

# Zuhause wohnen - ein Leben lang



## WOHNRAUMANPASSUNG IN PADERBORN

PLANUNG | HILFE | ANSPRECHPARTNER





# Wohnen und Leben im Herzen Paderborns

Im Alter im Herzen Paderborns zu Hause sein. Der Westphalenhof ist ein Seniorenzentrum mit einer langen Geschichte. Die Anfänge gehen in das Jahr 1312 zurück.

Der Westphalenhof bietet 99 Wohnungen für das **Betreute Wohnen** und rund 130 Pflegeplätze im **Altenheim**.

Trotz der Innenstadtlage gehört zum Westphalenhof ein großzügig angelegter Garten. Zum Dom und zum Wochenmarkt sind es nur wenige Fußminuten.

Parkmöglichkeiten sind in der hauseigenen Tiefgarage ausreichend vorhanden.



Im Herzen Paderborns:  
**Westphalenhof**  
Betreutes Wohnen | Altenheim

**Ansprechpartnerin Betreutes Wohnen**

Judith Hüwel, Tel. 0 52 51 / 2008-56  
E-Mail: [sd@westphalenhof.com](mailto:sd@westphalenhof.com)

**Ansprechpartnerin Altenheim**

Claudia Wendt, Tel. 0 52 51 / 2008-16  
E-Mail: [c.wendt@westphalenhof.com](mailto:c.wendt@westphalenhof.com)

[www.westphalenhof.com](http://www.westphalenhof.com)



Westphalenhof | Giersstraße 1 | 33098 Paderborn

## Liebe Mitbürgerinnen, liebe Mitbürger,

ist es möglich, weiterhin in der eigenen Wohnung zu leben, wenn man hilfsbedürftig ist? Diese Frage stellen sich viele ältere Menschen und ihre Angehörigen. Erfreulicherweise ist dies viel häufiger möglich als vermutet. Die Lösung: eine Wohnraumanpassung. Mit wenig Aufwand lässt sich oft eine große Wirkung erzielen.

Mit diesem Heft halten Sie die erste Paderborner Ausgabe der Broschüre „Besser wohnen zu Hause – Wohnraumanpassung“ in den Händen.

Nach der guten Resonanz auf unseren „Seniorenwegweiser“, mit vielen wichtigen Unterstützungsangeboten und Ansprechpartnern, freuen wir uns, Ihnen diesen speziellen Ratgeber für sicheres Wohnen vorstellen zu dürfen.

Ergänzend zu den Themen des Seniorenwegweisers ist es uns ein besonderes Anliegen, den älteren Bürgerinnen und Bürgern unserer Stadt Paderborn und auch ihren Familienangehörigen Wege aufzuzeigen, um ein eigenständiges und selbstbestimmtes Leben in der gewohnten Umgebung so lange wie möglich zu gewährleisten. Dafür reichen manchmal schon kleine Veränderungen innerhalb der eigenen vier Wände. Unter besonderen Umständen sind gelegentlich aber auch umfangreiche Umbaumaßnahmen erforderlich.

Ein rechtzeitiger Umbau der Wohnung und damit verbundener Abbau von Barrieren im Haushalt kann älteren und körperlich eingeschränkten Menschen, aber auch rüstigen Senioren, ein selbstbestimmteres Leben bis ins hohe Alter in den eigenen vier Wänden bieten. Mit diesem Ratgeber geben wir Ihnen einen umfassenden Überblick über Umgestaltungsmöglichkeiten, Finanzierungswege sowie weiterführende Beratungsangebote.

Allen, die an der Entstehung des Ratgebers „Besser wohnen zu Hause – Maßnahmen zur Wohnraumanpassung“ beteiligt waren, danken wir ganz herzlich. Wir wünschen allen Leserinnen und Lesern viel Freude mit diesem Ratgeber und kreative Ideen zur Anpassung ihres Wohnumfeldes.



*Michael Dreier*

Michael Dreier  
Bürgermeister

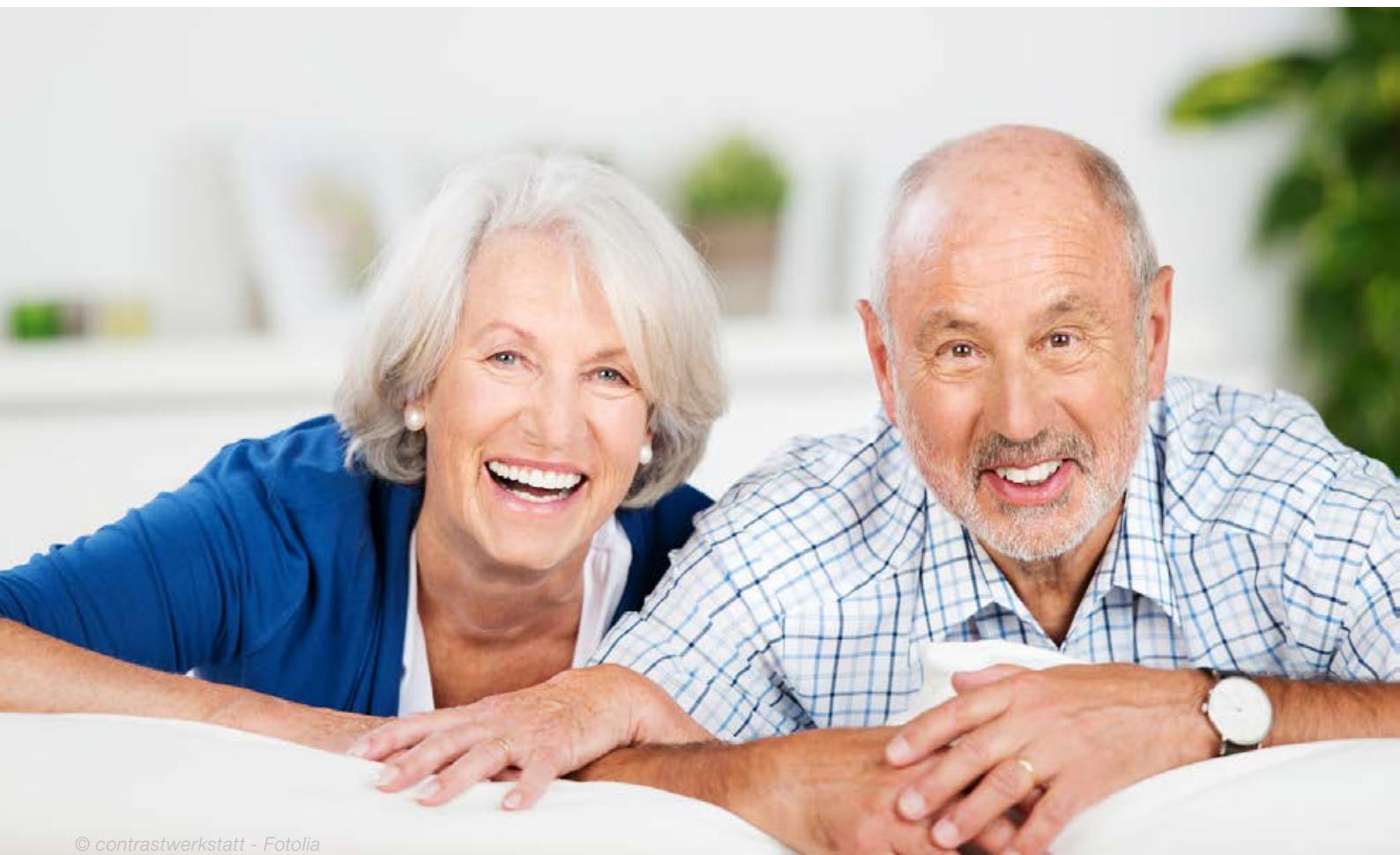


*Wolfgang Walter*

Wolfgang Walter  
Beigeordneter



# Das Thema Wohnen ...



© contrastwerkstatt - Fotolia

... ist in vielen Lebensphasen von Bedeutung. Mit zunehmendem Alter und krankheitsbedingten körperlichen Beeinträchtigungen wird die Frage nach der Gestaltung des Wohnraums jedoch noch einmal besonders in den Focus gerückt.

Dabei so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden wohnen zu können und in der gewohnten Umgebung zu bleiben – das ist der Wunsch vieler Menschen.

Mit dieser Broschüre informiert Sie das Sozialamt über verschiedene Möglichkeiten der Wohnraumanpassung und trägt dazu bei, diesen Wunsch zu realisieren.

Denn schon oft können mit wenig Aufwand Sicherheitsrisiken in einer Wohnung behoben werden.

Wir hoffen, dass unsere Ausführungen zum Nachdenken über die passende Wohnform und mögliche Veränderungen der räumlichen Gegebenheiten anregen. Auf den folgenden Seiten finden Sie zu diesem Thema viele wichtige Informationen sowie Kontaktdaten von Ansprechpartnern, die Sie bei Ihrem Vorhaben unterstützen können. Ein weiterer wichtiger Punkt ist die Frage der Finanzierung der Wohnraumanpassung. Auch hierzu gibt die Broschüre hilfreiche Hinweise zu Finanzierungs- und Fördermöglichkeiten.

Das Seniorenbüro der Stadt Paderborn steht als Netzwerkpartner unter folgenden Kontaktdaten zur Verfügung:  
Telefon: 05251 8811255 und 05251 8811256  
E-Mail: [seniorenbuero@paderborn.de](mailto:seniorenbuero@paderborn.de)  
[www.paderborn.de](http://www.paderborn.de)

# Inhaltsverzeichnis

<b>Grußwort</b>	<b>1</b>	<b>Nützliche Hilfsmittel</b>	<b>17</b>	<b>Sicherheit im häuslichen Umfeld</b>	<b>26</b>
<b>Das Thema Wohnen ...</b>	<b>2</b>	<b>Alter und Technik</b>	<b>18</b>	· Sicherung von Haus und Wohnung	26
<b>Allgemeine Einführung</b>	<b>4</b>	· Smart-Home-Technologie	18		
· Barrierefreies Wohnen	4	· Hilfe im Alltag	19		
· Barrierefrei ist nicht gleich behindertengerecht	4	· Hausnotruf	19		
· Wohnraumanpassung	5				
<b>Rundgang durch die Räume</b>	<b>8</b>	<b>Checkliste „Ein Leben lang zu Hause wohnen“</b>	<b>20</b>	<b>Hilfe und Unterstützung</b>	<b>27</b>
· Eingang, Treppenhaus und Flur	9			· Die Pflegereform	27
· Küche	11			· Pflegegrade und Leistungen	27
· Bad, WC	12	<b>Wohnraumanpassung bei Demenz</b>	<b>23</b>	· Pflegearten	29
· Wohnzimmer	14	· Die Bedeutung der eigenen vier Wände für Demenzkranke	23	· Unterstützung für pflegende Angehörige	31
· Schlafzimmer	15	· Wohnraumanpassung – Veränderungen werden nötig	23	· Pflegeberatung	31
· Balkon, Garten	16	<b>Finanzierungs- und Fördermöglichkeiten</b>	<b>24</b>		
		· Finanzielle Fördermöglichkeiten in der Übersicht	24		

U = Umschlagseite

## Ihr Partner für eine erfolgreiche Vermarktung Wir beraten Sie!



### Ihre Ansprechpartner



**Alexander Eremin**  
Geschäftsführer



**Neihan Sam**  
Geschäftsleitung



**Guido Fuss**  
Regionalleiter  
Sauerland

**DIE TOPMAKLER**

IMMOBILIEN - FINANZIERUNG - AUSLANDINVESTIMENT



Warburger Straße 88a  
33098 Paderborn



Tel.: 05251 2027830



info@dietopmakler.de  
www.dietopmakler.de



# Allgemeine Einführung

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

## Barrierefreies Wohnen

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

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

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

## Barrierefrei ist nicht gleich behindertengerecht

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

© Landkreis Tirschenreuth – Musterwohnung (2018)





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

## Wohnraumanpassung

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

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

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

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

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



# Ihr 60plusAbo für Bus und Bahn

**Fit wie ein Turnschuh und mobil wie nie!**



schon ab  
**30,90**  
€  
pro Monat

**Wir beraten Sie gerne persönlich:**

**Kundencenter**  
Kamp 41  
33098 Paderborn

**Öffnungszeiten:**  
Mo.-Fr.: 08:00-18:30 Uhr  
Sa.: 10:00-16:00 Uhr

**PaderSprinter**  
Kommt gut an.



## Wohnraumberatung Kim – Soziale Arbeit e. V.



Wohnberatung wird in NRW durch Wohnberatungsstellen kostenlos und unabhängig angeboten. Träger sind sowohl Wohlfahrtsverbände, Kreise, Kommunen, Vereine wie auch Wohnungsunternehmen. Im Stadtgebiet Paderborn nimmt diese Aufgabe die Wohnberatung des KIM-Soziale Arbeit e. V. als wichtiger Kooperationspartner des Sozialamtes wahr.

Mit zunehmendem Alter spielen die eigenen vier Wände eine immer größere Rolle. Mit dem Ausscheiden aus dem Berufsleben findet oft ein Großteil des Alltags zu Hause statt. Spätestens wenn gesundheitliche Einschränkungen auftreten, wird die Bedeutung des eigenen Wohnumfeldes immer wichtiger.

Doch ein Blick auf das eigene Haus oder die eigene Wohnung lohnt immer, auch ohne konkrete Einschränkungen. Denn die Vermeidung von Stolperfallen und Haushaltsumfällen ist ein Grundstein für das selbstständige Leben im Alter. Den Wunsch, möglichst lange und selbstständig im eigenen Haus zu leben, haben die meisten Menschen. Eine Umgebung, die den persönlichen Bedürfnissen entspricht, ist dafür die beste Voraussetzung.

Wenn im Laufe des Lebens Erkrankungen oder Behinderungen auftreten, muss dies nicht zwangsläufig den Verlust von Selbstständigkeit bedeuten. Viele Handicaps lassen sich mit den passenden Hilfsmitteln ausgleichen. Manchmal sind es auch die baulichen Begebenheiten, die einen Menschen behindern. Diese sollten dann entsprechend geändert und der neuen Situation angepasst werden. Die Wohnberatung bietet zugehende, kostenlose Beratung und Hilfe für Menschen im Paderborner Kreisgebiet, die im Alter, bei Pflegebedürftigkeit oder mit Handicap so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden leben möchten. Im Sinne eines komfortableren Wohnens unab-

hängig von konkreten Einschränkungen wird auch zum Thema Barriereabbau beraten.

Die Fachberater zeigen Ihnen auf, wie Sie Ihre Wohnverhältnisse an die eintretende Pflegebedürftigkeit oder ein Handicap anpassen können. In den Gesprächen werden Ihnen und Ihren Angehörigen konkret folgende Fragen beantwortet: Welche Möglichkeiten gibt es? Was sind optimale Lösungen, welche die günstigsten? Mit wem kann oder muss ich für die Planung sprechen?

Sollten Hilfsmittel nötig sein, wird Ihnen bei der Beschaffung geholfen. Bei notwendigen Umbaumaßnahmen erarbeitet der Architekt konkrete Vorschläge. Dies kann bspw. der Bau einer Rampe oder eine bodengleiche Dusche sein. Insbesondere die Badezimmer oder die Wohnungszugänge spielen bei Pflegebedürftigkeit eine wichtige Rolle.

Des Weiteren wird geklärt, ob es für die bei Ihnen geplanten Umbaumaßnahmen Zuschüsse oder günstige Darlehen gibt. Falls Sie bspw. Ihr Bad ohne einen festgestellten Pflegegrad umbauen möchten, wird Ihnen ebenfalls geholfen. Bei Gesprächen mit Handwerkern oder Vermietern unterstützen Sie die Fachberater gerne.

Hausbesuche finden morgens und nachmittags statt, die Uhrzeit kann flexibel vereinbart werden. Ein Beratungsgespräch dauert in den meisten Fällen etwa eine Stunde. Welche Vorschläge für Sie passend sind, können Sie anschließend in Ruhe überlegen. Bei weiteren Fragen wird Ihnen selbstverständlich geholfen.

Sollten Sie persönlich in die Beratungsstelle kommen, ist eine vorherige Terminabsprache sinnvoll.

### Wohnberatungsagentur

Widukindstr. 2 a, 33098 Paderborn

Telefon: 05251 282718

E-Mail: [wohnberatung@kim-paderborn.de](mailto:wohnberatung@kim-paderborn.de)

[www.kim-paderborn.de](http://www.kim-paderborn.de)

links: Beispiel Hublift  
mittig: Beispiel Duschhandlauf  
rechts: Bildbeispiel einer ergänzenden Rampe

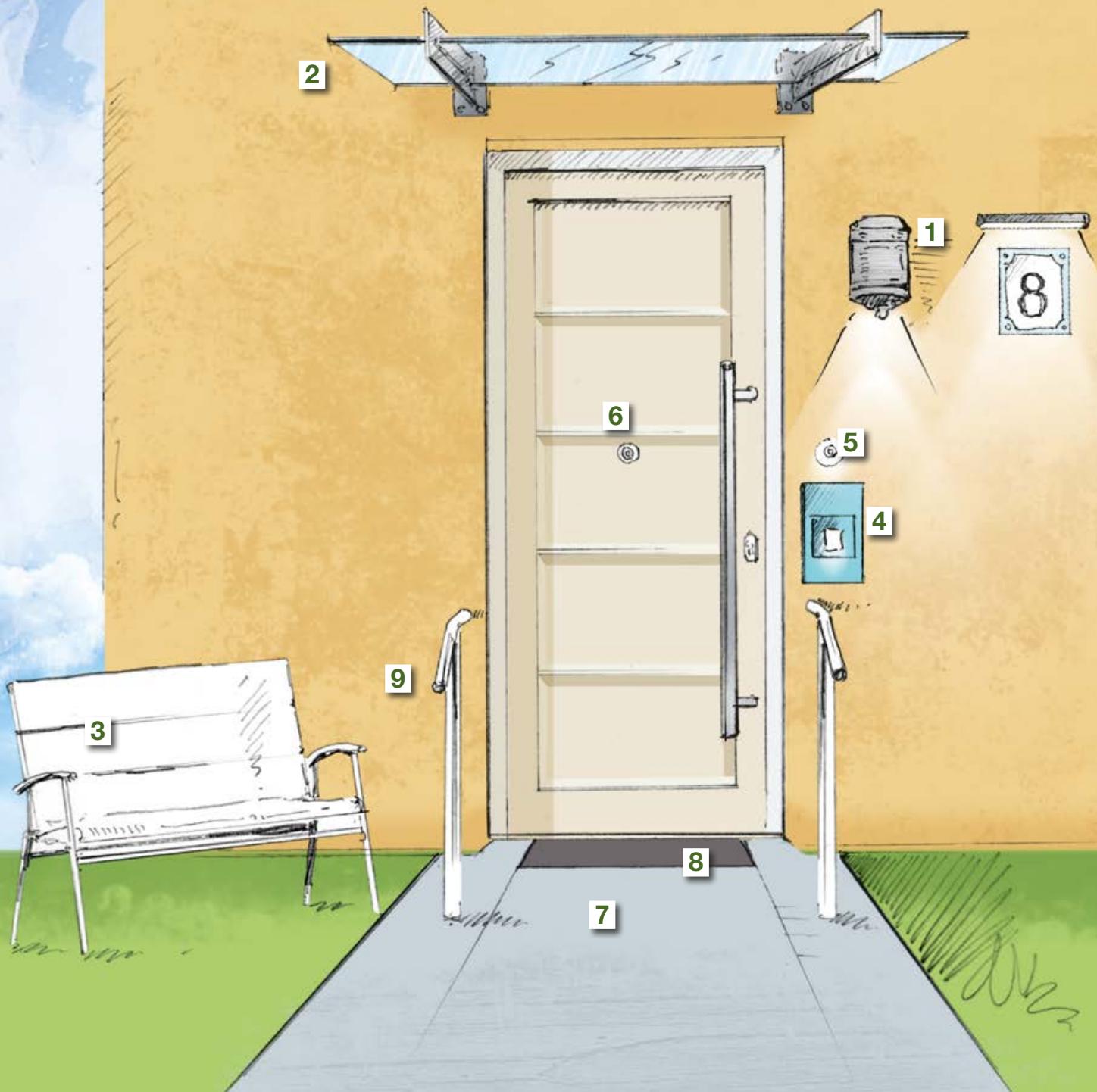


# Rundgang durch die Räume

In etlichen Lebenssituationen wird der Verbleib in der eigenen Wohnung ohne Wohnraumanpassung schwierig. Der folgende „Rundgang“ durch die verschiedenen Räume eines Haushalts führt Ihnen vor, an welchen

Stellen Umbaumaßnahmen vorgenommen werden können, um das selbstständige Leben in der Wohnung oder im Eigenheim zu erleichtern. Bitte beachten Sie, dass nur eine kleine Auswahl von möglichen Hilfsmitteln oder

© Roland Prillwitz/mediaprint infoverlag gmbh



Umbaumaßnahmen angesprochen wird. Manche Tipps können selbstverständlich in mehreren Räumen angewandt werden. Bei einer individuellen Wohnberatung kann abgeklärt werden, wie Ihre Wohnsituation noch besser gestaltet werden kann.

## Eingang, Treppenhaus und Flur

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

9 **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.

10 Bei einer Gehbehinderung empfiehlt es sich, einen **Treppenlift** einzubauen zu lassen.



## Technik für Behinderte und Senioren

Damit Sie noch lange zu Hause wohnen können:



- **Treppenlifte**
- **Hebebühnen**
- **Rampen**



**Josef Heers Engineering**  
Paderborn, Tel. 05251/760305

[www.jh-e.de](http://www.jh-e.de)





### **Einzigartige Menschen suchen einzigartige Lösungen ...**

Peter Brockmeier bietet mit kreativen Ideen und gutem Fachwissen ganz persönlich und individuell geplante Lösungen an. Auch im Bereich Mobiliar hat er einiges zu bieten.



**Küchen Linie 7** | Inh. Peter Brockmeier  
Detmolder Straße 137 | 33175 Bad Lippspringe  
Tel.: 05252 9762477 | E-Mail: [info@kuechen-linie7.de](mailto:info@kuechen-linie7.de)  
[www.kuechen-linie7.de](http://www.kuechen-linie7.de)

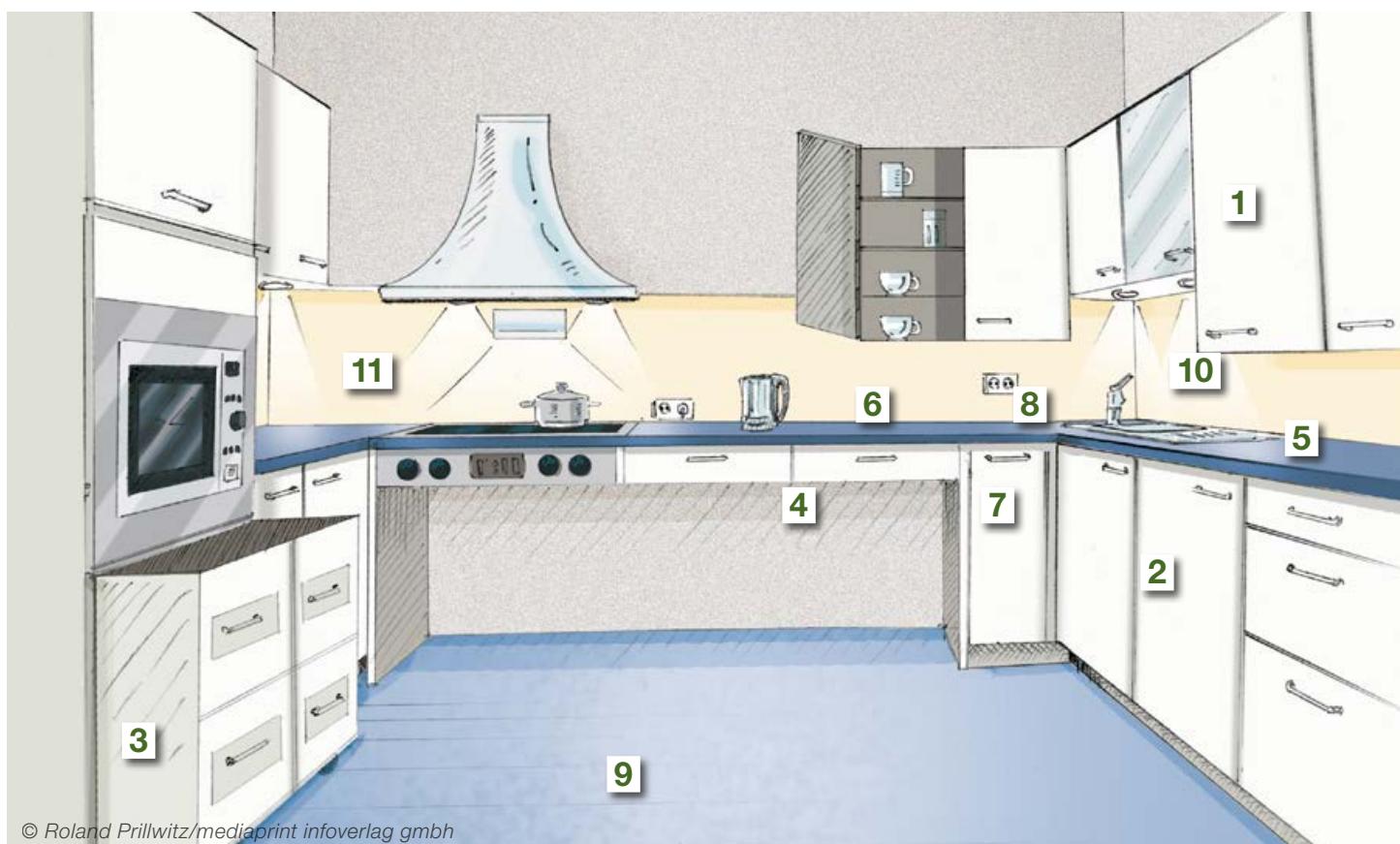
**Öffnungszeiten:**  
Mo. - Fr. 10:00 - 18:30 Uhr  
Sa. 10:00 - 14:00 Uhr



© aletia2011 - stock.adobe.com

## Küche

- 1 Senken Sie **Hängeschränke** so ab, dass Sie den Inhalt, ohne sich zu strecken, entnehmen können.
  - 2 Planen Sie einen gut erreichbaren Platz für die **Lagerung** von Vorräten und Behältern ein. Eventuell den Inhalt der Oberschränke umräumen.
  - 3 Bauen Sie **Unterschränke** mit Auszügen und Schubladen ein.
  - 4 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.
  - 5 Schaffen Sie auf den **Arbeitsflächen** genug Platz zum Arbeiten – ebenso im Bereich des Spülbeckens.
  - 6 Achten Sie auf eine sinnvolle **Anordnung** der Arbeitsfelder.
  - 7 Bringen Sie rund um den Arbeitsbereich leichtgängige Hebel und Türgriffe sowie ausreichend stabile und gut erreichbare **Haltegriffe** an.
  - 8 Steckdosen, Beleuchtung und Schalter sollten sich in **Greifhöhe** befinden.
  - 9 Rutschfester **Bodenbelag** sorgt für mehr Standfestigkeit.
  - 10 Runden Sie spitze und gefährliche **Möbelkanten** ab.
  - 11 Gute **Lichtquellen** entspannen die Augen und erhöhen die Konzentrationsfähigkeit.
  - 12 Spezielles **Geschirr** und Besteck erleichtern das Essen und Trinken: Besteck mit Fingergriffmulden, Kombination aus Gabel und Messer, gewinkeltes Besteck, rutschfeste Unterlagen, Deckelöffner usw.
- Ein Handbesen und eine Kehrschaufel mit langem Griff ermöglichen das Kehren ohne, sich zu bücken.
- Damit die Küche geräumiger ist, sollten Sie sich auf wenige, nützliche Möbel beschränken.



© Roland Prillwitz/mediaprint infoverlag gmbh

Bad, WC

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



© Roland Prillwitz/mediaprint infoverlag gmbh

BAD · WÄRME · SOLAR · SERVICE

H. Bisplinghoff GmbH • Niederlassung Paderborn  
Hatzfelder Str. 23 • 33104 Paderborn  
Tel. 05254/2665 • Fax 05254/85260  
E-Mail: [info@bisplinghoff-online.de](mailto:info@bisplinghoff-online.de)  
[www.bisplinghoff-online.de](http://www.bisplinghoff-online.de)





**11** Ein **höhenverstellbares Waschbecken** lässt sich individuell anpassen.

**12** Eine individuell **angepasste Höhe** der Toilette sowie Haltegriffe an der Wand können das Aufstehen und Hinsetzen erleichtern.

Verstellbare Spiegel erleichtern die Körperpflege.

Ein Badewannenlift oder ein Badebrett helfen beim Ein- und Aussteigen ohne fremde Hilfe.

Heizkörper können auch als Handtuchhalter genutzt werden.



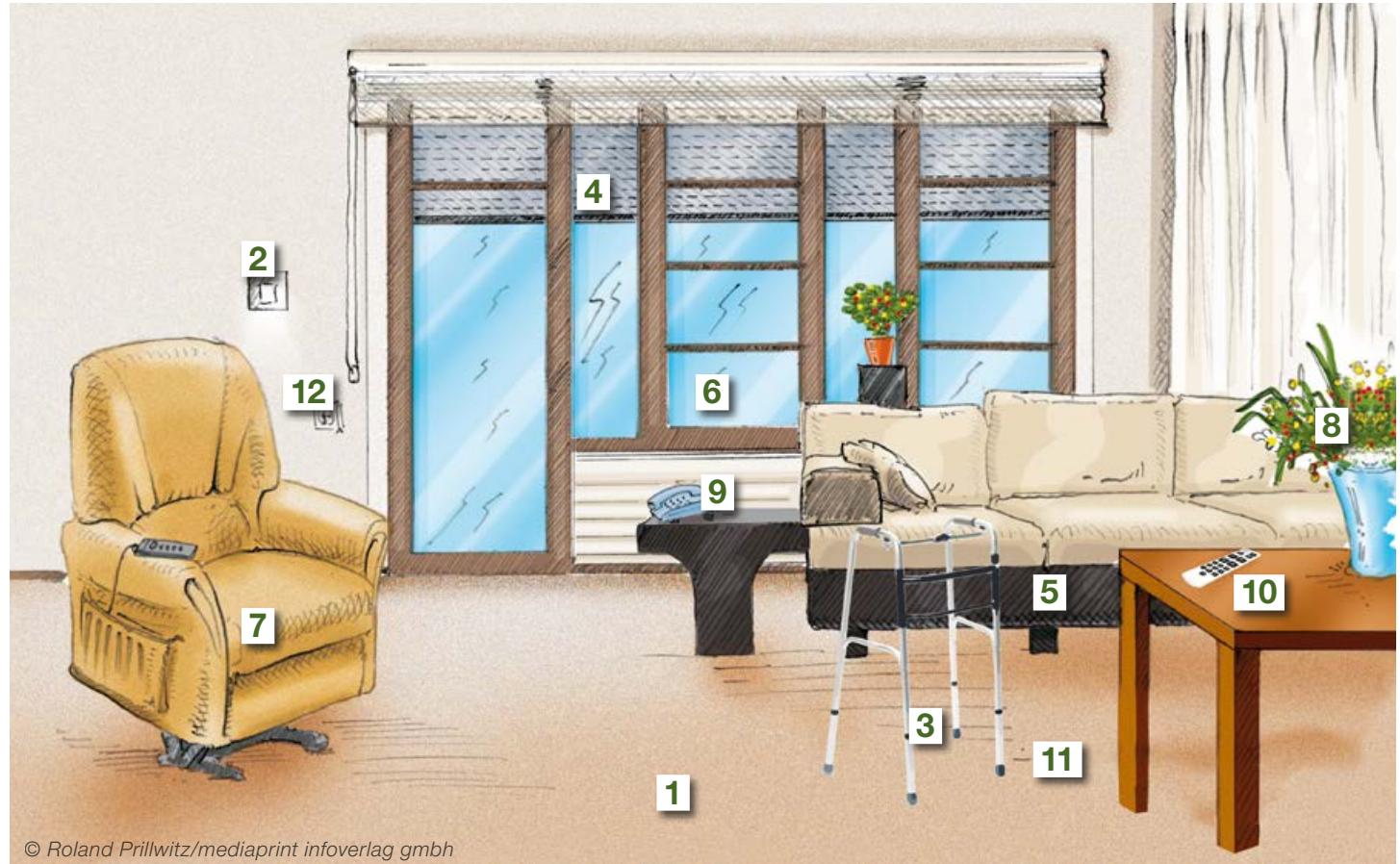
© Jörg Lantelme - Fotolia



## Wohnzimmer

- 1** Genügend **Bewegungsfreiheit** steigert die Lebensqualität, zum Beispiel durch das Entfernen von überflüssigen Möbeln.
- 2** Lassen Sie leuchtende **Lichtschalter** einbauen, die gut erreichbar sind. Eventuell können auch Bewegungsmelder installiert werden.
- 3** Faltbare **Gehgestelle (Gehbank)** bieten festen Halt und ermöglichen eine sichere Fortbewegung innerhalb der Wohnung.
- 4** Elektrische **Rollläden** öffnen und schließen automatisch und erfordern kaum Kraftaufwand.
- 5** Schaffen Sie sich **Sitzmöbel** in geeigneter Höhe an oder passen Sie diese durch Holzklötze vom Schreiner an.
- 6** Um auch im Sitzen einen guten Blick aus dem Fenster zu haben, sollten **Fensterbrüstungen** eine Höhe von maximal 60 cm haben.
- 7** **Aufstehsessel** sind bequem und unterstützen das Aufstehen.
- 8** **Blumen** und Grünpflanzen sollten gut zugänglich sein, so dass sie ohne Probleme gewässert werden können.
- 9** Das Telefon sollte sich immer in **greifbarer Nähe** zu den Sitzmöbeln befinden.
- 10** Fernbedienung und Telefon mit **großen Symbolen** erleichtern die Nutzung.
- 11** **Stolperfallen** wie Teppichkanten, Läufer ohne rutschhemmende Unterlage, schummriges Licht und sperrige Möbel sind zu vermeiden.
- 12** Ausreichend **Steckdosen** an der Wand vermeiden die Verlegung von Verlängerungskabeln.

Bedienungselemente wie zum Beispiel Lichtschalter, Steckdosen etc. sollten in einer Höhe von 85 cm angebracht oder individuell an die **geeignete Höhe** angepasst werden.



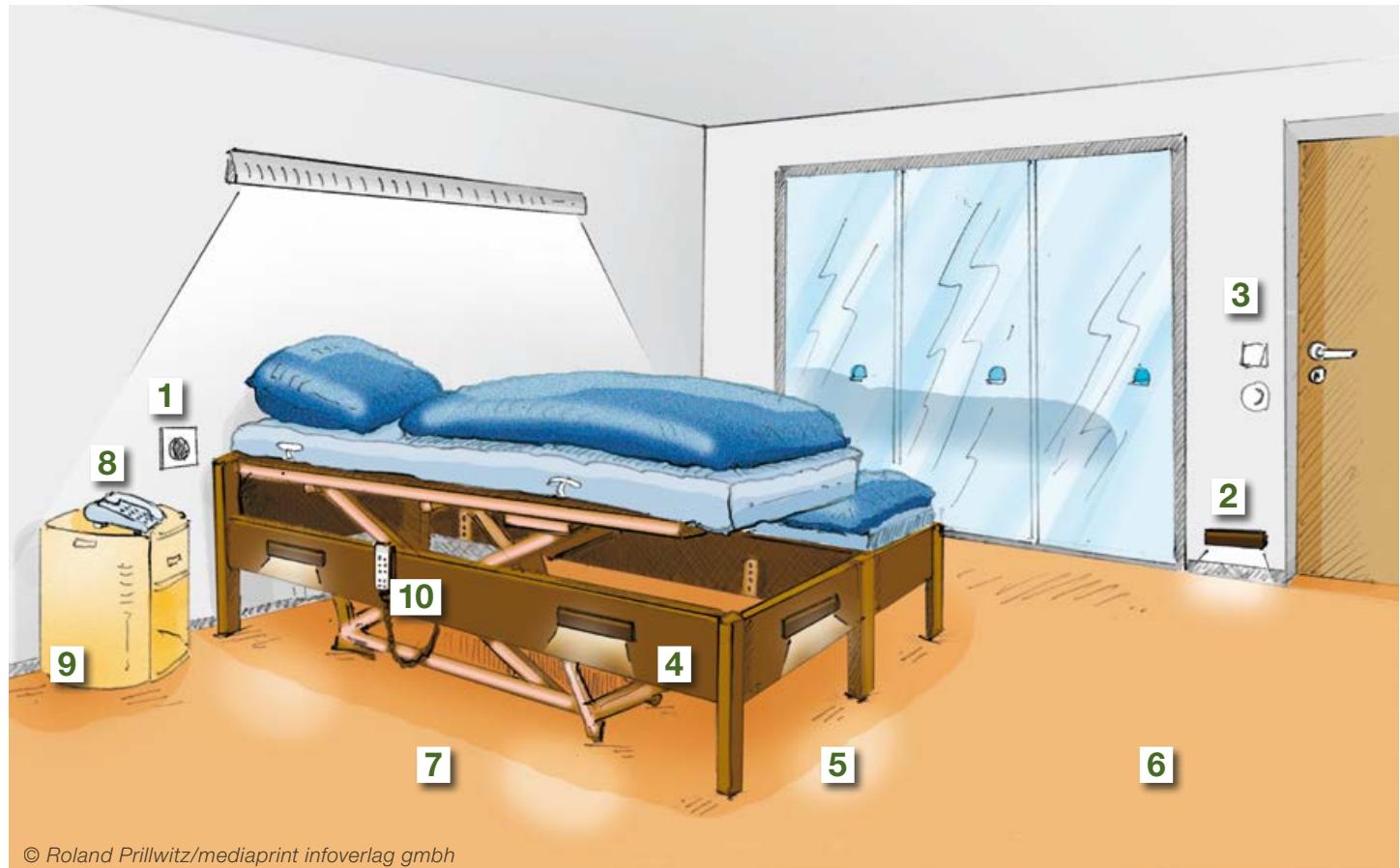
© Roland Prillwitz/mediaprint infoverlag gmbh

## Schlafzimmer

- 1 **Lichtschalter** sollten auch vom Bett aus erreicht werden können.
- 2 Für den nächtlichen Weg zur Toilette wären **Nachtlichter** hilfreich für die Orientierung im Dunkeln (eventuell **Bewegungsmelder**).
- 3 Eine **Zeitschaltuhr**, um Jalousien oder Rollläden täglich zu einer fest programmierten Zeit automatisch zu öffnen oder zu schließen, ist sinnvoll.
- 4 Eine individuell **angepasste Höhe** des Bettgestells oder eine erhöhte Matratze erleichtert das mühelose Aufstehen (eventuell verstellbare Kopf- bzw. Fußteile).
- 5 Das Bett sollte von drei Seiten zugänglich sein, um Platz für notwendige Pflegemaßnahmen zu haben.
- 6 Schaffen Sie genügend **Bewegungsfreiheit** und **Stützmöglichkeiten**.



- 7 **Stolperfallen** wie Teppichkanten sollten vermieden werden.
- 8 Sinnvoll wäre ein **zweiter Telefonanschluss**. Neben dem Bett sollte genug Platz für das Telefon bzw. den Hausnotruf vorhanden sein.
- 9 Ein **Nachttisch auf Rollen** kann immer in die richtige Position gebracht werden.
- 10 **Elektrische Pflegebetten** sind komfortabel und erleichtern bei Bedarf die Pflege.



## Balkon, Garten

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



© Roland Prillwitz/mediaprint infoverlag gmbh

# Nützliche Hilfsmittel



© Jörg Lantelme - stock.adobe.com



© Landkreis Tirschenreuth



© colourbox.de



© GrafKoks - stock.adobe.com



© GrafKoks - stock.adobe.com



© GrafKoks - stock.adobe.com

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

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

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

Im Badezimmer ist es wichtig, mit Haltegriffen für mehr Standsicherheit zu sorgen und Rutschgefahren zu vermeiden. Ein drehbarer und verschiebbarer Duschsitz, der am Duschtassenrand aufgesetzt wird, hilft Ihnen beim Ein- und Ausstieg beim Duschen und kann, ohne aufzustehen zu müssen, bewegt werden. Sehr nützlich für die tägliche

Hygiene ist beispielsweise ein Dusch-WC mit Warmwasser-Unterdusche und Warmluft-Trocknung.

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

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

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

# Alter und Technik



© Yuri Arcurs – Fotolia

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

## Smart-Home-Technologie

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

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

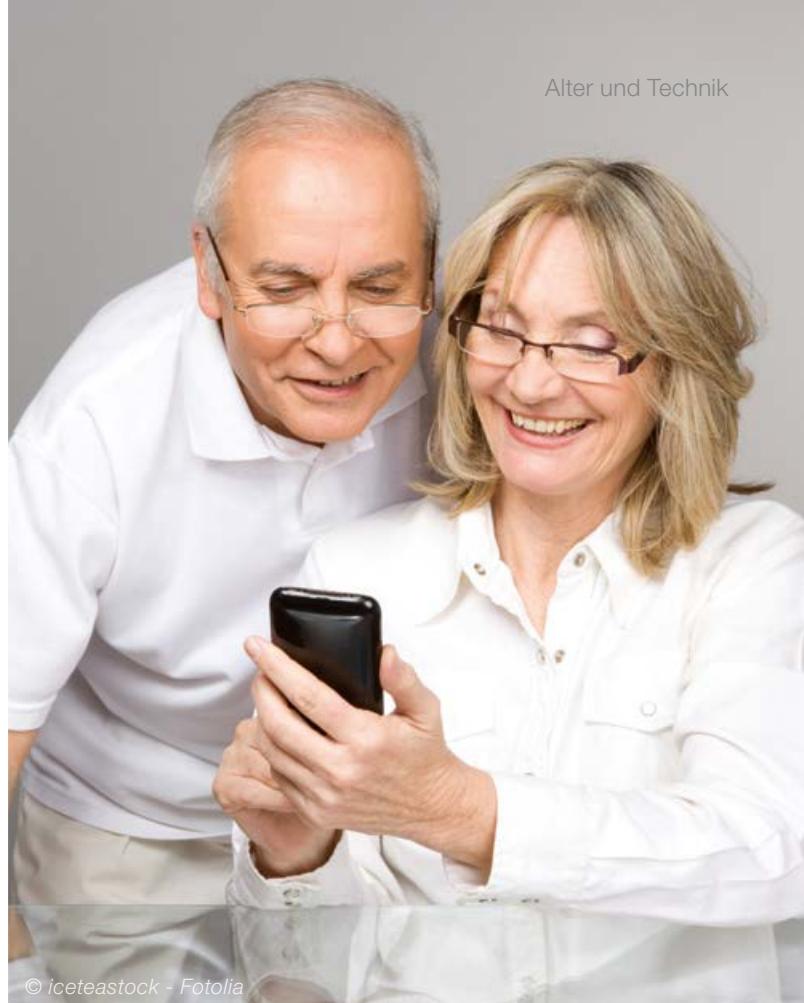
Die häufigsten Anwendungsbeispiele liegen im Bereich der Sicherheit, Komfort und Unterhaltung:

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



© REDPIXEL - stock.adobe.com



© iceteastock - Fotolia

## Hilfe im Alltag

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

## Hausnotruf

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

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

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

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 Einbruchsversuche 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.

# 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.

<b>Allgemeine Hinweise</b>	<b>ja</b>	<b>nein</b>
Gibt es einen Telefonanschluss in Flur, Wohn- und Schlafbereich?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind genügend Rauchmelder für den Brandschutz angebracht?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind die Fenstergriffe leicht zu bedienen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind alle Stolperfallen (lose Kabel, rutschende Teppichläufer, Fußabstreifer, Vorleger, sonstige Gegenstände etc.) beseitigt bzw. rutschsicher befestigt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Weisen die Türen eine ausreichende Breite auf?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lassen sich Rollläden elektrisch bedienen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Hauseingang</b>	<b>ja</b>	<b>nein</b>
Gibt es Platz, wo z. B. Einkäufe bequem abgestellt werden können?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist die Haustür überdacht?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lässt sich die Haustür leicht öffnen und schließen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Können Sie die Haustür sicher erreichen, z. B. ohne Hindernisse wie Treppen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es eine einbruchssichere Türsicherung, z. B. mit einem Metallbügel?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind Klingelschilder, Hausnummer, Briefkasten und Eingangstür gut erkennbar und ausreichend beleuchtet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Hausflur und Treppenhaus</b>	<b>ja</b>	<b>nein</b>
Ist der Bodenbelag im Flur und auf den Treppen trittsicher?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Haben Sie im Hausflur die Möglichkeit, um z. B. einen Rollator abzustellen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind der Flur und die Treppen hell genug beleuchtet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Leuchtet die Treppenhausbeleuchtung lange genug, sodass eine Beleuchtung bis zur Erreichung der Wohnungstür oder des nächsten Stockwerks sichergestellt ist?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bestehen Markierungen an der Stufenvorderkante, die die Stufen optisch klar voneinander abheben?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist ein zweiter Handlauf vorhanden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Wohnzimmer</b>	<b>ja</b>	<b>nein</b>
Gibt es neben dem Lieblingsplatz eine gut erreichbare Ablagefläche?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind Teppiche fest verklebt und Läufer mit einer rutschfesten Gummimatte unterlegt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Besteht genug Licht zum Lesen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Können Sie sich bewegen, ohne auf Stolperfallen oder Möbelkanten achten zu müssen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist die Höhe von Sesseln, Stühlen und Sofa komfortabel zum Aufstehen und Hinsetzen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

© Oli Dale - unsplash.com

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

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

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

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



**Liebevoll.  
Zuhause.  
Betreut.**

[www.brinkmann-pflegetermittlung.de](http://www.brinkmann-pflegetermittlung.de)

## Pflege- & Betreuungskräfte für zuhause

Für die Region Paderborn

05251 - 694 453 0

[team-pb@brinkmann-pflegetermittlung.de](mailto:team-pb@brinkmann-pflegetermittlung.de)



**Brinkmann®**  
PFLEGEVERMITTLUNG

## Zu Hause wohnen – trotz Pflegebedürftigkeit

Im Alter und bei Pflegebedürftigkeit selbstbestimmt im eigenen Zuhause leben zu dürfen, ist der Wunsch vieler betroffenen Senioren. Durch den demografischen Wandel und sich verändernde Familienstrukturen können Angehörige oft eine umfängliche Versorgung selten gewährleisten. Hier bietet die sogenannte 24-Stunden-Pflege, die häusliche Betreuung in Gemeinschaft, eine gute Alternative.

Bei diesem Pflegemodell leben die zumeist ost-europäischen Betreuungskräfte im Haushalt der Pflegebedürftigen: sie unterstützen bei der

Grundpflege, kümmern sich um den Haushalt, begleiten die Senioren zu ihren alltäglichen Terminen wie dem Arztbesuch und fördern damit die Selbstständigkeit und somit die Lebensqualität der Senioren. Durch die Vermittlung von diesen liebevollen Betreuungskräften entlastet die sogenannte 24-Stunden-Pflege gleichermaßen Angehörige und Pflegebedürftige im Alltag.

© Robert Kneschke – Fotolia



# Wohnraumanpassung bei Demenz

## Die Bedeutung der eigenen vier Wände für Demenzkranke

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

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

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

## Wohnraumanpassung – Veränderungen werden nötig

Durch fortschreitende Demenz wird die Orientierung selbst in den eigenen vier Wänden immer schwieriger. Jedoch kann die Lebensqualität in der vertrauten Wohnung durch kleine Baumaßnahmen deutlich verbessert werden. Dabei sollte beachtet werden, dass größere Veränderungen in einer möglichst frühen Phase der Erkrankung durchgeführt werden, damit sich der Betroffene an die neue Umgebung gewöhnen kann. Vertrautheit spielt eine wesentliche Rolle bei Demenz. Gegenstände und Möbel, die einen emotionalen Wert für den Betroffenen haben, sollten nicht entfernt werden. Daneben können Methoden und Hilfsmittel, die in der Jugend des Erkrankten angewandt wurden, zu mehr Selbstständigkeit führen, zum Beispiel Armaturen mit Kreuzgriff oder Zugkordeln an Toilettenspülungen. Zu viele Veränderungen können den Betroffenen überfordern und Ablehnung hervorrufen. Die Bedürfnisse der Erkrankten sind sehr unterschiedlich. Daher sollte das Tempo der Umbaumaßnahmen an die individuellen Fähigkeiten angepasst werden. Bewegungsmelder, indirekte Lichtquellen und vertraute Gegenstände hingegen sorgen für eine bessere Orientierung in der Wohnung. Teppichböden und Vorhänge dämpfen den Umgebungslärm, sollten aber keine Hindernisse und Stolperfallen darstellen. Des Weiteren empfiehlt es sich, spiegelnde Flächen in den Räumen zu entfernen oder zuzuhängen.

© Getty Images/iStockphoto



# Finanzierungs- und Fördermöglichkeiten

Bevor Sie Umbaumaßnahmen einleiten, sollten Sie eine fachkundige Beratung hinzuziehen. Mit einem Wohnraumberater können Sie sich einen Überblick über die Veränderungsmöglichkeiten verschaffen und mit der Planung beginnen. Dies ist auch im Hinblick auf die Bezugszuschussung der baulichen Maßnahmen wichtig. Denn Pflegekassen unterstützen im Rahmen der Pflegeleistungen eine Wohnraumanpassung für Pflegebedürftige (gemäß § 40 SGB XI) mit maximal 4.000 Euro einmalig für alle Maßnahmen der Barrierefreiheit. Falls später weitere Umbauten benötigt werden sollten, kann die Pflegekasse unter Umständen erneut Zuschüsse gewähren. Voraussetzung für einen Zuschuss ist, dass die baulichen Maßnahmen die häusliche Pflege entweder überhaupt erst ermöglichen oder erheblich erleichtern oder die Belastung für den Pflegebedürftigen beziehungsweise die Pflegeperson verringern. Wenn sogar der beste Umbau nicht zu mehr Barrierefreiheit und

Selbstständigkeit führt, sollten Sie über eine neue Wohnung nachdenken. Die Pflegeversicherung bezuschusst auch den Seniorenumzug in eine barrierefreie Wohnung als Maßnahme der „Wohnraumanpassung für Senioren“.

## Finanzielle Fördermöglichkeiten in der Übersicht

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

Weitere Informationen bzw. kostenlose Beratung erhalten Sie direkt beim Beratungszentrum Alter und Pflege, Bahnhofstraße 50, 33102 Paderborn, Telefon: 05251 308 5077, E-Mail: beratungszentrum@kreis-paderborn.de

Programme	Leistungen	Quellenverweis / Bemerkung / weitere Informationen
<b>Förderung von investiven Maßnahmen im Bestand (RL BestandsInvest)</b>	Darlehen zur Verbesserung von Wohnangeboten, insbesondere für ältere und pflegebedürftige Menschen. Die Höhe der Förderung ist abhängig von Art und Umfang der Maßnahme.	<a href="http://www.nrbank.de">www.nrbank.de</a> Service-Center Tel. (02 11) 9 17 41-48 00 Fax (02 11) 9 17 41-78 32 E-Mail: <a href="mailto:info@nrbank.de">info@nrbank.de</a>
<b>NRW.BANK Gebäudeanierung</b>	Förderfähig sind Maßnahmen wie Modernisierung und Instandsetzung, Barrierereduzierung und Behebung baulicher Mängel. Höhe der Förderung liegt zwischen 2.500 Euro und 75.000 Euro.	<a href="http://www.nrbank.de">www.nrbank.de</a> Service-Center Tel. (02 11) 9 17 41-48 00 Fax (02 11) 9 17 41-78 32 E-Mail: <a href="mailto:info@nrbank.de">info@nrbank.de</a>
<b>KfW Altersgerecht Umbauen – Kredit (159)</b>	Ab 0,75 % effektiver Jahreszins, bis zu 50.000 Euro Kreditbetrag pro Wohneinheit.	<a href="http://www.kfw.de/inlandsfoerderung/">www.kfw.de/inlandsfoerderung/</a> Privatpersonen/Bestandsimmobilien/ Barrierereduzierung/
<b>KfW Altersgerecht Umbauen – Investitionszuschuss (455)</b>	Einzelmaßnahmen zum Einbruchschutz sowie zur Barrierereduzierung (10 % der förderfähigen Investitionskosten) und für den Standard Altersgerechtes Haus (12,5 % der förderfähigen Investitionskosten) in Höhe von mindestens 2.000 Euro und maximal 50.000 Euro pro Wohneinheit. (Zuschuss)	Hotline: 0800 539 9002 Für Eigentümer, Mieter und Vermieter
<b>Modernisierung von Mietwohnungen der Wohnungsgesellschaften</b> Verbesserung der allgemeinen Wohnverhältnisse	Zinsverbilligtes Darlehen bis zu 100 % der förderfähigen Kosten.  Beispiel: Bei einer Belegungsbindung von 10 Jahren kann eine Wohnung mit bis zu 50.000 Euro gefördert werden.	<a href="http://www.wohnen.bayern.de">www.wohnen.bayern.de</a> Bayer. Wohnraumförderungsgesetz (BayWoFG); aktuelle Zinssätze unter: <a href="http://www.bayernlabo.de">www.bayernlabo.de</a> Merkblatt: <a href="http://www.stmi.bayern.de/assets/stmi/bu/wohnen/merkblatt_mietwohnraumfoerderung.pdf">www.stmi.bayern.de/assets/stmi/bu/wohnen/merkblatt_mietwohnraumfoerderung.pdf</a>

Programme	Leistungen	Quellenverweis / Bemerkung / weitere Informationen
<b>Pflegekassen</b> Wohnumfeldverbessernde Maßnahmen	Pro Maßnahme bis zu 4.000 Euro (bis 16.000 Euro, wenn mehrere Anspruchsberechtigte zusammen wohnen). Gefördert werden Maßnahmen der Anpassung des Wohnumfelds an die besonderen Belange des Pflege- oder Betreuungsbedürftigen, z. B. Badumbau, Türverbreiterungen, fest installierte Rampen und Treppenlifte usw. Die Leistung ist unabhängig von Einkommen und Vermögen.	Das Bundesgesundheitsministerium bietet Online-Broschüren zur Pflege- und Krankenversicherung <a href="http://www.bmg.bund.de">www.bmg.bund.de</a>
<b>Rentenversicherungsträger (für Angestellte)</b> Agentur für Arbeit Erhaltung der Selbstständigkeit und der Arbeitskraft	Zur Beschaffung, Ausstattung und Erhaltung einer behinderungsgerechten Wohnung.	<a href="http://www.deutsche-rentenversicherung.de">www.deutsche-rentenversicherung.de</a>
<b>Berufsgenossenschaften</b> Beschaffung und Erhaltung einer behinderungsgerechten Wohnung	• bei Umbaumaßnahmen bis zu 100 % • bei Neubau zinsgünstiges Darlehen in angemessener Höhe	Erkundigen Sie sich bei Ihrem Arbeitgeber nach der für Sie zuständigen Berufsgenossenschaft
<b>Stiftungen</b> Je nach Stiftungszweck, hier: selbstständige Lebensführung	• individuelle Förderung • Geldspenden/Beihilfen	<a href="http://www.stiftungsindex.de">www.stiftungsindex.de</a>
<b>Sozialhilfe</b>	Zuschuss im erforderlichen Umfang	

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

© pixabay.com



# 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 „Bekannten“!

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

- Ein Türspion bietet Ihnen die Möglichkeit zu sehen, wer vor der Tür steht, ohne die Tür öffnen zu müssen. Bewährt haben sich auch digitale Türspione, die anhand der größeren Bildfläche ein deutliches Bild vom Geschehen vor der Tür liefern.

- Ein Bewegungsmelder vor der Haustür bringt nicht nur mehr Licht ins Dunkel, er schüchtert auch den ungebetenen Gast ein, weil er somit leichter identifizierbar ist.
- Mit einem Türsprechsystem können Sie zuerst mit dem Besucher sprechen, bevor Sie ihm per Knopfdruck die 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.
- Öffnen Sie Ihre Tür immer nur mit vorgelegter Türsperre (z. B. Kastenschloss mit Sperrbügel).
- Überlegen Sie sich Folgendes, wenn Fremde an der Tür von ihrer Not erzählen: Warum wenden sich diese Leute nicht an eine Apotheke, eine Gaststätte oder ein Geschäft, sondern gerade an mich?
- Lassen Sie sich am Telefon keine Namen oder andere Informationen über Angehörige, Freunde oder Bekannte entlocken.
- Verstecken Sie Ihren Schlüssel niemals draußen. Einbrecher finden jedes Versteck!
- Achten Sie auf Fremde in Ihrer Wohnanlage oder auf dem Nachbargrundstück!
- Informieren Sie bei verdächtigen Beobachtungen sofort die Polizei!
- Geben Sie keine Hinweise auf Ihre Abwesenheit bspw. in sozialen Netzwerken oder auf Ihrem Anrufbeantworter!

© Jürgen Fälchle - Fotolia



# Hilfe und Unterstützung



© brainsil - Fotolia

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

## Die Pflegereform

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

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

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

Um Leistungen aus der Pflegeversicherung zu erhalten, muss die Einstufung in einen Pflegegrad bei der zuständigen Pflegekasse beantragt werden. Dieser Antrag ist

formlos möglich. Zu beachten ist jedoch, dass Leistungen aus der Pflegeversicherung nicht rückwirkend erbracht werden. Der Leistungsanspruch beginnt frühestens ab dem Monat der Antragstellung. Anstelle eines schriftlichen Antrags kann auch ein Pflegestützpunkt aufgesucht oder ein Hausbesuch eingefordert werden. In diesen Fällen kümmert sich der Pflegeberater um die weitere Antragstellung.

Der Antragsteller wird von einem Gutachter des Medizi-nischen Dienstes der Krankenversicherung anhand eines Fragebogens überprüft, um den Grad der Selbstständig-keit zu ermitteln. Auf der Grundlage dieses Gutachtens entscheidet die zuständige Pflegekasse, ob der Antrag auf Zuerkennung eines Pflegegrades bewilligt wird.

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

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

## Pflegegrade und Leistungen

### Der Pflegebedürftigkeitsbegriff 2017 im Detail

Am 1. Januar 2017 wurde der neue Pflegebedürftigkeits-begriff eingeführt. Dies bedeutet eine andere Bewertung der Pflegebedürftigkeit und eine andere Einstufung in Pflegegrade. Wurden bisher nur körperliche Beeinträchtigungen für die Feststellung von Pflegebedürftigkeit bewertet, werden nun alle für Pflegebedürftigkeit relevan-ten Aspekte berücksichtigt. Dabei ist es also gleichgültig, ob körperliche, psychische oder kognitive Beeinträchtigungen vorliegen.

### Wie wird die Pflegebedürftigkeit festgestellt?

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

 **Malteser**  
...weil Nähe zählt.

**Gut versorgt in den eigenen vier Wänden**  
Malteser Menüservice



**Für Sie in Paderborn mit:**

- Malteser Menüservice – 7 Tage die Woche
- Malteser Hausnotruf – mit eigenem Bereitschaftsteam
- Malteser Fahrdienst – Kranken- & Rollstuhltransporte

 **0 800-99 66 007** (kostenlos)  
 [www.malteser-paderborn.de](http://www.malteser-paderborn.de)

  
EVANGELISCHE  
PERTHES-STIFTUNG e.V.  
menschennah.

*Interessiert an  
einem kostenlosen  
und unverbindlichen  
Probtage?  
Rufen Sie uns an!  
Telefon  
05251 18896401*

**Tagespflege im  
Perthes-Haus Paderborn**

- Aktivierungs- und Beschäftigungsangebote
- Tagesstruktur
- Gemeinsame Mahlzeiten
- Fahrdienst
- Beratung



Neuhäuserstr. 8 – 10  
33102 Paderborn  
E-Mail: [tp-paderborn@perthes-stiftung.de](mailto:tp-paderborn@perthes-stiftung.de)

[www.tp-paderborn.de](http://www.tp-paderborn.de)

Kein noch so genialer Arzt kann seine Patienten heilen, wenn die treue Pflegerin fehlt.

Gertrud von Le Fort (Arzt)



## Die Sonnenblume Häusliche Alten- & Krankenpflege GmbH

Von-Ketteler-Straße 53, 33106 Paderborn

**Tel. 0 52 54 / 6 64 10**

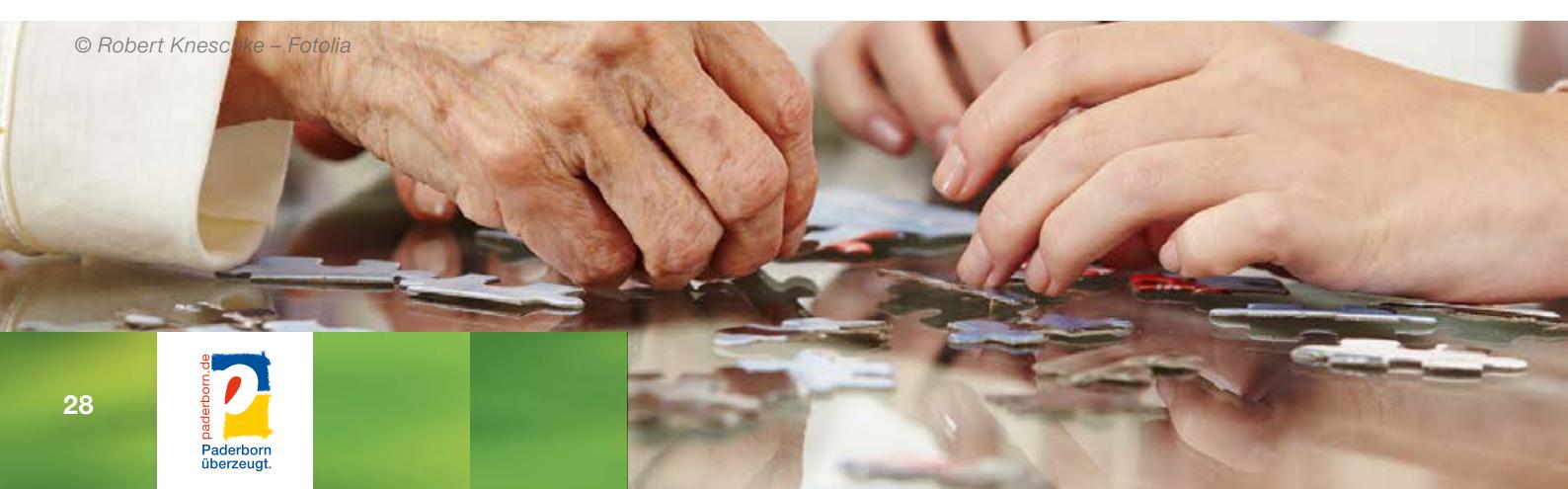
Fax 0 52 54 / 6 64 20, E-Mail: [maxxav@aol.com](mailto:maxxav@aol.com)

Wir sind als Vertragspartner aller gesetzlichen Krankenkassen an allen Wochentagen für Sie im Einsatz und jederzeit erreichbar.

Häusliche Pflege, Palliativpflege, Bürozeiten: Mo. – Fr. 8.00 Uhr – 15.00 Uhr



© Robert Kneschke – Fotolia



Diese Selbstständigkeit wird in folgenden Bereichen beurteilt:

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

### Alle Leistungen seit 2017 im Überblick

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

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

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

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

### 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.

Ob Sie als pflegebedürftige Person in den eigenen vier Wänden von einem **Angehörigen** oder einer ausgebildeten **Pflegekraft** versorgt werden oder ob Sie eine stationäre Einrichtung besuchen, hängt in erster Linie von Ihrer Entscheidung ab. Dabei kommen verschiedene Faktoren ins Spiel, wie der Grad der Pflegebedürftigkeit, die Höhe der Pflegekosten und die bauliche Beschaffenheit der eigenen Wohnung. Deshalb ist es sehr wichtig, dass Sie sich über die unterschiedlichen Möglichkeiten informieren und beraten lassen. Durch die Pflegeberater und Pflegeberaterinnen Ihrer Krankenkasse und in den örtlichen Pflegestützpunkten erfahren Sie, welche Art der Pflege für Sie am geeignetsten ist.

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

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

Daneben bietet die **Kurzzeitpflege** eine willkommene Alternative für alle Beteiligten, die zur Überbrückung eines

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



## 3x für Sie im Kreis Paderborn...

- Moderne, ganzheitliche Pflege für hohe Lebensqualität.
- Angebote zur Unterstützung im Alltag.
- Individuelle Betreuung für einen aktiven Alltag.
- Durchdachte Lösungen für das Leben im Alter:  
Stationäre Pflege in Form von Wohngruppen,  
betreutes Wohnen, Wohnbereiche für Menschen mit  
Demenz, Kurzzeit- und Verhinderungspflege.
- Intensive seelsorgliche Begleitung.



### Seniorenzentrum Mallinckrothof

Borchen | Telefon: 05251 / 87644-0  
[www.seniorenzentrum-mallinckrothof-borchen.de](http://www.seniorenzentrum-mallinckrothof-borchen.de)

### St. Vincenz-Altenzentrum

Paderborn | Telefon: 05251 / 151-0  
[www.vincenz-altenzentrum.de](http://www.vincenz-altenzentrum.de)

### Seniorenzentrum St. Bruno

Paderborn | Telefon: 05254 / 9934-0  
[www.st-bruno-paderborn.de](http://www.st-bruno-paderborn.de)

Caritas Altenhilfe gGmbH, Paderborn

*Nah am  
Menschen*



© Getty Images/Stockphoto

fest umrissenen Zeitraums Unterstützung benötigen. Sie ist sowohl Entlastung für pflegende Angehörige als auch Abwechslung für Pflegebedürftige, die vorübergehend nicht zu Hause versorgt werden können.

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

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

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

## Unterstützung für pflegende Angehörige

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

## Finanzielle Hilfen für pflegende Angehörige

An finanziellen Entlastungen ist die **steuerliche Geltendmachung** in der Einkommensteuererklärung möglich. Seitens der Sozialhilfeträger können pflegende Angehörige auch zusätzliche Hilfen für die Pflegebedürftigen im Sinne

von medizinischem Hilfebedarf bekommen. Eine Pflegefachkraft für einige Stunden kann zudem zur Entlastung der eigenen pflegerischen Tätigkeit beitragen.

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

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

## Pflegeberatung

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

Beratungszentrum  
Alter und Pflege  
Bahnhofstraße 50  
33102 Paderborn  
Telefon: 05251 308 5077  
E-Mail: beratungszentrum@  
kreis-paderborn.de



Öffnungszeiten:  
Montag bis Freitag: 8.30 – 12.00 Uhr  
Donnerstag: 14.00 – 18.00 Uhr

# Inserentenverzeichnis

	Seite
Ambulante Pflege	28
Baustoffgroßhandel	32
Betreutes Wohnen	U2
Heizung-Sanitär	12
Hörgeräte	U4
Immobilien	3
Küchen	10
Pflege- und Betreuungsdienst	22
Seniorenzentren	30
Soziale Dienste	28
Tagespflege	28
Treppenlift	9
Verkehrsunternehmen	6

U = Umschlagseite

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

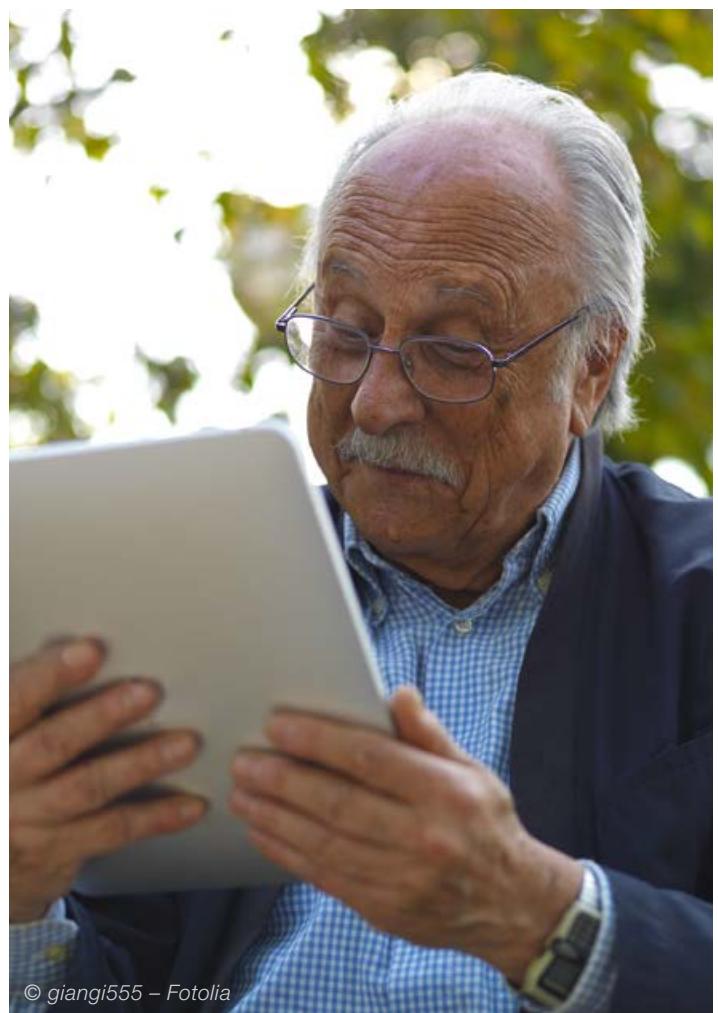
**WEGENER**

Ein Wegener für alles!

**BAUSTOFFE  
HEIZUNG  
SANITÄR  
FLEISEN  
HOLZ  
STAHL**

**Wohnen ohne Barrieren**  
Unsere speziell ausgebildeten **Fachkräfte für barrierefreies Bauen** beraten Sie gern zu allen Fragen rund um Ihre individuelle barrierefreie Wohnraumanpassung.

33098 Paderborn | Kolberger Str. 3-14 | Tel (05251) 171-0 | [www.wegener.biz](http://www.wegener.biz)





**Besuchen Sie uns  
im Internet und  
informieren Sie sich**

## IMPRESSIONUM



### Herausgeber:

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



### in Zusammenarbeit mit:

Stadt Paderborn, Am Hoppenhof 33, 33104 Paderborn  
Tel.: 05251/881 1255 und 05251/881 1256  
E-Mail: seniorenbuero@paderborn.de  
www.paderborn.de

### Redaktion:

Verantwortlich für den amtlichen Inhalt: Dagmar Tröster  
Verantwortlich für den sonstigen redaktionellen Inhalt: Murat Yaral, mediaprint infoverlag gmbh  
Verantwortlich für den Anzeigenteil: Goran Petrasevic, mediaprint infoverlag gmbh

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

**Quellennachweis für Fotos/Abbildungen:**  
Die Bildnachweise stehen in den jeweiligen Fotos

33098039/1. 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.



# HIN + HÖREN

## Ein gutes Gefühl: Ankommen.

Wir begrüßen Sie barrierefrei, in direkter Nähe zum Paderborner Dom, in der Grube 11.

Bei Löhr Akustik sind Sie zu Hause, wenn es um das richtige Hören geht. Ehrlich, kompetent und mit viel Einfühlungsvermögen sind wir für Sie da.

Gerne begleiten wir Sie von der kostenlosen Ausprobe über die Optimierung Ihres Hörsystems hinaus.



## Sehr angenehm unauffällig.

Viele Kunden wünschen sich Hörgeräte, die niemand bemerkt. Durch die Minimierung der technischen Komponenten ist es gelungen, die bisher kleinsten Hörgeräte zu entwickeln. Getragen werden diese nahezu unsichtbar im Gehörgang oder versteckt hinter dem Ohr. Die für Sie passende und angenehme Lösung finden wir gemeinsam.



## Ihr Fachgeschäft für Hörakustik:

- Meisterpräsenz
- Unverbindliche Beratung
- Hörgeräteanpassung
- Hörlösungen für Kinder
- CI- und Hörimplantatservice
- Gehörschutz Privat- und Profigebrauch
- InEar-Kopfhörer für Musiker und Sportler
- Tinnitusberatung
- Hörtraining
- Hausbesuche
- Barrierefreier Zugang

## Löhr Akustik

Dipl.-Ing. Hörakustik-Meister  
Lars Löhr  
Grube 11 · 33098 Paderborn  
Tel. 05251 8791722  
[info@loehr-akustik.de](mailto:info@loehr-akustik.de)  
[www.loehr-akustik.de](http://www.loehr-akustik.de)

## Öffnungszeiten:

Mo – Fr: 09.00 – 13.00 Uhr  
14.00 – 18.00 Uhr  
Sa: 09.00 – 13.00 Uhr