern können, sowohl gesellschaftlich als auch im ganz persönlichen Bereich. Das kann uns dazu veranlassen, über die persönliche Vorsorge- und Lebensplanung und auch über zukünftige eigene Wohnbedürfnisse nachzudenken. Verschiedene

Studien haben gezeigt, dass ein Großteil der heute über 50jährigen bereits altersgerecht wohnt. Für Immobilieneigentümer stellt sich dabei nicht selten die Frage: Was mache ich mit meiner Immobilie im Alter und was kann eine Veränderung mir hier persönlich bringen?

Sei es, um mobil und flexibel zu sein, weil man plötzlich feststellt, dass man mehr Hausmeister als Eigentümer ist oder sei es um wieder mehr Lebensqualität etwa durch nahe Einkaufsmöglichkeiten, Restaurants, Ärzte zu erhalten? Oder auch um eine größere finanzielle Flexibilität zu gewinnen für mehr Reisen, eine Haushaltsunterstützung und insgesamt mehr Lebensqualität. Im Hinblick auf die Immobilie heißt das: Verkaufen, vermieten, umbauen in barrierefrei, teil-vermieten, verkaufen mit lebenslangem Wohnrecht oder vielleicht eine Grundstücksteilung?

Ich hatte das Glück in den letzten Jahren meiner 11 jährigen Erfahrung im Immobilienbereich einige Menschen auf diesem Weg begleiten und sie dabei unterstützen zu können, Ihre Ziele und Wünsche rund um die Aspekte der Immobiliennutzung zu realisieren und freue mich, Ihnen diese Erfahrungen weiterzugeben. Gerne beantworte ich diskret Ihre Fragen nach den Alternativen und Möglichkeiten, die sich unter Berücksichtigung Ihrer ganz persönlichen Wünsche und Bedürfnisse ergeben, damit Sie dann mit einem guten Gefühl, die für SIE richtige Entscheidung treffen können. Dabei haben Sie auch die Möglichkeit, sich mit Kunden auszutauschen, die ihre Erfahrungen sicher gerne an Sie weitergeben.

Ich bin gerne für Sie da!

pattberg
vom heu
Immobilien

Immobilien Anne Pattberg-vom Heu

Marktstr. 2, 83646 Bad Tölz

Tel. 08041 794 41 75 oder Mobil 0176 82 19 07 80.

E-Mail: immobilien@pattbergvomheu.de,

www.immobilien.pattbergvomheu.de

Der **Arbeitskreis für Menschen mit Behinderung** setzt sich für barrierefreie Strukturen im Landkreis ein.

Die Geschäftsstelle ist im Caritaszentrum Geretsried, Telefon: 08171 983022 oder www.afb-toel-wor.de

Des Weiteren gibt es in der Umgebung **Musterwohnungen**, in denen man sich vom Komfort der Maßnahmen zur Barrierefreiheit überzeugen kann. Das Projekt **LongLeif Garmisch-Partenkirchen** bietet unter anderem eine Musterwohnung zur Besichtigung an. Informationen dazu finden sie unter:

<https://longleif.de/musterwohnung-living-plus-und-wohnberatung-3/>

Die **Musterwohnung „Living Plus“** im Forschungszentrum „Geriatronik“ ist in der Bahnhofstraße 37 in Garmisch-Partenkirchen. Einen Termin zur Besichtigung vereinbaren Sie unter Telefon: 08821 966-1625 oder unter wohnberatung@longleif.de

In **München entsteht 2020 ein Kompetenzzentrum Barrierefreies Wohnen zu Hause, KomZ Wohnen** des Stadtteilarbeit e. V., Konrad-Zuse-Platz 11, 1. Stock, 81829 München, Telefon: 089 357043-0 im Internet zu finden unter: www.komz-wohnen.de.

Auf 450 m² gibt es eine Ausstellung zum Wohnen ohne Barrieren, Info und Beratung und auch Fortbildungen für Fachkräfte und Handwerker und eine Kaffeetheke.

Auch **online kann man sich eine Wohnung anschauen**. Der Landkreis Tirschenreuth bietet einen **virtuellen Rundgang** an, den man bequem von zu Hause aus am Computer oder Tablet anschauen kann. <https://www.digitale-wohnberatung.bayern/>

Sicherheit und Einbruchschutz

Sicherheitsberater für Senioren zum Thema Einbruchschutz (auch bei Ihnen zu Hause), Vorträge für Seniorenverbände und auf Seniorennachmittagen zu den Themen Einbruchschutz, Trickdiebstahl, Zivilcourage: Kriminalhauptkommissar Simon Bräutigam, Kriminalpolizeiinspektion Weilheim, Kriminalpolizeiliche Beratungsstelle, Am Meisteranger 5, 82362 Weilheim, Telefon: 0881 640-458, E-Mail: polizeiberatung-weilheim@polizei.bayern.de

Weitere Informationen erhalten Sie auch im Internet unter: www.polizei.bayern.de oder www.polizei-beratung.de

Der **WEISSE RING, gemeinnütziger Verein zur Unterstützung von Kriminalitätsoptionen und zur Verhütung von Straftaten e. V.**, berät auch zum Thema Sicherheit und hilft, wenn man Opfer einer Straftat wurde. Es gibt ein deutschlandweites „Opfertelefon“, das unter Telefon: **116 006** zu erreichen ist.

Die Ansprechpartner/-innen in unserem Landkreis erreichen Sie über Frau Helgard van Hüllen, Telefon: 08041 801713 oder per E-Mail: h.huellen@t-online.de

Ein herzliches Dankeschön

An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön an alle Mitwirkenden, die sich an der Erstellung dieser Broschüre beteiligt haben. Besonderer Dank gilt folgenden Personen, die mit ihrer Expertise aus ihren jeweiligen Fachbereichen unterstützt haben:

- den ehrenamtlichen Wohnraumberater/-innen
- Lothar Fritzsche, Selbsthilfegruppe der Hörgeschädigten Oberland TÖL, GER, WOR, PEN, GAR, MUR, MIE, Schwerhörigen-Verein München, Gehörlosen-Sportverein
- Sören Gericke, Fachliche Leitung Informations- und Servicestelle für Menschen mit Hörbehinderung Bayerisches Oberland (Region 17)
- Dieter Käufer, Alzheimer Gesellschaft Isar-Loisachtal e. V.
- Susanne Moog, Bayerische Architektenkammer, Innenarchitektin
- Ralph Seifert, Beauftragter für Menschen mit Behinderung

Branchenverzeichnis

Bank	44
Barrierefrei Betreutes Wohnen	U2, 41
Bau-Sachverständiger	8
Caritas Zentrum	50
Erbrecht	48
Fliesen	20
Grabsteine	2
Heizungsbau	20
Immobilien	U2, 7, 41, 55
Klinik	2
Mosaik	20
Natursteine	2
Pflegedienst	50
Platten	20
Raiffeisenbank	44
Rechtsanwälte	48
Seniorenbegleitung	50
Seniorenbetreuung	50
Sozialagentur	50
Sozialverband	U4
Steinmetz	2
VDK	U4

U = Umschlagseite

IMPRESSUM



in Zusammenarbeit mit:
Landratsamt Bad Tölz-Wolfratshausen, Fachbereich Senioren und Teilhabe,
Prof.-Max-Lange-Platz 1, 83646 Bad Tölz

Redaktion:
Verantwortlich für den redaktionellen Inhalt: Landratsamt Bad Tölz-Wolfratshausen, Fachbereich
Senioren und Teilhabe, Prof.-Max-Lange-Platz 1, 83646 Bad Tölz und mediaprint infoverlag gmbh
Verantwortlich für den Anzeigenteil: mediaprint infoverlag gmbh – Goran Petrasevic

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

Quellennachweis für Fotos/Abbildungen:
Titel: and.one - stock.adobe.com, WavebreakmediaMicro - stock.adobe.com, Elnur - stock.adobe.com,
Davizro Photography - stock.adobe.com (großes Bild)
Seite 1: Ralf Gerard
Weitere Bildnachweise stehen in den jeweiligen Fotos.

83646139/1.Auflage/2020

Druck:
mediaprint solutions GmbH
Eggerstraße 28, 33100 Paderborn

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.

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





Hilfestellung.

Wir lassen Sie in sozialrechtlichen Fragen nicht allein.

Erfahrene Experten helfen VdK-Mitgliedern aus dem Paragrafen-Dschungel – durch Beratung und Vertretung vor den Sozialgerichten – hochprofessionell und bis zur letzten Instanz. In folgenden Rechtsbereichen vertreten Sie die VdK-Rechtsexperten:

- Recht der gesetzlichen Rentenversicherung (SGB VI)
- Recht der gesetzlichen Unfallversicherung (SGB VII)
- Gesetzliche Krankenversicherung (SGB V)
- Gesetzliche Pflegeversicherung (SGB XI)
- Arbeitsförderungsrecht (SGB III)
- Grundsicherung für Arbeitssuchende (SGB II)
- Sozialhilferecht und Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung (SGB XII)
- Soziales Entschädigungsrecht (BVG, SVG, OEG)

Die VdK-Ehrenämter im VdK

Das VdK-Ehrenamt erfüllt den Sozialverband mit Leben. Ehren- und hauptamtliche Mitarbeiter arbeiten im VdK Bayern eng zusammen. Zum traditionellen Ehrenamt im VdK in Form von Vorstandstätigkeiten sind in den vergangenen Jahren ergänzende Projekte hinzugekommen, in denen jede/r sich ehrenamtlich engagieren kann. Zu Beginn der ehrenamtlichen Tätigkeit steht immer eine fundierte Ausbildung. Daran schließen sich Aufbauseminare an, um Theorie und Praxis zu vertiefen.

- **VdK-Lotsen/-innen**
- **VdK-Pflegebegleiter/-innen**
- **VdK-Schulbeauftragte**
- **VdK-Berater/-innen für Barrierefreiheit**
- **VdK-Freizeitbegleiter/-innen**

Bei Interesse können Sie sich jederzeit gerne an unseren Kreisverband wenden.

Beratungstelefon Pflege und Wohnen 089 / 2117-112

Beratungstelefon Leben mit Behinderung 089 / 2117-113

Hier haben Ratsuchende die Möglichkeit, sich vorsorglich zu Themen wie Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung oder barrierefreies Wohnen in der häuslichen Umgebung zu informieren.

Rufen Sie uns an – wir sind gerne für Sie da!

Sozialverband VdK Bayern

Kreisgeschäftsstelle Bad Tölz-Wolfratshausen

Karwendelstr. 5, 83646 Bad Tölz

Telefon: 08041 / 761 25-3

Telefax: 08041 / 761 25-40

www.vdk.de/kv-bad-toelz

unabhängig. solidarisch. stark.

SOZIALVERBAND

VdK

BAYERN

