

Ein Leben lang zu Hause wohnen im Nürnberger Land



Maßnahmen zur Wohnraumanpassung



Friseursalon Martin-Fleischmann

Marc Fleischmann

Collegiengasse 6 · 90518 Altdorf

Telefon 09187 - 5448

www.friseur-altdorf.de

**Grabmale und Vorsorge
Beschriftung**

**Restaurierung
Denkmalpflege
Reinigung**

**Hauseingänge
Treppen
Fassaden**

Natursteinarbeiten



SEIT 1896
**STEINMETZ
VESTNER GmbH**

Lederesmühle 5
90518 Altdorf

**Meister u. staatlich gepr. Restaurator
Andreas u. Christian Vestner**

Tel. 091 87 – 25 30

www.steinmetz-vestner.de



GRUSSWORT

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

wir alle möchten so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden wohnen bleiben und unser Leben selbstbestimmt gestalten können. Solange es die Gesundheit zulässt, steht der Verwirklichung dieses Wunsches nichts im Wege.

Doch leider bringen Erkrankungen oder das Alter die eine oder andere gesundheitliche Einschränkung mit sich. Dann können schon kleine Schwellen zu Stolperfallen und Treppen zu unüberwindbaren Hindernissen werden.

Die Ausstattung vieler Wohnungen wird den geänderten Anforderungen und Bedürfnissen der Menschen nicht mehr gerecht.

Um weiterhin in der eigenen Wohnung leben zu können, werden häufig der Einsatz von Hilfsmitteln oder bauliche Veränderungen nötig. Dann erzielen oft schon kleine Änderungen große Verbesserungen bei Barrierefreiheit und Sicherheit.

Mit der vorliegenden Broschüre möchten wir Ihnen Informationen an die Hand geben, wie Sie das eigene Wohnumfeld barrierefrei und sicher gestalten können. Neben vielen praktischen Tipps und Hinweisen finden Sie auf den folgenden Seiten wichtige Kontakte und Ansprechpartner. Auch Fördermöglichkeiten, die finanzielle Unterstützung bei einer Wohnraumanpassung bieten, werden aufgezeigt.

Wir freuen uns, wenn Sie viele der Informationen nutzen und neue, wertvolle Anregungen aufgreifen können.



Ich danke allen, die an der Entstehung der Broschüre beteiligt waren. Insbesondere danke ich den Verbänden der Freien Wohlfahrtspflege und den Firmen, die durch ihre Anzeigen den Druck der Broschüre ermöglicht haben.

Ihr
Armin Kroder
Landrat



Bündnis Ambulante Pflege im Landkreis Nürnberger Land

Ein Zusammenschluss
ambulanter Pflegedienste
in unserer Region

UNSER ANGEBOT

für Pflegebedürftige/Angehörige

Pflege durch qualifiziertes Personal, Rufbereitschaft rund um die Uhr, Grundpflege (z. B. Hilfe beim Baden/Duschen), Behandlungspflege nach ärztlicher Verordnung (z. B. Wundversorgung), Krankenhaus-Anschlussbehandlung, Schwerstkrankenpflege, Intensivpflege, Palliativpflege, Sterbebegleitung, Hauswirtschaftliche Versorgung, Hausnotruf, Essen auf Rädern, Betreutes Wohnen, Betreute Wohngemeinschaft für Demenzerkrankte, Tagespflege, Beratung für pflegende Angehörige, Pflegekurse, Angehörigenkurse, Spezielle Angebote an demenziell erkrankte Menschen.

Diakonie 
Nürnberger Land

**Diakonie im
Landkreis Nürnberger Land**
0800 / 69 111 69 – kostenfrei –
info@diakonipflege.de
www.diakonipflege.de

 **caritas**
Nürnberger Land

**Caritasverband im
Landkreis Nürnberger Land e.V.**
09123 / 96 26 80
info@caritas-nuernberger-land.de
www.caritas-nuernberger-land.de

Bayerisches Rotes Kreuz 
Kreisverband Nürnberger Land

**Bayerisches Rotes Kreuz
Kreisverband Nürnberger Land**
09123 / 94 03 27
info@kvnl.brk.de
www.kvnl.brk.de



Inh. Bettina Hödel
Begegnung und Austausch
- Beratung und Verkauf
Berchinger Straße 25
D-90518 Altdorf

Individuelle Beratung und Begleitung
für Frauen mit Krebserkrankung
(nach Terminabsprache)






Telefon 09187 9012873, mobil 0179 5965737
service@life-smile.de
www.life-smile.de



LIFE SMILE®

... entdecke Dein Lächeln!

Begegnung und Austausch –
Beratung und Verkauf

-  Ganzheitliche Farbberatung, typgerechtes MakeUp
-  Stylingberatung, Kleiderschrank-Check, Personal Shopping
-  Schmink- und Hautpflegetipps für Frauen mit Krebserkrankung
-  Vielfältige Auswahl an attraktiven Kopfbedeckungen aus natürlichen, hautfreundlichen Materialien
-  Mobile Beratung in gewohnter Umgebung oder während Klinik-/Reha-Aufenthalt (auch sonntags und an Feiertagen)

Beratung & Begleitung außerhalb der Ladenöffnungszeiten
(nach Terminabsprache)

INHALTSVERZEICHNIS

Grußwort	1
Unterstützung durch das Sozialamt des Landkreises Nürnberger Land	6
Koordinationsstelle für Seniorenarbeit	7
Allgemeine Einführung	8
Barrierefreies Wohnen	8
Barrierefrei ist nicht gleich behindertengerecht	8
Wohnraumanpassung	9
Rundgang durch die Räume	10
Eingang, Treppenhaus und Flur	11
Küche	12
Bad, WC	14
Wohnzimmer	18
Schlafzimmer	20
Balkon, Garten	22
Nützliche Hilfsmittel	23
Alter und Technik – Altersgerechte Assistenzsysteme	24
Hausnotruf	25
Checkliste „Ein Leben lang zu Hause wohnen“	26
Wohnraumanpassung bei Demenz	29
Finanzierungs- und Fördermöglichkeiten	30
Sicherheit im häuslichen Umfeld	32
Sicherung von Haus und Wohnung	32
Beratung durch die Polizei	32
Wichtige Ansprechpartner zum Thema „Wohnen im Alter“	33
Hilfe und Unterstützung	34
Die Pflegereform	34
Pflegegrade und Leistungen	34
Pflegearten	36
Unterstützung für pflegende Angehörige	37
Pflegeberatung	37
Notruftafel	38
Branchenverzeichnis	40



ERGO

Versichern heißt verstehen.

„Wir genießen die schönsten Jahre – aber was macht sie auch sicher?“

Zum Beispiel die richtigen finanziellen Absicherungen für Ihre jetzige Lebensphase – mit den Vorteilen des ERGO Pakets *Vital*. Vereinbaren Sie gleich einen Beratungstermin mit mir.

Julia Endner & Harald Pischitz



Luitpoldstr. 5, 91207 Lauf a.d.Pegnitz
Tel 09123 9996377
harald.pischitz@ergo.de



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



in Zusammenarbeit mit:
Landratsamt Nürnberger Land, Waldluststraße 1, 81207 Lauf a. d. Pegnitz

Redaktion:
Verantwortlich für den amtlichen Teil: Landratsamt Nürnberger Land
Waldluststraße 1, 81207 Lauf a. d. Pegnitz
Verantwortlich für den sonstigen redaktionellen Inhalt: Redaktion, mediaprint infoverlag gmbh
Verantwortlich für den Anzeigenteil: mediaprint infoverlag gmbh, **Goran Petrasevic**

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

Quellennachweis für Fotos / Abbildungen:
Titel: ©Ruslan Guzov / Fotolia
Foto Herr Landrat Armin Kroder, S. 1: Thomas Geiger; Foto Herr Wolfgang Röhr, S. 6: Andrea Gramlich
Foto Anja Gruhl, S. 7: Fotostudio Karl Harren
Weitere Quellenangaben sind an den jeweiligen Fotos vermerkt.

91207039 / 1. Auflage / 2019

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

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

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



APOTHEKE IM CITY-PARK

Nelli Freier-Kurt

Steingasse 1 b · 91217 Hersbruck

Telefon: 091 51 / 90895-0 · Telefax: 091 51 / 90895-10

E-Mail: info@apo-im-citypark.de · Internet: www.apo-im-citypark.de

...weil uns Ihre Gesundheit am Herzen liegt!



© mavoimages / stock.adobe.com



www.vhs-unteres-pegnitztal.de · info@vhs-up.de
Telefon 09123 1833-310, -311 und -312 · Fax 09123 1833-315



Aktiv mit Ihrer Volkshochschule Unteres Pegnitztal

KULTUR

GESUNDHEIT

ERNÄHRUNG

KREATIVES

MEDIEN

SPRACHEN

BEWEGUNG

Aktiv mit der Volkshochschule Unteres Pegnitztal

Möchten Sie auch in allen Lebensbereichen aktiv sein? Dieses Interesse teilen Sie mit vielen! Der Wunsch nach einer aktiven Gestaltung der eigenen Lebensführung steigt im Alter zunehmend. Auch die Ansprüche wachsen. Die Lebensphase des sogenannten „besten Alters“ birgt besondere Herausforderungen, eröffnet aber auch viele Chancen und Möglichkeiten. Eben da setzt die Volkshochschule Unteres Pegnitztal an.

Die Volkshochschule Unteres Pegnitztal als größte Bildungseinrichtung im Nürnberger Land bietet vielfältige Kurse und Veranstaltungen in Lauf a.d. Pegnitz, Schwaig, Rückersdorf, Neunkirchen a. Sand und Ottensoos an. Sie erhalten praktische Lebenshilfe in Vorträgen oder Kursen; Sie fördern Ihre Beweglichkeit und Ihr individuelles Wohlbefinden bei Wirbelsäulengymnastik, Yoga, Qi Gong oder Idogo; Sie erschließen sich die digitale Welt; Sie nehmen teil an kulturellen Veranstaltungen oder nutzen kreativ-gestalterische Angebote; Sie frischen eine Fremdsprache auf

oder erlernen im sozialen Miteinander sogar eine neue Sprache.

Die Volkshochschule Unteres Pegnitztal folgt dem Konzept des lebenslangen Lernens. Alle Altersstufen sollen in gleichem Maße in alle Lebensbereiche einbezogen sein und an Gesellschaftsthemen, Technik, Kultur und insbesondere der Bildung teilhaben.

Volkshochschule Unteres Pegnitztal

Turnstraße 11
91207 Lauf a.d. Pegnitz
Telefon: +49 9123 1833-310, -311, -312, -313
Fax: +49 9123 1833-315
E-Mail: info@vhs-up.de
Homepage: www.vhs-unteres-pegnitztal.de

UNTERSTÜTZUNG DURCH DAS SOZIALAMT DES LANDKREISES NÜRNBERGER LAND



Das Thema Wohnen ist von großer Bedeutung für ein angenehmes Leben im Alter. Daher sollte man sich rechtzeitig mit Fragen zum altersgerechten Wohnen beschäftigen. Dabei gilt es zu klären, ob die eigenen vier Wände den Anforderungen an Barrierefreiheit und Sicherheit gerecht werden oder ob Anpassungsmaßnahmen erforderlich sind.

Der demografische Wandel und die zunehmende Alterung der Bevölkerung ist auch im Landkreis Nürnberger Land spürbar. Wir möchten dem steigenden Informations- und Beratungsbedarf von Seniorinnen und Senioren sowie Menschen mit Behinderung Rechnung tragen.

Die Broschüre zeigt verständlich und anschaulich, anhand von Fotos, Grafiken und kurzen, übersichtlichen Texten, mit welchen Maßnahmen die eigene Wohnung an die Anforderungen im Alter angepasst werden kann.

Weitere Informationen für Seniorinnen und Senioren enthält auch der Seniorenwegweiser für das Nürnberger Land. Dort finden Sie vielfältige Anregungen zur aktiven Gestaltung des Alters, Ansprechpartner sowie weitere relevante Themen wie Gesundheit, Geld und Recht sowie Pflegebedürftigkeit und Hospiz.

Mit der nun erstmals erschienenen Broschüre zur Wohnraumanpassung möchte das Sozialamt Nürnberger Land über verschiedene Möglichkeiten der alters- und behindertengerechten Wohnraumgestaltung sowie über hierfür vorhandene Finanzierungsmöglichkeiten informieren. Ich hoffe, dass die praxisnahen Hinweise der Broschüre auf großes Interesse der Leserschaft stoßen und Hilfestellungen bei den Umgestaltungsmaßnahmen geben.

Wolfgang Röhl
Sozialamtsleiter
Landratsamt Nürnberger Land
Waldluststraße 1, 91207 Lauf a. d. Pegnitz
Telefon: 09123 9506416
E-Mail: w.roehrl@nuernberger-land.de

KOORDINATIONSSTELLE FÜR SENIORENARBEIT

Die im April 2015 neu geschaffene Koordinationsstelle für Seniorenarbeit ist Anlaufstelle für die Seniorinnen und Senioren der Altersgruppe 60+. Durch den steigenden Anteil älterer Menschen ergeben sich im Landkreis Nürnberger Land neue Aufgaben und Chancen. Viele ältere Menschen nutzen diesen Lebensabschnitt, um bei guter Gesundheit ehrenamtlich für das Gemeinwesen tätig zu sein. Dennoch muss sich der Landkreis verschiedenen Herausforderungen stellen. Insbesondere die Themen Wohnen im Alter, Versorgung von pflegebedürftigen Menschen und barrierefreie Mobilität sind hier anzugehen.

Die Koordinationsstelle hat insbesondere folgende Aufgaben:

- Umsetzung der Empfehlungen des Seniorenpolitischen Gesamtkonzeptes
- Koordination und Vernetzung der Akteure der Seniorenarbeit im Landkreis
- Fortschreibung des Sozialberichtes
- Pflegeplatzplanung

Zugleich ist die Koordinationsstelle Anlaufstelle für die Bürgerinnen und Bürger für Fragen rund um das Thema Senioren. Wir informieren Sie gerne und vermitteln Ihnen kompetente Ansprechpartner für Ihre Anliegen.

Kontakt und Information:

Anja Gruhl

Koordinationsstelle für Seniorenarbeit

Landratsamt Nürnberger Land

Waldluststraße 1, 91207 Lauf a. d. Pegnitz

Telefon: 09123 9506423

E-Mail: a.gruhl@nuernberger-land.de

Erreichbarkeit: Mo – Fr 8.00 – 14.00 Uhr





© Photographee.eu / Fotolia

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 seniorenrecht 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

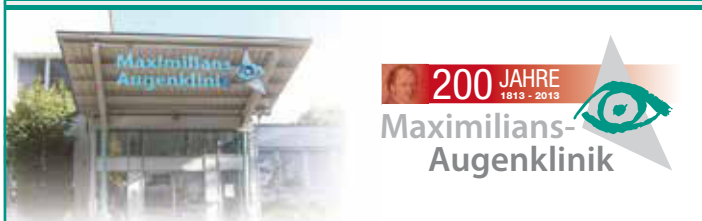
Unter „Barrierefreiheit“ versteht man einen umfassenden Zugang und uneingeschränkte Nutzungschancen aller gestalteten Lebensbereiche. Das Prinzip der Barrierefreiheit zielt darauf ab, dass bauliche und sonstige Anlagen sowohl für Menschen mit Beeinträchtigungen als auch für Personen mit Kleinkindern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

DAS KOMPETENZZENTRUM FÜR AUGENHEILKUNDE IN NORDBAYERN



200 JAHRE
1813 - 2013
Maximilians-Augenklinik

Unsere Spezialgebiete:

- Grauer Star (Katarakt)
- Grüner Star (Glaukom)
- Hornhauttransplantation
- Schieloperationen
- Plastische Lid-Chirurgie
- Glaskörper- und Netzhauterkrankungen
- Makuladegeneration
- Laserbehandlungen

Maximilians-Augenklinik

Erlenstegenstraße 30 · 90491 Nürnberg · Tel.: 0911 / 91 99 4 - 0
Fax: 0911 / 91 99 4 - 44 · E-Mail: info@maximilians-augenklinik.de

UNSERE MEDIZINISCHEN VERSORGUNGSZENTREN:

Maximilians
MVZ Erlenstegen
Erlenstegenstraße 30
90491 Nürnberg
Telefon 0911 - 18 09 45 17

Maximilians
MVZ Bad Kissingen
Erhardstraße 18
97688 Bad Kissingen
Telefon 0971 - 785 70 00

Maximilians
MVZ Stein
Gerasmühler Str. 1
90547 Stein
Telefon 0911 - 68 23 68

www.maximilians-augenklinik.de

querschnittsgelähmter Mensch benötigt jedoch grundsätzlich eine anders gestaltete Wohnung als ein sehbehinderter Mensch. Eine behindertengerechte Wohnung ist deshalb nach der individuellen Behinderung gestaltet, während eine barrierefreie Wohnung grundsätzlich dahingehend zu gestalten ist, dass alle Wohnbereiche ungehindert erreicht werden können. Eine barrierefreie Wohnung wird nicht nur von älteren Menschen und Menschen mit körperlichen Einschränkungen benötigt, sondern ist für die ganze Familie eine große Erleichterung.

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 Seniorenuzug in eine barrierefreie Wohnung als Maßnahme der „Wohnraumanpassung für Senioren“.



**Massivholzhäuser · Dachsanierung
Anbauten · Aufstockungen
alles ökologisch und wohngesund**



Georg Meysel – Zimmermeister
Friedenstraße 52 • D-90571 Schwaig b. Nbg
Telefon: 0911 / 5480750 • info@meysel-holzbau.de
www.meysel-holzbau.de



Wasser
Wärme
Wohlbefinden
Elektrotechnik

- 

Sanitärtechnik & Bäder
- 

Heizungstechnik
- 

Elektrotechnik
- 

Erneuerbare Energien
- 

Lüftungstechnik

Dauphin GmbH & Co. KG
Schwarzachstraße 17
90559 Burgthann
Telefon: 09183 / 3315
www.dauphin-burgthann.de





© goodluz / stock.adobe.com

RUNDGANG DURCH DIE RÄUME

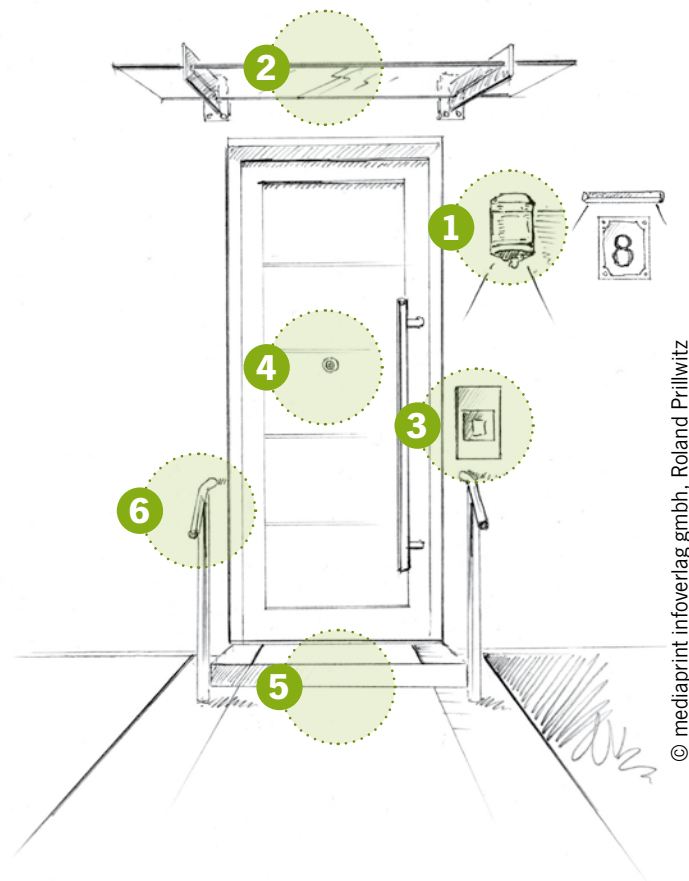
In etlichen Lebenssituationen wird der Verbleib in der eigenen Wohnung ohne Wohnraumanpassung schwierig. Der folgende „Rundgang“ durch die verschiedenen Räume eines Haushalts führt

Ihnen vor, an welchen Stellen Umbaumaßnahmen vorgenommen werden können, um das selbstständige Leben in der Wohnung oder im Eigenheim zu erleichtern. Bitte beachten Sie, dass nur eine kleine Auswahl von möglichen Hilfsmitteln oder Umbaumaßnahmen angesprochen werden kann. Manche Tipps können selbstverständlich in mehreren Räumen angewandt werden. Bei einer individuellen Wohnberatung kann abgeklärt werden, wie Ihre Wohnsituation noch besser gestaltet werden kann.



1) Eingang, Treppenhaus und Flur

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



© mediaprint infoverlag gmbh, Roland Prillwitz



© Alex / stock.adobe.com

FLIESEN-FISCHER
FLIESEN · NATURSTEIN · HOLZBÖDEN

Cooperation
TEAM 4

*Fliesen
für Ihr
Traumbad*



www.fliesen-fischer.com

IHRE FLIESENAUSSTELLUNGEN IN LAUF UND BAYREUTH!

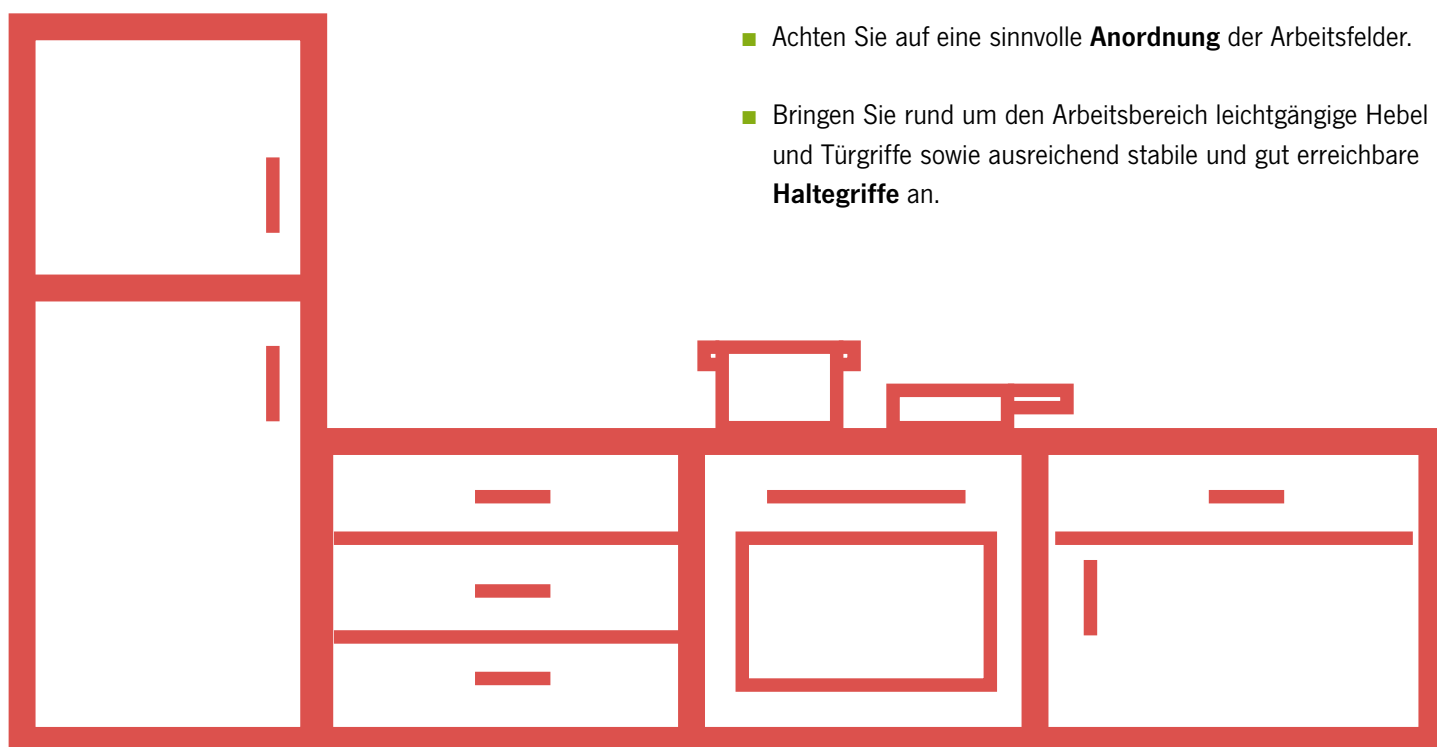


© Monkey Business Images / colourbox.de

2) Küche

- Senken Sie **Hängeschränke** so ab, dass Sie den Inhalt ohne sich zu strecken entnehmen können. **1**
- Planen Sie einen gut erreichbaren Platz für die **Lagerung** von Vorräten und Behältern ein. Eventuell den Inhalt der Oberschränke umräumen.

- Bauen Sie **Unterschränke** mit Auszügen und Schubladen ein. **2**
- Passen Sie die Höhe der **Arbeitsplatte** an, so dass Sie bei Bedarf im Sitzen arbeiten können. Und verschaffen Sie sich unterhalb der Arbeitsfläche genug Raum für Beinfreiheit. **3**
- Schaffen Sie auf den **Arbeitsflächen** genug Platz zum Arbeiten – ebenso im Bereich des Spülbeckens. **4**
- Achten Sie auf eine sinnvolle **Anordnung** der Arbeitsfelder.
- Bringen Sie rund um den Arbeitsbereich leichtgängige Hebel und Türgriffe sowie ausreichend stabile und gut erreichbare **Haltegriffe** an.





© mediaprint infoverlag gmbh, Roland Prillwitz

- Steckdosen, Beleuchtung und Schalter sollten sich in **Greifhöhe** befinden. **5**
- Rutschfester **Bodenbelag** sorgt für mehr Standfestigkeit.
- Runden Sie spitze und gefährliche **Möbelkanten** ab.
- Gute Lichtquellen entspannen die Augen und erhöhen die Konzentrationsfähigkeit.
- Spezielles Geschirr und Besteck erleichtern das Essen und Trinken: Besteck mit Fingergriffmulden, Kombination aus Gabel und Messer, gewinkeltes Besteck, rutschfeste Unterlagen, Deckelöffner usw.
- Ein Handbesen und eine Kehrschaufel mit langem Griff ermöglichen das Kehren ohne sich zu bücken.
- Damit die Küche geräumiger ist, sollten Sie sich auf wenige, nützliche Möbel beschränken.



Ihre barrierefreie Küche finden Sie bei uns!

**DE KÜCHEN
PLANER**
habicht + sporer



Birgit Krischke



Karsten Dietrich

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Laufamholzstraße 116 • 90482 Nürnberg • Tel (+49) 911 95496-0

Nürnberg • Fürth • Roth • Hirschaid

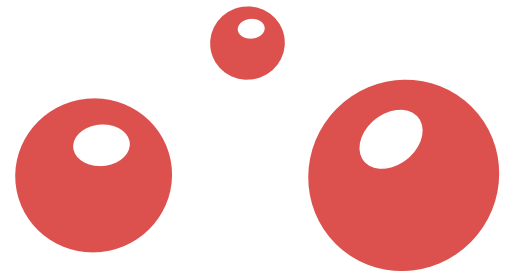
www.diekuechenplaner.de



3) Bad, WC

- Ein ausreichend breiter Zugang **ohne Schwelle** ermöglicht es Ihnen, problemlos ins Bad zu gelangen. **1**
- **Nach außen** schwingende Türen ermöglichen Helfern oder Angehörigen mühelos, gestürzte Personen zu erreichen.

- Bauen Sie für den Notfall eine **Notrufanlage** oder Inaktivitätserkennung ein.
- Eine **bodengleiche** Dusche erleichtert die Nutzung der Duschkabine/des Duschbereiches und reduziert das Stolperisiko. **2**
- Feste Duschtrennwände sind Barrieren! Deshalb sollte der Spritzschutz der barrierefreien Dusche aus beweglichen Duschwänden oder einem **Duschvorhang** bestehen.





© mediaprint infoverlag gmbh, Roland Prillwitz



- **Rutschsichere Matten** in Wanne und Dusche sind unerlässlich.
- Kleine oder **rutschhemmende Fliesen** bzw. Fußböden verringern die Gefahr des Ausrutschens.
- Gut erkennbare, stabile **Haltegriffe** und Stützstangen sorgen für mehr Sicherheit.

3



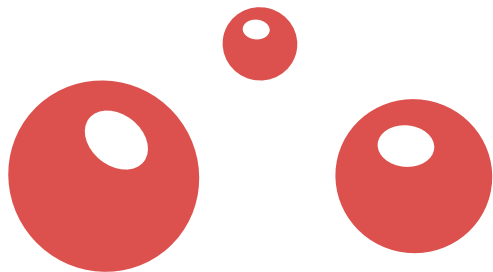
© colourbox.de



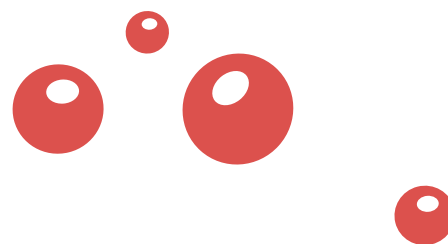
- Ihr Partner für:*
- Solarenergie
 - Heizung
 - Sanitärtechnik
 - Flaschnerei
 - Bäder

Bei uns gibt es Beratung, Planung und Ausführung aus einer Hand!

Hersbrucker Straße 11 a, 91220 Schnaittach
Fon 09153 - 9704230, doersch-haustechnik.de



- Eine **Sitzgelegenheit** vor dem Waschbecken sowie ein **Duschhocker** in der Duschkabine erleichtern den Wasch- / Duschvorgang. Deshalb ist es ratsam, Unterbauten am Waschbecken zu entfernen. **4**
- **Einhebelarmaturen** sind leichter zu bedienen. **5**
- Ein **höhenverstellbares Waschbecken** lässt sich individuell anpassen.
- 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.



Ihr Partner für
Heizung · Sanitär · Solar · Lüftung

- ✓ **Barrierefreie Bäder für alle Generationen**
- ✓ **Bequem, sicher und komfortabel**
- ✓ **Zuhause wohlfühlen**



www.grafhaustechnik.de

Heinrich-Diehl-Straße 2 • 90552 Röthenbach • Telefon: 0911 9993 39 61



GRENZENLOSE BADVERGNÜGEN OHNE BARRIEREN

dauphin

Wasser
Wärme
Wohlbefinden
Elektrotechnik

Dauphin GmbH & Co. KG
Schwarzachstraße 17
90559 Burgthann
Telefon: 09183 / 3315
www.dauphin-burgthann.de



GLAS PERFEKT –

Perfekt in Glas bei: **Duschkabinen und mehr.**



BÄDER

- Duschkabinen
- Duschtrennwände
- Duschrückwände
- Spiegel (auch mit Beleuchtung)



INNENRÄUME

- Ganzglastüren
- Glasschiebetüren
- Ganzglasanlagen
- Raumteiler
- Spiegel

Wir freuen uns auf Ihre Anfrage!

GLASHANDEL · CONSULTING
GLAS PERFEKT
Robert Hereth

GLAS PERFEKT Robert Hereth GmbH & Co. KG
Espenpark 24 • 90559 Burgthann
Tel.: +49 91 88 / 99 99 03-0 • Fax: +49 91 88 / 99 99 03-8
info@glasperfekt.de • www.GlasPerfekt.de
facebook.com/Glas-Perfekt-Robert-Hereth-GmbH-Co-KG

Als Ihr kompetenter Partner bieten wir Ihnen die professionelle Umsetzung von Ideen aus Glas durch Qualität und innovative Lösungen.



RAUMGESTALTUNG

- Küchenrückwände
- Ofenglas
- Glastische
- Glasregale
- Glastreppen



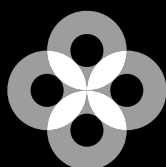
AUSSENBEREICH

- Glasvordächer
- Balkonbrüstungen
- Treppenbrüstung
- Windschutz
- Terrassen- und Carport-überdachungen
- Isolierglas

Unsere Experten beraten Sie gern!



© BORIS SOSNOVY / colourbox.de



elements

BAD / HEIZUNG / ENERGIE

AM HAFEN 2 / 91056 ERLANGEN
HANS-VOGEL-STR. 42 / 90765 FÜRTH
RICHTWEG 100 / 90530 WENDELSTEIN

☎ ELEMENTS-SHOW.DE

GRENZENLOSE BADTRÄUME – BARRIEREFREIE BÄDER BEI ELEMENTS!



HIER BERÄT
DAS FACH-
HANDWERK



© WavebreakMediaMicro / stock.adobe.com

4) Wohnzimmer

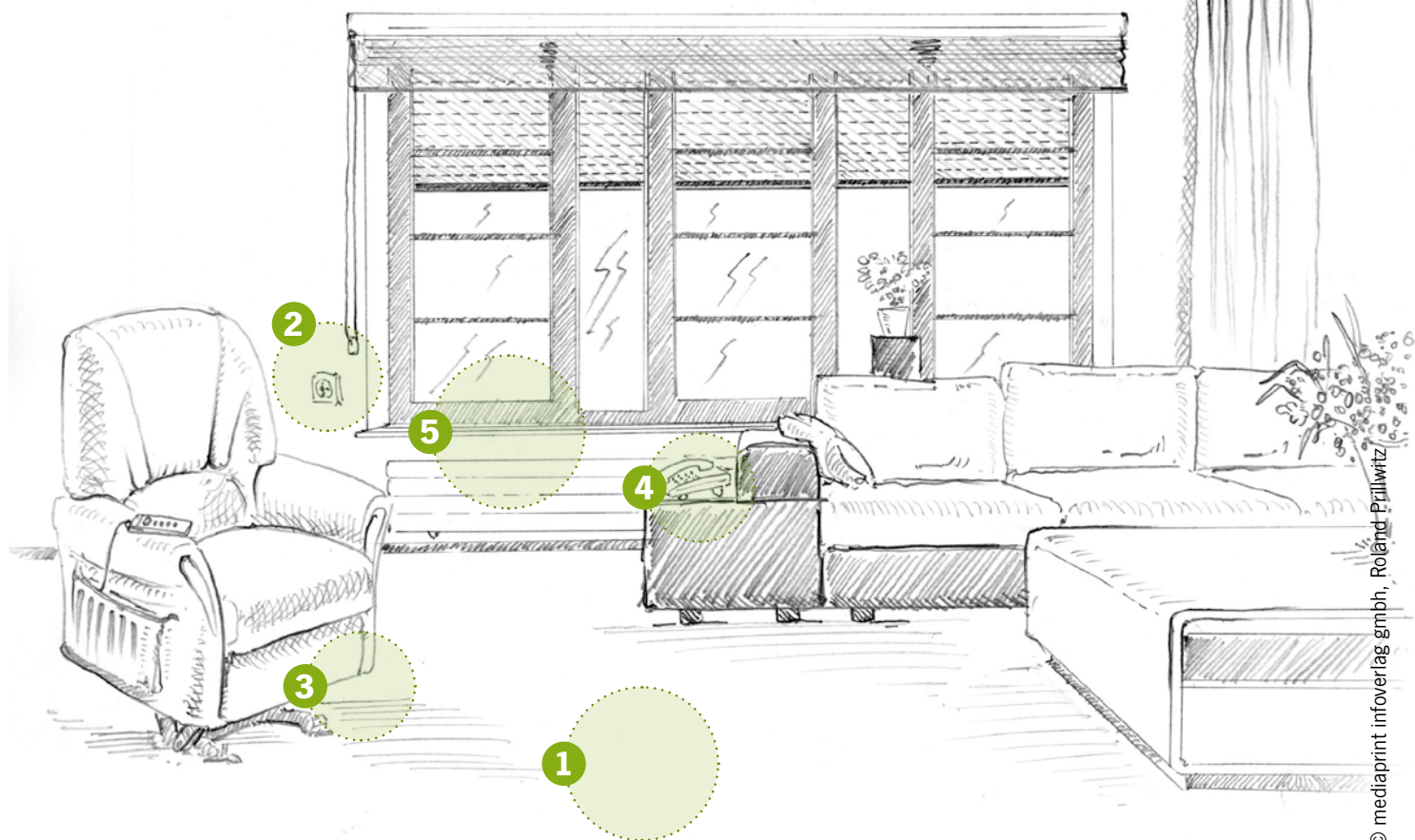
- Genügend **Bewegungsfreiheit** steigert die Lebensqualität, zum Beispiel durch das Entfernen von überflüssigen Möbeln.

1



- Lassen Sie leuchtende **Lichtschalter** einbauen, die gut erreichbar sind. Eventuell können auch Bewegungsmelder installiert werden.
- Faltbare **Gehgestelle (Gehbank)** bieten festen Halt und ermöglichen eine sichere Fortbewegung innerhalb der Wohnung.
- Elektrische **Rollläden** öffnen und schließen automatisch und erfordern kaum Kraftaufwand. 2
- Besorgen Sie sich **Sitzmöbel** in geeigneter Höhe oder passen Sie diese durch Holzklötze vom Schreiner an.
- **Aufstehessel** sind bequem und unterstützen das Aufstehen.

3



- **Blumen** und Grünpflanzen sollten gut zugänglich sein, so dass sie ohne Probleme gewässert werden können.
- Das Telefon sollte sich immer in **greifbarer Nähe** zu den Sitzmöbeln befinden. **4**
- Fernbedienung und Telefon mit **großen Symbolen** erleichtern die Nutzung.
- Um auch im Sitzen einen guten Blick aus dem Fenster zu haben, sollten **Fensterbrüstungen** eine Höhe von maximal 60 cm haben. **5**
- **Stolperfallen** wie Teppichkanten, Läufer ohne rutschhemmende Unterlage, schummriges Licht und sperrige Möbel sind zu vermeiden.
- 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.



Gardinen

vom Meisterbetrieb

**Perfekt genäht
Meisterhaft
angebracht**

- ✓ wir beraten kostenlos
- ✓ wir messen kostenlos bei Ihnen aus
- ✓ wir erstellen Ihnen ein günstiges Angebot
- ✓ wir nähen, montieren und dekorieren zu fairen Preisen

- Gardinen-Fachgeschäft
- Gardinen-Waschservice
- Sicht- und Sonnenschutz
- Insektenschutzgitter

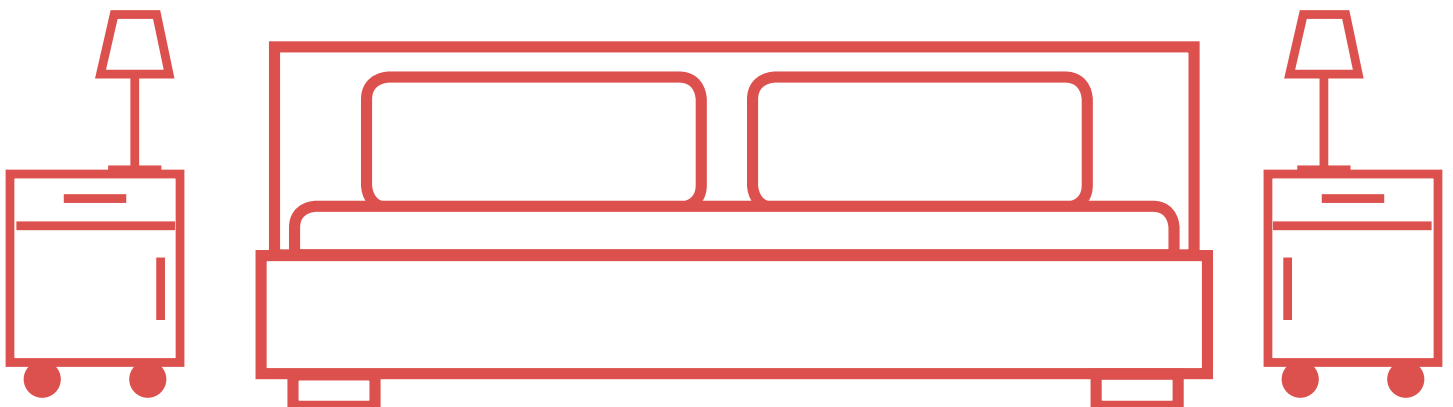
Lauf · Luitpoldstr. 7 · Tel. 09123-3222
www.RaumBraun.de
 Mo/Di/Do/Fr 9 – 18 Uhr · Mi/Sa 9 – 12 Uhr
 Parken Sie kostenfrei neben unserem Haus

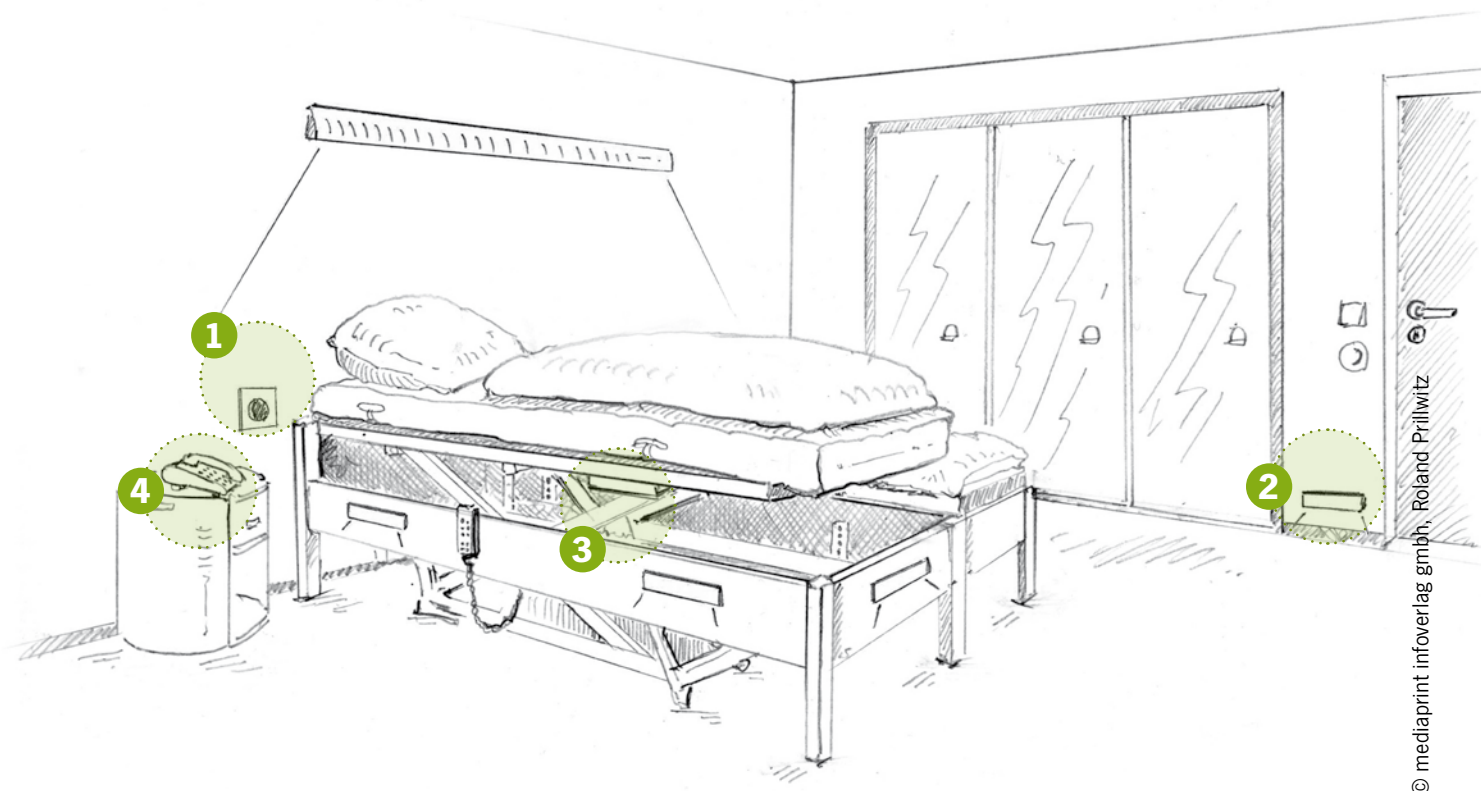
BRAUN



5) Schlafzimmer

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





© mediaprint infoverlag gmbh, Roland Prillwitz

- Sinnvoll wäre ein **zweiter Telefonanschluss**. Neben dem Bett sollte genug Platz für das Telefon bzw. den Hausnotruf vorhanden sein.

4

- Ein **Nachttisch auf Rollen** kann immer in die richtige Position gebracht werden.
- **Elektrische Pflegebetten** sind komfortabel und erleichtern bei Bedarf die Pflege.

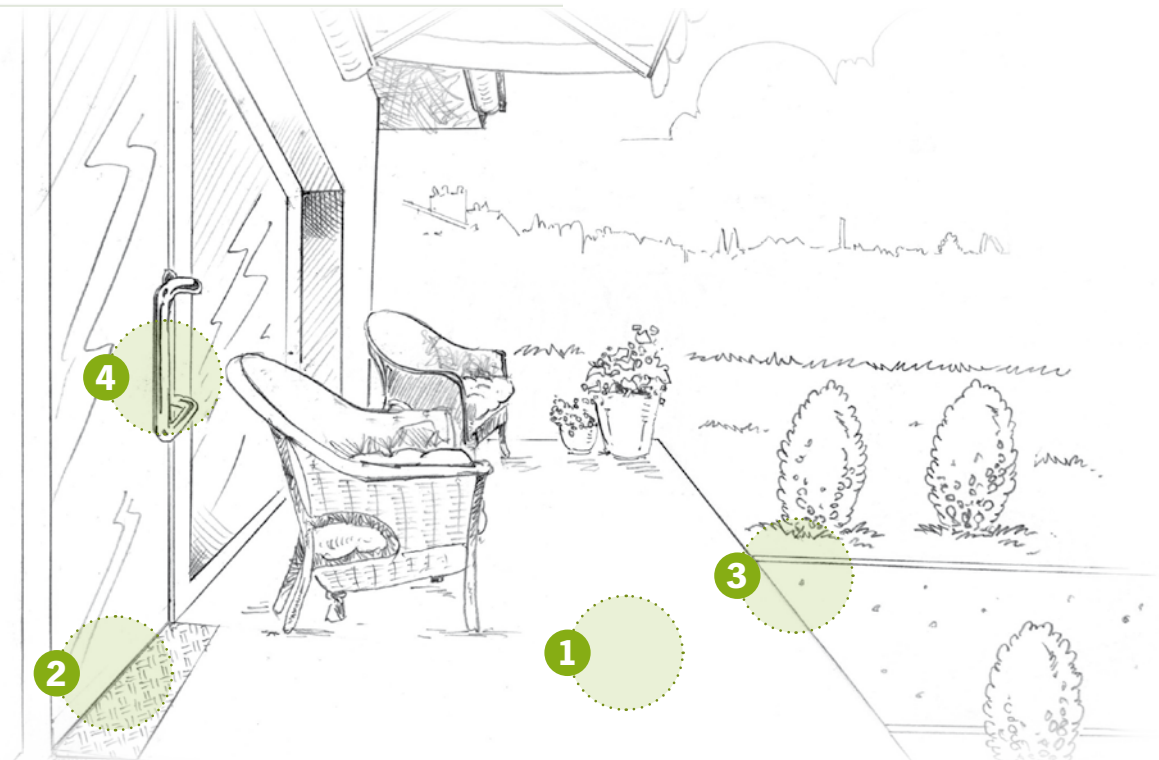


© Robert Kneschke / Fotolia

einfach gut schlafen

BETTENHAUS KARSTEN

Marktplatz 10 • 91207 Lauf
Tel. 091 23/2038 – 2039
Bettenhaus-Karsten.de

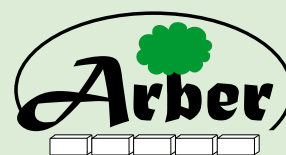


6) Balkon, Garten

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



- Barrierefreie Eingänge • Rampen und Stützmauern
- Terrassen, Wege und Gartengestaltung individuell
- Sanieren, Umbauen der Außenanlagen von Einfahrt bis Terrassenausgang



Garten- und Landschaftsbau

Arber Garten- und Landschaftsbau e.K.
Mühlach 26, 90552 Röthenbach a. d. Pegnitz
Tel.: 0911/5404393 · Fax: 0911/5405193
E-Mail: info@arber-galabau.de

www.arber-galabau.de

Hofmann

Garten- u. Landschaftsbau

**Garten- und Landschaftsbau
Meisterbetrieb**

Michael Hofmann
Rothenbergstraße 3 – 91207 Lauf
Mobil: 0172 / 84 11 180
Telefon: 09123 / 80 98 729
info@landschaftsbau-hofmann.de
www.landschaftsbau-hofmann.de

NÜTZLICHE HILFSMITTEL

Um ein möglichst selbständiges 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 Aussteigen in die Dusche und kann ohne Aufstehen zu müssen bewegt werden. Sehr nützlich für die tägliche Hygiene ist beispielsweise ein Dusch-WC mit Warmwasser-Unterdusche und Warmluft-Trocknung.

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

Den Möglichkeiten sind kaum Grenzen gesetzt. Für jeden Bereich in der Wohnung gibt es die unterschiedlichsten Hilfsmittel, die die

Nutzung der Alltagsgegenstände für alle Bewohner erleichtern. Eine Zughilfe für Netzstecker, ein Frühstücksbrett mit erhöhter Kante, rutschfeste Unterlagen oder eine Greifzange sind weitere Beispiele für kleine Helfer.

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



Mobil auch im Alter oder mit körperlichen Einschränkungen



burgthannSHUTTLE

- Taxi • Mietwagen • Fahrdienst für Menschen mit Behinderung
- Bestrahlungs- und Krankenfahrten • Fahrrad-Shuttle (auch für E-Bikes)
- Gruppenfahrten, z. B. zum Einkaufen



Telefon - 0800 800 16 18 (gebührenfrei aus allen Netzen) • www.burgthannshuttle.de



© colourbox.de

ALTER UND TECHNIK – ALTERSGERECHTE ASSISTENZSYSTEME

„Ambient Assisted Living“ (AAL) steht 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. Die AAL-Technologie wird sowohl zur Steigerung der Lebensqualität, zum sparsamen Energiemanagement als auch für ein komfortables, 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, des Komforts und der Unterhaltung:

- automatische Abschaltung des Herdes bei Abwesenheit
- Überwachung von Häusern und Wohnungen, Schutzmaßnahmen gegen Einbrüche
- individuelle Beleuchtungs-, Raumtemperatur- oder Musiksteuerung
- 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
- Eingangsüberwachung mit Türöffnung
- Klingel mit optischem Signal
- Transponder zur Türöffnung
- Automatische Flurbeleuchtung



© Jacques PALUT / stock.adobe.com

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.

Hausnotruf

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

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

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

Für weitere Fragen:

Koordinationsstelle Seniorenarbeit
 Anja Gruhl
 Waldluststraße 1
 91207 Lauf a. d. Pegnitz
 Telefon: 09123 9506423
 E-Mail: a.gruhl@nuernberger-land.de



© AS photo / stock.adobe.com



© GrafKoks / stock.adobe.com



AutoDotterweich

Mobilitäts-Umbauten





Steinsdorfer Hauptstr. 2 96185 Schönbrunn OT Steinsdorf
 Tel 09549 92 22 o info@auto-dotterweich.de www.auto-dotterweich.de





Mit unseren Smart-Home Lösungen haben Sie ihr Zuhause auch im Alter stets im Griff.

Jetzt persönlichen Beratungstermin
unter 09123 / 7 44 74 vereinbaren.



Elektroinstallation &
Servicedienstleistungen



Kommunikations- &
Beleuchtungstechnik



Industriedienstleistungen &
Sicherheitstechnik

www.elektro-stilper.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 spezielle Bedürfnisse abdeckt.

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

Hauseingang	ja	nein
Gibt es Platz, wo z.B. Einkäufe bequem abgestellt werden können?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist die Haustür überdacht?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lässt sich die Haustür leicht öffnen und schließen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Können Sie die Haustür sicher erreichen oder bestehen Hindernisse wie Treppen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es eine 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"/>

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

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

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

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

Küche	ja	nein
Ist die Küche mit einem rutschhemmenden Bodenbelag ausgestattet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Können Sie die Schränke gut erreichen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind die Unterschränke mit leicht gängigen Schüben versehen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Küche	ja	nein
Besteht die Möglichkeit, im Sitzen zu arbeiten?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind die Schrankinhalte sinnvoll zu einer bequemen Nutzung eingeräumt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind Küchengeräte höher gestellt (z.B. Kühlschrank, Backofen, Geschirrspülmaschine)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

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

	<p>Adler-Apotheke Karlheinz Wagner e. K.</p>	<p><i>Wir liefern auch nach Hause!</i></p>	
<p>Herr Karlheinz Wagner Telefon: 09123 2180 Fax: 09123 8 43 76 E-Mail: info@adler-apotheke-lauf.de www.adler-apotheke-lauf.de</p>			

<p>Reha- und Therapiepraxis Röthenbach Mike Müller</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Krankengymnastik <ul style="list-style-type: none"> • Bobath (Neurologie) • Med. Trainingstherapie (KG am Gerät) - Manuelle Therapie/CMD - Myofasciale Techniken - Massage/Lymphdrainage - Ergotherapie - Rehasport - Rückenschule/Cardio-Fitness - Lasertherapie - Radiale Stoßwellentherapie - Hausbesuche (auch in Altenheimen) - Reflexzonentherapie - Dorn-Therapie - Gutscheine über alle Leistungen
	
<p>Bahnhofstraße 18 90552 Röthenbach a. d. Pegnitz Tel.: 0911 / 5 70 59 00 Fax: 0911 / 5 70 60 41 info@rehapraxis-mueller.de</p>	



WOHNRAUMANPASSUNG BEI DEMENZ

Die Bedeutung der eigenen vier Wände für Demenzkranke

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

Wenn das Gedächtnis nachlässt und die Orientierung im Laufe einer Demenzerkrankung immer schwieriger wird, erhält die eigene Wohnung und gewohnte Umgebung einen besonders hohen Stellenwert. In den eigenen vier Wänden werden durch die Krankheit verlorengegangene 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 Spaziergehen immer schwieriger und irgendwann unmöglich werden – desto höher wird ihre Bedeutung. Hier kennen sich Erkrankte aus, fühlen sich geborgen, wohl und sicher. Trotz der nachlassenden Fähigkeiten können sie hier noch eine Weile ihren Alltag bewältigen.

Wohnraumanpassung – Veränderungen werden nötig

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

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

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

FINANZIERUNGS- UND FÖRDERMÖGLICHKEITEN

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

Neues Service-Wohnen 60 plus
in Nürnberg

1,5-, 2- und 3-Zimmerwohnungen
sofort bezugsfrei!



Musterwohnungs-
besichtigung:
sonntags 14 – 16 Uhr oder
nach Vereinbarung
Nopitschstr. 25, Nürnberg

A, 44 kWh, Hzg. gaszentral, Bj. 17, A
Holzwiesen- / Ecke Nopitschstr. 25 – 27



Letzter Bauabschnitt bezugsfertig!
Kauf oder Miete – Gestalten Sie
Ihre Zukunft sicherer!

Info-Telefon: 09 11 / 77 66 11
www.nopitschpark.de

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

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

Finanzielle Fördermöglichkeiten in der Übersicht

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

Programme	Leistungen	Quellenverweis / Bemerkung / weitere Informationen
Bayerisches Wohnbauförderprogramm a) Schaffung von Eigenwohnraum durch Neubau, Änderung, Erweiterung oder Erst- und Zweiterwerb	<ul style="list-style-type: none"> ■ Darlehen mit Zinssatz von 0,5 Prozent, Laufzeit 15 Jahre, anschließend wird der Zinssatz an den Kapitalmarktzins angepasst. ■ Haushalte mit Kindern erhalten einen Zuschuss von 2.500 Euro je Kind, Darlehen bei Bau und Ersterwerb max. 30 Prozent, bei Zweiterwerb max. 40 Prozent der förderfähigen Kosten 	Oberste Baubehörde im Bayerischen Staatsministerium des Innern, für Bau und Verkehr Franz-Josef-Strauß-Ring 4 80539 München Telefon: 089 2192-02 Fax: 089 2192-13350 E-Mail: poststelle-obb@stmi.bayern.de Internet: www.wohnen.bayern.de
b) Anpassung von Wohnraum an die Behinderung (Umbau)	<ul style="list-style-type: none"> ■ Menschen mit Behinderung erhalten bei Umbau einen Zuschuss bis zu 10.000 Euro, Zins- und tilgungsfrei, einmaliger Verwaltungs-kostenbeitrag von 1,0 Prozent 	Einkommensgrenze: Art.11 BayWoFG Antrag vor Baubeginn beim zuständigen LRA, der kreisfreien Stadt (bei Mietwohnraum Antragstellung durch den Vermieter)
Bayerisches Zinsverbilligungsprogramm, BayernLabo Neubau, Erst- und Zweiterwerb mit Bindungsfrist	<ul style="list-style-type: none"> ■ Darlehenshöhe beträgt 30 Prozent der Gesamtkosten; nicht weniger als 15.000 Euro ■ Zinssatz ca. 1 Prozent unter banküblichen Konditionen ■ Diese Leistungen können mit Bayerisches Wohnraumförderungsgesetz (BayWoFG) kumuliert beantragt werden 	Bayerische Landesbodenkreditanstalt (BayernLabo) Brienner Straße 22 80333 München Telefon: 089 2171-08 Fax: 089 2171-600388 E-Mail: bayernlabo@bayernlb.de Internet: www.labo-bayern.de

Programme	Leistungen	Quellenverweis / Bemerkung / weitere Informationen
KfW Altersgerecht Umbauen- Kredit	<ul style="list-style-type: none"> ■ Ab 0,75 Prozent effektiver Jahreszins, bis zu 50.000 Euro Kreditbetrag pro Wohneinheit 	
KfW Altersgerecht Umbauen-Investitionszuschuss	<ul style="list-style-type: none"> ■ Einzelmaßnahmen zum Einbruchschutz sowie zur Barrierereduzierung (10 Prozent der förderfähigen Investitionskosten) und für den Standard altersgerechtes Haus (12,5 Prozent der förderfähigen Investitionskosten) in Höhe von mindestens 2.000 Euro und maximal 50.000 Euro pro Wohneinheit. (Zuschuss) 	<p>www.kfw.de/inlandsfoerderung/Privatpersonen/Bestandsimmobilien/Barrierereduzierung/</p> <p>Hotline: 0800 539 9002 für Eigentümer, Mieter und Vermieter</p>
Modernisierung von Mietwohnungen der Wohnungsgesellschaften Verbesserung der allgemeinen Wohnverhältnisse	<ul style="list-style-type: none"> ■ Zinsverbilligtes Darlehen bis zu 100 Prozent der förderfähigen Kosten Beispiel: Bei einer Belegungsbindung von 10 Jahren kann eine Wohnung mit bis zu 50.000 Euro gefördert werden 	<p>Oberste Baubehörde im Bayerischen Staatsministerium des Innern, für Bau und Verkehr oder Bayerische Landesbodenkreditanstalt (BayernLabo) Kontaktdaten: wie oben</p>
Pflegekassen Wohnumfeldverbessernde Maßnahmen	<ul style="list-style-type: none"> ■ 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. 	<p>Das Bundesgesundheitsministerium bietet online Broschüren zur Pflege- und Krankenversicherung www.bmg.bund.de</p>
Rentenversicherungsträger (für Angestellte) Agentur für Arbeit Erhaltung der Selbständigkeit und der Arbeitskraft	<ul style="list-style-type: none"> ■ Zur Beschaffung, Ausstattung und Erhaltung einer behinderungsgerechten Wohnung 	<p>www.deutsche-rentenversicherung.de</p>
Berufsgenossenschaften Beschaffung und Erhaltung einer behinderungsgerechten Wohnung	<ul style="list-style-type: none"> ■ Bei Umbaumaßnahmen bis zu 100 Prozent ■ Bei Neubau zinsgünstiges Darlehen in angemessener Höhe 	<p>Erkundigen Sie sich bei Ihrem Arbeitgeber nach der für Sie zuständigen Berufsgenossenschaft</p>
Zentrum Bayern Familie und Soziales	<ul style="list-style-type: none"> ■ Zur Beschaffung, Ausstattung und Erhaltung einer behinderungsgerechten Wohnung und Ausbau eines Arbeitsplatzes für Menschen mit Behinderung 	<p>www.zbfs.bayern.de/behinderung-beruf/beschaefigte/finanzielle-unterstuetzung/wohnungshilfen/</p>
Stiftungen Je nach Stiftungszweck, hier: selbständige Lebensführung	<ul style="list-style-type: none"> ■ Individuelle Förderung ■ Geldspenden / Beihilfen 	<p>www.stiftungsindex.de</p>
Sozialhilfe	<ul style="list-style-type: none"> ■ Zuschuss im erforderlichen Umfang 	

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

SICHERHEIT IM HÄUSLICHEN UMFELD

Sicherung von Haus und Wohnung:

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

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

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

- Erinnern Sie sich nicht mehr an mich? – Damit reden Ihnen die vermeintlichen Bekannten nur ein schlechtes Gedächtnis ein. Vorsicht vor diesen „Bekanntem“!
- Gegen ungebetene Gäste können Sie sich außerdem mit diesen Vorkehrungen schützen:
- Ein Türspion bietet Ihnen die Möglichkeit zu sehen, wer vor der Tür steht, ohne die Tür öffnen zu müssen. Bewährt haben sich auch digitale Türspione, die anhand der größeren Bildfläche ein deutliches Bild vom Geschehen vor der Tür liefern.
- Ein Bewegungsmelder vor der Haustür bringt nicht nur mehr Licht ins Dunkel, er schüchtert auch den ungebetenen Gast ein, weil er somit leichter identifizierbar ist.
- Mit einem Türsprechsystem können Sie zuerst mit dem Besucher sprechen, bevor Sie ihm per Knopfdruck die Tür öffnen. Viele Modelle bieten auch eine Videobildfunktion an, welche dank Infrarot sogar bei Dunkelheit ein klares Bild liefert.
- 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.



Wir sichern Ihre Fenster und Türen vor unbetenem Besuch!

Wir sind ein eingetragener Betrieb in der Errichterliste des Landeskriminalamtes.

Oppel Schreinerei GmbH & Co. KG

Nessenmühlstraße 31 | 91207 Lauf - Schönberg
Tel. 09123 9898780 | Fax: 09123 98987850

info@innenausbau-oppel.de
www.oppel-info.de



Beratung durch die Polizei:

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

WICHTIGE ANSPRECHPARTNER ZUM THEMA „WOHNEN IM ALTER“

Beratungen sind derzeit bei folgenden Kontaktstellen möglich:

Bayerische Architektenkammer

– Beratungsstelle Barrierefreiheit

Auf AEG Muggenhofstraße 135

90429 Nürnberg

E-Mail: info@byak-barrierefreiheit.de

Beratungen donnerstags 16.00 – 18.00 Uhr

Terminvereinbarung 089 13988080

Koordinationsstelle Wohnen im Alter

Die Koordinationsstelle Wohnen im Alter informiert, berät, unterstützt und begleitet kostenfrei alle Initiatorinnen und Initiatoren von Ideen und Projekten rund um das Thema „Wohnen im Alter“.

Telefon: 089 20189857

E-Mail: info@wohnen-alter-bayern.de

www.wohnen-alter-bayern.de

Landratsamt Nürnberger Land – Wohnungsbauförderung

Herr Funk

Waldluststraße 1

91207 Lauf a. d. Pegnitz

Telefon: 09123 9506419

E-Mail: k.funk@nuernberger-land.de



Bayerische Architektenkammer **Beratungsstelle Barrierefreiheit**

Kostenfreie Beratungen zur Barrierefreiheit Nürnberg

Neue Adresse "Auf AEG"!

Muggenhofstraße 135, 90429 Nürnberg
Termine donnerstags an folgenden Tagen jeweils 16–18 Uhr

Okt 18.
Nov 15.
Dez 6. 20.

Kontakt:
Bayerische Architektenkammer
Beratungsstelle Barrierefreiheit
Waisenhausstraße 4
80637 München
Beratungstelefon (089) 13 98 80 - 80
info@byak-barrierefreiheit.de
www.byak-barrierefreiheit.de
www.barrierefrei.bayern.de



Heimat.

Das bedeutet Nähe, Verbundenheit und ein gutes Gefühl. Wir sind für Sie immer vor Ort, denn ohne **Strom, Erdgas** und **Trinkwasser** läuft nichts.

regional kundennah fair



Gasversorgung Lauf a. d. Pegnitz • Stromversorgung Neunkirchen

HILFE UND UNTERSTÜTZUNG



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

Die Pflegereform

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

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

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

Um Leistungen aus der Pflegeversicherung zu erhalten, muss die Einstufung in einen Pflegegrad bei der zuständigen Pflegekasse

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

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

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

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

Pflegegrade und Leistungen

Der Pflegebedürftigkeitsbegriff 2017 im Detail

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

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

Wie wird die Pflegebedürftigkeit festgestellt?

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

Diese Selbständigkeit 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

Die Überleitung in die Pflegegrade

Das bisherige System der Pflegestufen wird in fünf Pflegegrade überführt. Die Überleitung erfolgt automatisch.

Bei Menschen mit ausschließlich körperlichen Einschränkungen gilt die Regel „+1“

In Pflegestufen bis 2016	In Pflegegraden ab 2017
0	1
I	2
II	3
III	4
III (Härtefall)	5

Quelle: Bundesministerium für Gesundheit

Bei Menschen mit erheblich eingeschränkter Alltagskompetenz gilt die Regel „+2“

In Pflegestufen bis 2016	In Pflegegraden ab 2017
	1
0	2
I	3
II	4
III	5

Quelle: Bundesministerium für Gesundheit

Alle Leistungen ab 2017 im Überblick

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

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

Fotorealistische Darstellung, Änderungen vorbehalten

- 1,5-, 2- und 3-Zimmer-Eigentumswohnungen für Senioren
- Pflege bei Bedarf in der eigenen Wohnung durch die **Diakonie Mögeldorf**
- 24 Stunden Sicherheit
- Hotelähnliches Flair mit Rezeption und großzügigen Gemeinschaftsräumen
- Ca. 36 m² bis ca. 97 m² Wohnfläche
- Fast alle Wohnungen mit Balkon, Loggia oder Dachterrasse
- Umfassendes Dienstleistungs- und Serviceangebot
- Ideal für Eigennutzer und (Vorsorge-)Anleger

Neubau: Energieausweis liegt erst bei Fertigstellung vor.

Projektentwicklung:

Serviceleister:

www.seleco-gmbh.de
0911 / 530 98 08

Innerhalb der stationären Pflege bleiben die Eigenanteile ab Pflegegrad 2 einheitlich. Das heißt, dass wenn sich der Pflegegrad erhöht, der Eigenanteil deswegen nicht steigt. Darüber hinaus gilt

ein Bestandschutz: Falls Pflegebedürftige nach der Neuregelung nur noch Anspruch auf geringere Leistungen der Pflegeversicherung hätten, wird dieser Differenzbetrag durch die Pflegekasse gedeckt.

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

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

Pflegeberater und Pflegeberaterinnen Ihrer Krankenkasse und in den Fachstellen für pflegende Angehörige im Nürnberger Land erfahren Sie, welche Art der Pflege für Sie am geeignetsten ist.

Landespflegegeld Bayern

Die Bayerische Staatsregierung investiert 400 Millionen Euro, damit Pflegebedürftige ab dem Pflegegrad 2 zusätzlich 1.000 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.landespfelegeld.bayern.de

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

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

Pflegearten

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

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

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.

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.

Deshalb ist es sehr wichtig, dass Sie sich über die unterschiedlichen Möglichkeiten informieren und beraten lassen. Durch die

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 bzw. Fachstellen für pflegende Angehörige der kirchlichen Träger Diakonie und Caritas 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. 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.

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. Ist eine Versorgung nur in Teilen notwendig, können haushaltsnahe Dienstleistungen, in Ergänzungen mit der Übernahme durch die Pflege von Angehörigen, diese komplettieren.

Beratungsstellen für pflegende Angehörige:

Beratungen bieten die folgenden Fachstellen für pflegende Angehörige an:

Fachstelle für pflegende Angehörige

Diakonisches Werk
Altdorf-Hersbruck-Neumarkt e. V.
Hirtenbühlstraße 5
91217 Hersbruck
Telefon: 09151 862881
E-Mail: angehoerigenberatung@diakonie-ahn.de
www.diakonie-ahn.de

Caritas Fachstelle für pflegende Angehörige

Caritasverband im Landkreis Nürnberger Land
Franziska Grashey
Altdorfer Straße 45
91207 Lauf an der Pegnitz
Telefon: 09123 9626822
E-Mail: Franziska.grashey@caritas-nuernberger-land.de

Fachstelle für pflegende Angehörige im Altenhilfeverbund

Rummelsberg
Frau Stadelmann
Rummelsberg 46
90592 Schwarzenbruck
Telefon: 09128 502360
E-Mail: fachstelle-pflege@rummelsberger.net

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. Die Pflegeberatung informiert Sie zu den Dienstleistungsangeboten, Leistungsansprüchen, Möglichkeiten der aktiven Lebensgestaltung, zur neuen Pflegereform und zu allen Fragen rund um das Thema Pflege.



NOTRUFTAFEL

Bei jedem Notruf gilt:

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

- Wer ruft an? (Name, Standort, Telefonnummer)
- Wo ist das passiert? (Ort des Ereignisses, Adresse)
- Was ist geschehen? (Beschreibung des Ereignisses, Verkehrsunfall, Brand, häuslicher Unfall etc.)
- Wie viele Verletzte / Betroffene gibt es? (Zahl der betroffenen Personen, ihre Lage und die Verletzungen)
- Warten Sie auf Rückfragen. Beenden Sie den Notruf 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.



Bestattungen
Blank

Individuelle Bestattungen

Hersbruck 09151 9084555
 Lauf 09123 9808778
 Schwaig 0911 54847238



David Blank

bestattungen-blank.de



Rettungsdienst	112
Polizei	110
Feuerwehr	112
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	116 117
Apothekennotdienst	0800 0022833
Giftnotruf Nürnberg	0911 3983478 oder 0911 3982451
Gasnotruf	0800 0979899
Telefonseelsorge	0800 1110111 oder 0800 1110222
Bankkarten-Sperrung	01805 021021
Allgemeine Sperrnummer	116 116



DAS HÄTTE ICH MIR
ANDERS GEWÜNSCHT...

Entscheiden Sie selbst!



Bestattungen

Cornelia Pfister

Inh. Bernhard Pfister

Badstraße 22 · 91220 Schnaittach
Tel. 09153 – 924706

Grabenstraße 10 · 91217 Herbsruck
Tel. 09151 – 9084480

www.bestattungen-pfister.de

APM

Ambulanter Pflegedienst Müller



- Unser Unternehmen besteht seit 11 Jahren
- Wir betreuen ca. 120 Klienten im Raum Nürnberger Land (Umkreis 20 km vom Standort)
- mit ca. 28 Mitarbeitern
- wir bieten Pflege nach SGB XI
- Behandlungspflege nach SGB V
- Essen auf Rädern
- hauswirtschaftliche Versorgung
- Betreuung der Klienten zuhause
- 24 Std. Rufbereitschaft (Hausnotrufgerät)
- Pflegeschulungen und Pflegekurse zuhause
- Wir haben 3 Senioren Wohnanlagen in Schnaittach

*Lernen Sie den APM –
Ambulanter Pflegedienst Müller
aus Schnaittach kennen.*

Ihr Kontakt zu uns:

Simon Müller • Badstraße 40 • 91220 Schnaittach • Telefon 0 91 53 / 92 40 39
Telefax 0 91 53 / 97 08 98 • info@apm-franken.de • www.apm-franken.de

BRANCHENVERZEICHNIS

Liebe Leser! Als wertvolle Orientierungshilfe finden Sie hier eine Auflistung leistungsfähiger Betriebe aus Handel, Gewerbe und Industrie. Die alphabetische Anordnung ermöglicht Ihnen ein schnelles Auffinden der gewünschten Branche. Alle diese Betriebe haben die kostenlose Verteilung Ihrer Broschüre ermöglicht. Weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.total-lokal.de



**Manfred
SIMON**

BAUUNTERNEHMEN
Eschenbach 805
91224 Pommelsbrunn

☎ 09154/916960
☎ 09154/916961
✉ info@simon-bau.de
🌐 www.simon-bau.de

Maurerarbeiten
Betonarbeiten
Altbausanierung
Pflasterarbeiten

Ambulante Pflege	U2, 39	Bestattungen	38	Mobilitäts-Umbauten	25
Apotheke	4, 28	Bettwaren	21	Pflege	39, U3
Arzt	40	Bildungseinrichtung	5	Raumausstattung	19
Augenklinik	8	Elektroninstallation	25	Reha- und Therapiepraxis	28
Automobile	25	Fahrdienst	23	Renovierung	40
Bäder – Sanitärtechnik	15	Fliesen & Naturstein	11	Sanitär	16
Badsanierung	U3	Friseursalon	U2	Sanitärtechnik & Bäder	9
Barrierefreie Bäder	16, 17	Garten- und Landschaftsbau	22	Schreinerei	32
Barrierefreier Garten	22	Gesundheit	2, 4, 8, 28, 40, U3	Schule	5
Bau	U2; 9, 11, 15, 17, 19, 22, 25, 32, 33, 35, 40, U3, 30	Glaselemente		Service-Wohnen	35
Bauträger	30	Innen- und Außenbereich	17	Smart-Home	25
Bauunternehmen	40	Handwerk	U2	Soziale Dienste	U2
Begegnung und Austausch	2	Haus	U4	Soziale Einrichtungen	U2
Beratungsstelle		Heizungstechnik	9	Stadtwerke	33
Barrierefreiheit	33	Immobilien	U4	Steinmetz	U2
		Krankengymnastik	28	Taxi	23
		Kosmetik- und Typberatung	2	Versicherung	3
		Küchen	13	Zahnarzt	40
		Lohnsteuerhilfe	40	Zimmerei & Holzbau	9
		Matratzen	21		

U = Umschlagseite



**PRAXIS FÜR
ZAHNHEILKUNDE**

Gemeinschaftspraxis
Ambulantes Operationszentrum
Tätigkeitsschwerpunkte: Implantologie,
Parodontologie, Endodontie, Prothetik

Dr. Friedemann Petschelt
Fachzahnarzt für Oralchirurgie
Dr. Susanne Sinka Zahnärztin
Dr. Nina Heining Zahnärztin
Dr. Florian Franz Zahnarzt
Dr. Daniel Skibbe Zahnarzt
Dr. Andreas Petschelt Zahnarzt
Dr. Johannes Petschelt Zahnarzt

Eckertstraße 9 · 91207 Lauf a. d. Pegnitz
Telefon: 091 23/1 21 00 · Fax: 091 23/1 39 46
E-Mail: praxis@petschelt.de · www.petschelt.de
Öffnungszeiten:
Montag – Freitag: 8.00 – 19.00 Uhr


**Lohnsteuerhilfe
Franken und Sachsen e. V.**

Hauptverwaltung

📍 Ostbahnstraße 29
91217 Hersbruck

☎ 091 51/41 10
☎ 091 51/700 85

✉ lohnsteuerhilfe.hersbruck@freenet.de
🌐 www.lohifrankensachsen.de

ZAHNARZT
DR. MED. DENT. PETERMANN

Zahnarztpraxis Dr. med. dent. Martin Petermann
Hauptstraße 69 | 90562 Heroldsberg
Telefon: 0911/5 18 74 12
Telefax: 0911/56 14 95 07
E-Mail: Zahnarzt.Dr.Petermann@t-online.de



**Pflege und Betreuung • Urlaubsvertretung
Hauswirtschaft • Verhinderungspflege**

Ansprechpartnerin: Emilia Ugrica
Röthenbacher Straße 9 | 91207 Lauf a. d. Pegnitz
Telefon: 09123/9658321 | Handy: 0170/9880066
E-Mail: dena@24h-pflege-betreuung.eu
www.24h-pflege-betreuung.eu

Dena
deutsch-polnische
24h Pflege und Betreuung



BAD MANUFAKTURFREI
IHR SANIERUNGSSPEZIALIST



**Nordring 69 (Ecke Rollnerstraße)
90409 Nürnberg**

Telefon: 0911 - 366 80 800
Fax: 0911 - 366 80 811
E-Mail: kontakt@badmanufakturfrei.de

Öffnungszeiten Ausstellung:

Montag - Freitag Samstag
10.00 - 18.00 Uhr 9.00 - 14.00 Uhr

www.badmanufakturfrei.de

Sie wollen bauen?



Das BONUM-Hauskonzept überzeugt seit 35 Jahren in Qualität und Preis.



Die Erfahrung aus über 3.500 gebauten Häusern garantiert Zuverlässigkeit und Beständigkeit.



www.bonum.de

