

Ein Leben lang zu Hause

**Wohnraumanpassung und
lebenslaufgerechtes Bauen**

Umbau – Neubau – Hilfsmittel



der Landkreis Bayreuth
Vielfalt & Visionen

www.landkreis-bayreuth.de



Aufsuchende Seniorenberatung im Landkreis Bayreuth

■ Warum aufsuchende Seniorenberatung?

- Der Landkreis Bayreuth ist der flächenmäßig größte Landkreis in Oberfranken.
- Wenn die eigene Mobilität eingeschränkt ist, kann es für Seniorinnen und Senioren deshalb schwierig sein, Beratungsangebote wahrzunehmen.
- Daher bietet der Landkreis Bayreuth eine Beratung vor Ort in der eigenen Wohnung an.

■ Ziele & Zielgruppe

- Die aufsuchende Seniorenberatung ist ergebnisoffen; d.h. die Ziele jeder Beratung richten sich nach den Anliegen und Beratungsbedarfen der ratsuchenden Seniorinnen und Senioren und Angehörigen. Grundsätzlich soll mit der Beratung zu einer gelungenen Alltagsgestaltung und -bewältigung beigetragen werden.
- Das Angebot richtet sich an alle Seniorinnen und Senioren, deren Angehörige und weitere Bezugspersonen im Landkreis Bayreuth. Die Beratung bietet einen offenen Rahmen, in dem Fragen und Anliegen, aber auch Sorgen und Probleme besprochen werden können.

■ Mögliche Themen in der Beratung

- Beratung zu verschiedenen Formen ambulanter, teil- oder vollstationärer Hilfen
- Psychosoziale Beratung in schwierigen Lebenssituationen
- Beratung zur Entlastung pflegender Angehöriger
- ...

Die Liste ist offen. Wenden Sie sich einfach mit Ihrem ganz konkreten Anliegen an uns!

■ Terminvereinbarung

- Termine können kurzfristig vereinbart werden! Nötig ist lediglich ein kurzer Anruf unter der unten angegebenen Nummer.
- Natürlich können Sie sich auch per E-Mail an uns wenden.

Die Beratung ist als Angebot des Landkreises Bayreuth komplett kostenlos!

■ Kontakt

Simon Henche

Telefon: 0921 728 275

Fax: 0921 728 88 275

E-Mail: simon.henche@lra-bt.bayern.de

Stefanie Hirschmann

Telefon: 0921 728 546

Fax: 0921 728 88 546

E-Mail: stefanie.hirschmann@lra-bt.bayern.de



Grußwort

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

im Laufe unseres Lebens ändern sich die Anforderungen an ein Zuhause, in dem wir uns wohlfühlen. Wir wohnen alleine, zu zweit, mit und ohne Kinder, als Wohngemeinschaft oder in unterschiedlichen Familienverbänden. Wir brauchen also mal mehr und mal weniger Platz.

Unsere Fähigkeiten entwickeln sich weiter und lassen im Alter oder krankheitsbedingt wieder nach und führen zu Einschränkungen. Dann brauchen wir Unterstützung durch andere Menschen und sind vielleicht auf Hilfsmittel, wie Rollator oder Rollstuhl, angewiesen.

Der zur Verfügung stehende Wohnraum ist dafür häufig jedoch nicht geeignet. Anpassungsmaßnahmen, die den persönlichen Bedürfnissen entsprechen, sind ein wichtiger Baustein zur Verbesserung des Wohnumfeldes. Darunter sind nicht nur große Umbaumaßnahmen zu verstehen. Bereits kleine Veränderungen oder der Einsatz geeigneter Hilfsmittel können zur Lösung von Problemen beitragen.

Unsere Fachstelle für Wohnberatung unterstützt Sie gerne dabei, Ihre Wohnung an aktuelle und künftige Bedürfnisse anzupassen. Auch wer neu baut, kann das Thema „Barrierefreiheit“ gleich mitbedenken und sich bereits bei der Planung beraten lassen.

Diese Broschüre liefert Ihnen die Grundlage, wie Sie Ihr Zuhause gestalten können, um es lebenslang zu nutzen, oder wie sie es an veränderte Lebensumstände anpassen können. An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön an alle Inserenten, die durch ihre Anzeige den Druck dieser Broschüre ermöglicht haben.

Nehmen Sie unser Angebot an, es ist persönlich, gerne im Hausbesuch, kostenfrei und neutral. Machen Sie Ihr Zuhause zukunftsfähig!

Mit freundlichen Grüßen

Ihr



Florian Wiedemann
Landrat





© Rawpixel.com - stock.adobe.com



Rummelsberger
Diakonie

Bestens betreut. Zuhause oder in Gemeinschaft. Ambulante Hilfen der Rummelsberger Diakonie in Bayreuth

Das eigene Zuhause ist für die meisten Menschen ein Ort der Sicherheit und Geborgenheit. Auch mit zunehmendem Alter oder bei einer Behinderung möchte man dieses nur ungern aufgeben – und muss es auch nicht.

Die neugegründete Rummelsberger Hauskrankenpflege Bayreuth unterstützt Senior*innen dabei, solange wie möglich ein selbstständiges Leben in den eigenen vier Wänden zu führen. Die Versorgung besteht aus ambulanter Pflege und Betreuung sowie Beratungen zuhause oder in der Beratungsstelle für Senior*innen und Angehörige in der Hugenottenstraße 30. Weitere Infos gibt es unter Telefon 0921/28 90 16 70-10 oder per E-Mail an hauskrankenpflege-bayreuth@rummelsberger.net

Im neuen Quartier in der Hugenottenstraße 19 hat außerdem die Senioren-Tagespflege HUGO49 wochentags jeweils von morgens bis nachmittags geöffnet. Fitte und unterstützungsbedürftige Menschen mit und ohne Demenz aus Bayreuth und dem Umland werden hier tagsüber betreut, unterhalten und bei Bedarf gepflegt. Die Räumlichkeiten sind hell, großzügig und barrierefrei. Im Wohnzimmer und in den Ruheräumen lässt

es sich entspannen. Im großen Esszimmer wird gemeinsam Mittag gegessen, gespielt, gesungen und gelacht. „Unser Team hier hat viel Zeit für Senior*innen“, sagt Diakon Elmar Gehring von der Rummelsberger Diakonie. „Gleichzeitig entlastet unser Angebot Angehörige und verschafft ihnen einfach mal eine Verschnaufpause.“

Sie möchten die Senioren-Tagespflege unverbindlich kennenlernen?

Vereinbaren Sie Ihren Probetag direkt unter
Telefon 0921/28 90 16 70-20.





Flipping-Book

- Ihre Broschüre als Flipping-Book:
- leicht zu blättern
 - übersichtlich
 - auch mobil!



Inhaltsverzeichnis

Grußwort	1	Finanzierungs- und Fördermöglichkeiten	24
Barrierefreies und lebenslaufgerechtes Bauen und Wohnen	4	Förderung der Anpassung von Wohnraum an die Belange von Menschen mit Behinderung	25
Grundlagen für eine barrierefreie Planung	4	Sicherheit im häuslichen Umfeld	26
Das Wohnumfeld	4	Sicherung von Haus und Wohnung	26
Die Wohnfläche	4	Beratung durch die Polizei.	26
Barrierefrei ist nicht gleich behindertengerecht ...	5	Achtung: Trickbetrug am Telefon!	27
Fachstelle für Wohnberatung im Landkreis Bayreuth	6	Informationen und Unterstützung für Menschen mit Behinderung	28
Digitale Musterwohnung	6	Wohnraumanpassung bei Demenz	30
Ehrenamtliche in der Wohnberatung	6	Wichtige Ansprechpartner zum Thema „Wohnen im Alter“	31
Rundgang durch die Räume	7	Hilfe und Unterstützung	32
Eingang, Treppenhaus und Flur	7	Pflegegrade und Leistungen	32
Bad und WC	9	Pflegetypen	34
Küche	12	Unterstützung für pflegende Angehörige	35
Wohnzimmer	13	Notruftafel	36
Balkon und Garten	14	Inserentenverzeichnis	U3
Schlafzimmer	16	Impressum	U3
Wohnen mit Technikunterstützung	17		
Interessante Funktionen etwas ausführlicher	18		
Checkliste „Ein Leben lang zu Hause wohnen“	20		
Nützliche Hilfsmittel	23		

U = Umschlagseite

Barrierefreies und lebenslaufgerechtes Bauen und Wohnen

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.

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.

Auch die Landesbauordnung 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.

Die Planungsgrundlagen des barrierefreien Bauens können auf der Internetseite des Bayerischen Staatsministeriums für Wohnen, Bau und Verkehr unter der Kategorie „Ministerium-Barrierefreiheit“ heruntergeladen werden: www.stmb.bayern.de/min/barrierefreiheit/baurecht_technik/index.php

Grundlagen für eine barrierefreie Planung

Eine Wohnung oder ein Haus gilt als barrierefrei, wenn folgende Voraussetzungen erfüllt sind:

- barrierefreie Zugänge sowohl im Außenbereich als auch ins Gebäude und in die Wohnung(en)
- barrierefreier Zugang zu einem Raum mit Anschlussmöglichkeit für eine Waschmaschine
- innerhalb der Wohnung oder zum Balkon/zur Terrasse keine Stufen oder Schwellen
- ausreichende Bewegungsflächen in allen Räumlichkeiten

- komfortable Anordnung von Bedienungseinrichtungen
- barrierefreier Sanitärraum (Bad/WC) sowie bodengleiche Dusche und eine nach außen zu öffnende Tür oder eine Schiebetür
- ausreichende Breite der Türen

Das Wohnumfeld

Bei der Wahl des Grundstücks ist das **Wohnumfeld** zu beachten. Für Menschen, die einen Rollstuhl nutzen oder eine Gehbehinderung haben, ist eine barrierefreie Wohnumgebung unabdingbar. Das bedeutet, die Gehwege müssen auch erschütterungsarm und gefahrlos mit dem Rollstuhl befahrbar sein. Zu beachten ist dabei, dass **Rampen** nur bis zu einer Neigung von sechs Prozent als barrierefrei gelten (DIN 18040-1).

Bei einem Gebäude mit mehreren Stockwerken ist es empfehlenswert, einen **Aufzug** miteinzuplanen – selbst wenn dieser nicht gleich eingebaut wird. Wenn der Zugang ebenerdig ist sowie mindestens 90 Zentimeter breit und die Kabine ausreichend groß ist, können auch Rollstuhlfahrer den Aufzug problemlos nutzen. Zudem sollte vor dem Aufzug eine freie Bewegungsfläche von 1,50 × 1,50 Meter vorhanden sein. Damit sich die Bedienknöpfe für jeden in Reichweite befinden, sollten sie nicht höher als 85 Zentimeter angebracht sein (DIN 18040-1).

Die Wohnfläche

Alle Bewohner sollen sich unabhängig von ihrem Alter und Mobilitätseinschränkungen zu Hause wohlfühlen und ihren Lebensstil selbst bestimmen können. Aus diesem Grund spielt die **Wohnungsgröße** eine wichtige Rolle. Sie sollte es ermöglichen, dass auf jedes Familienmitglied ein Raum ausreichender Größe entfällt. Die folgenden durchschnittlichen Richtgrößen für Wohnungen wurden unter Einbeziehung der Richtlinie VDI 6000 Blatt 1 und DIN 18040-2 erstellt:*

- für eine Person circa 45 bis 50 Quadratmeter,
- für zwei Personen circa 60 Quadratmeter oder zwei Wohnräume,
- für drei Personen circa 75 Quadratmeter oder drei Wohnräume,
- für vier Personen circa 85 bis 90 Quadratmeter oder vier Wohnräume,
- sowie für jedes weitere Familienmitglied circa zehn Quadratmeter oder ein Wohnraum mehr.

*Quelle: Bundesministerium für Wirtschaft und Arbeit

Ein **Balkon**, eine **Terrasse** oder eine **Loggia** steigern nicht nur den Wohnwert, sie ermöglichen den Aufenthalt im Freien auch bei stark eingeschränkter Mobilität. Auch hier sind ein paar Grundregeln zu beachten. Um einen barrierefreien Zugang zu gewährleisten, sollte die Balkontüre mindestens 90 Zentimeter breit sein. Ideal wäre ein schwellenloser Übergang, damit keine Bewegungseinschränkungen entstehen. Des Weiteren ist eine Freifläche von 1,50 × 1,50 Meter notwendig (DIN 18040-2).

Beratungsstelle Barrierefreiheit der Bayerischen Architektenkammer

Folgende kostenfreien Beratungen der Architektenkammer zur Barrierefreiheit können in Anspruch genommen werden:

- allgemeine Informationen zur Barrierefreiheit
- individuelle Erstberatung zu konkreten Projekten
- Orientierung im Anbietermarkt

Regierung von Oberfranken
Ludwigstraße 20, 95444 Bayreuth
Beratungsraum: Bibliothek, 2. Etage
Berater: Dipl.-Ing. (FH) Martin Göhring,
Architekt Coburg
Termine jeden ersten Mittwoch im Monat von
16.30 bis 18.30 Uhr

Anmeldung und weitere Informationen:
Telefon: 089 139880-80
E-Mail: info@byak-barrierefreiheit.de
www.beratungsstelle-barrierefreiheit.de

Barrierefrei ist nicht gleich behindertengerecht

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

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



barriere- frei

Beratungsstelle
Barrierefreiheit
Bayerische
Architektenkammer



Wir beraten Sie zu allen Fragen für ein barrierefreies Leben

Ein kostenfreies Angebot für
alle Interessierten

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

www.beratungsstelle-barrierefreiheit.de
info@beratungsstelle-barrierefreiheit.de



Bayern barrierefrei
Gefördert durch den Freistaat Bayern.



Fachstelle für Wohnberatung im Landkreis Bayreuth

Die meisten Menschen möchten so lange wie möglich zu Hause, in der vertrauten Umgebung, wohnen bleiben. Man sollte rechtzeitig darüber nachdenken, wie dieser Wunsch im Alter, bei einer Erkrankung oder Behinderung verwirklicht werden kann. Deshalb lohnt sich eine Wohnberatung zu jeder Zeit, denn Barrierefreiheit erleichtert nicht nur den Alltag, sondern erhöht den Wohnkomfort für alle!

Wohnberatung unterstützt gleichermaßen Wohnungseigentümer und Mieter dabei, ihre Wohnung oder ihr Haus an die aktuellen und zukünftigen Bedürfnisse anzupassen. Außerdem werden Bauwillige und Bauträger bei der vorausschauenden Planung rund um lebenslaufgerechtes und barrierefreies Bauen beraten.

Leistungen der Wohnberatung kurz erklärt:

- Informations- und Beratungsgespräche, gerne im Hausbesuch
- Erarbeiten von individuellen Lösungsvorschlägen (Hilfsmittel, Umgestaltung, Umbaumaßnahmen) und bei Bedarf Begleitung bei der Planung und Umsetzung von Wohnungsanpassungsmaßnahmen
- Beratung zu Finanzierungs- und Fördermöglichkeiten
- Beratung zu neuen Wohnformen wie Generationenwohnen, Seniorenhausgemeinschaften oder ambulant betreuten Wohngemeinschaften
- Vorträge zu verschiedenen Themen können bei Interesse angefragt werden

Wohnberatung ist kostenfrei, neutral, unverbindlich und vertraulich. Das Protokoll im Anschluss an die Beratung stellt sicher, dass die Maßnahmen mit Angehörigen, Handwerkern, Förderstellen und anderen Beteiligten besprochen und umgesetzt werden können.

Digitale Musterwohnung

Einen Überblick, wie ein Haus oder eine Wohnung barrierefrei gestaltet werden kann, gibt die digitale Musterwohnung. Der virtuelle Rundgang informiert über Anpassungsmöglichkeiten, Hilfsmittel, Produkte und Fördermaßnahmen.

www.digitale-wohnberatung.bayern

Ehrenamtliche in der Wohnberatung

Um alle Bewohnerinnen und Bewohner des Landkreises zu erreichen, arbeitet die Fachstelle für Wohnberatung mit Ehrenamtlichen zusammen, die eine spezielle

Schulung dafür absolviert haben. Die möglichen Einsatzgebiete sind vielfältig. Folgende Aufgaben können übernommen werden:

- Erste Anlaufstelle vor Ort für ratsuchende Bürgerinnen und Bürger
- Beratung von Bürgerinnen und Bürgern in ihrem Wohnumfeld zu Möglichkeiten der Wohnungsanpassung in Zusammenarbeit mit der hauptamtlichen Kraft der Fachstelle für Wohnberatung
- Bei Bedarf Begleitung bei der Umsetzung, z. B. Ausfüllen von Anträgen, Gespräche mit Handwerkern beim Einholen von Kostenvoranschlägen
- Einüben von technischen Lösungen
- Unterstützung der Öffentlichkeitsarbeit

Bad Berneck Albrecht Diller 09273 574699 a.d.diller@t-online.de	Hummeltal Reinhold Richter 0160 92676342 reinhold.richter@gmx.de
Kirchenpingarten Otto Schober 0171 6777741 schober.otto@t-online.de	Pottenstein Birgit Haberberger 09243 700777 oder 0170 6313355 birgithaberberger@web.de

Die ehrenamtlichen Wohnberater können direkt vor Ort angesprochen werden, um die ersten Kontakte zur Wohnberatung herzustellen.

Fachstelle für Wohnberatung

Landratsamt Bayreuth
Karin Böhm
Zertifizierte Wohnberaterin
Markgrafental 5
95448 Bayreuth
Telefon: 0921 728-509
Telefax: 0921 728-88-509
E-Mail: karin.boehm@lra-bt.bayern.de
www.landkreis-bayreuth.de/buerger-service/soziales/wohnberatungsstelle



v. l. n. r.: Zertifizierte Wohnberaterin Karin Böhm, Ehrenamtliche Otto Schober, Reinhold Richter und Birgit Haberberger. Nicht im Bild: Albrecht Diller



© Alex - stock.adobe.com

Rundgang durch die Räume

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

Eingang, Treppenhaus und Flur



Glatte Treppenstufen können schwerwiegende Stürze verursachen. Deshalb ist es ratsam, Treppen, Stufen und Podeste mit Antirutschbelägen rutschfest zu machen. Die vordere Stufenkante sollte kontrastreich markiert werden, sodass die Stufen besser erkennbar sind.



Bei einer Gehbehinderung kann der **Einbau eines Treppen- oder Plattformlifts** sinnvoll sein. Geringe Niveauunterschiede können auch durch den Bau oder das Anlegen einer Rampe ausgeglichen werden. Für eine selbstständige barrierefreie Nutzung sollte die Rampenneigung 6 Prozent nicht übersteigen. Das bedeutet: Je 6 cm Höhendifferenz ist 1 m Rampenlänge erforderlich.

Sicher und unabhängig im eigenen Zuhause

Unsere zertifizierten Wohnumfeldberater stehen Ihnen mit Rat und Tat zur Seite.

- ✓ barrierefreies Wohnen durch Wohnraumanpassungen
 - ✓ Nachrüstung von Haltegriffen, Rampen und Schwellenausgleich
 - ✓ Mobilitätshilfen wie Personellifter, Badewannenlifte, Aufstehhilfen und Aufstehsessel
 - ✓ Treppenlifter-Lösungen für jedes Haus
 - ✓ elektrisch verstellbare Pflegebetten und Nachttische auf Rollen
- ... und vieles mehr!



© Handicare

reha team
NORDBAYERN

BAYREUTH

reha team Nordbayern Gesundheitstechnik GmbH

Am Bauhof 11 · 95445 Bayreuth · Tel.: 0921-74743-0 · bayreuth@rehateam-nordbayern.de · www.rehateam-nordbayern.de

1 Der Zugang zum Haus und zur Wohnung sollte nach Möglichkeit stufenlos und ohne Schwellen gestaltet werden.

2 Ein **Vordach** vor der Eingangstür dient als Wetterschutz und verringert bei Nässe die Rutschgefahr.

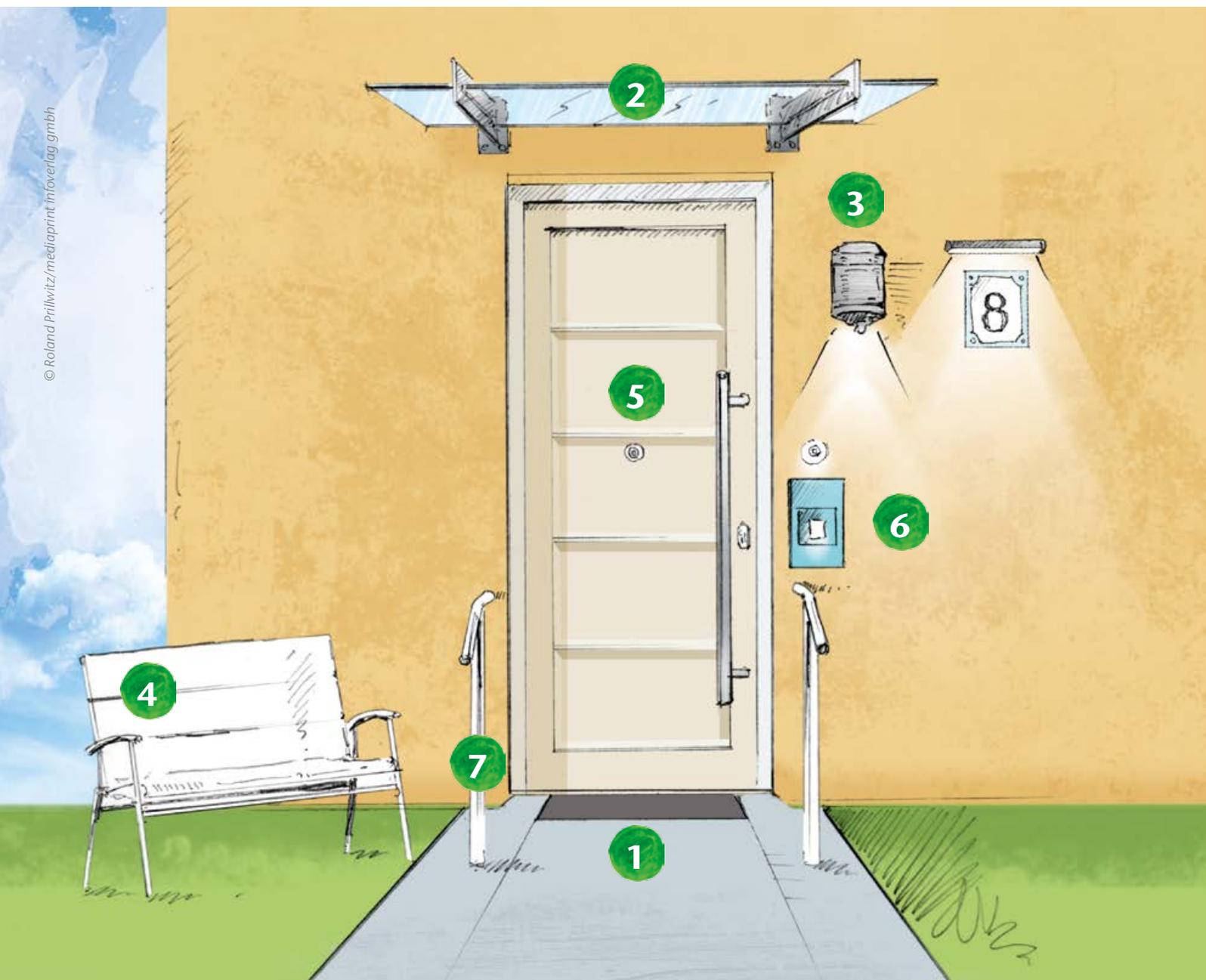
3 Ein **Bewegungsmelder** für die Außenbeleuchtung vor der Eingangstür lässt Besucher besser erkennen und verringert die Sturzgefahr.

4 **Sitzgelegenheiten** und **Abstellflächen** im Eingangsbereich ermöglichen Ruhepausen. Vor dem Haus oder direkt im Hausflur sind Stellflächen für Rollator, Rollstuhl oder Kinderwagen sinnvoll.

5 Um sich vor unerwünschten Besuchern zu schützen, ist es hilfreich, wenn der Bereich vor der Tür von innen einsehbar ist, zum Beispiel durch einen Türspion, eine Videoüberwachung oder teilverglaste Eingangstüren.

6 **Leuchtende Lichtschalter und Türklingeln** können auch im Dunkeln problemlos bedient werden.

7 **Beidseitige Geländer bzw. Handläufe** verhelfen zu mehr Stabilität und Sicherheit. Sie sollen ohne Unterbrechung angebracht werden sowie über die erste und letzte Treppenstufe noch 30 cm waagrecht weitergeführt werden. Die Montagehöhe sollte 85 – 90 cm betragen. Geländer mit integrierter Beleuchtung sind auch im Dunkeln leicht zu finden.



Bad und WC

-  Bereiten Sie Ihr Bad auf die **Zukunft** vor. Auch wenn Sie zum Zeitpunkt eines Badumbaus noch keinen Bedarf haben, sollten Wände und vor allem Vorwandinstallationen so beschaffen sein, dass Stütz- und Haltegriffe im Bereich der Dusche, der Toilette und der Badewanne bei Bedarf nachgerüstet werden können. Wenn Stromanschlüsse im Bereich des WCs, des Waschbeckens und der Badewanne vorgesehen werden, können elektrisch betriebene Sanitärgegenstände nachgerüstet werden.
-  Neben Dusche und Waschbecken sollten **Ablagefächer** im Griffbereich angebracht werden, sodass sie im Sitzen und im Stehen gut erreichbar sind.
-  **Verstellbare Spiegel**, die im Stehen und Sitzen einsehbar sind, erleichtern die Körperpflege.
-  Ein **Dusch-WC** kann die Intimhygiene unterstützen und erleichtern. Um ein Dusch-WC nachrüsten zu können, sollten Wasseranschlüsse und eine Steckdose in der Nähe des WCs vorgesehen werden. Bei bestimmten Bewegungseinschränkungen und Erkrankungen können WC-Sitze mit Duschfunktion auch als Hilfsmittel verordnet werden.
-  **Badewannenlift** oder **Badebrett** können eine schnelle Hilfe sein, wenn es Probleme beim Ein- und Aussteigen gibt.
-  Eine **blend- und schattenfreie Allgemeinbeleuchtung** mit ausreichender Beleuchtungsstärke unterstützt beim Sehen. Bewegungsmelder ermöglichen eine berührungslose Lichtsteuerung. Eine Nachtbeleuchtung, die nicht blendet, unterstützt die Orientierung bei Dunkelheit.



© angelo.gi - Fotolia

-  Ein guter **Leuchtdichtekontrast (Hell-Dunkel-Kontrast)** zur Wand bzw. zum Boden sorgt für gute Erkennbarkeit der Sanitär- und Ausstattungsgegenstände, z. B. dunkle Haltegriffe auf hellen Wandfliesen, weiße Sanitärkeramik vor dunklerem Wandbelag.
-  **Fliesen als Wandbeläge** sollten nur dort angebracht werden, wo sie nötig sind. Bei raumhoch gefliesten Bädern entsteht leicht ein Hall, der die Verständigung mit Pflegepersonen erschweren kann, da das Hören altersbedingt nachlässt oder vorhandene Hörhilfen zur Körperpflege herausgenommen werden.
-  **Kurze Wege** sind vor allem nachts eine Erleichterung für den Gang zur Toilette. Die Sturzgefahr wird dadurch reduziert, deshalb ist auf eine günstige Anordnung der Räume zu achten.

FISCHER

**BAD · HEIZUNG
SOLAR**

**BÄDERSTUDIO
PHOTOVOLTAIKANLAGEN**

www.fischer-neuenmarkt.de

Dorfstraße 5 95339 Neuenmarkt Telefon: 09227 73241





Heizungsanlagenbau



Sanitärinstallation



Solarenergie

Heizungsunterstützung & Trinkwassererwärmung

Egerländer Straße 24 • 95448 Bayreuth • Telefon: 0921 162750-71 • Telefax: 0921 162750-72
E-Mail: info@rudolf-shk.de • www.rudolf-shk.de

- 1 Ein ausreichend breiter Zugang (mindestens 80 cm) **ohne Schwelle** ermöglicht es Ihnen, problemlos ins Bad zu gelangen.
- 2 Eine **nach außen zu öffnende Tür oder eine Schiebetür** ermöglicht schnelle Hilfe im Falle eines Sturzes.
- 3 Eine **Notrufanlage** oder Inaktivitätserkennung leistet im Notfall gute Dienste.
- 4 Eine **bodengleiche Dusche** erleichtert die Nutzung der Duschkabine/des Duschbereichs und reduziert das Sturzrisiko.
- 5 Feste **Duschtrennwände** sind Barrieren! Deshalb sollte der Spritzschutz der barrierefreien Dusche aus einem Duschvorhang oder komplett wegklappbaren Duschwänden bestehen. So kann die Bewegungsfläche mitgenutzt werden und Pflegepersonen werden bei ihrer Tätigkeit nicht behindert.
- 6 Kleine oder **rutschhemmende Fliesen** bzw. Fußböden verringern die Gefahr des Ausrutschens. In Bade- und Duschwannen schaffen rutschsichere Matten oder eine chemische Behandlung der Oberfläche Abhilfe.
- 7 Gut erkennbare, **stabile Stütz- und Haltegriffe** sorgen für mehr Sicherheit im Bereich von Dusche, Toilette und Badewanne. Die Wände und Vorwandinstallationen sollten vorausschauend so beschaffen sein, dass sie jederzeit nachgerüstet werden können, auch wenn zunächst noch kein Bedarf besteht.



© Jörg Lantelme - stock.adobe.com

- 8 Eine **Sitzgelegenheit** vor dem Waschbecken und in der Duschkabine erleichtert die Körperpflege. Deshalb ist es ratsam, Unterbauten am Waschbecken wegzulassen bzw. zu entfernen.
- 9 Ein **höhenverstellbares Waschbecken** lässt sich individuell anpassen. **Integrierte Haltegriffe** erleichtern das Aufstehen.
- 10 **Einhebelarmaturen** sind leicht zu bedienen. Wenn kognitive Einschränkungen vorliegen oder das Tastempfinden der Haut nachlässt, sind Armaturen mit Verbrühschutz sinnvoll, bei denen die obere Temperatur auf 38° C begrenzt wird.
- 11 Eine **individuell angepasste Höhe oder eine höhenverstellbare Toilette** bei sehr unterschiedlich großen Nutzern sowie Haltegriffe an der Wand können das Aufstehen und Hinsetzen erleichtern.

Altersgerecht wohnen. Wohnraum- und Badsanierung aus einer Hand!



Unsere Spezialitäten:

- Komplettumbauten
- Natursteinböden
- Trockenbauwände
- Behindertengerechte Umbaumaßnahmen

Unsere Spezialitäten:

- Design-Bäder
- Raumsparbäder
- Barrierefreie Bäder
- Behindertengerechte Bäder
- Wellnessoasen



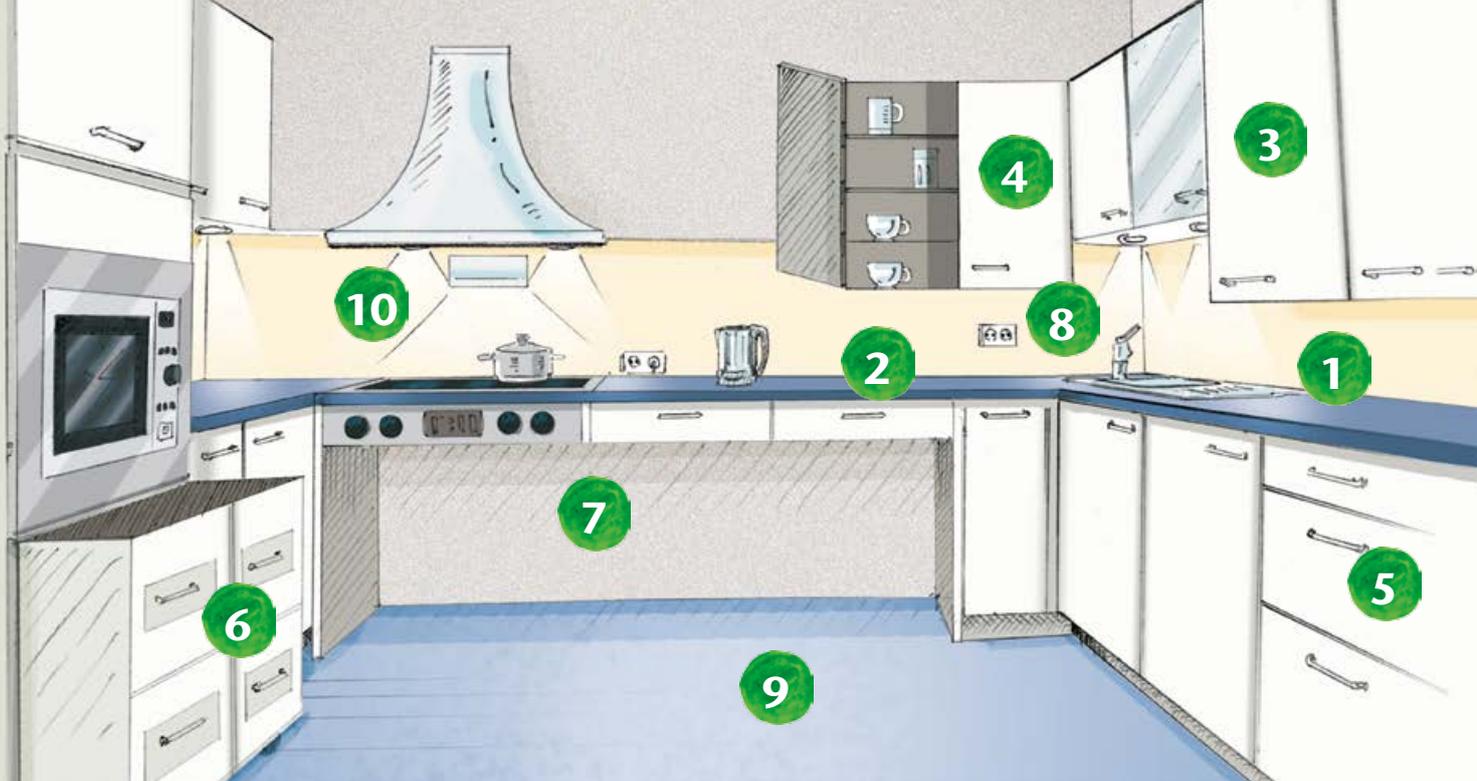
Das können wir für Sie übernehmen:

- Heizungsinstallation
- Sanitärinstallation
- Elektroinstallation
- Maurerarbeiten
- Trockenbauarbeiten
- Fliesen-/Natursteinarbeiten
- Malerarbeiten
- 3D-Bad-Planung
- Bad-Komplett-einrichtung (vom Badschrank bis zum Kleiderhaken)

ENGELBRECHT die Profis STEIN

BADConcept
BAYREUTH
exklusives Bad-Design

www.nakuwa.de • Huth 1 • 95473 Haag • Tel. 09201-9980 • www.badconcept-bayreuth.de



Küche

- 1 Schaffen Sie auf den **Arbeitsflächen** genug Platz zum Arbeiten – ebenso im Bereich des Spülbeckens.
- 2 Achten Sie auf eine sinnvolle **Anordnung** der Arbeitsfelder, damit sie diese bequem erreichen können.
- 3 Achten Sie auf eine gute Erreichbarkeit der **Schränke**, indem Sie keine raumhohen verwenden. Hängeschränke können bei Bedarf mit mechanischen oder elektrischen Liftsystemen aus- oder nachgerüstet werden.
- 4 Planen Sie einen gut erreichbaren Platz für die **Lagerung von Vorräten** und Behältern ein.
- 5 Bauen Sie **Unterschränke** mit leichtgängigen Auszügen und Schubladen ein.
- 6 **Schubladen- und Türgriffe** sollten deutlich erkennbar und gut zu greifen sein.
- 7 Passen Sie die **Höhe der Arbeitsplatte** auf Ihre Körpergröße an, sodass Sie im Stehen rückenschonend arbeiten können, und planen Sie zusätzlich einen Platz ein, an dem Sie im Sitzen mit ausreichend Beinfreiheit arbeiten können.
- 8 Steckdosen, Beleuchtung und Schalter sollten sich in **Greifhöhe** befinden.
- 9 Ein rutschfester **Bodenbelag** sorgt für mehr Standfestigkeit.
- 10 Gute **Lichtquellen** entspannen die Augen und erhöhen die Konzentrationsfähigkeit.
- Achten Sie auf Ihre Sicherheit: Um die Brandgefahr zu verringern, kann über dem Herd ein **Herdwächter** angebracht werden. Spitze und gefährliche **Möbelkanten** sollten abgerundet werden.
- Spezielles Geschirr und Besteck** erleichtern bei entsprechenden Einschränkungen 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.
- Sofern die Küche für **Rollstuhlfahrer** nutzbar sein soll, müssen bestimmte Bereiche, wie Arbeitsplatte, Spüle und das Kochfeld, unterfahrbar sein.
- Damit die Küche **geräumiger** ist, sollten Sie sich auf wenige nützliche Möbel beschränken.



© Andrey Popov - stock.adobe.com



Wohnzimmer

- 1 Genügend **Bewegungsfreiheit** steigert die Lebensqualität. Diese kann zum Beispiel durch das Entfernen von Möbeln, die nicht dringend gebraucht werden, geschaffen werden.
- 2 Teppichkanten, Läufer ohne rutschhemmende Unterlage und sperrige Möbel erhöhen die **Sturzgefahr**. Deshalb sollten sie entfernt werden.
- 3 **Bedienelemente**, beispielsweise Lichtschalter, Steckdosen etc. sollten in einer geeigneten Höhe angebracht werden, je nachdem ob sie sitzend oder stehend bedient werden. Funklichtschalter können dort ergänzt werden, wo sie benötigt werden, z. B. am Lieblingssessel.
- 4 **Elektrische Rollläden** öffnen und schließen automatisch und erhöhen die Sicherheit.
- 5 **Stabile komfortable Sitzmöbel** in geeigneter Höhe erleichtern das Aufstehen. Zu niedrige Möbel können vom Schreiner angepasst werden.
- 6 **Aufstehessel** unterstützen nicht nur das Aufstehen, sondern lassen auch eine bequeme Ruheposition zu.
- 7 Um auch im Sitzen einen guten Blick aus dem Fenster zu haben, sollten **Fensterbrüstungen** eine Höhe von maximal 60 cm haben.
- 8 Das Telefon sollte sich immer in **greifbarer Nähe** zu den Sitzmöbeln befinden.
- 9 Fernbedienung und Telefon mit **großen Symbolen und wenigen Funktionen** erleichtern die Nutzung.
- 10 **Blumen und Grünpflanzen** sollten gut zugänglich sein, sodass sie ohne Probleme gewässert werden können.



Die Beste unter der Sonne



*Den Sommer
stilvoll genießen
mit markilux Markisen*

Fenster · Haustüren · Rolllöre
Markisen · Sonnenschutzanlagen
Rollladenkastenanierung
Raffstoren · Insektenschutz
Rollläden · Mini-Rollläden



50 Jahre rollo Raab

Wir beraten Sie gern:



Dorfstraße 11
95517 Emtmannsberg
Tel. 0 92 09/9 89-0
info@rollo-raab.de
www.rollo-raab.de

Balkon und Garten

- 1** Ein **rutschfester und ebener Bodenbelag** hilft dabei, Stürze zu vermeiden.
 - 2** **Gartenwege** sollten breit genug sein, um sie bei Bedarf mit dem Rollstuhl oder Rollator nutzen zu können (mind. 1,20 m).
 - 3** Gleichen Sie die Höhe der Böden an, um den **Übergang** vom Zimmer auf den Balkon oder die Terrasse zu erleichtern.
 - 4** Ein **stabiler Haltegriff** neben der Balkon- oder Terrassentür hilft beim Überwinden von Türschwellen, wenn diese nicht zu beseitigen sind.
 - 5** Stabile Stühle und **Sitzgelegenheiten** bieten ausreichende Erholungsmöglichkeiten. Armlehnen mit Übergriff erleichtern das Hinsetzen und Aufstehen.
 - 6** **Eine gute Beleuchtung** erhöht die Sicherheit bei Nutzung des Außenbereichs bei Dämmerung oder Dunkelheit. Solarleuchten können auch ohne das Verlegen von Stromkabeln genutzt werden. Bewegungsmelder oder digitale Zeitschaltuhren sind praktische Einrichtungen.
 - 7** **Ein mobiler Gartensitz** ermöglicht es, die Gartenarbeit rücken- und gelenkschonend zu verrichten.
- Falls ein schwellenloser **Übergang** nicht möglich ist, können Schwellenkeile, Rampen oder Plattformlifte helfen, Stufen zur Terrasse oder zum Garten zu überwinden.
- Unterfahrbare **Hochbeete** können bequem im Sitzen oder im Stehen bearbeitet werden.

SEHEN SIE IHR ZUHAUSE
MIT ANDEREN AUGEN.

weru



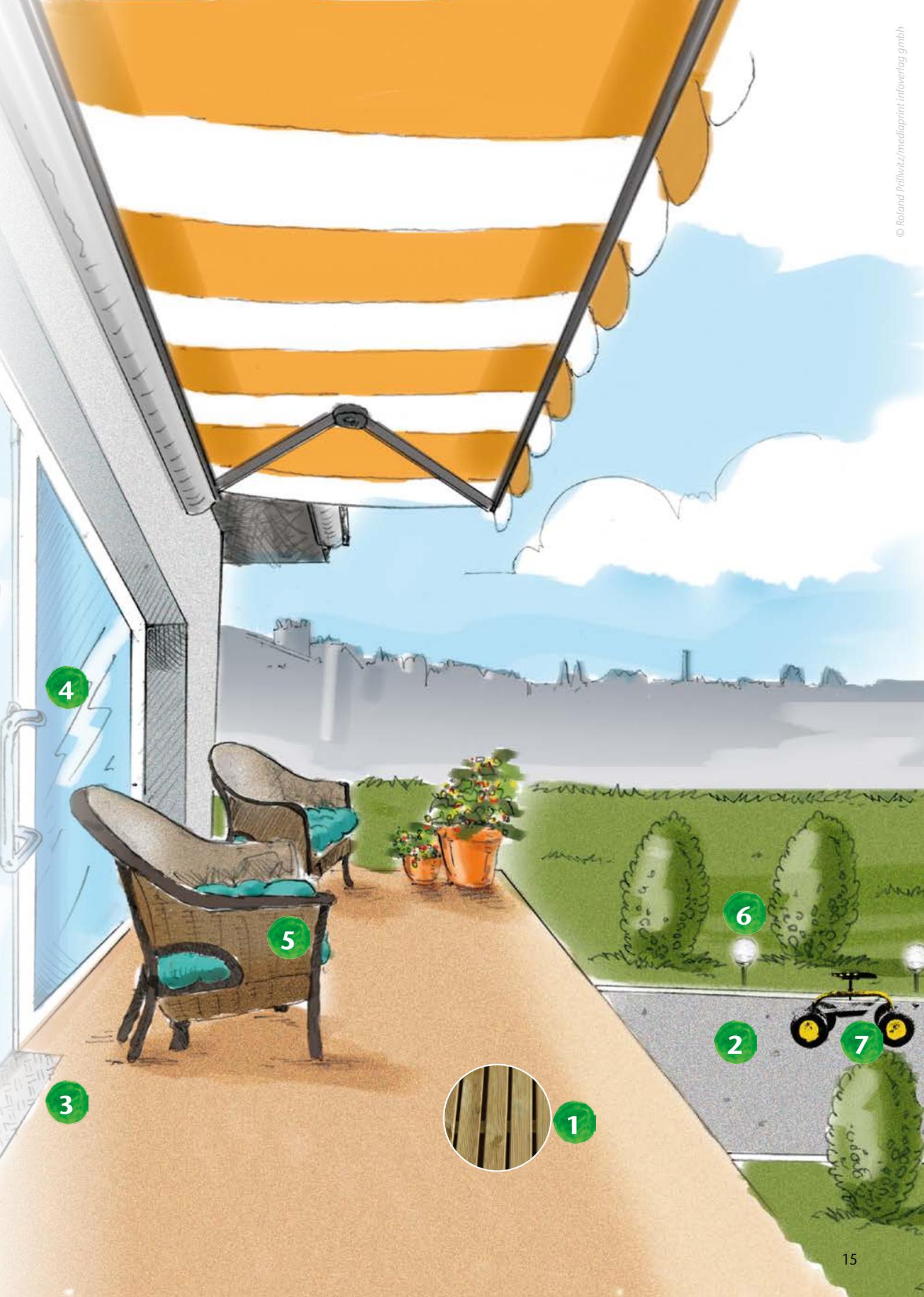
WEIT SICHT

SCHWELLENANGST?

Nicht bei unserer Hebe-Schiebeanlage! Mit WERU bauen Sie barrierefrei und sorgen so nicht nur für das Leben im Alter vor.

PAUSCHER
Fenster + Türen

Pauscher Fenster + Türen
Kulmbacher Straße 92 | 95445 Bayreuth
Tel. +49 (0) 921/50 700 90
info@Pauscher.de | www.Pauscher.de





Schlafzimmer

- 1 Eine individuell **angepasste Höhe** des Bettgestells oder eine erhöhte Matratze erleichtern das mühelose Aufstehen (eventuell verstellbare Kopf- bzw. Fußteile).
- 2 **Elektrisch verstellbare Pflegebetten** oder Pflegeeinlegerahmen, die in ein vorhandenes Bett gestellt werden können, sind komfortabel und erleichtern bei Bedarf die Pflege.
- 3 Bei bestehendem Pflegebedarf sollte das Bett von drei Seiten zugänglich sein, um Platz für notwendige Pflegemaßnahmen zu haben.
- 4 Ein **Nachttisch auf Rollen** kann immer in die richtige Position gebracht werden.
- 5 **Lichtschalter, Telefon und Notruf** sollten auch vom Bett aus erreicht werden können. Hier ist evtl. ein Telefonanschluss erforderlich.
- 6 **Nachtlichter mit Bewegungsmelder** sind hilfreich für die Orientierung bei Dunkelheit.
- Elektrische **Rollläden** öffnen und schließen automatisch zu einer fest programmierten Zeit, wenn sie mit einer **Zeitschaltuhr** ausgestattet sind.
- Stolperfallen** wie Teppichkanten sollten vermieden werden.
- Kleiderlifte** können in den Schrank eingebaut werden (mechanisch oder elektrisch) und bringen bei Bedarf die Kleidung in erreichbare Höhe.
- Schaffen Sie genügend **Bewegungsfreiheit**, um das Zimmer bei Bedarf auch mit Hilfsmitteln komfortabel nutzen zu können.



© mopsgrafik - stock.adobe.com



© noname3132 - stock.adobe.com

Wohnen mit Technikunterstützung

Das Angebot an technischen Systemen, die das barrierefreie und altersgerechte Wohnen erleichtern, ist sehr groß und vielseitig und kann zur besseren Alltagsbewältigung beitragen.

Smart Home sowie Ambient Assisted Living (AAL) stehen für Konzepte, Produkte und Dienstleistungen, die neue Technologien in den Alltag einführen, um die Lebensqualität für Menschen in allen Lebensphasen, vor allem im Alter, zu erhöhen. Ins Deutsche übersetzt, steht AAL für **Alltagsunterstützende Assistenzsysteme**. 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 eingesetzt, um wiederkehrende Prozesse selbstständig zu steuern.

Die häufigsten Anwendungsbeispiele liegen im Bereich 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
- Eingangüberwachung mit Türöffnung
- Automatische Flurbeleuchtung
- Transponder zur Türöffnung
- Klingel mit optischem Signal

Die Anwendungen sind einfach zu beherrschen und können nahezu unauffällig in den Alltag eingebunden werden. Die Systeme werden an die spezielle Lebenssituation der betroffenen Personen angepasst und können bei Bedarf verändert oder erweitert werden. Im Rahmen des Bundesprogramms „Altersgerechtes Umbauen“ unterstützen das Bundesministerium für Wohnen, Stadtentwicklung und Bauwesen sowie die KfW-Bankengruppe Smart-Home-Lösungen mit finanziellen Zuschüssen. Ebenfalls förderfähig ist eine Smart-Home-Anlage auch als Zusatzmaßnahme bei einer energetischen Sanierung.

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. 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.





© REDPIXEL - stock.adobe.com



© Dan Race - stock.adobe.com

Interessante Funktionen etwas ausführlicher

Funk-Sensor 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.

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 Einbruchsschutz.

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. Durch die Vernetzung sparen Sie nicht nur viel Zeit, sondern auch Heiz- und Stromkosten.

Automatische Herdabschaltung

Ein eingeschalteter Herd kann eine ernst zu nehmende 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, 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.

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-Fensteralarme 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.

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 beginnen schon bei 250 Euro.

Hausnotruf

Der Hausnotruf ist ein Hilfsmittel, das alleinstehenden Menschen ein hohes Maß an Sicherheit bietet. Bei einem Sturz oder einer anderen Notsituation kann der Hausnotruf schnelle Hilfe bieten. Man trägt einen kleinen Funksender bei sich, der mit einer Notrufzentrale verbunden ist, die rund um die Uhr besetzt ist. Auf Knopfdruck wird über eine Freisprechanlage eine Verbindung zu dieser hergestellt. Die Notrufzentrale schätzt die Gefahrensituation ein und informiert je nach Bedarf Angehörige, Nachbarn, einen Hintergrunddienst oder direkt einen Rettungsdienst. Um im Notfall die Tür nicht aufbrechen zu müssen, wird eine sichere Schlüssel hinterlegung oder ein Schlüsselsafe angeboten.

Für unterwegs sind mobile Notrufe erhältlich, die eine größere Reichweite als Hausnotrufe haben und den Standort des in Not geratenen Menschen über GPS orten können.

In der Regel wird für einen Hausnotruf eine einmalige Bereitstellungsgebühr fällig. Die monatlichen Kosten können auf Antrag ab Pflegegrad 1 mit 25,50 Euro monatlich durch die Pflegekasse bezuschusst werden.



© Ingo Bartussek - stock.adobe.com

Der Landkreis Bayreuth gewährt zudem Leistungen aus dem Familienprogramm und unterstützt ältere, alleinstehende, gebrechliche, kranke und/oder behinderte Menschen, bei denen die Gefahr besteht, dass **unvorhersehbar** und **plötzlich** ein Zustand der akuten Lebensbedrohung oder Hilflosigkeit auftritt. Einkommengrenzen werden dabei berücksichtigt, Sparguthaben jedoch nicht angerechnet. Weitere Informationen hierzu erhalten Sie im Landratsamt.

Ansprechpartnerin:

Sabine Lottes

Telefon: 0921 728-257

Telefax: 0921 728-88-257

E-Mail: sabine.lottes@lra-bt.bayern.de

Smartwatches mit Notruffunktion

Inzwischen sind viele Smartwatches mit Notruffunktion erhältlich, die zusätzlich zum „aktiven“ Notruf auch „passiv“ einen Notruf auslösen können, indem sie Stürze oder ungewöhnliche Inaktivität erkennen. In einer Notsituation werden festgelegte Kontaktpersonen angerufen oder per SMS informiert und gegebenenfalls auch Standortinformationen (per GPS-Ortung) weitergeleitet.

Hausnotruf
0921/403-444

**Der BRK-Hausnotruf –
Sicherheit in allen Lebenslagen!**

**Bayerisches
Rotes
Kreuz**
Kreisverband Bayreuth

- # Für Ihre Sicherheit
- # Schnelle Hilfe
- # 24h erreichbar
- # Service und Hilfe aus einer Hand

 0921 403 - 444

Mehr Info unter: www.brk-bayreuth.de

Checkliste „Ein Leben lang zu Hause wohnen“

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

nur zur Anregung dient und nicht alle Bereiche oder speziellen Bedürfnisse abdeckt.

Konkreten Rat und Unterstützung bei der Umsetzung erhalten Sie bei der Wohnberatungsstelle telefonisch oder bei einem Hausbesuch.

Allgemeine Hinweise	ja	nein
Sind alle Stolperfallen (lose Kabel, rutschende Teppichläufer, Fußabstreifer, Vorleger und sonstige Gegenstände) beseitigt bzw. rutscht sicher befestigt?		
Sind Türschwellen, falls vorhanden, ausgeglichen und stolperfrei zu überqueren?		
Haben Vertrauenspersonen für Notfälle einen Zweitschlüssel für Ihre Wohnung?		
Sind genügend Rauchmelder für den Brandschutz angebracht?		
Sind die Fenstergriffe leicht zu bedienen (ggf. mit Griffverlängerungen)?		
Sind alle Lichtschalter gut erkennbar (Farbe, Kontrast, Größe), gut erreichbar oder durch eine Fernbedienung bzw. Bewegungsmelder ergänzt?		
Sind alle Türen ausreichend breit, z. B. für den Gebrauch eines Rollators oder Rollstuhls?		

Hauseingang	ja	nein
Sind Hausnummer und Namensschild gut erkennbar und beleuchtet?		
Ist eine Gegensprechanlage ggf. mit Videoüberwachung installiert?		
Gibt es einen automatischen Türöffner?		
Ist die Haustür als Wetterschutz überdacht?		
Wird der Eingang nach Anbruch der Dunkelheit über Bewegungsmelder automatisch beleuchtet?		
Leuchtet das Licht im Treppenhaus ausreichend lange, um die Wohnung oder das nächste Stockwerk bei Licht zu erreichen?		
Können Sie die Haustür sicher erreichen oder bestehen Hindernisse wie Treppen?		

Hausflur und Treppenhaus	ja	nein
Ist der Bodenbelag im Flur und auf den Treppen trittsicher und rutschfest?		
Gibt es die Möglichkeit, im Hausflur einen Rollator abzustellen?		
Sind die Treppenstufen gut erkennbar, z. B. durch Markierungen an der Vorderseite?		
Haben alle Treppen durchgehende, griffsichere, beidseitige Handläufe?		

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

Schlafbereich	ja	nein
Hat das Bett die richtige Höhe, um gut aufstehen zu können?		
Gibt es eine ausreichend große Ablagefläche neben dem Bett für Lampe, Telefon, Medikamente, Bücher, Brille usw.?		
Sind Möglichkeiten zum Auf- und Abstützen vorhanden, z. B. Bügelstütze, Haltegriffe?		
Bei Pflegebedürftigkeit: Ist ein Pflegebett oder ein Einlegerahmen vorhanden?		
Gibt es um das Bett ausreichend Platz zum Ein- und Aussteigen, zur Pflegeunterstützung oder zum Abstellen von Gehhilfen?		
Gibt es einen Bewegungsmelder für das Licht für nächtliche WC-Gänge?		
Ist der Lichtschalter im Dunkeln gut zu erreichen?		
Ist ein Bewegungsmelder, der nachts automatisch für Licht sorgt, installiert?		

Bad und WC	ja	nein
Ist die Tür breit genug (mind. 80 cm), schwellenfrei, nach außen öffnend und kann im Notfall auch von außen entriegelt werden?		
Ist das Bad ausreichend groß, mit Bewegungsflächen für Rollator oder Rollstuhl?		
Ist der Boden rutschhemmend, auch bei Nässe oder Feuchtigkeit?		
Sind die Wände tragfähig genug für den Einbau von Stütz- und Haltegriffen?		
Ist die Beleuchtung ausreichend und blendfrei?		
Ist eine bodengleiche Dusche vorhanden?		
Gibt es eine Sitzgelegenheit?		
Gibt es ausreichend Haltegriffe in der passenden Höhe?		
Ist eine Thermostadmischbatterie als Schutz vor Verbrühungen eingebaut?		
Ist das Waschbecken unterfahrbar und im Sitzen zu nutzen?		
Ist das Waschbecken stabil genug, um sich daran festzuhalten, oder ist es mit Griffmulden ausgestattet?		
Hat das WC die richtige Sitzhöhe, dass ein problemloses Hinsetzen und Aufstehen möglich ist?		
Sind notwendige Stütz- und Haltegriffe vorhanden?		

Küche	ja	nein
Ist die Küche mit einem rutschhemmenden Bodenbelag ausgestattet?		
Ist die Arbeitsplatte auf Ihre Größe angepasst, sodass ein rückschonendes Arbeiten im Stehen möglich ist?		
Gibt es einen Platz, an dem im Sitzen gearbeitet werden kann und der unterfahrbar ist?		
Sind die Küchengeräte in gut erreichbarer Höhe eingebaut?		
Sind alle regelmäßig notwendigen Schrankinhalte leicht erreichbar?		
Ist die Beleuchtung ausreichend, um Unfallgefahren zu reduzieren?		
Ist bei Bedarf eine Herdsicherung installiert?		

Balkon und Terrasse	ja	nein
Sind Terrasse, Balkon und Garten schwellenfrei zu erreichen?		
Sind ggf. mobile Rampen und/oder Stütz- und Haltegriffe vorhanden?		
Sind Rollläden und Markisen elektrisch bedienbar?		
Ist ein bequemer Sitzplatz mit Sonnen- und Wetterschutz vorhanden?		



optikkettel
Ihre mobile Optikerin vor Ort.
Astrid Kettel Mobil: 0157 - 88 88 12 24
Rehleite 20 · 95445 Bayreuth

© Judex - Fotolia



Kompetent • Zuverlässig • Freundlich



Sanitätshaus & Rehatechnik
Schuhmann & Landstorfer

Rehatechnik

- Gehhilfen
- Rollatoren
- Rollstühle
- Pflegehilfsmittel
- Pflegebetten / Einlegerahmen
- Dusch- und Badehilfen
- Alltagshilfen
- Dekubitus Hilfsmittel
- Toilettenhilfen
- Therapieliegen
- Stehhilfen
- Transfer- und Lagerungshilfen
- Therapeutische Bewegungsgeräte
- Elektrorollstühle / Scooter
- Rampen
- Aktiv- und Sportrollstühle
- Elektroantriebe / Zugeräte
- XXL-Produkte

Orthopädietechnik

- Produkte aus dem Sanitätshaus
- Bandagen und Orthesen
- Kompressionstherapie
- Prothesen
- Narbenkompression
- Brustprothesen
- Hilfsmittel zur häuslichen Pflege
- Gehstöcke
- Alltagshilfsmittel
- Bequemschuhe
- Blutdruckmessgeräte
- Orthopädische Einlagen
- Diabetes adaptierte Einlagen
- Sensomotorische Einlagen
- Laufbandanalysen

Kostenlose Hausbesuche - Beratung

Kinder Rehatechnik

- Sitzschalen nach Maß und Abdruck
- Elektrorollstühle für Kinder
- Orthesen-Versorgungen individuell angepasst
- Autokindersitze
- Kinderrollstühle

Home Care

- Inkontinenzversorgung
- Pflegehilfsmittel-Pakete

Sonderbau

„Geht nicht gibt's nicht“, unser Motto auch im Sonderbau.



Egerländer Str. 28 • 95448 Bayreuth • Tel. 092 1/72 61 30 • Fax 092 1/84 67 2
Pestalozzistr. 1 • 95326 Kulmbach • Tel. 092 21/86 87 8 • Fax 092 21/27 30
Martinsberger Str. 8 • 95119 Naila • Tel. 092 82/98 46 88 • Fax 092 82/98 46 87

kontakt@rehatechnik-sl.de • www.rehatechnik-sl.de



© Jean Kobben - Fotolia

Nützliche Hilfsmittel

Neben Maßnahmen der Wohnungsanpassung können Hilfsmittel den Alltag erheblich erleichtern und Sie dabei unterstützen, Ihr Leben möglichst selbstständig zu führen.

Rollatoren, Rollstühle und Elektromobile erhöhen die Mobilität inner- und außerhalb der Wohnung. Bei der Wohnungsanpassung ist zu berücksichtigen, dass für diese Hilfsmittel ausreichend Bewegungs- und Abstellflächen vorgesehen werden.

Vielen Menschen ist es ein besonderes Anliegen, ihre tägliche Körperhygiene ohne Unterstützung durch andere Personen selbstständig durchzuführen. Stütz- und Haltegriffe im Badezimmer erhöhen die Standsicherheit und unterstützen beim Aufstehen und Hinsetzen. Selbstständiges Duschen und Baden kann durch Duschsitze und Badewannenlifte erleichtert und ermöglicht werden. Ein Dusch-WC mit Warmwasser-Unterdusche und Warmluft-Trocknung erleichtert die Intimpflege bei Menschen mit Bewegungseinschränkungen. Alternativ kann bei bestimmten Mobilitätseinschränkungen und Erkrankungen auch ein WC-Aufsatz mit Duschfunktion als Hilfsmittel verordnet werden.

Körperliche, altersbedingte Veränderungen schränken die persönliche Reichweite oft ein, hier können Hilfsmittel unterstützen: Um die Kleidung schnell und bequem auf erreichbare Höhe zu bringen, kann ein elektrischer Kleiderlift in den Schrank eingebaut werden. Falls der Griff von Fenstern schwer erreichbar ist, können sowohl flexible als auch fest montierte Verlängerungen der Fenstergriffe das Öffnen erleichtern.

Zudem gibt es viele kleine Helfer, die den Alltag vereinfachen, z. B. eine Zughilfe für Netzstecker, ein Frühstücksbrett mit erhöhter Kante, rutschfeste Unterlagen oder Greifzangen, um Gegenstände vom Boden aufzuheben. Den Möglichkeiten sind kaum Grenzen gesetzt.

Immer beliebter werden auch Saug- oder Wischroboter, die die Bodenreinigung übernehmen. Diese eignen sich besonders für Wohnungen mit schwellenlosen Übergängen zwischen den Räumen. Zu bedenken ist allerdings, dass das Risiko zu stolpern bei der Nutzung dieser Geräte größer wird.

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

Im Hilfsmittelverzeichnis sind alle Hilfsmittel gelistet, für die eine Kostenübernahme durch die gesetzliche Krankenversicherung (GKV) unter bestimmten Voraussetzungen möglich ist. Das Hilfsmittelverzeichnis dient nicht nur Sanitätshäusern, Ärzten und Krankenkassen zur Information, sondern auch den Versicherten oder pflegenden Angehörigen. So kann man herausfinden, ob und unter welchen Bedingungen die Kosten für ein bestimmtes Hilfsmittel von der Kranken- oder Pflegekasse übernommen werden können.
www.rehadat-gkv.de



© GrafKoks - stock.adobe.com



© GrafKoks - stock.adobe.com

Finanzierungs- und Fördermöglichkeiten

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

Dies ist auch im Hinblick auf die Bezuschussung der baulichen Maßnahmen wichtig. Denn Pflegekassen unterstützen im Rahmen der Pflegeleistungen eine Wohnraumanpassung für Pflegebedürftige (gemäß § 40 SGB XI) mit maximal 4.000 Euro für Maßnahmen zur Verbesserung des Wohnumfeldes. Falls sich zu einem späteren Zeitpunkt die Pflegesituation gravierend ändert, kann die Pflegekasse unter Umständen erneut Zuschüsse gewähren.

Voraussetzung für einen Zuschuss ist, dass die baulichen Maßnahmen die häusliche Pflege entweder überhaupt erst ermöglichen, erheblich erleichtern oder die Belastung für den Pflegebedürftigen beziehungsweise die Pflegeperson verringern. Der Anspruch besteht ab Pflegegrad 1.

Wenn sogar der beste Umbau nicht zu mehr Barrierefreiheit und Selbstständigkeit führt, sollten Sie über eine neue Wohnung nachdenken. Die Pflegeversicherung bezuschusst auch den Umzug in eine barrierefreie Wohnung als Maßnahme der „Verbesserung des Wohnumfeldes“. Ein vorheriges Gespräch bei Ihrer Pflegekasse ist hierzu allerdings dringend erforderlich.

Programme	Leistungen	Quellenverweis/Bemerkung/ weitere Informationen
Pflegekassen Wohnumfeldverbessernde Maßnahmen	Bis zu 4.000 € (bis 16.000 €, wenn mehrere Anspruchsberechtigte zusammen wohnen). Gefördert werden Maßnahmen der Anpassung des Wohnumfeldes an die besonderen Belange des Pflege- oder Betreuungsbedürftigen, z. B. Badumbau, Türverbreiterungen, fest installierte Rampen und Treppenlifte usw. Die Leistung ist unabhängig von Einkommen und Vermögen.	Das Bundesgesundheitsministerium bietet Online-Broschüren zur Pflege- und Krankenversicherung www.bmg.bund.de
Bayerisches Wohnungsbauprogramm Anpassung von bestehendem Wohnraum an die Belange von Menschen mit Behinderung	Leistungsfreies Baudarlehen Maximalbetrag: 10.000 Euro Einkommensabhängig	Anträge bei: Landratsamt Bayreuth für Eigenwohnraum Regierung von Oberfranken für Mietwohnraum
KfW Altersgerecht Umbauen – Kredit (159)	Ab 2,86 % effektiver Jahreszins, bis zu 50.000 € Kreditbetrag pro Wohneinheit	www.kfw.de/inlandsfoerderung/Privatpersonen/Bestandsimmobilien/Barrierereduzierung/
KfW Altersgerecht Umbauen – Investitionszuschuss (455)	Maximaler Zuschuss bei Standard „Altersgerechtes Haus“ 6.250 €, für Einzelmaßnahmen zur Reduzierung von Barrieren maximal 2.500 €	Hotline: 0800 539 9002, für Eigentümer, Mieter und Vermieter
Rentenversicherungsträger (für Angestellte) Agentur für Arbeit Erhaltung der Selbstständigkeit und der Arbeitskraft	zur Beschaffung, Ausstattung und Erhaltung einer behinderungsgerechten Wohnung	www.deutsche-rentenversicherung.de
Unfallversicherung (Berufsgenossenschaften) Bei Arbeits- und Wegeunfällen	<ul style="list-style-type: none"> • bei Umbaumaßnahmen bis zu 100 % • Umzugskosten 	Erkundigen Sie sich bei Ihrem Arbeitgeber nach der für Sie zuständigen Berufsgenossenschaft
Stiftungen Je nach Stiftungszweck, hier: selbstständige Lebensführung	<ul style="list-style-type: none"> • individuelle Förderung • Geldspenden/Beihilfen 	www.stiftungsindex.de

Die Zusammenstellung erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Geringfügige Änderungen sind möglich. Bitte beachten Sie die Verfügbarkeit der Fördermittel beim Zeitpunkt der Antragstellung. Einige könnten bereits ausgeschöpft sein! Angegebene Zinssätze unterliegen Schwankungen.

Förderung der Anpassung von Wohnraum an die Belange von Menschen mit Behinderung

Der Freistaat Bayern fördert im Rahmen des Bayerischen Wohnungsbauprogramms den Umbau von bestehendem Wohnraum für die Bedürfnisse von Menschen mit Behinderung. Es wird ein leistungsfreies Baudarlehen (im Ergebnis ein Zuschuss) von maximal 10.000 Euro pro Wohnung gewährt. Davon wird bei der Auszahlung ein einmaliger Verwaltungskostenbeitrag von 1 Prozent einbehalten.

Voraussetzung für eine Förderung ist unter anderem die Einhaltung von bestimmten Einkommensgrenzen und das Vorliegen einer Behinderung, aufgrund welcher der Alltag im bestehenden Wohnraum nicht mehr bewältigt werden kann. Die Umbaumaßnahme muss eine Verbesserung der Wohnsituation herbeiführen. Die förderfähigen Kosten müssen mindestens 1.000 Euro betragen.

Als bauliche Maßnahme kommen beispielsweise in Betracht:

- der Einbau behindertengerechter sanitärer Anlagen
- der Einbau eines Aufzugs, eines Treppenlifts oder einer Rampe für Rollstuhlfahrer
- die Beseitigung von Barrieren innerhalb und außerhalb der Wohnung

Die Förderung bewirkt eine Belegungsbindung von fünf Jahren. In dieser Zeit muss der Wohnraum von einer begünstigten Person genutzt werden. Wird die Nutzung vorher aufgegeben, kann es zu einer teilweisen Rückforderung des leistungsfreien Baudarlehens kommen.



Die Fördermittel für eigengenutzten Wohnraum (Wohnraum, der vom Eigentümer bewohnt wird) sind beim Landratsamt zu beantragen. Für die Anpassung von Mietwohnungen ist die Regierung zuständig. Diese Stellen erteilen auch nähere Auskünfte und sind bei der Antragstellung behilflich.

Landratsamt Bayreuth

Wohnraumförderung
Gaby Beck, Buchstabe A – K
Telefon: 0921 728-217
Elisabeth Wiche, Buchstabe L – Z
Telefon: 0921 728-348
Bitte Termin vereinbaren!

Regierung von Oberfranken

Sachgebiet 35 – Wohnungswesen
Wittelsbacherring 3
95444 Bayreuth
Christian Wunder
Telefon: 0921 604-1264
E-Mail: wohnungswesen@reg-ofr.bayern.de

SOZIALHILFE FÜR SENIOREN

Kostenlose Broschüre zur ambulanten und stationären Hilfe zur Pflege

BEZIRK OBERFRANKEN

Jetzt downloaden

Unsere Sozialverwaltung berät Sie gerne auch persönlich zu Fragen rund um die soziale Sicherung im Alter.

Sicherheit im häuslichen Umfeld

Sicherung von Haus und Wohnung

Viele Betrüger machen sich die Hilfsbereitschaft älterer Menschen an der Haustür zunutze. Daher sollten Sie bei fremden Personen immer eine gewisse Vorsicht walten lassen. Trickbetrüger versuchen unter einem Vorwand in Ihre Wohnung zu kommen, zum Beispiel:

- 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?
- Vermeintliche Vertreter mit einem angeblich super Angebot, angebliche Handwerker oder Mitarbeiter von Behörden stehen unangekündigt vor Ihrer Tür und wollen reingelassen werden.
- 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 beispielsweise mit diesen Vorkehrungen schützen:

- Ein Türspion bietet Ihnen die Möglichkeit zu sehen, wer vor der Tür steht, ohne die Tür öffnen zu müssen. Bewährt haben sich auch digitale Türspione, die anhand der größeren Bildfläche ein deutliches Bild vom Geschehen vor der Tür liefern.
- Ein Bewegungsmelder vor der Haustür bringt nicht nur mehr Licht ins Dunkel, er schüchtert auch den

ungebetenen Gast ein, weil er somit leichter identifizierbar ist.

- Mit einem Türsprechsystem können Sie zuerst mit dem Besucher sprechen, bevor Sie ihm per Knopfdruck die Tür öffnen. Viele Modelle bieten auch eine Videobildfunktion an, welche dank Infrarot sogar bei Dunkelheit ein klares Bild liefern.
- Eine massive Haus- oder Wohnungstür mit deutlich sichtbaren Sicherheitsvorkehrungen kann eine abschreckende Wirkung haben.

Beratung durch die Polizei

- Vergewissern Sie sich vor dem Öffnen, wer zu Ihnen will: Schauen Sie durch den Türspion oder aus dem Fenster, nutzen Sie die Türsprechanlage.
- Öffnen Sie Ihre Tür immer nur mit vorgelegter Türsperre (z. B. Kastenschloss mit Sperrbügel), lassen Sie niemals Fremde in Ihre Wohnung!
- 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?
- Seien Sie misstrauisch bei Anrufern, deren Stimme Sie nicht erkennen. Lassen Sie sich den vollständigen Namen, die Adresse und eine Telefonnummer geben, unter der Sie zurückrufen können. Echte Verwandte oder Bekannte werden dafür Verständnis aufbringen.
- Lassen Sie sich am Telefon keine Namen oder andere Informationen über Angehörige, Freunde oder Bekannte entlocken.
- Übergeben Sie niemals Geld an Personen, die Sie nicht kennen.

© Jürgen Fälchle - Fotolia



Schreinerei Jürgen Redel

**Wir machen Ihr Leben ein Stück sicherer
Einbruchschutz an ihren Fenstern und Türen**

Wir beraten Sie gerne, auch Ihre Fenster und Türen lassen sich nachrüsten, nutzen Sie auch gleich den staatlichen Zuschuss für Einbruchschutz

Jürgen Redel, Schreinermeister,
Lochau 1 b, 95488 Eckersdorf,
Tel. Nr. 09206/993520
Schreinerei-Redel@gmx.de



www.moebel-fuers-leben.com



© fizkes - stock.adobe.com

- 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!
- Wird Ihnen am Telefon eine Notsituation eines nahen Verwandten vorgegaukelt?
 - Legen Sie auf, sobald es zu einer Geldforderung kommt
 - Informieren Sie die Polizei
 - Hinterfragen Sie den Inhalt
 - Überprüfen Sie die Identität des Anrufers durch einen Rückruf
 - Lassen Sie sich nicht unter Druck setzen

Achtung: Trickbetrug am Telefon!

- Seien Sie misstrauisch bei Anrufern, deren Stimme Sie nicht erkennen. Lassen Sie sich den vollständigen Namen, die Adresse und eine Telefonnummer geben, unter der Sie zurückrufen können. Echte Verwandte oder Bekannte werden dafür Verständnis aufbringen.
- Lassen Sie sich am Telefon keine Namen oder anderen Informationen über Angehörige, Freunde oder Bekannte entlocken.
- Gibt sich der Anrufer als Polizist aus?
- Benötigt ein Verwandter angeblich sofort finanzielle Hilfe?

Tipps vom Fachberater

Die Kriminalpolizei bietet kostenlose Beratungen zu Ihrer Sicherheit an. Dies sind individuelle und produktneutrale Beratungen in Sachen Einbruchschutz, Beratungen zum Schutz für Zuhause, z. B. vor Betrug und Trickdiebstahl, und weitere Sicherheitstipps für Senioren.

Kriminalpolizeiinspektion Bayreuth

Ludwig-Thoma-Straße 6
95447 Bayreuth
Dominik Kloose
Telefon: 0921 506-2500
E-Mail: kripo-beratungsstelle-bayreuth@polizei.bayern.de



© M. Dörr & M. Frommherz - stock.adobe.com

Informationen und Unterstützung für Menschen mit Behinderung

Wenn eine Einschränkung von körperlichen Funktionen, geistigen Fähigkeiten oder der seelischen Gesundheit Sie länger als sechs Monate daran hindert, alterstypisch gleichberechtigt am Leben in der Gesellschaft teilzunehmen, liegt nach § 2 Abs. 1 SGB IX eine Behinderung vor. Es besteht somit die Möglichkeit, einen Grad der Behinderung (GdB) zu beantragen.

Welche Vorteile habe ich durch die Feststellung eines Grades der Behinderung (GdB)?

Je nach Grad der Behinderung und Merkzeichen (siehe angefügte Tabellen) können Sie eine Vielzahl von Erleichterungen beantragen, die Ihnen helfen sollen, das Leben mit der Einschränkung einfacher zu bewältigen. Das geht von steuerlichen Erleichterungen über besonderen Arbeitsschutz bis hin zur stark verbilligten Nutzung des öffentlichen Personennahverkehrs, möglicherweise sogar mit einer Begleitperson.

Wie bekomme ich einen Schwerbehindertenausweis?

Der Schwerbehindertenausweis dient als Nachweis des Rechtes auf Erleichterungen, die dem schwerbehinderten Menschen kraft Gesetz oder auf freiwilliger Grundlage zustehen.

Die Feststellung einer Behinderung erfolgt **auf Antrag** beim Zentrum Bayern Familie und Soziales (ZBFS). Der Antrag beinhaltet die Beantragung eines Grades der Behinderung (GdB), eines Merkzeichens und eines Schwerbehindertenausweises.

Sofern Sie Unterstützung beim Ausfüllen des Antrags brauchen, können Sie sich mit der Aufsuchenden Seniorenberatung des Landkreises in Verbindung setzen (siehe vordere Umschlagseite).

Informationen und Anträge
Zentrum Bayern Familie und Soziales
Regionalstelle Oberfranken
Hegelstraße 2
95447 Bayreuth
Telefon: 0921 605-4411
www.zbfs.bayern.de

Die wichtigsten GdB-abhängigen Rechte und Nachteilsausgleiche

20	50		60	70	80	100
Steuerfreibetrag: 384 €	Schwerbehindertenausweis wird ausgestellt	Schutz bei Wohnungskündigung	Steuerfreibetrag: 1.440 €	Steuerfreibetrag: 1.780 €	Steuerfreibetrag: 2.120 €	Steuerfreibetrag: 2.840 €
30	Kündigungsschutz	Vorgezogene Altersrente/Pensionierung	Freibetrag beim Wohngeld 1.800 € (siehe GdB 50)	Freibetrag beim Wohngeld 1.800 € (siehe GdB 50)	Freibetrag beim Wohngeld 1.800 € (siehe GdB 50)	Freibetrag beim Wohngeld 1.800 €
Gleichstellung mit schwerbehinderten Menschen möglich	Zusatzurlaub von einer Arbeitswoche	Steuerfreibetrag: 1.140 €	Reduzierung der Belastungsgrenze für Zuzahlungen in der gesetzlichen Krankenversicherung auf 1 % der jährlichen Bruttoeinnahmen bei Vorliegen weiterer Voraussetzungen	Preisermäßigung bei Erwerb der Bahn Card 50	Fahrtkosten-Pauschbetrag: 900 €	vorzeitige Verfügung über Bausparkassen- bzw. Sparbeträge nach dem Wohnungsbauprämiengesetz bzw. Vermögensbildungsgesetz
Kündigungsschutz und andere arbeitsrechtliche Vorteile bei Gleichstellung	Ermäßigung bei Kurtaxe (je nach Ortssatzung)	Sonderregelungen für Lehrer nach § 8 bayerische Lehrerdienstordnung		Fahrtkosten-Pauschbetrag bei Merkzeichen G: 900 €		
Steuerfreibetrag: 620 €	Bevorzugte Einstellung, Beschäftigung	begleitende Hilfe im Arbeitsleben		Ansatz der tatsächlichen Kosten oder 0,30 €/km als Werbungskosten für Fahrten zur Arbeitsstätte mit dem Kfz	90	
Grundsteuerermäßigung bei Rentenkaptalisierung nach BVG	Besondere Fürsorge im öffentl. Dienst	Vortritt beim Besucherverkehr in Behörden				
Sonderregelungen für gleichgestellte behinderte Lehrer nach § 8 bayerische Lehrerdienstordnung	Freibetrag bei der Einkommensermittlung im Rahmen der sozialen Wohnraumförderung: 4.000 €	Pflichtversicherung in der gesetzlichen Kranken- und Rentenversicherung für Behinderte in Werkstätten			Freibetrag beim Wohngeld 1.800 € (siehe GdB 50)	
Hilfe im Arbeitsleben durch Integrationsfachdienste	Freistellung von Mehrarbeit	Förderung der Anpassung von Miet- und Eigentumswohnraum an die Belange von Menschen mit Behinderung durch Vergabe von Darlehen				
40	Freibetrag beim Wohngeld bei Pflegebedürftigkeit und gleichzeitiger häuslicher/teilstationärer Pflege oder Kurzzeitpflege: 1.800 €					
Steuerfreibetrag: 860 €						

© „Wegweiser für Menschen mit Behinderung“, Zentrum Bayern Familie und Soziales – Ausgabe März 2022 – Änderungen sind vorbehalten.

Die wichtigsten Merkzeichen-abhängigen Rechte und Nachteilsausgleiche

G	aG	H	BI	GI	1. Kl.	
Freifahrt im öffentlichen Nahverkehr nach Erwerb einer Wertmarke oder Ermäßigung der Kfz-Steuer um 50 %	Freifahrt im öffentlichen Nahverkehr nach Erwerb einer Wertmarke und Befreiung von der Kfz-Steuer	Freifahrt im öffentlichen Nahverkehr (Wertmarke wird kostenlos ausgestellt) und Befreiung der Kfz-Steuer	Freifahrt im öffentlichen Nahverkehr (Wertmarke wird kostenlos ausgestellt) und Befreiung der Kfz-Steuer	Befreiung von der Umsatzsteuer unter bestimmten Voraussetzungen	Freifahrt im öffentlichen Nahverkehr nach Erwerb einer Wertmarke oder Ermäßigung der Kfz-Steuer um 50 %	Benutzung der 1. Wagenklasse mit Fahrscheinen 2. Klasse für Schwerkriegsbeschädigte mit Grad der Schädigungsfolgen von mindestens 70, wenn ihr körperlicher Zustand die ständige Unterbringung in der 1. Klasse erfordert
Fahrtkosten-Pauschbetrag bei GdB 70: 900 €	Fahrtkosten-Pauschbetrag: 4.500 €	Fahrtkosten-Pauschbetrag: 4.500 €	Fahrtkosten-Pauschbetrag: 4.500 €	Parkerleichterungen, Parkplatzreservierung	Recht auf Verwendung von Gebäudensprache bei Behörden	
Ansatz der tatsächlichen Kosten oder 0,30 €/km als Werbungskosten für Fahrten zur Arbeitsstätte mit dem Kfz	In vielen Gemeinden kostenloser Fahrdienst für behinderte Menschen unter bestimmten Voraussetzungen	Pauschbetrag wegen außergewöhnlicher Belastung: 7.400 €	Pauschbetrag wegen außergewöhnlicher Belastung: 7.400 €	Portofreie Beförderung von Blindensendungen		
Mehrbedarfserhöhung von 17 % bei der Sozialhilfe bei Alter ab 65 oder voller Erwerbsminderung	Unentgeltliche Beförderung der Begleitpersonen von Rollstuhlfahrern im internationalen Eisenbahnverkehr	In der Regel Gewährung von Pflegegeld, häuslicher Pflegehilfe usw.	Gewährung von Blindengeld oder von Pflegezulage der Stufe III nach dem BVG	Unentgeltliche Beförderung der Begleitperson im internationalen Eisenbahnverkehr	TBI	RF
Preisnachlass beim Neuwagenkauf bei vielen Händlern	Befreiung von Fahrverboten in Umweltzonen	Befreiung von Fahrverboten in Umweltzonen	Befreiung von Fahrverboten in Umweltzonen	Anspruch auf Zugänglichmachung von Dokumenten in Verwaltungs- und Gerichtsverfahren in Blindenschrift u. Ä.	Befreiung vom Rundfunkbeitrag	Ermäßigung des Rundfunkbeitrags
B	Übernahme der Kosten von Fahrten zur ambulanten Behandlung in besonderen Fällen durch die gesetzliche Krankenversicherung	Übernahme der Kosten von Fahrten zur ambulanten Behandlung in besonderen Fällen durch die gesetzliche Krankenversicherung	Übernahme der Kosten von Fahrten zur ambulanten Behandlung in besonderen Fällen durch die gesetzliche Krankenversicherung		Fahrtkosten-Pauschbetrag: 4.500 €	Ermäßigung der Telefongebühren bei einigen Telekommunikationsunternehmen
Unentgeltliche Beförderung der Begleitperson und eines Hundes im öffentlichen Personennah- und Fernverkehr	Parkerleichterungen, Parkplatzreservierung	In vielen Gemeinden Befreiung von der Hundesteuer	In vielen Gemeinden Befreiung von der Hundesteuer	© „Wegweiser für Menschen mit Behinderung“, Zentrum Bayern Familie und Soziales – Ausgabe März 2022 – Änderungen sind vorbehalten.		



© Alexander Rath - stock.adobe.com

Wohnraumanpassung bei Demenz

So lange wie möglich zu Hause zu bleiben, wünschen sich die meisten Älteren. Doch für Menschen mit Demenz hat die eigene Wohnung noch eine ganz besondere Bedeutung. Das häusliche Umfeld dient den Betroffenen als Gedächtnisstütze und Orientierungspunkt. In der gewohnten Umgebung der eigenen vier Wände können Fähigkeiten erhalten bleiben, die in einer neuen fremden Umgebung nicht mehr abzurufen sind. Deshalb sollte das eigene Umfeld nach Möglichkeit im gewohnten Zustand belassen werden. Gegenstände und Möbel, die einen emotionalen Wert für den Betroffenen haben, sollen nicht entfernt oder ausgetauscht werden, z. B. ein Lieblingssessel, auch wenn er deutliche Gebrauchsspuren aufweist.

Wohnungsanpassungen, die die Sicherheit für Betroffene erhöhen, sollten allerdings behutsam umgesetzt werden. Da die Fähigkeit, Gefahrensituationen richtig einzuschätzen, abnimmt, ist es sinnvoll, mögliche Gefahrenquellen aus der Wohnung zu entfernen, zum Beispiel Werkzeuge oder Gegenstände, von denen eine Verletzungsgefahr ausgeht.

Manchmal ist es auch sinnvoll, kleine bauliche Veränderungen vorzunehmen, wodurch die Lebensqualität verbessert und die Pflege zu Hause sichergestellt werden kann. Diese Anpassungsmaßnahmen sollten in einer möglichst frühen Phase der Erkrankung durchgeführt werden, dass sich Betroffene an die neue Umgebung gewöhnen können.

Zu viele Veränderungen können den Betroffenen überfordern und Ablehnung hervorrufen. Die Bedürfnisse der Erkrankten sind sehr unterschiedlich. Daher sollte das Tempo der Umbaumaßnahmen an die individuellen Fähigkeiten angepasst werden. Bewegungsmelder, indirekte Lichtquellen und vertraute Gegenstände hingegen sorgen für eine bessere Orientierung in der Wohnung. Teppichböden und Vorhänge dämpfen den Umgebungslärm, sollten aber keine Hindernisse und Stolperfallen darstellen. Vorsicht ist bei spiegelnden Flächen geboten, es können Irritationen und große Verunsicherungen ausgelöst werden.

Weitere Tipps und Informationen erhalten Sie bei der Fachstelle für Wohnberatung im Landratsamt.

Wichtige Ansprechpartner zum Thema „Wohnen im Alter“

Bayerische Architektenkammer – Beratungsstelle Barrierefreiheit

Regierung von Oberfranken
Ludwigstraße 20, 95444 Bayreuth
Berater: Dipl.-Ing. (FH) Martin Göhring,
Architekt Coburg;
Termine jeden ersten Mittwoch im Monat von
16.30 bis 18.30 Uhr
Anmeldung und Information:
Telefon: 089 139880-80
E-Mail: info@byak-barrierefreiheit.de
www.beratungsstelle-barrierefreiheit.de

Fachstelle für Wohnberatung Landkreis Bayreuth

Karin Böhm
Landratsamt Bayreuth
Markgrafenallee 5, 95448 Bayreuth
Telefon: 0921 728-509, Telefax: 0921 728-88-509
E-Mail: karin.boehm@lra-bt.bayern.de

Fachstelle für Wohnungsanpassung Stadt Bayreuth

Sozialamt Stadt Bayreuth
Ines Neuner
Schlossgalerie, Kanalstraße 3, 95444 Bayreuth
Telefon: 0921 25-1496
E-Mail: ines.neuner@stadt.bayreuth.de

Förderung der Anpassung von Wohnraum an die Belange von Menschen mit Behinderung

Regierung von Oberfranken
(zuständig für Mietwohnraum)
Sachgebiet 35 – Wohnungswesen
Wittelsbacherring 3, 95444 Bayreuth
Christian Wunder
Telefon: 0921 604-1264
E-Mail: wohnungswesen@re-ofr.bayern.de

Landratsamt Bayreuth (zuständig für Eigenwohnraum)
Wohnraumförderung
Gaby Beck, Buchstage A – K
Telefon: 0921 728-217, Telefax: 0921 728-88-217
E-Mail: gaby.beck@lra-bt.bayern.de

Elisabeth Wiche, Buchstabe L – Z
Telefon: 0921 728-348, Telefax: 0921 728-88-348
E-Mail: elisabeth.wiche@lra-bt.bayern.de
Bitte Termin vereinbaren!

Beratung von Menschen mit Behinderung, von Behinderung bedrohten Menschen und deren Angehörigen in allen Fragen zur Teilhabe und Rehabilitation

Simon Henche, Behindertenbeauftragter
Landratsamt Bayreuth
Markgrafenallee 5, 95448 Bayreuth
Telefon: 0921 728-275, Telefax: 0921 728-88-275
E-Mail: simon.henche@lra-bt.bayern.de

Pflegeberatung (Wohnumfeldverbessernde Maßnahmen für Pflegebedürftige)

Persönlich zuständige Pflegekasse,
z. B. AOK Bayern – Die Gesundheitskasse
Direktion Bayreuth-Kulmbach
Marco Gräbner Telefon: 0921 288-261
Stephanie Rocha Telefon: 0921 288-537
Friedrich-Puchta-Straße 27, 95444 Bayreuth

Koordinationsstelle Wohnen im Alter

Die Koordinationsstelle Wohnen im Alter informiert,
berät, unterstützt und begleitet kostenfrei alle Initiatorinnen und Initiatoren von Projekten und Ideen rund um das Thema „Wohnen im Alter“.
Telefon: 089 20189857
E-Mail: info@wohnen-alter-bayern.de
www.wohnen-alter-bayern.de



Wir helfen, wo Sie uns brauchen!



www.caritas-bamberg.de
www.caritas-bayreuth.de

Caritas-Sozialstationen und Fachstellen für pflegende Angehörige Bayreuth, Hollfeld-Waischenfeld und Pegnitz

Caritas-Alten- und Pflegeheime in Bayreuth, Hollfeld und Auerbach

Allgemeine Sozial-, Schuldner- und Migrationsberatungsstellen in Bayreuth

Wohnmodelle „In der Heimat wohnen“ in Bayreuth, Hollfeld und Pegnitz

Freiwilligenzentrum Bayreuth, **Mehrgenerationenhaus** Hollfeld, **Frauenhaus** Bayreuth

Das Leistungsnetzwerk der Caritas.



© oneinchpunch - stock.adobe.com

Hilfe und Unterstützung

Das Thema Pflege kann jeden von uns betreffen, ob als Betroffene oder Angehörige. Wenn ein Pflegebedarf vorliegt, können gesetzliche Leistungen beantragt werden, die die Versorgung zuhause oder in stationären Einrichtungen sicherstellen.

Pflegegrade und Leistungen

Feststellung der Pflegebedürftigkeit

Bei der Feststellung der Pflegebedürftigkeit werden körperliche, geistige und psychische Faktoren berücksichtigt. Ermittelt wird der Grad der Selbstständigkeit, der Pflegebedarf errechnet sich aus dessen Defiziten. Um Leistungen aus der Pflegeversicherung zu erhalten, muss die Einstufung in einen Pflegegrad bei der zuständigen Pflegekasse beantragt werden. Dieser Antrag ist formlos möglich.

Auf den Antrag hin überprüft und beurteilt ein Gutachter des Medizinischen Dienstes (MD) bzw. von medicproof (bei Privatversicherten) den Grad der Selbstständigkeit des Betroffenen im häuslichen Umfeld oder bei stationärer Versorgung in einer Pflegeeinrichtung. Anhand eines Bewertungssystems werden Punkte vergeben, die darstellen, inwieweit die Selbstständigkeit eingeschränkt ist.

Eine geringe Beeinträchtigung der Selbstständigkeit entspricht dem Pflegegrad 1. Die schwerste Beeinträchtigung erhält die Einordnung in den Pflegegrad 5.

Die Selbstständigkeit wird in folgenden Bereichen beurteilt:

1. Mobilität
2. Kognitive (geistige) und kommunikative Fähigkeiten
3. Verhaltensweisen und psychische Problemlagen
4. Selbstversorgung (Körperpflege, Ernährung, Toilettengang)
5. Bewältigung von und selbstständiger Umgang mit krankheits- oder therapiebedingten Anforderungen und Belastungen
6. Gestaltung des Alltagslebens und sozialer Kontakte

Auf der Grundlage des Gutachtens entscheidet die zuständige Pflegekasse, ob der Antrag auf Zuerkennung eines Pflegegrades bewilligt wird und welcher Pflegegrad vorliegt. Daraus leiten sich die Leistungen ab, die der Antragsteller aus der Pflegeversicherung erhält.

Alle Leistungen im Überblick

Das Pflegeunterstützungs- und -entlastungsgesetz (PUEG) soll die häusliche Pflege stärken. Maßnahmen sind die Erhöhung des Pflegegeldes und der Leistungsbeträge für ambulante Sachleistungen um fünf Prozent ab dem 1. Januar 2024.

Pflege-grade	Entlastungsbetrag (zweckgebunden)	Pflegegeld	Pflegegeld ab 01.01.2024	Pflegesachleistung	Pflegesachleistung ab 01.01.2024
1	125 Euro				
2	125 Euro	316 Euro	331,80 Euro	724 Euro	760,20 Euro
3	125 Euro	545 Euro	572,25 Euro	1.363 Euro	1.431,15 Euro
4	125 Euro	728 Euro	764,40 Euro	1.693 Euro	1.777,65 Euro
5	125 Euro	901 Euro	946,05 Euro	2.095 Euro	2.199,75 Euro

Quelle: Bundesministerium für Gesundheit; Angaben ohne Gewähr

Zum 01.01.2025 sollen das Pflegegeld und die Pflegesachleistungen noch einmal um 4,5 Prozent steigen. Danach sollen diese Leistungen, wie alle anderen Leistungen auch, alle drei Jahre an die Preisentwicklung angepasst werden, also zum ersten Mal am 01.01.2028.

Pflege-grade	Kurzzeitpflege (pro Jahr)	Verhinderungspflege (mind. 6 Monate häusliche Pflege Voraussetzung)	Entlastungsbudget (Jahresbudget für Kurzzeit- und Verhinderungspflege, Sechsmonatsfrist entfällt) ab 01.07.2025	Vollstationäre Pflege
1				125 Euro
2	1.774 Euro	1.612 Euro	3539 Euro	770 Euro
3	1.774 Euro	1.612 Euro	3539 Euro	1.262 Euro
4	1.774 Euro	1.612 Euro	3539 Euro	1.775 Euro
5	1.774 Euro	1.612 Euro	3539 Euro	2.005 Euro

Begrenzung des pflegebedingten Eigenanteils in der vollstationären Pflege

Am 1. Januar 2022 wurde eine Zuschussregelung für pflegebedingte Eigenanteile eingeführt. Je länger eine pflegebedürftige Person in einem Pflegeheim lebt, desto geringer soll der pflegebedingte Eigenanteil in der stationären Langzeitpflege sein. So erhalten Pflegebedürftige mit einem Pflegegrad von 2 bis 5 einen Leistungszuschlag. Je länger ein Bewohner im Pflegeheim wohnt, desto höher ist der Leistungszuschlag (siehe Tabelle). Ab dem 01.01.2024 werden die Zuschläge erhöht.

Pflegebedürftige mit vollstationärer Pflege	Entlastung seit 01.06.2022 in Prozent	Entlastung ab 01.01.2024 in Prozent
ab dem 1. Monat	5	15
mit mehr als 12 Monaten	25	30
mit mehr als 24 Monaten	45	50
mit mehr als 36 Monaten	70	75

Quelle: Bundesministerium für Gesundheit

Pflegearten

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

Landespflegegeld Bayern

Die Bayerische Staatsregierung investiert 400 Millionen Euro, damit Pflegebedürftige ab dem Pflegegrad 2 mit Hauptwohnsitz in Bayern zusätzlich 1000 Euro pro Jahr bekommen. Über diesen Betrag kann die pflegebedürftige Person frei verfügen. Hierzu muss lediglich ein einmaliger Antrag bei der Landespflegegeldstelle in München gestellt werden. Das Online-Formular und nähere Informationen finden Sie auf der Internetseite www.landspflegegeld.bayern.de

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

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

Erkundigen Sie sich, ob eine Versorgung durch einen **ambulanten Pflegedienst** für Sie infrage kommt. Neben den Pflegeleistungen werden oft auch hauswirtschaftliche Leistungen und solche der sozialen Betreuung angeboten. In manchen Versorgungsgebieten gibt es ehrenamtlich organisierte Vereine, die

Alltagsbegleitung und häusliche Unterstützung anbieten. Bei anerkannten Angeboten kann hierfür der Entlastungsbetrag von 125 Euro monatlich eingesetzt werden. Die Nutzung eines Menü-Bringdienstes **Essen auf Rädern** kann den Alltag wesentlich erleichtern.

Ein sogenanntes teilstationäres Angebot ist die **Tagespflege**. Sie können wählen, wie viele Tage in der Woche Sie die Einrichtung besuchen möchten. Am Abend und nachts sind Sie wieder zu Hause. Meist wird ein Fahrdienst angeboten. In der Tagespflege erhalten Sie nicht nur professionelle Pflege und Versorgung, sondern können auch unterhaltsamen Freizeit- und Beschäftigungsmöglichkeiten nachgehen. Auch hierfür steht ein Budget, abhängig vom Pflegegrad, zur Verfügung.

Pflegegrade	Tagespflege
1	
2	689 Euro
3	1298 Euro
4	1612 Euro
5	1995 Euro

Im Rahmen einer **Kurzzeitpflege** können Pflegebedürftige in einer stationären Einrichtung für einen bestimmten Zeitraum versorgt werden, z. B. im Anschluss an einen Krankenhausaufenthalt oder zur zeitweisen Entlastung der pflegenden Angehörigen.

Trotz der vielfältigen Unterstützungsmöglichkeiten im ambulanten und teilstationären Bereich kann der Umzug in eine **stationäre Pflegeeinrichtung** sinnvoll sein. Die Höhe der Kosten für eine stationäre Einrichtung ist von den Rahmenbedingungen abhängig, beispielsweise von der Lage und Ausstattung. Auf Antrag kann die Pflegekasse einen Zuschuss zum Umzug gewähren, nehmen Sie rechtzeitig Kontakt auf. Die Eingewöhnung in eine stationäre Einrichtung fällt leichter, wenn Sie noch so mobil sind, dass Sie die meist vielfältigen Beschäftigungs- und Freizeitangebote in Gemeinschaft nutzen können.



Mitziehen. Durch Gemeinschaft gewinnen.

Kommen Sie zu uns, wenn es darum geht, Ihr Recht gegenüber den Behörden und Sozialversicherungsträgern zu erstreiten. Bei Problemen mit der Renten-, Kranken- und Pflegeversicherung, dem Schwerbehindertenrecht und anderen sozialrechtlichen Fragen beraten wir Sie, helfen bei der Antragstellung und vertreten Sie vor Gericht – und zwar durch alle Instanzen.

VdK-Kreisgeschäftsstelle Bayreuth
Richard-Wagner-Str. 36, 95444 Bayreuth
Tel.: 0921 / 759 87-0
Fax: 0921 / 759 87-44
www.vdk.de/kv-bayreuth



unabhängig. solidarisch. stark.

Pflegeberatung

Alle Kranken-/Pflegekassen bieten ihren Versicherten und deren Angehörigen qualifizierte, umfassende und kostenfreie Pflegeberatung an, auf Wunsch auch zu Hause. Dieser Anspruch ist gesetzlich verankert.

Die Pflegeversicherung kann Sie in vielerlei Hinsicht unterstützen. Informieren Sie sich sorgfältig, welche Betreuungsmaßnahmen zum Leistungsspektrum der Versicherung gehören und welche Voraussetzungen für entsprechende Maßnahmen vorliegen müssen. Nehmen Sie sich genug Zeit und verschaffen Sie sich einen Überblick über die verschiedenen Möglichkeiten, damit Sie gute Entscheidungen treffen können.

Unterstützung für pflegende Angehörige

Die Betreuung und Pflege hilfsbedürftiger Menschen wird überwiegend von Familienangehörigen unter großer Anstrengung geleistet. Hier braucht es Menschen, die sich Zeit nehmen und als kompetente Gesprächspartner zuhören und dabei behilflich sind, Lösungswege zu finden. Neben den Beratungsangeboten der örtlichen Sozialhilfeträger und der Krankenkassen können die Fachstellen für pflegende Angehörige in Anspruch genommen werden. Die psychosoziale Beratung steht hier im Vordergrund. Außerdem werden Gesprächskreise mit Gleichgesinnten angeboten.

Die Teilnahme an einem Erste-Hilfe-Kurs, Selbsthilfegruppen sowie Fortbildungen im Bereich der Pflege können Sicherheit geben und die Pflegesituation zu Hause stabilisieren. Auch der Umgang mit Stress spielt eine wichtige Rolle. Entspannungstechniken können zum Beispiel auch mithilfe des Internets erlernt werden.

Das Thema „Lebensende“ sollte kein Tabu sein, vor allem dann, wenn eine Pflegebedürftigkeit durch eine unheilbare Krankheit, die das Leben verkürzt, ausgelöst wurde. Es ist sehr hilfreich, sich auf die letzte Lebensphase vorzubereiten. Der Hospizverein Bayreuth bietet dazu Letzte-Hilfe-Kurse und die Begleitung durch geschulte Hospizbegleiterinnen und -begleiter an.

Zur besseren Vereinbarkeit von Pflege und Beruf gibt es das Recht auf Familienpflegezeit und Pflegezeit. Bei einer kurzzeitigen Arbeitsverhinderung kann Pflegeunterstützungsgeld beantragt werden.

Nähere Informationen hierzu erhalten Sie beim Bundesministerium für Gesundheit, unter: www.bundesgesundheitsministerium.de/leistungen-der-pflege/vereinbarkeit-von-pflege-und-beruf.html



Beratungsstellen für pflegende Angehörige

Fachstelle für pflegende Angehörige –
Bayreuth Caritasverband für die Stadt und den
Landkreis Bayreuth e. V.

Paula Schauer

Roseggerstraße 5, 91257 Pegnitz

Mittwoch 09.00 – 12.00 Uhr

Telefonische Beratung sowie Terminvereinbarung:

Montag – Donnerstag 09.00 – 12.00 Uhr und
14.00 – 16.00 Uhr

Mobil: 0151 20988224

Ruth Domide

Am Graben 2 b, 96142 Hollfeld

Persönliche Beratung nach telefonischer

Terminvereinbarung

Montag, Mittwoch bis Freitag 10.00 – 12.00 und
14.00 – 16.00 Uhr

Telefon: 09274 80419

Ursula Epp

Persönliche Beratung nach telefonischer

Terminvereinbarung

Montag und Dienstag 08.00 – 12.00 Uhr

Mobil: 0152 26499200

Telefon: 0921 21515

BRK-Kreisverband

Doris Hertlein

Senioren- und Pflegeberatung

Hindenburgstraße 10, 95445 Bayreuth

Telefon: 0921 403-460

Mobil: 0170 2106661

Hospizverein Bayreuth

Preuschwitzer Straße 101, 95445 Bayreuth

Hospiz-Fachkraft: 0921 1505292

E-Mail: kontakt@hospizverein-bayreuth.de

Notruftafel

Bei jedem Notruf gilt:

Sprechen Sie bitte deutlich und teilen Sie der Leitstelle Folgendes mit:

- **Wo ist etwas geschehen?**
- **Was ist geschehen?**
- **Wie viele Verletzte gibt es?**
- **Wer meldet den Vorfall?**
- **Warten auf Rückfragen! Beenden Sie das Gespräch bitte erst, wenn Sie dazu aufgefordert werden!**

Nach dem Notruf warten Sie bitte das Eintreffen der Rettungskräfte ab, weisen Sie diese bei Bedarf ein und teilen Sie ihnen eventuell wichtige Beobachtungen mit.

Wichtige Telefonnummern	
Polizei	110
Feuerwehr	112
Rettungs- und Notdienst	112
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	116 117
Giftnotruf (München)	089 19240
Telefonseelsorge	0800 1110111 oder 0800 1110222

Ihr **Rotes Kreuz** in Bayreuth –
eine Nummer für alle Fälle!



Kreisverband Bayreuth



Ambulante Pflegedienste

Essen-auf-Rädern

Hausnotruf

Patientenfahrdienst

Senioren- & Pflegeberatung

Stationäre Pflegeeinrichtungen



0921 403-0

Wir sind immer für Sie da!

Mehr Infos auch unter: www.brk-bayreuth.de



Inserentenverzeichnis

Branche	Inserent	Seite
Badausstellung – Bad – Heizung – Solar	Fischer	9
Beratungsstelle Barrierefreiheit	Bayerische Architektenkammer Beratungsstelle Barrierefreiheit	5
BRK-Hausnotruf	Bayerisches Rotes Kreuz Kreisverband Bayreuth	19
Fenster	Rollo Raab GmbH	13
Fenster + Türen	Pauscher Fenster + Türen	14
Heizung – Sanitär – Solar	Andreas Rudolf – Meisterbetrieb Heizung – Sanitär – Solar	10
Landkreis – Aufsuchende Seniorenberatung	Landratsamt Bayreuth	U2
Optiker	Optik Kettel – Ihre mobile Optikerin vor Ort	22
Orthopädie- und Rehathechnik	reha team Nordbayern Gesundheitstechnik GmbH	7
Pflege-, Betreuungs- und Beratungsdienst	Bayerisches Rotes Kreuz Kreisverband Bayreuth	36
	Caritasverband für die Stadt und den Landkreis Bayreuth	31
	Rummelsberger Diakonie in Bayern	2, U4
Sanitätshaus – Rehathechnik	Sanitätshaus & Rehathechnik Schuhmann & Landstorfer GmbH	22
Schreinerei	Schreinerei Jürgen Redel	26
Sozialhilfe für Senioren	Bezirk Oberfranken	25
Sozialverband	VdK-Kreisgeschäftsstelle Bayreuth	34
Wohnraum- und Badsanierung	NAKUWA Engelbrecht Stein	11

Weitere Informationen finden Sie im Internet unter: www.total-lokal.de

U = Umschlagseite

IMPRESSUM		<p>in Zusammenarbeit mit: Landkreis Bayreuth Seniorenarbeit und Wohnberatung Markgrafenallee 5, 95407 Bayreuth</p>	<p>95407039/2. Auflage/2023</p>
	<p>Herausgeber: mediaprint infoverlag gmbh Lechstraße 2, 86415 Mering Registergericht Augsburg, HRB 27606 USt-IdNr.: DE 118515205 Geschäftsführung: Ulf Stornebel Tel.: 08233 384-0 Fax: 08233 384-247 info@mediaprint.info</p>	<p>Redaktion: Verantwortlich für den redaktionellen Inhalt: Landkreis Bayreuth, mediaprint infoverlag gmbh</p> <p>Verantwortlich für den Anzeigenteil: mediaprint infoverlag gmbh – Goran Petrusic</p> <p>Angaben nach Art. 8 Abs. 3 BayPrG: Alleinige Gesellschafterin der mediaprint infoverlag gmbh ist die Media-Print Group GmbH, Paderborn</p> <p>Quellennachweis für Fotos/Abbildungen: Titel: oben: drubig-photo – stock.adobe.com, unten links: Jörg Lantelme – stock.adobe.com, unten rechts: Africa Studio – stock.adobe.com Weitere Bildnachweise stehen in den jeweiligen Fotos.</p>	<p>Druck: MUNDSCHEK Druck + Medien GmbH & Co. KG Mundschenkstraße 5 06889 Lutherstadt Wittenberg</p> <p>Papier: Umschlag: 250 g Bilderdruck, chlor- und säurefrei Inhalt: 115 g Bilderdruck, chlor- und säurefrei</p> <p>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.</p>



Rummelsberger
Diakonie



Zeit für Senior*innen. Entlastung für Angehörige. Die Rummelsberger Diakonie in Bayreuth



Willkommen im neuen Zuhause

Alten- und Pflegeheim Mühlhofer Stift | Schellingstr. 19
Tel.: 0921 75763-0 | muehlhofer-stift@rummelsberger.net



Pflege und Betreuung im eigenen Zuhause

Rummelsberger Hauskrankenpflege Bayreuth | Hugenottenstraße 30
Tel.: 0921 2890-1670 10 | hauskrankenpflege-bayreuth@rummelsberger.net



Beratung zu Leben, Wohnen & Pflege

Beratungsstelle für Senioren und Angehörige | Hugenottenstraße 30
Tel.: 0921 3391-2926 | beratungsstelle-bayreuth@rummelsberger.net



Unterhaltung, Aktivierung & Pflege tagsüber

Senioren-Tagespflege HUGO49 | Hugenottenstraße 19
Tel.: 0921 2890-1670 20 | seniorentagespflege-bayreuth@rummelsberger.net

FANTASTISCHE SOZIALE BERUFE
Wir suchen in Bayreuth & bayernweit

Pflegeschulung- und Pflegehilfskräfte (m/w/d)
www.traumberufe-rummelsberger.de

Menschen an Ihrer Seite.
Die Rummelsberger

rummelsberger-diakonie.de/altenhilfe