



Ein Leben lang zu Hause wohnen

MASSNAHMEN ZUR WOHNRAUMANPASSUNG

100 Prozent Herzenssache



Soziale Dienste
Sachsen-Anhalt



Pflege mit Herz

- ▶ Vollstationäre Pflege
- ▶ Kurzzeitpflege und Verhinderungspflege
- ▶ Betreutes / altengerechtes Wohnen
- ▶ Tagespflege
- ▶ Pflegeberatung

www.awo-sachsenanhalt.de

»Fühlen Sie sich bei uns bitte wie Zuhause.« Das ist in unseren AWO Pflegeeinrichtungen nicht nur eine daher gesagte Floskel. Bei uns wird die familiäre Atmosphäre ganz groß geschrieben. Ein herzlicher Umgang miteinander ist uns ganz besonders wichtig.

Bei uns steht der Mensch im Mittelpunkt



August Reinstein Haus AWO Seniorenzentrum Naumburg

Othmarsplatz 3, 06618 Naumburg
Telefon: 03445 234523490
august-reinstein-haus@awo-sachsenanhalt.de
Einrichtungsleiter Bert Bretschneider

- ▶ 84 stationäre Plätze in 48 Einzel- und 18 Zweibettzimmern
- ▶ Kurzzeit- und Verhinderungspflege
- ▶ Tagespflege für 13 Gäste

AWO Seniorenzentrum Naumburg Friedensstraße

Friedensstraße 5 – 7
06618 Naumburg
Telefon: 03445 7117919
leitung.szfs@awo-sachsenanhalt.de
Einrichtungsleiterin Claudia Großer

- ▶ 39 stationäre Plätze in 27 Einzel- und 6 Zweibettzimmern
- ▶ Kurzzeit- und Verhinderungspflege

AWO Seniorenzentrum Naumburg Theodor-Körner-Straße

Theodor-Körner-Straße 12 b
06618 Naumburg
Telefon: 03445 2332233
verwaltung.sztk@awo-sachsenanhalt.de
Einrichtungsleiterin Claudia Großer

- ▶ 25 stationäre Plätze in 11 Einzel- und 7 Zweibettzimmern
- ▶ Kurzzeit- und Verhinderungspflege

Grußwort

Vorwort Götz Ulrich, Landrat des Burgenlandkreises

Liebe Leserinnen und Leser,

einige von Ihnen kennen es vielleicht: Die Stufen im Eingangsbereich des Hauses werden zur unüberwindbaren Hürde, das Duschen unmöglich, wenn die Kabine nicht ebenerdig ist oder das Kochen schwierig, wenn die Küchenschränke plötzlich zu hoch hängen. Hindernisse in der eigenen Wohnung bleiben im Alltag allerdings oft solange unbemerkt, bis wir durch einen Unfall, eine Erkrankung oder eine körperliche Behinderung auf ganz unsanfte und oft abrupte Weise plötzlich feststellen müssen: Ich kann so nicht länger in meinen eigenen vier Wänden leben.

Dabei betrifft das Thema bei weitem nicht nur Senioren oder Menschen mit Behinderungen. Natürlich beschäftigen sich in jungen Jahren nur wenige Menschen mit dem Thema „Barrierefreies Wohnen und Bauen“. Ein Umdenken wird in Zukunft aber unabdingbar sein, denn es ist der Wunsch vieler Menschen auch bei Krankheit, Unfall, Behinderung und im hohen Alter selbständig in der eigenen Wohnung leben zu können. Wer möchte schon gerade in einer solchen Situation umziehen müssen? Nicht zu vergessen ist auch, wie wichtig Barrierefreiheit beispielsweise für Familien mit Kleinkindern ist. Schließlich macht es kaum einen Unterschied, ob man den Kinderwagen oder den Rollstuhl eine Treppe hinauf bekommen muss.

In vielen Fällen sind es schon kleine Veränderungen, die zu einer Verbesserung der Lebensumstände führen. Barrierefreiheit beginnt bei der Gestaltung des Außen Geländes eines Hauses, beim Parkplatz, dem Zugang ins Haus und setzt sich in den einzelnen Wohnräumen fort. Für Privatpersonen besonders relevant ist der stufen-

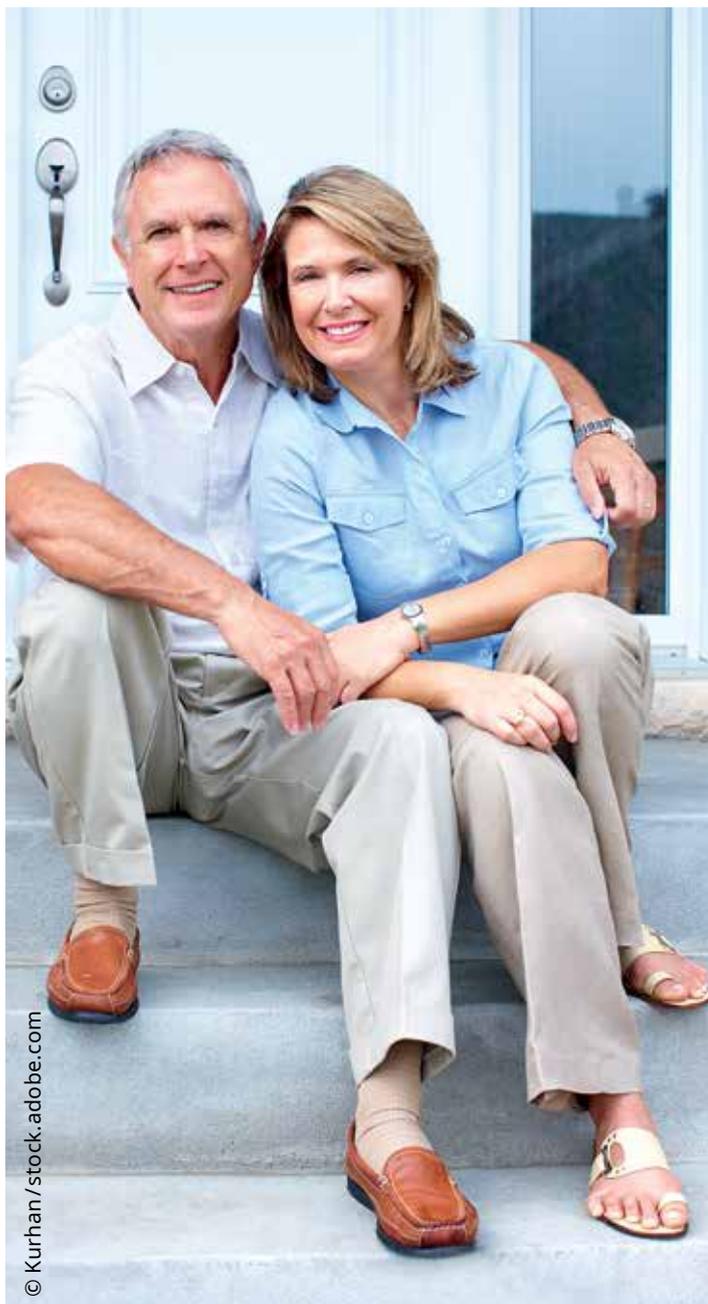


und schwellenlose Zugang, die komfortable Nutzung von Bad und Küche. Doch was genau gilt es zu beachten, wenn Sie den Eingangsbereich Ihres Hauses oder Ihrer Wohnung, Bad und Küche sowie Wohnräume barrierefrei gestalten wollen? Diese Broschüre soll Ihnen Lösungen aufzeigen und Unterstützungsmöglichkeiten bei der Wohnraumanpassung anbieten. Raum für Raum werden Anregungen, praktische Hinweise und wichtige Ansprechpartner rund um das Thema lebenslanges Wohnen in den eigenen vier Wänden gegeben. Auch für Wohnungsbauunternehmen oder zukünftige Bauherren ist die Broschüre deshalb interessant. Aber machen Sie sich doch am besten selbst ein Bild.

Ihr Landrat

Götz Ulrich

Inhaltsverzeichnis



© Kurhan/stock.adobe.com

Grußwort	1
Interview mit der Behindertenbeauftragten	4
Allgemeine Einführung	6
Barrierefreies Wohnen	6
Rundgang durch die Räume	9
Eingang, Treppenhaus und Flur	10
Küche	12
Bad, WC	14
Wohnzimmer	16
Schlafzimmer	18
Balkon, Garten	20
Nützliche Hilfsmittel	21
Alter und Technik – Altersgerechte Assistenzsysteme	22
Hausnotruf	23
Checkliste „Ein Leben lang zu Hause wohnen“	24
Wohnraumanpassung bei Demenz	27
Finanzierungs- und Fördermöglichkeiten	33
Der Wunschewagen – Letzte Wünsche wagen	35
Wichtige Ansprechpartner zum Thema „Wohnen im Alter“	37
Branchenverzeichnis	40



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:
Landkreis Burgenlandkreis, Schönburger Straße 41, 06618 Naumburg (Saale)

Redaktion:
Verantwortlich für den amtlichen Teil: Landkreis Burgenlandkreis, Schönburger Straße 41, 06618 Naumburg (Saale)
Verantwortlich für den sonstigen redaktionellen Inhalt: 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:
Titelfoto: RUSLAN GUZOV / Fotolia, Foto S.1: Foto-Tempel Naumburg,
Foto S. 4 und 12: Just, Landratsamt Burgenlandkreis,
Fotos S. 35: (oben) ASB Magdeburg, (unten) Ambulanz Mobile
Weitere Quellenangaben sind an den jeweiligen Fotos vermerkt.

06618039 / 1. Auflage / 2019

Druck:
mediaprint solutions GmbH
Eggerstraße 28
33100 Paderborn

Papier:
Umschlag: 250 g/m² Bilderdruck, matt, Softtouchlack außen
Inhalt: 115 g/m² weiß, matt, chlor- und säurefrei

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



Wir sind da, wenn Sie uns brauchen!

Unsere Naumburger AWO Pflegeangebote haben alle das gleiche Ziel: Sie wollen ein Zuhause für Sie sein, ein selbstbestimmtes Leben ermöglichen, Sie liebevoll betreuen und begleiten und Ihnen die Pflege bieten, die Sie benötigen. Wir bieten Ihnen verschiedene Möglichkeiten der Betreuung sowie Pflege: Von der Tagespflege, bei der Sie tagsüber bei uns und abends wieder in Ihren eigenen vier Wänden sein können, über die Kurzzeit- und Verhinderungspflege, bei der Sie nur für kurze Zeit bei uns sind, bis hin zu einem längerfristigen Aufenthalt in der vollstationären Pflege: Wir sind da, wenn Sie uns brauchen.

Entdecken Sie unsere Häuser und verschaffen Sie sich einen ersten Eindruck. Welche Einrichtung interessiert Sie? Kommen Sie vorbei und schauen Sie sich um. Wir freuen uns auf Sie!



AUGUST REINSTEIN HAUS AWO SENIORENZENTRUM NAUMBURG

Alles, was Senioren brauchen!

Moderne Architektur und zentral mit guter Anbindung an den öffentlichen Personennahverkehr gelegen – unser buntes Haus am Othmarsplatz bietet viele Annehmlichkeiten. Nur wenige Schritte, und man ist in der City, kann einkaufen, bummeln, das Flair der Saalestadt genießen. Ob in der Tagespflege, Kurzzeitpflege oder Dauerpflege: Wir gehen auf Ihre Bedürfnisse ein und erfüllen auch höchste Ansprüche unserer Gäste. Ihre Zufriedenheit ist unser Maßstab. Besonders stolz sind wir auf unsere engen Bindungen zum Gemeinwesen – und auf den besonders langjährig guten Ruf unserer Pflege.



AWO SENIORENZENTRUM NAUMBURG FRIEDENSSTRASSE

Hier lässt es sich gut leben!

Herzliche Atmosphäre, individuell geschnittene große Zimmer und alles in warmen Farbtönen gehalten – hier hält man sich gerne auf. Unser 2006 eröffnetes Haus befindet sich unweit vom Naumburger Stadtzentrum und Bürgergarten. Das Anwesen wurde teilsaniert, hat dabei jedoch den Charme der Gründerzeitvilla behalten. Ein liebevoll gestalteter Garten lädt zum Verweilen und Entspannen ein.



AWO SENIORENZENTRUM NAUMBURG THEODOR-KÖRNER-STRASSE

Qualität ist unser Anspruch!

Wir sind ein klassisches kleines Seniorenzentrum. Das bedeutet, dass sich hier verschiedene Angebote für ältere Menschen zu einer fein abgestimmten Palette rund um ihre Bedürfnisse ergänzen – aus einer Hand und ohne weite Wege. Auf unsere Kompetenz und Erfahrung können Sie sich verlassen. Wir pflegen eine enge Kooperation mit unseren Partnern in Naumburg und haben ein funktionierendes Pflegenetzwerk.

Interview mit der Behindertenbeauftragten

Interview mit Frau Ines Prassler, Behindertenbeauftragte im Burgenlandkreis



Was sind die Aufgaben und Tätigkeitsbereiche der Beratungsstelle für Menschen mit Behinderung des Landkreises?

Seit 2007 gibt es im Burgenlandkreis den Bereich Behindertenbeauftragte. Die Umsetzung der UN-Behindertenrechtskonvention und des Behindertengleichstellungsgesetzes des Landes Sachsen-Anhalt sind meine Hauptaufgaben.

Als Behindertenbeauftragte ist man fast ausschließlich mit der Thematik Barrierefreies Bauen beschäftigt. Wenn beispielsweise unsere Städte und Gemeinden Fördermittel beantragen, ist es fast immer zwingende Voraussetzung, dass ich die Baumaßnahmen prüfen und als Träger öffentlicher Belange Stellungnahmen dazu abgeben muss. Im Dezember 2018 haben wir unsere

Kompetenzen an zentraler Stelle gebündelt: Aus dem Bereich Behindertenbeauftragte wurde das Inklusionsbüro. Hier arbeiten die Geschäftsstelle des Behinderten- und Inklusionsbeirates Burgenlandkreis, die Geschäftsstelle der Regionalen Allianz für Demenz, die Geschäftsstelle des Seniorenbeirates Burgenlandkreis, unsere örtlichen Teilhabemanager und eine Kollegin des Bundesfreiwilligendienstes Hand in Hand an allen Fragen der Inklusion.

Viele Menschen wollen solange wie möglich in der eigenen Wohnung leben. Ohne eine barrierefreie Wohnraumgestaltung ist das oft nicht möglich. Was sind die häufigsten Problemfelder?

Wir möchten mit unserer Broschüre den Blick dafür schärfen, dass man sich schon in jungen Jahren mit Fragen des barrierefreien Wohnens beschäftigen sollte. Denn es geht eben nicht nur um Senioren und Menschen mit Behinderung.

Nicht wenige werden irgendwann böse überrascht: Wenn der Ehepartner einen Schlaganfall erlitten hat oder man selbst einen Unfall hatte und plötzlich auf den Rollstuhl angewiesen ist, beispielsweise. Dann ist die Not groß, denn wer möchte schon sein geliebtes und vertrautes Heim verlassen müssen? Viele glauben auch, dass man erst im Alter an Barrierefreiheit denken sollte. Doch das ist ein Irrtum. Sehr oft suchen auch junge Menschen mit Beeinträchtigung oder Familien mit einem erkrankten Angehörigen barrierefreie Wohnungen. Besonders im Burgenlandkreis ist es nicht einfach, eine barrierefreie Wohnung ohne Schwellen, ohne Treppentufen, mit breiteren Türrahmen oder ebenerdiger Badgestaltung zu finden.

Deshalb möchten wir in der Broschüre Lösungen aufzeigen, wie Barrieren schon mit einfachen Mitteln abgebaut werden können.

Eine Anpassung der Wohnung richtet sich nach individuellen Bedürfnissen. Viele sind überfordert und benötigen Hilfe. Was sind die wichtigsten Merkmale altersgerechten und barrierefreien Bauens? Zu welchen Maßnahmen raten Sie?

Die Begriffe „altersgerecht“ und „barrierefrei“ finden sich in jüngster Zeit immer häufiger. Altersgerecht verstehe ich nicht nur verengt auf seniorengerecht, sondern mehr im Sinne von „für jedes Alter gerecht“, also generationengerecht. Altersgerecht in diesem Verständnis hat für mich deshalb viel mit barrierefrei zu tun. Schließlich ist eingeschränkte Mobilität keine Frage des Lebensalters. Jeder von uns kennt doch junge Menschen, die im Rollstuhl sitzen oder geh- bzw. sehbehindert sind. Versuchen Sie aber einmal, jungen Menschen mit Beeinträchtigung zu sagen, dass sie in eine „altersgerechte“ Wohnung ziehen sollen. Bei vielen blitzt dann der Gedanke an Betreutes Wohnen oder Seniorenheim auf. Deshalb würde ich es gut finden, wenn in Zukunft weniger die Diskussion um Begrifflichkeiten wie altersgerecht, barrierefrei, behindertengerecht oder barrierearm im Vordergrund steht, sondern es gewisse „Grundstandards“ für eine Wohnungsgestaltung gibt, von der alle Altersgruppen profitieren. Ein ebenerdiger Zugang zum Haus oder ein Aufzug in die Wohnung erleichtert nämlich auch Familien mit kleinen Kindern den Alltag. Aber zurück zur Frage nach den konkreten Maßnahmen: Wohnungsbauunternehmen müssen gemäß Landesbauordnung Sachsen-Anhalt dafür Sorge tragen, dass in Gebäuden mit mehr als zwei Wohnungen die Wohnungen eines Geschosses barrierefrei nutzbar und zugänglich sind. Bei der Errichtung von Gebäuden mit mehr als drei Wohnungen ist auf dem Baugrundstück oder in unmittelbarer Nähe ein ausreichend großer, barrierefrei erreichbarer Spielplatz für Kleinkinder anzulegen. Für Privatpersonen empfehle ich beispielsweise eine ebenerdige Dusche, das Vermeiden von Türschwellen und bei

Bedarf Haltegriffe im Bad. Viele weitere Tipps für die verschiedenen Räume gibt unsere Broschüre.

Was muss Ihrer Meinung nach im Burgenlandkreis in Sachen Barrierefreiheit noch geschehen, damit Menschen mit Behinderung ein weitgehend selbstständiges Leben außerhalb einer stationären Einrichtung führen können?

Wir sind hier schon auf einem recht guten Weg. Im Juli 2017 beschloss der Kreistag des Burgenlandkreises den Aktionsplan zur Umsetzung der UN-Behindertenrechtskonvention. Damit wurde erstmals eine behindertenpolitische Gesamtstrategie verabschiedet. Wir arbeiten auch sehr gut mit Planungsbüros sowie den Städten und Gemeinden im Burgenlandkreis zusammen. Sensibilisierung für Themen der Inklusion ist und bleibt aber das A und O.

Der Bau von barrierefreiem Wohnraum ist – bislang zumindest – noch ein Problem im Burgenlandkreis. Ich denke, wichtig sind Instrumente, mit denen präventiv und nachhaltig barrierefreier Wohnraum und ein entsprechendes Wohnumfeld geschaffen werden kann. Solche Instrumente sind insbesondere Maßnahmen zur Reduzierung von Barrieren im Wohnungsbestand, städtebauliche Programme sowie Beratungsangebote zum Thema barrierefreies Wohnen und Wohnen im Alter. Wichtig ist auch, dass derartige Maßnahmen und Programme zielsicher und nachhaltig wirken.

Burgenlandkreis

Behindertenbeauftragte

Ines Prassler

Telefon: 03445 732981

E-Mail: prassler.ines@blk.de



© goodluz/fotolia

Allgemeine Einführung

Wenn man bedenkt, dass Menschen zeitweise oder in bestimmten Lebensphasen nur eingeschränkt mobil sein können – zum Beispiel Familien mit Kleinkindern, Sportverletzte, Arthrose- und Rheuma-Kranke – ist Barrierefreiheit eine Voraussetzung, damit Sie langfristig in ihrer Wohnung und dem gewohnten sozialen Umfeld bleiben können. Barrierefreiheit ist Wohnkomfort, der jedem Haushalt zugutekommt.

In der eigenen Wohnung sollten sowohl die Räume ungehindert zu erreichen als auch Alltagsgegenstände uneingeschränkt zu nutzen sein. Die Wohnung oder das Eigenheim lassen sich mit gezielten Umbaumaßnahmen barrierefrei gestalten.

Ziel einer solchen Wohnraumanpassung ist es in erster Linie, eine selbstständige Lebensführung zu erhalten oder wiederzugewinnen. Natürlich spielt auch die Verbesserung der Wohnungs- und Lebensqualität eine große Rolle.

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 es im Alltag schon daran scheitern, dass die Wohnung im dritten Stock ohne Fahrstuhl erheblich schwerer zu erreichen ist.

Bei einer 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 es sich, eine kleine Rampe anzubringen. Griffe in Reichweite erleichtern außerdem das Duschen, Baden oder Waschen am Waschbecken.

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 es ohne Wohnraumanpassung schwierig, in der eigenen Wohnung zu bleiben.

Eine möglichst barrierefreie Gestaltung der Wohnung muss nicht unbedingt teurer sein als herkömmliches Bauen. Die Kernelemente einer barrierefreien bzw. barrierearmen Wohnung lassen sich mit relativ niedrigen Mehrkosten umsetzen. Auch nachträglich kann noch vieles verändert und verbessert werden.

Welche Möglichkeiten umgesetzt werden können, hängt ganz von den baulichen und finanziellen Rahmenbedingungen ab.

Umsetzungsmöglichkeiten können sein:

- ein ebenerdiger Zugang im Erdgeschoss und zum Fahrstuhl
- keine Stufen in der Wohnung und zur Terrasse oder zum Balkon
- ausreichend breite Türen und Bewegungsflächen
- der Einbau einer bodengleichen Dusche

Wenn Sie in einer Mietwohnung leben, sollten Sie Ihre Pläne mit Ihrem Vermieter besprechen, denn er muss der Wohnungsanpassung zustimmen. Der Mieter kann vom Vermieter die Zustimmung zu baulichen Veränderungen, die für eine behindertengerechte Nutzung der Wohnung erforderlich sind, verlangen. Grundsätzlich kann der Vermieter nichts gegen diese Veränderungen einwenden, es sei denn, er hätte triftige Gründe dafür. Er kann jedoch zur Bedingung machen, dass nach Ende des Mietverhältnisses die Veränderungen zurückgebaut werden. Es empfiehlt sich daher auf jeden Fall, vor einer Maßnahme die Angelegenheit mit dem Vermieter zu klären. 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 Seniorenanzug in eine barrierefreie Wohnung als Maßnahme der „Wohnraumanpassung für Senioren“.

Zentrum für Bewegungsanalyse





ZEHAČZEK

Orthopädieschuhtechnik und Podologie Praxis

Freyburg - Naumburg - Querfurt



www.orthopaedie-zehaczek.de





Braugasse 1
06632 Freyburg
Tel. 034464 357744
Fax 034464 357745



Holzmarkt 2-3
06618 Naumburg
Tel. 03445 261293
Fax 03445 234640



Roßplatz 7
06268 Querfurt
Tel. 034771 427684
Fax 034771 717163
(im Arztpraxisbereich über NETTO)



© Ingo Bartussek / Fotolia

WIR SIND IMMER FÜR SIE DA

Zeitzer Wohnungsgenossenschaft eG

Betreutes Wohnen im Haus AMBiente

bürozeitung

**Anna-Magdalena-Bach-
Straße 19 – 21 in Zeitz**

- moderne 1- bis 3-Raumwohnungen
- barrierefreier Zugang, ebenerdige Dusche, verglaster XXL-Balkon
- Betreuungsleistungen der Stiftung Seniorenhilfe Zeitz



☎ 0 800 / 44 11 123

www.zeitzerwg.de



Caritas Behindertenwerk GmbH Burgenlandkreis

Wir sind eine anerkannte Werkstatt für Menschen mit Beeinträchtigungen und bieten ca. 500 attraktive Arbeitsplätze im Burgenlandkreis, u. a. in der Holz- und Metallbearbeitung, Garten- und Landschaftspflege, Kommissionierung, Hauswirtschaft, Montage/Verpackung, Verwaltung, Lager.

Wir verfügen zudem über Förderbereiche sowie betreute Wohnformen.

Am Weinberge 2 • 06721 Osterfeld
Telefon: 034422 / 409-0 • Fax: 034422 / 409-90
E-Mail: post@caritas-wfbm.de



www.caritas-wfbm.de



Rundgang durch die Räume

Der folgende „Rundgang“ durch die verschiedenen Räume eines Haushalts führt Ihnen vor, an welchen Stellen Umbaumaßnahmen vorgenommen werden können, um das selbstständige Leben in der Wohnung oder im Eigenheim zu erleichtern. Bitte beachten Sie, dass nur eine kleine Auswahl von möglichen Hilfsmitteln oder Umbaumaßnahmen angesprochen wird. Manche Tipps können selbstverständlich in mehreren Räumen angewandt werden.

Checkliste für alle Wohnbereiche:

- Haus, Wohnung, einzelne Räume, Dusche und Balkon oder Terrasse sollen stufenlos erreichbar sein. (Ausgleich von Schwellen)
- Bodenbeläge sollen rutschsicherer und leicht zu reinigen sein.
- Rampen sollen sicher, leicht nutzbar und mit einem rutschhemmenden Belag ausgestattet sein.
- Zu beachten: Die Neigung von Rampenläufen soll höchstens sechs Prozent, die nutzbare Laufbreite mindestens 120 cm betragen. Zum sicheren Befahren einer Rampe sollen die Randbegrenzungen mindestens 10 cm hoch sein.
- Handläufe sollen an beiden Seiten einer Treppe angebracht werden. Ideal ist eine Höhe von 85 bis 90 cm.
- Türdurchgangsbreiten sollen mindestens 80 bis 90 cm betragen.
- Bei der Möblierung der Räume soll auf ausreichende Bewegungsflächen geachtet werden (ca. 1,50 m x 1,50 m bei Rollstuhlnutzung).
- Bedienungselemente, wie Schalter und Steckdosen (in ausreichender Anzahl), Türdrücker und Rollladenheber sollen auf einer barrierefreien Höhe von 85 bis 105 cm angebracht werden; Heizkörperventile auf einer Höhe zwischen 40 bis 85 cm.
- Fenster sollen leichtgängig, gut bedienbar und ggf. mit abschließbaren Fenstergriffen (möglichst in einer Höhe von 85 bis 105 cm angebracht) ausgestattet sein. Gegebenenfalls kann eine Fenstergriffverlängerung montiert werden.
- Über Fensterbrüstungen soll man auch im Sitzen heraussehen können, d. h. Fenster sollten im Idealfall bis auf 60 cm über dem Boden hinabführen.
- Die Beleuchtung soll ausreichend gut und blendfrei sein. Auf Sicht- und Sonnenschutz ist zu achten.



„Ich bin über 70 und habe seit vielen Jahren gesundheitliche Einschränkungen. So machen mir Arthrose und andere Leiden das Leben schwer. Seit mittlerweile fünf Jahren bin ich schwerbehindert. Im Freien kann ich nur kurze Strecken mit dem Rollator laufen. Außerdem kann ich auch nichts Schweres mehr heben oder Tragen. Deshalb bin ich sehr froh, dass mein Mann mich unterstützt. Auch wenn er selbst chronisch krank ist, kann er noch alles erledigen, wozu ich nicht mehr in der Lage bin.“

Wir wohnen gemeinsam zur Miete und möchten natürlich noch möglichst lange in unserer Wohnung bleiben. Manchmal sind es nur Kleinigkeiten, deren Änderung einem Kranken helfen würden. Zum Beispiel, wenn das Treppenlicht bei Dunkelheit so lange brennen würde, wie ich brauche, um von meiner Wohnung wenigstens bis zur Haustür zu kommen. Dort angekommen, tut sich allerdings schon das nächste Problem auf: Die Haustür kann ich alleine kaum öffnen. Sie ist viel zu schwer. Dazu kommt, dass ich im Freien meinen Rollator brauche und auch ihn durch die Haustür bekommen muss. Das ist es, was viele oft nicht bedenken: Es macht eben einen erheblichen Unterschied, wie die Haustür beschaffen ist.“

Erika, 78 Jahre

Eingang, Treppenhaus und Flur

- **Eingangstüren** sollten leichtgängig sein und eine Durchgangsbreite von mindestens 90 cm haben; **Türklinken** sollten gut zu greifen sein.
- **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 85 bis 90 cm und einen Durchmesser von 3,0 bis 4,5 cm.
- Bei einer Gehbehinderung empfiehlt es sich, einen **Treppenlift** einbauen zu lassen.
- **Rampen** helfen wenige Stufen zu überwinden, dabei sollte eine Steigung von 6 Prozent nicht überschritten werden.
- Ein **Bewegungsmelder** für die Außenbeleuchtung vor der Eingangstür lässt Besucher besser erkennen und verringert die eigene Sturzgefahr.
- Ein **Vordach** vor der Eingangstür dient als Wetterschutz und verringert bei Nässe die Rutschgefahr.

- **Sitzgelegenheiten** und **Abstellflächen** im Eingangsbereich ermöglichen Ruhepausen.
- **Leuchtende Lichtschalter** können auch im Dunkeln problemlos bedient werden.
- Eine **beleuchtete Klingel** ist hilfreich, damit es nicht zu Verwechslungen zwischen der Klingel und den Lichtschaltern kommt.
- Der **Türspion** sollte nicht zu hoch sein. Eventuell zwei Türspione in unterschiedlicher Höhe einbauen lassen (zum Beispiel 1,20 m und 1,60 m).
- Glatte **Treppenstufen** können schwerwiegende Stürze verursachen. Deshalb ist es ratsam, Treppen, Stufen und Podeste mit selbstklebenden **Anti-Rutsch-Belägen** rutschfest zu machen.

Flur

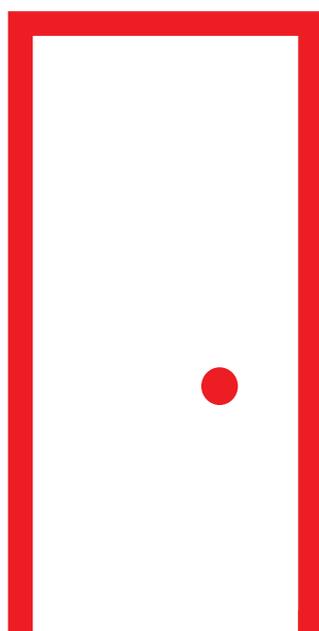
Abstellmöglichkeit für Rollstuhl und Rollator
Eine **Bewegungsfläche** von 150 x 150 cm in den Räumen ist für das Wenden mit Rollator und Rollstuhl ideal. (Manchmal kann eine Fläche von 120 x 120 cm ausreichen). Lichtschalter und Türklinken sollen in einer Höhe von 85 cm angebracht werden. Diese Höhe ist sowohl für Kinder, als auch für Rollstuhlfahrer geeignet. Ein langer Spiegel vom Boden aus ermöglicht die Betrachtung im Sitzen. Stufen können durch einen eingebauten Treppenlift überwunden werden. Durch das Wegnehmen von lose liegenden Teppichen und das Verlegen eines rutschhemmenden, fest verlegten Bodenbelages gibt es keine Stolperfallen mehr.



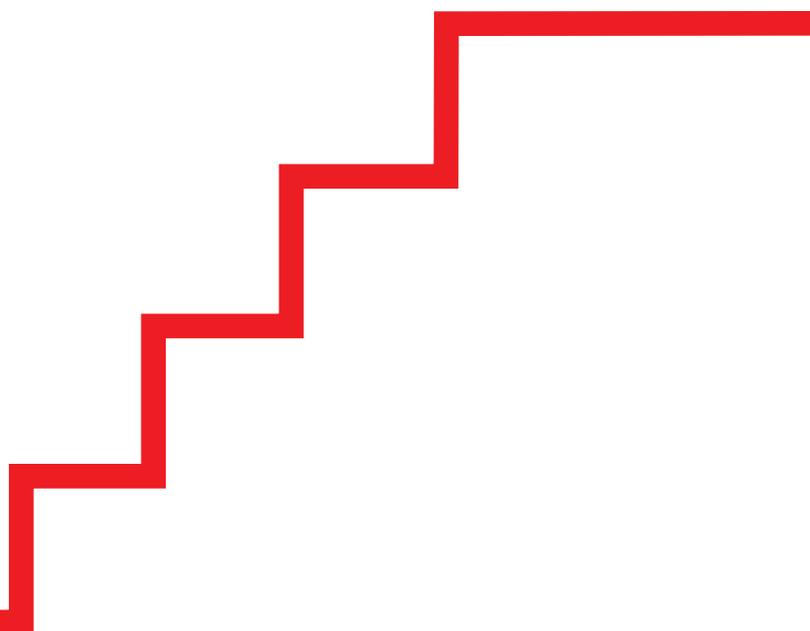
© Ingo Alex / Fotolia



© Alexander & Theresia Schulz / Fotolia



Eine Gegensprechanlage mit Türöffner sorgt für mehr Sicherheit. Sicherheitszylinder ermöglichen im Notfall das Aufschließen einer Tür, wenn von innen der Schlüssel steckt.



„Ich bin 26 Jahre alt und habe eine Muskelschwäche. Deshalb bin ich im Alltag fast immer auf meinen Elektroscooter angewiesen, der mich sicher von A nach B bringt. Umso wichtiger ist es für mich, mein zu Hause so zu gestalten, dass ich mich ohne meinen „fahrbaren Untersatz“ bewegen kann. Schon kleinste Schwellen oder Unebenheiten werden da zum Hindernis. Es hat lange Zeit gedauert, bis ich eine für mich passende Wohnung gefunden habe. Natürlich ist nicht alles perfekt, aber ich habe einige kleine Tricks auf Lager. So muss ich beispielsweise in meiner Küche sehr darauf achten, dass ich an die oberen Schränke komme und mir nichts entgegenfällt. Genauso ist es mit den unteren Schränken. Weites Bücken fällt mir sehr schwer und mit einem Teller in der Hand komme ich gar nicht mehr hoch. Da würden mir Auszüge für die Schränke sehr helfen. Mein Backofen ist wie bei den meisten im unteren Bereich der Küche eingebaut und so für mich oft allein nicht nutzbar, da ich Auflaufformen oder Bleche nur im Sitzen herausnehmen kann. Da ist die Angst, dass ich mich verbrenne, sehr hoch. Sollte ich meine nächste Küche planen, würde ich definitiv darauf achten, dass mein Backofen auf Augenhöhe ist.“

Melanie, 26 Jahre



ELISABETH - APOTHEKE
STEFFI KURTH e.Kfr.

Oberstraße 54
06632 Freyburg

Telefon: 03 44 64 / 2 90 04
Fax: 03 44 64 / 2 90 06

E-Mail: elisabeth.apo.freyburg@pharma-online.de



MEDIKAMENTE RUND UM DIE UHR VORBESTELLEN



Freyburg • Bahnhofstraße 8 • ☎ 034464 / 27243

Hausgeräte-Elektroservice

fiedelak

– Rundumservice für alle Hausgeräte und Elektroinstallation –

Beratung • Reparaturservice • Verkauf von Stand- und Einbaugeräten
Ersatzteile aller Marken • Telefonanlagen • Küchen nach Maß

Bahnhofstraße 8 • 06632 Freyburg (Unstrut) • Tel. (034464) 27243 • Fax 29252
Internet: www.fiedelak.de • E-Mail: info@fiedelak.de

Küche

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



- Steckdosen, Beleuchtung und Schalter sollten sich in **Greifhöhe** (85 bis 100 cm) befinden.
- Rutschfester **Bodenbelag** sorgt für mehr Standfestigkeit.
- Runden Sie spitze und gefährliche **Möbelkanten** ab.
- Gute **Lichtquellen** entspannen die Augen und erhöhen die Konzentrationsfähigkeit.
- Spezielles **Geschirr** und Besteck erleichtern das Essen und Trinken: Besteck mit Fingergriffmulden, Kombination aus Gabel und Messer, gewinkeltes Besteck, rutschfeste Unterlagen, Deckelöffner usw.
- Ein Handbesen und eine Kehrschaufel **mit langem Griff** ermöglichen es, zu kehren, ohne dass man sich bücken muss.
- Damit die Küche **geräumiger** ist, sollten Sie sich auf wenige, nützliche Möbel beschränken.



© Landkreis Tirschenreuth-Musterwohnung

Küchen barrierefrei

SCHARFE-KÜCHEN.DE

Küchen live erleben:
in Naumburg, Poststraße 26a | Hotline (03445) 779423



„73 Jahre, 50 Prozent Behinderung, Pflegegrad 3 – das sind zumindest statistisch gesehen meine Kennzahlen. Seit rund zwölf Jahren leide ich unter Lungensarkoidose, habe neue Hüftgelenke und versteifte Lendenwirbel.

Ich bin verwitwet und wohne in einem Eigenheim. Da ich alleinstehend bin, habe ich einige allgemeine Änderungen in meinen eigenen vier Wänden vornehmen müssen, um mein Leben etwas besser und auch etwas lebenswerter zu machen.

So habe ich im Badezimmer eine Dusche einbauen lassen. Da mir die Luftnot ein Treppensteigen fast unmöglich macht, erfolgte zudem der Einbau eines Treppenliftes. Um auch möglichst selbstständig zu bleiben, kaufte ich ein Seniorenmobil und kann so Einkäufe bzw. Besorgungen zum Teil selbst erledigen.“

Sophie, 73 Jahre

Bad, WC

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

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



© Colourbox.de



© Jörg Lantelme/Fotolia



© Tatjana Balzer/Fotolia

Fliesenleger & Pflasterarbeiten Ristenbieter GmbH



- Erstellung barrierefreier Bäder
- Umbau, Sanierung im Bestand oder Neubau
- als schlüsselfertige Leistung möglich (Übernahme bzw. Organisation aller notwendigen Leistungen)
- Umbau hoher Duschwanneneinstiege zu behindertengerechten Flachsystemen
- Erstellung rollstuhlgerechter Zugänge im Außenbereich

Ristenbieter GmbH

Große Ziegelohstraße 8 | 06636 Laucha

Telefon: 034462 / 20471 | Fax: 034462 / 20491

fliesenriste@gmx.de | www.ristenbieter.de

Ausstellung ◀ Beratung ▶ Verkauf

René Scherling
MEISTERBETRIEB
HEIZUNG • SANITÄR • SERVICE

Heizungskummer?
Notfallnummer:

(0171) 2133653

René Scherling

F.-Lassalle-Siedlung 35
06618 Naumburg

Tel.: (03445) 77 63 94

Fax: (03445) 77 63 21

Funk: (0171) 213 36 53

scherling-naumburg@freenet.de



© WavebreakMediaMicro/stock.adobe.com

„Als Mensch, der noch alles sehen kann, hat man ein völlig anderes Ordnungssystem. Das merkt man selbst meistens erst dann, wenn die Sehstärke im Alter oder wie bei mir durch eine Makula-Degeneration plötzlich nachlässt und man von heute auf morgen nur noch schwach sieht oder sogar komplett blind ist. Viele Dinge mussten plötzlich einen festen Platz haben, weil ich sie sonst einfach nicht wiedergefunden hätte. Damit meine ich auch gar nicht nur bewegliche Gegenstände wie Schlüsselablage, Regenschirmständer oder Radio. Es geht auch darum, wie Möbel angeordnet sind: Symmetrisch und viel Platz zwischen den einzelnen Möbeln ist optimal, weil ich mich dann besser orientieren kann. Abgerundete Ecken vermeiden blaue Flecken.“

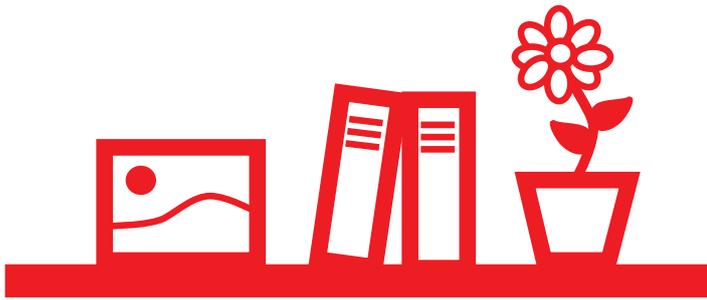
Natürlich benötigen sehbehinderte Menschen auch Licht. Für mich ist wichtig, dass Lichtschalter gut zu fühlen sind und sich kontrastreich von der Wand abheben, damit ich sie auch mit meiner verbleibenden Sehkraft noch erkennen kann. Schön sind Lampen, die nur indirektes Licht abgeben und nicht blenden. Ganz oft sind es schon kleine Veränderungen, die helfen: zum Beispiel Etagenkennzeichnungen, die man fühlen kann oder Aushänge im Mehrfamilienhaus, die richtig groß geschrieben sind. Ich weiß, dass es natürlich keine Allgemeinlösung für alle blinden oder sehbehinderten Menschen gibt. Manchmal sind ganz individuelle Anpassungen nötig.“

Elisabeth, 68 Jahre

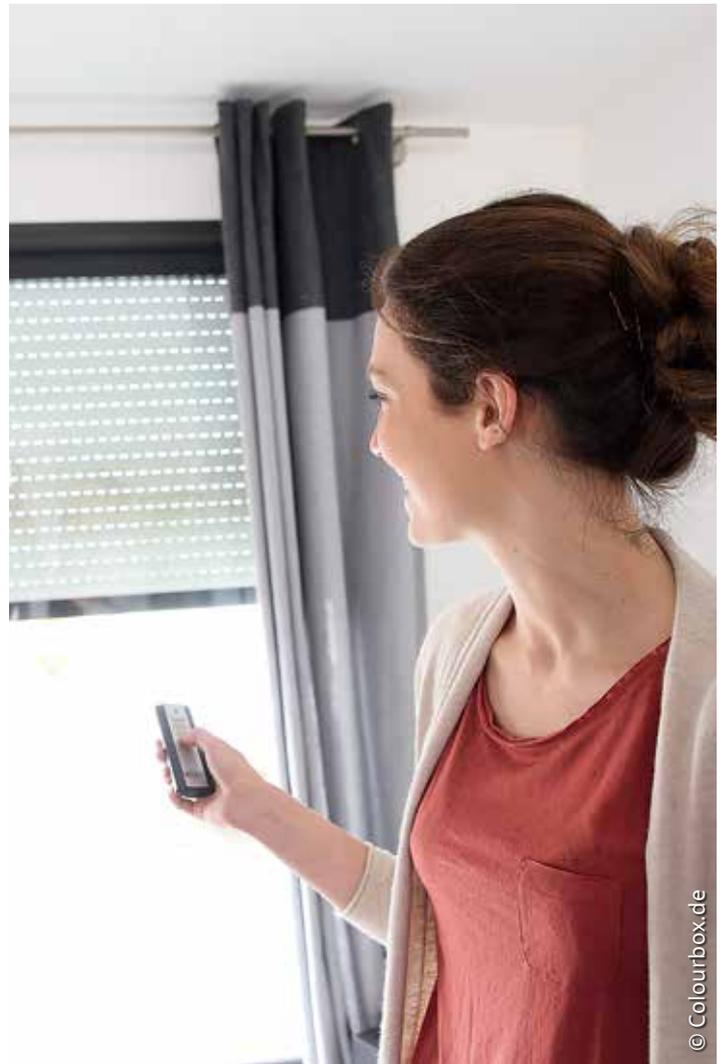
Wohnzimmer

- Genügend **Bewegungsfreiheit** steigert die Lebensqualität, zum Beispiel durch das Entfernen von überflüssigen Möbeln.
- Lassen Sie leuchtende **Lichtschalter** einbauen, die gut erreichbar sind. Eventuell können auch Bewegungsmelder installiert werden.





- Faltbare **Gehgestelle (Gehbank)** bieten festen Halt und ermöglichen eine sichere Fortbewegung innerhalb der Wohnung.
- Elektrische **Rollläden** öffnen und schließen automatisch und erfordern kaum Kraftaufwand.
- Schaffen Sie sich **Sitzmöbel** in geeigneter Höhe an oder passen Sie diese durch Holzklötze vom Schreiner an.
- Um auch im Sitzen einen guten Blick aus dem Fenster zu haben, sollten **Fensterbrüstungen** eine Höhe von maximal 60 cm haben.
- **Aufstehessel** sind bequem und unterstützen das Aufstehen.
- **Blumen** und Grünpflanzen sollten gut zugänglich sein, so dass sie ohne Probleme gewässert werden können.
- Das Telefon sollte sich immer in **greifbarer Nähe** zu den Sitzmöbeln befinden.
- Fernbedienung und Telefon mit **großen Symbolen** erleichtern die Nutzung.



- **Stolperfallen** wie Teppichkanten, Läufer ohne rutschhemmende Unterlage, schummriges Licht und sperrige Möbel sind zu vermeiden.
- Ausreichend **Steckdosen** an der Wand vermeiden die Verlegung von Verlängerungskabeln.
- Bedienelemente, wie zum Beispiel Lichtschalter, Steckdosen etc. sollten in einer Höhe von 85 cm angebracht oder individuell an die **geeignete Höhe** angepasst werden.

Designbelag, PVC- & CV Belag, Linoleum, Teppiche, Laminat, Parkett, Dielen, Trockenestrich, Spanplatten, Trockenschüttung



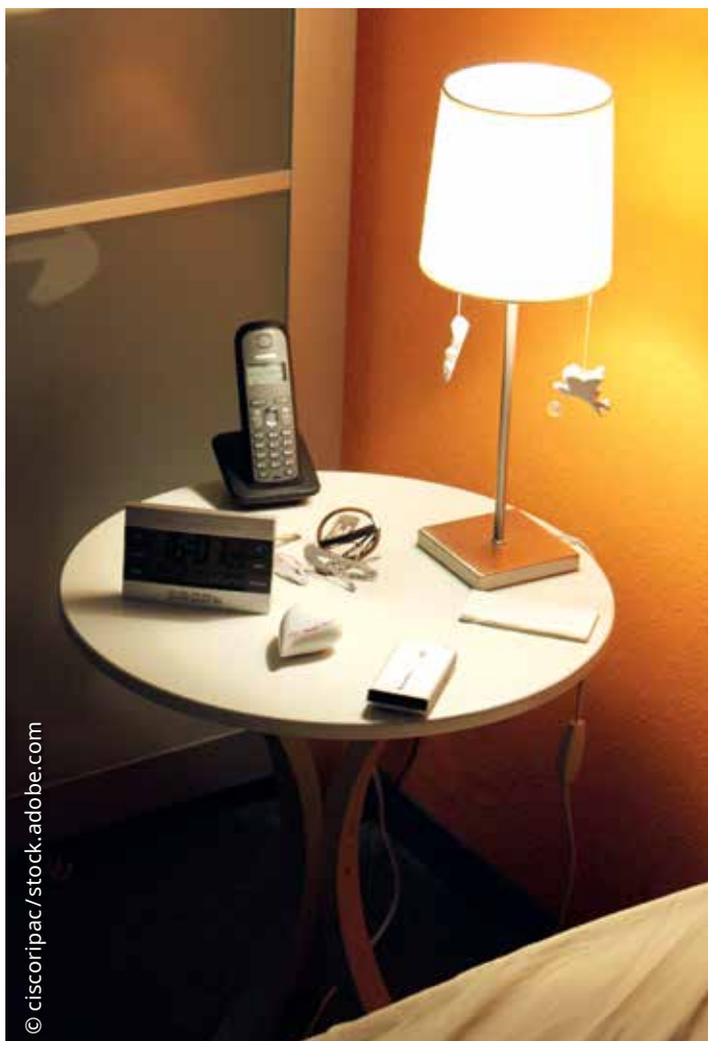
Bodendesign Gebhardt
Ihr kompetenter Partner in Sachen Fußböden

Teichstraße 15 a | 06628 Naumburg OT Freiroda
Telefon: 0163/6746914 | www.bodendesign-gebhardt.de

„Ich bin 35 und kann seit meiner Geburt nichts hören. Natürlich brauche ich da eine andere Wohnung als jemand, der hören kann. Schwierig wird es schon, wenn ich mit den Nachbarn sprechen möchte. Ich kann zwar gut von den Lippen lesen, aber andererseits ist die Verständigung meist nicht so einfach. Deshalb ist es für gehörlose Menschen oder für Hörgeschädigte manchmal schwierig, sich einzubringen. Die mangelnde Möglichkeit, mit Hörenden zu kommunizieren, schließt oft aus. Es geht schon los, wenn Besuch oder die Post an meiner Tür klingelt. Ich habe spezielle Lichtklingelanlagen, die das Türklingeln für mich als Licht sichtbar machen. Für viele Hörende auch selbstverständlich: Dass die Haustür eines Mehrfamilienhauses oder Neubaublocks ein leises Summen von sich gibt, wenn der Bewohner die Tür über seine Anlage öffnet. Ich kann dieses Summen allerdings nicht hören und weiß nicht, ob mir überhaupt jemand die Tür öffnet. Auch hier wäre ein Lichtsignal hilfreich.“

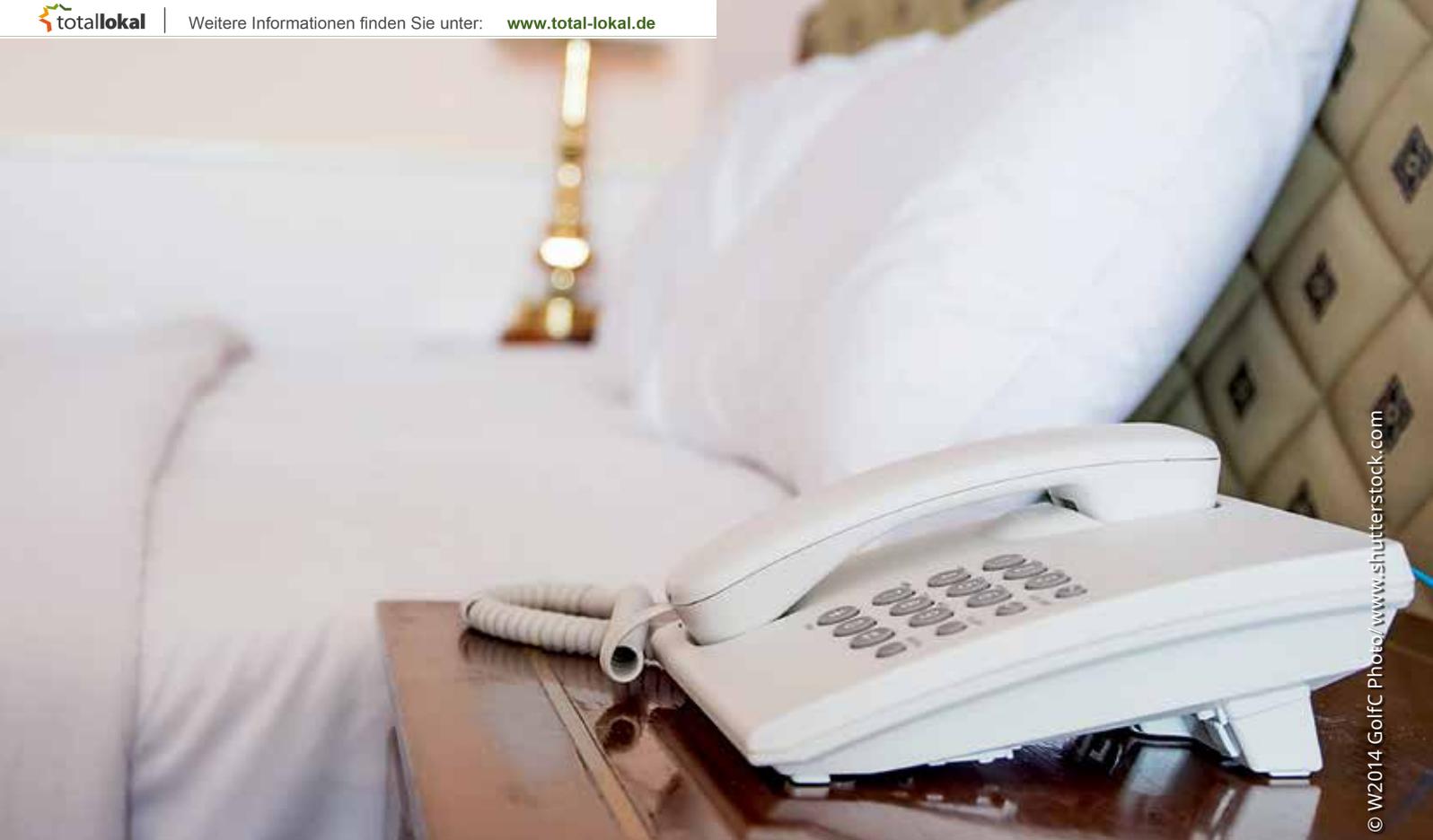
In allen Wohnungen sind seit einiger Zeit Rauchmelder vorgeschrieben. Doch auch diese Melder geben meist nur ein akustisches Signal ab, sie piepen oder lösen einen Alarm aus. Da ist es für Hörende schon schwierig, im Brandfall aus dem Schlaf geweckt und vor der schleichenden Gefahr einer Rauchvergiftung gewarnt zu werden. Ich hätte bei normalen Rauchmeldern gar keine Chance. Deshalb gibt es spezielle für Hörgeschädigte Rauchmelder, die über starke Lichtblitze oder sogar über ein vibrierendes Rüttelkissen auf einen Brandherd hinweisen. Dieses Rüttelkissen wird ganz einfach unter das Kopfkissen gelegt oder kommt an die Matratze. So kann auch ich über meine anderen Sinne wahrnehmen, dass es in der Wohnung brennt oder sich giftige Dämpfe ausbreiten.“

Marco, 35 Jahre



Schlafzimmer

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

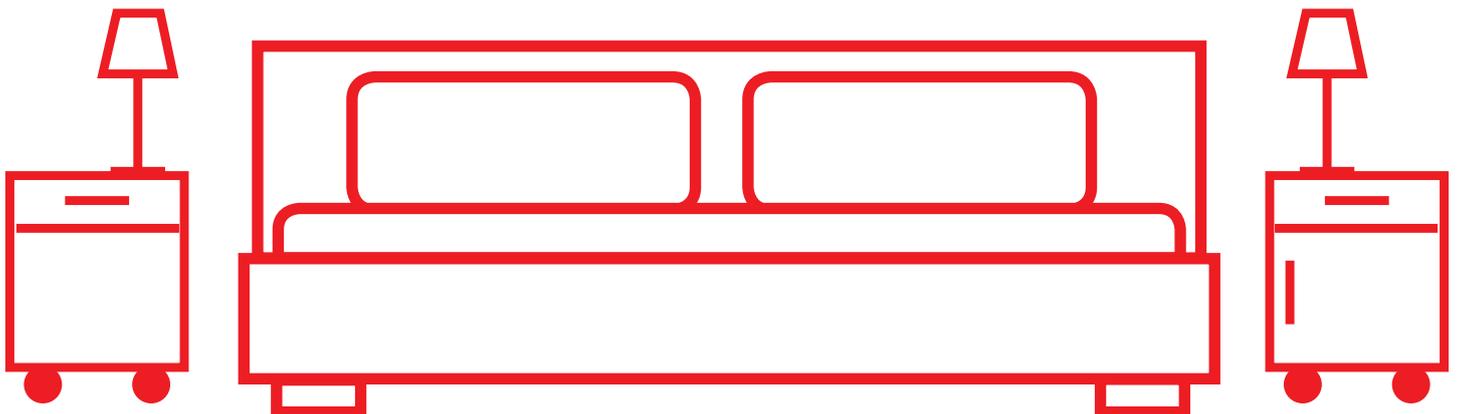


© W2014 GolfC Photo/ www.shutterstock.com

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



© mopsgrafik/stock.adobe.com





Balkon, Garten

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

FÜR SIE VOR ORT!

TAXI *Wir fahren Sie zuverlässig und pünktlich!*

Mobil: 0173-9 55 98 66

TAXI MARIO POLLEY

- Flughafentransfer
- Reha- und Kurtransfer
- Krankenfahrten
- Chemotherapie und Dialysefahrten
- Rollstuhlfahrten

034467-404045

Inh. Mario Polley | Zur Schmiede 6 | 06648 Eckartsberga

AIRPORT-SERVICE





© Heiner Wittthake/Fotolia



© Tirschenreuth-Musterwohnung



© Colourbox.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 sind 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. Er kann bewegt werden, ohne dass Sie aufstehen müssen. Sehr nützlich

für die tägliche Hygiene ist beispielsweise ein Dusch-WC mit Warmwasser-Unterduche und Warmluft-Trocknung. Bei einer Badewanne empfiehlt es sich, einen Badewannenlift und Haltegriffe zu installieren.

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 Telefon lässt sich mit einer größeren Tastatur, einem Hörverstärker und einer Freisprecheinrichtung besser bedienen.

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

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



© REDPIXEL/stock.adobe.com

Alter und Technik – Altersgerechte Assistenzsysteme



© Jörg Lantelme/stock.adobe.com

„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



NÖRD APOTHEKE

Inh.: Ursula Kobelt - Weißenfeler Str. 1 - 06712 Zeitz
Telefon: 03441 212028 - Fax: 03441 2286890

Ihr Ansprechpartner in Sachen Gesundheit für Zeit und Umgebung!

Unser Service für Sie:

- Messung von Blutdruck/-zucker, Cholesterin, Harnsäure
- Naturheilmittel - Homöopathie - Lieferservice
- Pflegeprodukte – Anmessen von Kompressionsstrümpfen

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Öffnungszeiten: Mo-Fr 08:00 bis 18:30 Uhr | Sa 08:00 bis 12:00 Uhr



© Dan Race/Fotolia



© Erwin Wodicka/Fotolia

- intelligente Rauchmelder informieren bei Brandverdacht auch Verwandte oder Nachbarn
- Eingangsüberwachung mit Türöffnung
- Klingel mit optischem Signal
- Transponder zur Türöffnung
- Automatische Flurbeleuchtung

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.



© Erwin Wodicka/Fotolia

Hausnotruf

Der Hausnotruf bietet alleinstehenden Menschen ein hohes Maß an Sicherheit. Bei einem Sturz oder plötzlicher Übelkeit kann der Hausnotruf Abhilfe schaffen und schnelle Hilfe rufen. 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 gerückt, 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.

Die Kosten hierfür kann die Pflegekasse oder bei fehlenden Voraussetzungen der Sozialhilfeträger (Sozialhilfe/ Grundsicherung) übernehmen.



Kramerplatz 4
06618 Naumburg

Telefon: 0 34 45 / 20 27 76
Fax: 0 34 45 / 26 60 55

E-Mail: info@adler-apo-naumburg.de



MEDIKAMENTE RUND UM DIE UHR VORBESTELLEN

Checkliste „Ein Leben lang zu Hause wohnen“

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

gerecht 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 zum Beispiel Einkäufe bequem abgestellt werden können?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist die Haustür überdacht?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lässt sich die Haustür leicht öffnen und schließen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Können Sie die Haustür sicher erreichen oder bestehen Hindernisse wie Treppen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es eine einbruchsichere Türsicherung, zum Beispiel 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"/>

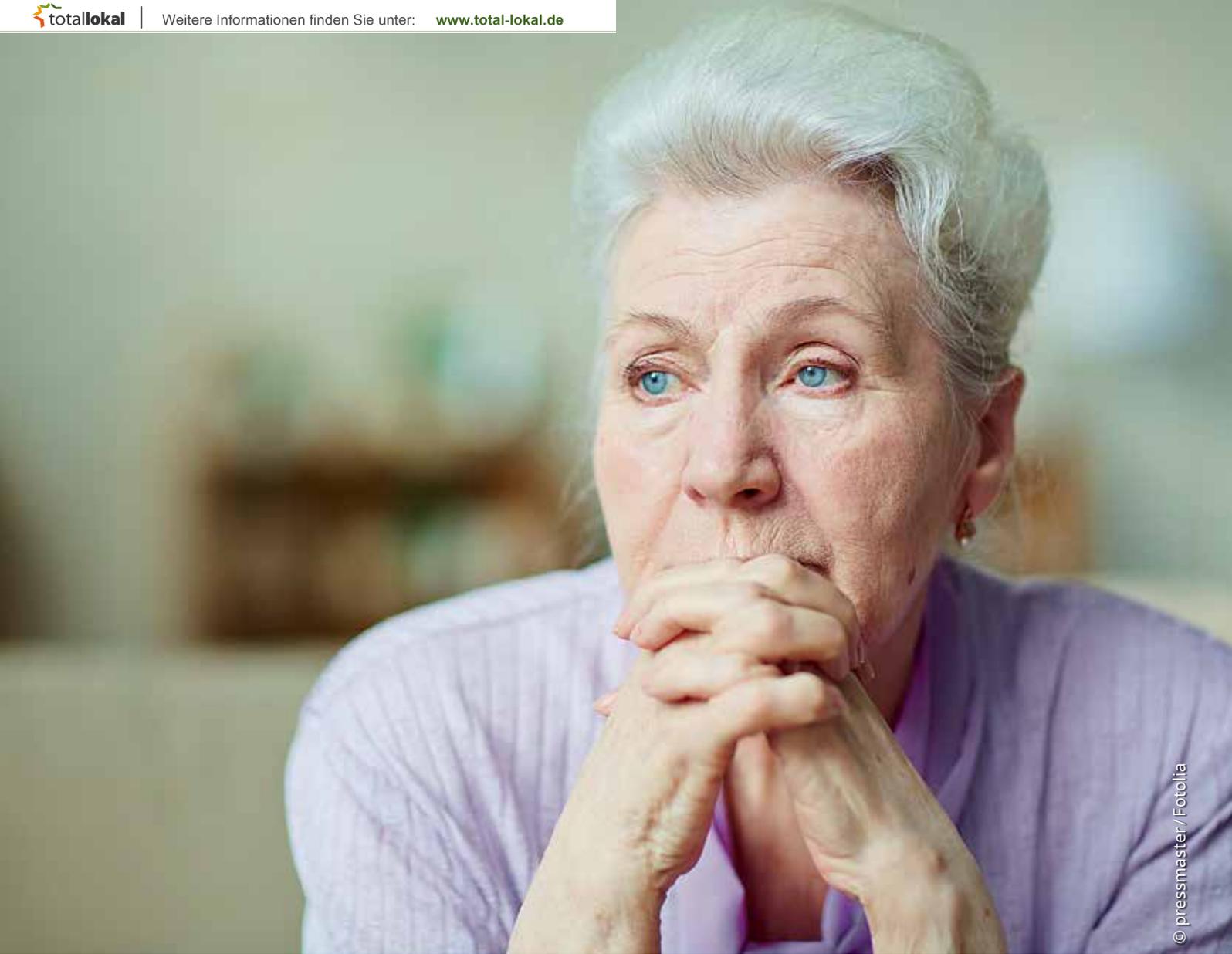
Hausflur und Treppenhaus	ja	nein
Ist der Bodenbelag im Flur und auf den Treppen trittsicher?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Haben Sie im Hausflur die Möglichkeit, um zum Beispiel einen Rollator abzustellen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind der Flur und die Treppen hell genug beleuchtet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Leuchtet die Treppenhausbeleuchtung lange genug, dass Sie im Hellen die Wohnungstür oder das nächste Stockwerk erreichen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bestehen Markierungen an der Stufenvorderkante, 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"/>
Gibt es 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, zum Beispiel Bügelstütze oder 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 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"/>
Gibt es einen Bewegungsmelder für das Licht für nächtliche WC-Gänge?	<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"/>
Ist die Badezimmertür von außen zu entriegeln?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Geht die Badezimmertür nach außen auf?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Wohnraumanpassung bei Demenz

Demenz! Zuhause Wohnen?

Das Lebenskonzept vieler älterer Menschen basiert darauf, dass sie ihren Lebensabend in ihrer vertrauten Umgebung verbringen wollen. Dieses Konzept kann bei Erkrankungen des Alters ins Wanken geraten, insbesondere bei einer Demenzerkrankung.

Bei dementiell erkrankten Menschen sollte die Wohnraumanpassung so unauffällig und behutsam wie möglich erfolgen. Vertraute Gegenstände sollten erhalten bleiben, weil der Grundsatz gilt: **Bekannt ist vertraut.**

Das, was dem Menschen vertraut ist, dient ihm zur Orientierung und nimmt ihm auch einen Teil seiner Hilflosigkeit und Angst.

Bei der Wohnraumanpassung ist es wichtig, sich bewusst zu sein, dass unterschiedliche Ursachen für Demenz bestehen und von daher auch unterschiedliche Folgeerscheinungen existieren. Eines haben alle Demenzformen gemeinsam: Die Unfähigkeit der Selbsteinschätzung, d. h. Gefahren rechtzeitig zu erkennen. Da Mobilität sowie Bewegungsdrang völlig unterschiedlich sein können, müssen unterschiedliche Bedürfnisse berücksichtigt werden:

- Ein ausreichender Bewegungsraum z. B. im Garten bietet dem gesteigerten Bewegungsdrang Raum, verhindert aber ein Entschwinden des Menschen.
- Bei Weglauftendenzen sollte der Ausgang gesichert werden, natürlich unter Berücksichtigung der individuellen Freiheit.

- Klare Raumstrukturen und klare Gestaltungsansätze vermindern die optischen Halluzinationen.
- Durchgängige Strukturen durch klare Farben und Konturen, keine verschwommenen Grenzen helfen bei der Orientierung.
- Warme und helle Töne verwenden. Sie beugen der Reizüberflutung vor. Ein gelber Ton vermittelt Weite und Fröhlichkeit. Blau, Violett und Grün wirken beruhigend.
- Eine sichtbare Bodenmarkierung an Grenzen zu Stufen oder Übergängen zu anderen Räumen verhindern Stolpern oder Stürze.
- Rutschsicherer, glatter und blendfreier Bodenbelag beugt Stürzen und Irritation vor.
- Eine Stufenmarkierung und ein beidseitiger Handlauf – am besten aus Holz – verhindern zu große Temperaturunterschiede. Niedrige Temperaturunterschiede schaffen eine angenehme Greifatmosphäre.
- Beschilderung der Toilettentür: Die Tür sollte leicht zu öffnen sein, auch von außen. Das ist gerade bei Inkontinenz wichtig.
- Nachtlichter kennzeichnen den Weg zum WC.
- Türen können allgemein durch individuelle Symbole oder Fotos hervorgehoben werden.
- Türen, die nicht benötigt werden, aushängen.
- Stolperfallen beseitigen, um Stürze zu vermeiden, gerade bei unsicherem kleinschrittigem Gang.
- Lautes Türschließen vermeiden.
- Giftige Pflanzen entfernen.
- Kleidung tragen, die leicht zu öffnen ist.

Der Einsatz von technischen Hilfsmitteln, wie z. B. Herdsicherung, Wasserflussregler, Bewegungsmatten usw. kann die Sicherheit erhöhen und ermöglicht somit dem Betroffenen, länger in seiner vertrauten Umgebung zu bleiben.



© Landkreis Tirschenreuth-Musterwohnung

Vertrautheit schaffen – Ängste vermeiden

1. Reizüberflutung verhindern – Schatten vermeiden

- Gestalten Sie die Wohnung einfach und übersichtlich.
- Verzichten Sie auf starke Muster an Tapete, Teppich und Vorhängen.
- Achten Sie auf spiegelfreie Böden, Oberflächen von Tischplatten und Schränken.
- Vermeiden Sie Schattenwurf und dunkle Ecken in der Wohnung.
- Achten Sie auf helles, blendfreies Licht in Wohnung und Treppenhaus (optimale Lampen mit 500 Lux ca. 20 cm über dem Fußboden).

2. Orientierung bieten – zentrale Anlaufpunkte markieren

- Versehen Sie die Türen mit Piktogrammen/Bildern, die den Raum beschreiben.
- Beleuchten Sie wichtige Türen hell oder kennzeichnen Sie sie farbige.
- Lassen Sie – wenn möglich – die Türen offen stehen.
- Hängen Sie nicht genutzte Türen aus.

3. Selbstständigkeit fördern – ausgewählte Kleidung und Bilder

- Bieten Sie im Kleiderschrank keine zu große Auswahl an.
- Bringen Sie Fotos und Bilder an den Schranktüren an, die den Inhalt zeigen.

4. Ausreichende Beleuchtung – auch nachts wichtig

- Platzieren Sie eine leicht bedienbare Lampe mit erreichbarem Schalter neben dem Bett.
- Bringen Sie Nachtlichter an.
- Installieren Sie Bewegungsmelder/Lichtschranken. Wichtig: Das Licht muss z. B. für den Weg ins Bad lange genug an bleiben.

5. Zeit und Datum – Lesbarkeit und Symbole bieten Orientierung

- Achten Sie bei Uhren auf gut lesbare Ziffern und große Zeiger.
- Achten Sie bei Kalendern auf große Zahlen und Symbole/Bilder der jeweiligen Jahreszeit.

6. Angstausslösende Quellen beseitigen

- Falls notwendig: Entfernen oder verhängen Sie alle Spiegel.
- Falls notwendig: Entfernen oder verbergen Sie Fernseher und Radio.

Die eigene Wohnung als Gedächtnisstütze

1. Erinnerungsecken, Aktivitätszonen und gemütliche Plätze

- Schaffen Sie Erinnerungsecken, z. B. mit Bildern vertrauter Personen, alten Briefen/Fotoalben.
- Platzieren Sie vertraute Möbel in der Wohnung.
- Schaffen Sie Aktivitätszonen (z. B. Arbeitsplatz in der Küche oder Werkstatt/Arbeitstisch).
- Stellen Sie einen bequemen Sessel vor ein Fenster an einen geschützten Platz.

2. Den Garten zum Zuhause machen – Natur stimuliert und beruhigt

- Unterstützen Sie Interesse an Gartenarbeit. Hoch-/Tiefbeete erleichtern die Pflanzenpflege.
- Legen Sie einen Rundweg durch den Garten an. Achten Sie auf trittfesten Untergrund.
- Entfernen Sie giftige Pflanzen.
- Achten Sie auf einen ebenerdigen Zugang ohne Schwellen zu Balkon/Terrasse.
- Falls Schwellen vorhanden sind, markieren Sie diese kontrastreich.

Selbstständigkeit fördern und erhalten

- Positionieren Sie Gebrauchsgegenstände gut erreichbar und sichtbar.
- Markieren Sie wichtige Gegenstände farbig.
- Bewahren Sie persönliche Dinge immer am selben Platz auf.

1. Anpassungen in der Küche – technische Ausstattung reduzieren

- Herdbenutzung: Ein Kochplattenherd ist eventuell vertrauter als ein Ceran-/Induktionsherd.
- Reduzieren Sie die technische Ausstattung in der Küche.
- Kaufen Sie neue Geräte nur, wenn unbedingt notwendig.

2. Spezielle Seniorentelefone erleichtern die Bedienung

- Schaffen Sie ein spezielles Seniorentelefon an.
- Kennzeichnen Sie die Tasten mit Fotos der Kontaktpersonen.
- Alternative: Erwerben Sie ein Telefon mit Kinderschaltung.
- Stellen Sie das Telefon an einen festen Platz.
- Falls notwendig: Schaffen Sie ein Telefon mit Wählscheibe an.



© ake1150/stock.adobe.com

3. Anpassungen im Badezimmer – Verwechslungen vermeiden

- Installieren Sie eine Toilettensitzerhöhung und Haltestangen.
- Langfristig falls möglich: Erhöhen Sie die Toilette selbst.
- Falls möglich/notwendig: Installieren Sie ein Pissoir für einen männlichen Pflegebedürftigen.
- Heben Sie Toilettendeckel und Toilettenbrille farbig hervor.
- Färben Sie das Toilettenwasser ein.
- Entfernen Sie Abfalleimer aus dem Badezimmer.
- Prüfen Sie die Notwendigkeit eines Toilettenstuhls/einer Urinflasche im Schlafzimmer.
- Prüfen Sie, ob eine Zweigriffarmatur besser geeignet ist als ein Einhebelmischer.



© PhotographyByMK/stock.adobe.com

Gift und Feuer – Gefahrenquellen erkennen und beseitigen

Statten Sie alle Räume mit einem Babyphone aus.

1. Gefahrenquelle Herde – moderne Technik schützt

- Installieren Sie ein Herdsicherungssystem (falls möglich, gekoppelt mit einem Hausnotruf).
- Alternative: Erwerben Sie einen Herd, der bereits über ein Herdsicherungssystem verfügt.
- Ersetzen Sie Gasherde durch Elektroherde oder unterbrechen Sie die Gaszufuhr.

2. Zeitschaltautomatik und Kindersicherungen

- Installieren Sie eine zeitgesteuerte Abschaltautomatik für den Herd.
- Installieren Sie Zeitschaltuhren für Elektrogeräte.
- Verdecken Sie – falls nötig – Steckdosen mit Kindersicherungen.

3. Rauchmelder verhindern Brände

- Bringen Sie in jedem Zimmer Rauchmelder an.
- Installieren Sie – falls nötig – Gas- und Wassermelder.
- Achten Sie darauf, dass nicht nur der Erkrankte einen eventuellen Alarm hört.
- Koppeln Sie den Alarm ggf. mit einer Notrufzentrale.

4. Badezimmer – Sicherheit bei der täglichen Hygiene

- Versehen Sie Armaturen mit einem Temperaturbegrenzer oder einer Thermostatmischbatterie.
- Falls ein Boiler vorhanden ist: Stellen Sie ihn auf eine niedrige Temperatur.
- Bringen Sie an Dusche, Badewanne und Waschbecken Überläufe und Füllstandsmelder an.
- Achten Sie darauf, dass sich die Badezimmertür nach außen öffnen lässt.
- Bringen Sie eine WC-Garnitur statt eines Türschlosses mit Schlüssel an.
- Falls notwendig: Entfernen Sie alle Schlüssel.

5. Vergiftungsunfälle vermeiden

- Entfernen Sie giftige und stachelige Pflanzen aus Haus, Garten und Balkon.
- Ein Garten mit essbaren Früchten, Gemüse und Kräutern wirkt anregend.
- Schließen Sie chemische Reinigungsmittel, giftige Sprays, Parfums und Blumendünger sicher weg. Achten Sie zusätzlich auf kindersichere Verschlüsse.
- Falls notwendig: Entfernen Sie Dusch- und Körperpflegemittel.

6. Weitere mögliche Gefahrenquellen

- Verwahren Sie Rasierer, Föhn und Lockenstab sicher.
- Schließen Sie Feuerzeuge, Streichhölzer und Kerzen sicher weg.
- Verschließen Sie Schubladen, die gefährliche Gegenstände enthalten, oder statten Sie sie mit einer Kindersicherung aus.
- Prüfen Sie, ob Messer und Scheren entfernt werden müssen.

7. Fenster, Balkone und Türen sichern

- Bringen Sie, falls notwendig, Sicherungen an Fenstern in oberen Stockwerken an.
- Erhöhen Sie ggf. die Balkonbrüstung auf 1,10 Meter.
- Versehen Sie Glastüren mit auffälligen Aufklebern.
- Bringen Sie Splitterschutzfolie oder Sicherheitsglas an.
- Installieren Sie an der Eingangstür einen Doppelzylinder im Schloss.

Tägliche Aufgabe der Pflege erleichtern

1. Pflegebetten und Hebe mechaniken

- Erwerben Sie – wenn möglich – ein spezielles, höherverstellbares Pflegebett.
- Alternative 1: Erwerben Sie eine elektrische Hebe mechanik (anstelle eines Lattenrostes).
- Alternative 2: Lassen Sie das Bett durch einen fachkundigen Schreiner erhöhen.

2. Dusche und Badewanne – Hilfe bei der täglichen Hygiene

- Prüfen Sie, ob der Einbau einer separaten Dusche (bodengleich) möglich ist.
- Platzieren Sie einen speziellen Duschstuhl oder Duschhocker in der Dusche.
- Wenn möglich, installieren Sie ein Badewannenbrett oder einen Badewannenlifter.

3. Barrierefreie Wohnungen sorgen für mehr Bewegungsfreiheit

- Achten Sie auf eine Wohnung ohne Treppen.
- Achten Sie bei Umzug auf eine barrierefreie Wohnung.

Maßnahmen gegen die Weglauf- / Hinlauftendenz bei Demenz

So verhindern Sie das Verlassen der Wohnung:

Wichtig: Bitte wägen Sie individuell ab, ob die folgenden Anpassungen erforderlich und angemessen sind! Bitte beachten Sie auch: Ist der Ausgang durch die Tür versperrt, kann es sein, dass Ihr Angehöriger versucht, die Wohnung durch ein Fenster zu verlassen. Statten Sie deshalb die Fenster möglichst mit Sicherheitsverriegelungen aus.

1. Licht und Schatten nutzen

- Hell beleuchtete Bereiche sind für den Erkrankten interessant – dunkle Bereiche unangenehm/ uninteressant.
- Halten Sie die Eingangstüre im Dunkeln.
- Hängen Sie ansprechende Bilder gut beleuchtet neben den dunklen Eingang.
- Alternative 1: Verbergen Sie die Haustür hinter Vorhängen oder Wandschirmen.
- Alternative 2: Streichen oder tapezieren Sie Tür und Türrahmen in der Farbe der Wände.
- Richten Sie auffällige Aktivitätszonen in der Nähe der Eingangstüre ein.
- Legen Sie einen großen schwarzen Türvorleger (auf hellem Boden) vor die Türe.
- Alternative: Bringen Sie breite, dunkle oder farbige Querstreifen auf dem Boden vor der Eingangstür an.

2. Akustische und optische Signale warnen beim Verlassen der Wohnung

- Koppeln Sie einen Bewegungsmelder oder eine Infrarotschranke neben der Tür mit einem akustischen und optischen Alarm.
- Alternative 1: Installieren Sie ein spezielles Alarmsystem am Türrahmen.
- Alternative 2: Installieren Sie eine Türglocke (wie im Einzelhandel).
- Alternative 3: Hängen Sie ein einfaches Glöckchen an die Tür.
- Alternative 4: Legen Sie eine handelsübliche Alarmtrittmatte vor die Tür (auch möglich: neben das Bett).

3. Kleidung, Stock und Schlüssel entfernen

- Falls notwendig: Verstecken Sie Gegenstände, ohne die Ihr Angehöriger die Wohnung nicht verlässt (Hut, Spazierstock).
- Verwahren Sie Schlüssel (auch Autoschlüssel) stets sicher.



© Jürgen Fälsche - Fotolia

4. Balkon und Garten sichern

- Verkleben Sie Balkontüren aus Glas im unteren Bereich mit blickdichter Folie.
- Hat der Garten einen Zugang zur Straße, ziehen Sie einen Zaun um das Grundstück oder bepflanzen Sie den Zugang mit dichten Sträuchern.
- Sichern Sie ein Gartentor mit einem Schloss.
- Optimal: Legen Sie einen Rundweg im Garten an.

Im Burgenlandkreis wurde 2017 eine „Regionale Allianz für Demenz“ gegründet.

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an die Koordinatorin:
Burgenlandkreis
Bereich Behindertenbeauftragte
Frau Marion Geißler
Telefon: 03445 732982
E-Mail: geissler.marion@blk.de



Naumburger Tagespflege
Naumburger Pflegedienst
Inh. Annett Rossol

Marienstraße 22 – 23
06618 Naumburg

Tel.: 03445 / 2346170
03445 / 750127
kontakt@naumburger-pflegedienst.de

ERGO

Daniel Böttger



**Generalagentur der ERGO
Versicherung AG**

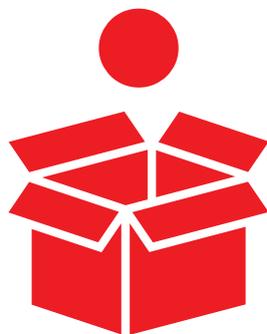
Niddaer Str. 20 · 06628 Bad Kösen

Tel.: 034463 61012 · Fax: 034463 61013

Mobil: 0173 9411269



©Argonavt/Thinkstock



s.de/foerderfinder

Wenn's um Geld geht Sparkasse.

Jetzt die finanziellen Geschenke vom Staat sichern und alle
Fördermöglichkeiten* nutzen!



* Berechnungsgrundlage für die staatliche Förderung auf www.s.de/foerderfinder

 Sparkasse
Burgenlandkreis

Finanzierungs- und Fördermöglichkeiten

Anspruchsberechtigung bei einer Finanzierung

Kontakt	Leistungsart				Anspruchsberechtigt
	Hilfsmittel	Wohnung-anpassung	Bau/ Erwerb Barrierefreier Wohnraum	Umzug	
Krankenversicherung Krankenkasse	X				Versicherte der Krankenkassen
Pflegeversicherung Pflegekasse	X	X		X	Versicherte der Pflegekassen der Stufe 0
Unfallversicherung	X	X	X	X	Personen mit Behinderung durch Arbeitsunfall/ Berufs- krankheit
Burgenlandkreis Sozialamt	X	X		X	Menschen mit Behinderung und Anspruch auf Eingliederungshilfe
KfW Förder-Programme - Darlehen - Zuschuss		X			Privatpersonen und Vermieter unabhängig von Behinderung, Einkommen und Vermögen
Aufzugsprogramm AufzugsRL Sachsen-Anhalt		X			Eigentümer von Wohnraum und Mietshäusern
Sachsen-Anhalt Modern		X			Eigentümer von Wohnraum und Mietshäusern
Rentenversicherungsträger		X			Für Angestellte

Bevor Sie Umbaumaßnahmen einleiten, sollten Sie eine fachkundige Beratung hinzuziehen.

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

Finanzielle Fördermöglichkeiten in der Übersicht

Informationen bzw. kostenlose Beratung erhalten Sie direkt bei der Beratungsstelle der Investitionsbank

Sachsen-Anhalt, Telefon: 0800 5600757 oder unter www.ib-sachsen-anhalt.de.

Programme	Leistungen	Quellenverweis / Bemerkung / weitere Informationen
KfW Altersgerecht Umbauen-Kredit	Ab 0,75 Prozent effektiver Jahreszins, bis zu 50.000 Euro Kreditbetrag pro Wohneinheit	www.kfw.de/inlandsfoerderung/Privatpersonen/Bestandsimmobilien/Barrierereduzierung/ Hotline: 0800 539 9002 Für Eigentümer, Mieter und Vermieter
KfW Altersgerecht Umbauen-Investitionszuschuss	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)	
Sachsen-Anhalt MODERN	Die Investitionsbank Sachsen-Anhalt fördert Modernisierungsmaßnahmen an selbstgenutzten oder vermieteten Wohngebäuden, wie z. B. Maßnahmen zum barriere-reduzierenden und barrierefreien Umbau. (Zinsverbilligtes Darlehen bis zu 50.000 Euro)	Investitionsbank Sachsen-Anhalt Domplatz 12, 39104 Magdeburg Hotline: 0800 560 0757 Fax: 0391 589 1754 E-Mail: beratung@ib-lsa.de Internet: www.ib-sachsen-anhalt.de
Sachsen-Anhalt AUFZUGSPROGRAMM	Das Land Sachsen-Anhalt fördert Investitionen in die Barrierereduzierung zur Verbesserung des Zugangs zu Wohngebäuden und Wohnungen. (Zuschuss bis zu 50 Prozent der zuwendungsfähigen Ausgaben, maximal 10.000 Euro)	Investitionsbank Sachsen-Anhalt Domplatz 12, 39104 Magdeburg Hotline: 0800 560 0757 Fax: 0391 589 1754 E-Mail: beratung@ib-lsa.de Internet: www.ib-sachsen-anhalt.de
Pflegekassen 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 Internet: www.bmg.bund.de
Rentenversicherungsträger (für Angestellte) Agentur für Arbeit, Erhaltung der Selbständigkeit und der Arbeitskraft	zur Beschaffung, Ausstattung und Erhaltung einer behinderungsgerechten Wohnung,	Internet: www.deutsche-rentenversicherung.de
Berufsgenossenschaften Beschaffung und der Erhaltung einer behindertengerechten Wohnung	<ul style="list-style-type: none"> • bei Umbaumaßnahmen bis zu 100 Prozent • bei Neubau zinsgünstiges Darlehen in angemessener Höhe 	Erkundigen Sie sich bei Ihrem Arbeitgeber nach der für Sie zuständigen Berufsgenossenschaft
Stiftungen Je nach Stiftungszweck, hier: selbständige Lebensführung	<ul style="list-style-type: none"> • individuelle Förderung • Geldspenden/Beihilfen 	Internet: www.stiftungsindex.de
Sozialhilfe	Zuschuss im erforderlichen Umfang	

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



„Der Wünschewagen – Letzte Wünsche wagen“ erfüllt Menschen in ihrer letzten Lebensphase einen besonderen Herzenswunsch. Noch einmal das Meer sehen, einen gemeinsamen Ausflug mit der Familie im Harz erleben oder mit dem Lieblingsfußballverein im Stadion fiebern. All dies sind Wünsche, die auch am Ende eines Lebens noch wahr werden können.

Der Wünschewagen – Letzte Wünsche wagen

Menschen in ihrer letzten Lebensphase Glück und Freude zu schenken – ist die Mission der ASB-Wünschewagen. Das rein ehrenamtlich getragene und ausschließlich aus Spenden finanzierte Projekt erfüllt Menschen in ihrer letzten Lebensphase einen besonderen Herzenswunsch. Hierzu fährt der Wünschewagen sie gemeinsam mit Familien und Freunden noch einmal an ihren Lieblingsort. Der Wünschewagen ist ein besonderer Krankenwagen, welcher auf die individuellen Bedürfnisse der Fahrgäste abgestimmt wurde und hilft, die Belastungen für den Reisenden während der Fahrt so gering wie möglich zu halten. Zugleich verfügt der Wünschewagen über eine moderne notfallmedizinische Ausstattung, sodass das ASB-Team im Ernstfall sofortige Hilfe leisten kann. Eine verspiegelte Rundum-Verglasung bietet Fahrgästen die Möglichkeit eines außergewöhnlichen Panorama-Blicks in die Umgebung. Eine Wunschfahrt wird immer von zwei geschulten Freiwilligen begleitet, die sich während der Fahrt liebevoll um das Wohl ihrer Reisenden kümmern. Die erstmalig auf Initiative des ASB-Regionalverbands Ruhr e.V. durchgeführten Wunschfahrten sind heutzutage in ganz Deutschland möglich. Seit der ersten Fahrt wurden mit der Unterstützung von immer mehr Freiwilligen in ganz Deutschland unzählige Wünsche wahr. Seit dem Jahr 2018 steht den Menschen in Sachsen-Anhalt ebenfalls ein Wünschewagen zur Verfügung. Noch einmal gemeinsame Zeit mit der Familie verbringen, die Blumen

im eigenen Garten sehen oder den Lieblingsverein im Stadion anfeuern – all dies sind Wünsche, die mit dem Wünschewagen am Ende eines Lebens nun auch in Sachsen-Anhalt wahr werden. Möchten auch Sie Menschen mit der Erfüllung ihres letzten Wunsches ein Lächeln auf das Gesicht zaubern, dann melden Sie sich bei uns!

Koordination für Sachsen-Anhalt in Magdeburg:

Telefon: 0391 607443-231/-60

Fax: 0391 60744329

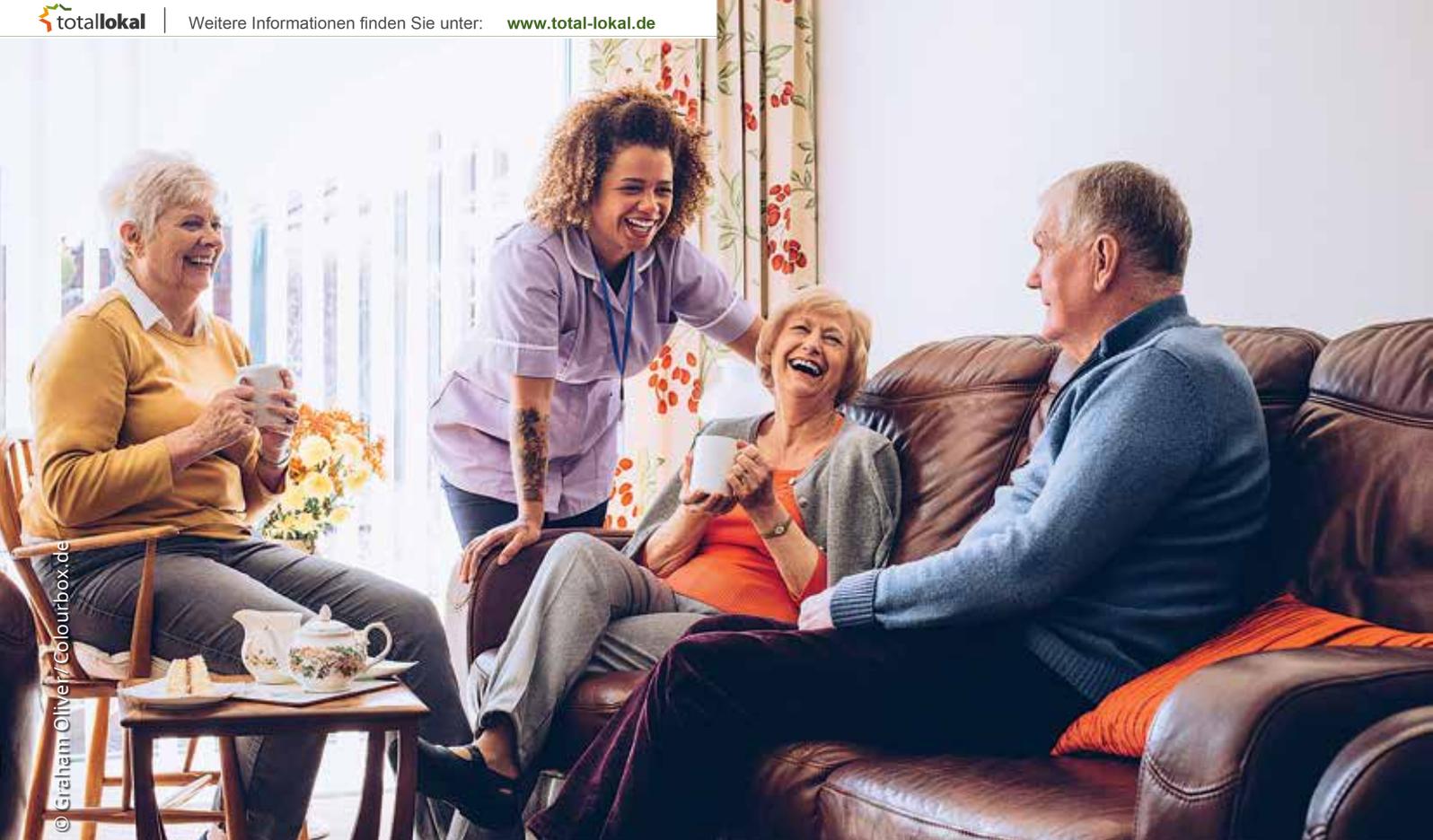
E-Mail: wuenschewagen@asb-st.de

Internet: www.wuenschewagen.de

Absprechpartner vor Ort beim ASB Burgenlandkreis:

Telefon: 03441 216747





© Graham Oliver/Colourbox.de



AUFMERKSAM · ZUVERLÄSSIG · KOMPETENT

STIFTUNG SENIORENHILFE ZEITZ

- Individuelle Beratung
- Pflege und Begleitung in Ihrer Häuslichkeit
- Selbstständiges Wohnen mit Betreuung
- Sinnfindendes Leben im Wohnheim für Behinderte
- Einhaltung und Förderung Ihre Vitalität durch Tagespflege
- Zuwendung und Geborgenheit verbunden mit professioneller Pflege während einer Kurzzeitpflege und beim Wohnen in unseren modernen Einrichtungen
- Kreative Bildung und Erziehung im Kindergarten

Schützenplatz 21 · 06712 Zeitz
Tel: 03441 631106 · Fax: 03441 631136
www.seniorenhilfe-zeitz.de
eMail: seniorenhilfe-zeitz@t-online.de



Physiotherapie
Thomas Bernhardt

Parkstraße 4 – 6 | 06628 Bad Kösen
Telefon: 034463 628050 | info@physiotherapie-bad-koesen.de

www.physiotherapie-bad-koesen.de



© Robert Kneschke/Fotolia

Caritas Sozialstation

Leopold-Kell-Straße 2a
06667 Weißenfels

Tel.: 03443/303111

Fax: 03443/300005

E-Mail: sozialstation@caritas-wsf.de





© Alexey Tutenkov / Fotolia

Wichtige Ansprechpartner zum Thema „Wohnen im Alter“

Wichtige Internet-Adressen:

Gesellschaft für Prävention im Alter (PIA) e. V.
Wohnberatung Magdeburg
➤ www.pia-magdeburg.de

Bundesarbeitsgemeinschaft
Wohnungsanpassung (BAG)
➤ www.wohnungsanpassung-bag.de

barrierefrei behindertengerecht planen-bauen-wohnen
➤ www.nullbarriere.de

Portal für behindertengerechtes Bauen und Wohnen
➤ www.barrierefrei.de

Produktneutrale Internet-Beratung zu Hilfsmitteln,
Wohnungsanpassung und Umbau
➤ www.online-wohn-beratung.de

GGT Deutsche Gesellschaft für Gerontotechnik
➤ www.gerontotechnik.de

REHADAT-Hilfsmittelportal-Institut
der Deutschen Wirtschaft Köln
➤ www.rehadat-hilfsmittel.de

Kreditanstalt für Wiederaufbau (KfW)
➤ www.kfw.de

Deutscher Blinden- und
Sehbehindertenverband e. V. (DBSV)
➤ www.dbsv.org

Investitionsbank Sachsen-Anhalt
➤ www.ib-sachsen-anhalt.de

BEI UNS SIND SIE IN GUTEN HÄNDEN

Gut Aufgehoben im Alter

Die Geriatrie ist eine anspruchsvolle Fachdisziplin. Denn ein hoher Teil der Patienten haben verschiedene Krankheiten zugleich. Herz-Kreislauf-System, Stoffwechsel, Bewegungsapparat und Nervensystem können beeinträchtigt sein. Zudem steigt das Risiko für Komplikationen wie zum Beispiel schlechtere Wundheilung im Alter. In der Asklepios Klinik Weißenfels hat man schon vor Jahren begonnen, sich auf die demografischen Veränderungen einzustellen. Unser generelles Ziel ist es, Sie mobil und unabhängig zu halten, Ihre Lebensqualität zu sichern

und eine Pflegebedürftigkeit so lange wie möglich zu vermeiden. Die Geriatrie ist immer auch eine Schnittstelle, in der die Kompetenzen verschiedener medizinischer Fachrichtungen zusammenkommen. Entscheidend ist dabei eine gute, abgestimmte und an Ihre individuellen Erfordernissen orientierte fachübergreifende Zusammenarbeit. Denn die geriatrische Versorgung eines Patienten umfasst nicht nur die Akutbehandlung, sondern auch die Einleitung von Maßnahmen zur Rehabilitation – etwa nach Schlaganfällen – bis hin zur Klärung der

häuslichen Versorgung. Bei uns in der Klinik sind Sie sehr gut aufgehoben und bekommen die bestmögliche und notwendige medizinische Versorgung.

Kontakt:

Priv. Doz. Dr. med. Matthias Görnig, Chefarzt
Klinik für Geriatrie
Asklepios Klinik Weißenfels
Naumburger Straße 76
06667 Weißenfels
Tel.: 03443 40 - 1092
Fax: 03443 40 - 1095



Praxisgemeinschaft für Ergotherapie & Logopädie



Catrin von Mersewsky
 Inhaberin

CvM Praxis
 Grochlitzer Str. 55
 06618 Naumburg

Wir sind für Sie da:

Montag bis Freitag von 9.00 bis 18.00 Uhr

Tel.: 03445 - 659 10 25

Fax: 03445 - 659 10 27

Internet: www.cvmpraxis.de

T EAMFÄHIGKEIT
HÖFLIC **H** KEIT
E HRLICHKEIT
R EITSCHAFT
A KZEPTANZ
P ATHIE
I NIATIVE
S E LBSTÄNDIGKEIT

unsere Angebote:

- Nachhilfe
- Musiktherapie
- Therapie-Tiere

Jobangebote:

- Logopädin (m/w/d) / Ergotherapeutin (m/w/d)

Voraussetzung:

- abgeschlossene Berufsausbildung und keine Angst vor Hunden
- siehe auch auf unserer Seite: www.cvmpraxis.de/karriere.html



Praxisgemeinschaft für Ergotherapie & Logopädie

Ein tierischer Einsatz

Wissenschaftliche Untersuchungen der Universität Leipzig belegen, dass Tiere beim Gesundwerden eine große Hilfe sind. Ganz besonders Hunde finden schneller einen Kontakt zu unseren großen wie kleinen Patienten und sprechen die Gefühlswelt der Kinder sehr stark an, was die Kinder somit zugänglicher macht.

Die tiergestützte Therapie umfasst alle Maßnahmen, bei denen durch den gezielten Einsatz von Hunden wie Bella (siehe Foto) positive Auswirkungen auf das Erleben und Verhalten von Menschen erzielt werden können. Dies gilt für körperliche wie seelische Erkrankungen. Das Therapieteam Mensch-Hund fungiert dabei als Einheit. Therapeutische Elemente sind emotionale Nähe, Wärme und die unbedingte Anerkennung durch den Hund.

Was macht eigentlich ein Therapie(begleit)hund?

Ein Therapie(begleit)hund arbeitet immer mit seinem Herrchen/Frauchen in einem Team, das nach durchlaufener Ausbildung und mit bestandener Prüfung in unterschiedlichen therapeutischen Einrichtungen oder Bereichen tätig ist.

Zwei Grundformen des Einsatzes sind möglich:

1. Der Hund erzielt durch seine bloße Anwesenheit eine gewisse Wirkung (Besuchshundprojekte)
2. Der Hund ist Teil eines therapeutischen Konzepts, bei dem ihm bestimmte Funktionen zukommen (Ergotherapie, Physiotherapie, Integrationskindergärten...)

Der Hund ist kein Therapeut! Er ist „nur“ ein Hilfsmittel! In Deutschland ist der Begriff „Therapiehund“/„Therapiebegleithund“ (noch) nicht geschützt! Es ist noch nicht rechtlich geregelt, wer wann und mit welchem Hund wo therapeutisch oder pädagogisch „arbeiten“ darf!

Überlegen Sie daher genau, ob Sie jedes Mensch-Hunde-Team an Ihre kleineren Kinder oder Ihren im Wachkoma liegenden Familienangehörigen heranlassen möchten, ohne dass der Mensch und der Hund eine bestimmte Qualifikation haben!



Der Therapiebegleit- und Besuchshund

- zeigt Gehorsam gegenüber der Hundeführerin oder dem Hundeführer
- begegnet Menschen aufgeschlossen und ohne Scheu
- hat eine hohe Stressresistenz
- begegnet „ungewünschtem“ Verhalten ihm selbst gegenüber eher „defensiv“ durch Rückzug

Die Hundeführerin

- besitzt die Kompetenz, Stress bei den Klienten, sich selbst und dem Hund zu erkennen und dann entsprechend zu handeln.
- Sie ist in der Lage, den Hund sofort aus einer Belastungs- oder Stresssituation heraus zuholen.
- Die Hundeführerin besucht regelmäßig Fort- und Weiterbildungen zur Führung von Hunden und zur hundegestützten Pädagogik.

Ein Tierarzt bescheinigt

- die gute Allgemeinzustand des Hundes
- regelmäßige Entwurmungen/ regelmäßige Kontrolle auf Wurmbefall
- eine Ektoparasitenprophylaxe
- die Durchführung der Impfungen (Standardimpfungen), die eine Infektionsgefahr für den Hund vermeiden.



Einsatz des Therapiebegleit- und Besuchshundes

- Der Einsatz des Therapiebegleit- und Besuchshundes erfolgt nur im Team Hund-Hundeführerin und nach einem für die jeweilige Einrichtung entwickelten Konzept, das die Bedürfnisse der Klienten und die Bedürfnisse und Fähigkeiten des Hundes berücksichtigt.
- Vor dem Einsatz des Therapiebegleit- und Besuchshundes werden Rituale und Regeln für den Umgang mit dem Hund gemeinsam mit den Klienten erarbeitet.
- Der Therapiebegleit- und Besuchshund hat die Möglichkeit, sich auf einen eigenen, ungestörten Ruheplatz zurückzuziehen. Die Klienten haben keinen Zutritt zum Ruheplatz.
- Der Einsatz des Therapiebegleit- und Besuchshundes wird zumindest in Kurzform dokumentiert.





© ponsulak/Fotolia

Branchenverzeichnis

Liebe Leserinnen, liebe Leser! Als wertvolle Orientierungshilfe finden Sie hier eine Auflistung leistungsfähiger Betriebe aus Handel, Gewerbe und Dienstleistung. 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.

Alten- und Krankenpflege	36	Hausgeräte	12
Apotheken	12, 22, 23	Heizung	15, U3
Badstudio	U3	Klima	U3
Behindertenwerkstatt	8	Krankenhaus	38
Bestattungshaus	40	Küchen	13
Betreutes Wohnen	8, 36	Logopädie	38, 39
Bodenleger	17	Medikamente	12, 22, 23
Elektroinstallation	12	Orthopädie	7
Ergotherapie	38, 39	Pflasterarbeiten	15
Feuerbestattungen	40	Pflegedienste	31, 36
Finanzierung	32	Physiotherapie	36
Fliesenleger	15	Podologie	7
Flughafentransfer	20	Sanitär	15
Fußboden	17	Sanitätshäuser	U4
		Seniorenzentrum	U2, 3
		Soziale Dienste	U2, 3
		Sozialstation	36
		Tagespflege	31
		Taxi	20
		Versicherungen	32
		Wohnungen	8

U = Umschlagseite



Bestattungshaus Fischer
Wir sind jederzeit für Sie da.

 **0 34 41 / 22 83 69**

Parzellenstraße 10, 06712 Zeitz • Internet www.fischerbestattung.de

Fachbetrieb seit 1985

Komplettleistung alles aus einer Hand,
von der Idee bis zur Ausführung

**Besuchen Sie unsere Bad-,
Heizungs- und Fliesenausstellung!**

Öffnungszeiten:

Mo. – Do. 10.00 – 18.00 Uhr

Fr. 10.00 – 14.00 Uhr

oder nach Vereinbarung

Barrierefreies Bad

- bodengleiche Dusche

Bad / Bad-Planung

- Komplettbad
- Whirlpool/Dampfdusche
- Infrarotkabine
- Badmöbel
- Fliesen
- Wasserenthärtung

Spanndecken

Solar

- zur Warmwasserbereitung & Heizungsunterstützung
- Photovoltaik zur Stromgewinnung

Klima

- Kaltwassersatz/Splitsysteme

Be- & Entlüftung

- Luftheizung/Wärmerückgewinnung

Heizung

- Brennstoffzelle
- Öl-Gasbrennwerttechnik
- Pellets/Holz/Hackschnitzel
- Wärmepumpen, Luft, Wasser, Erdreich

Vorführung einer Pelletheizung – fragen Sie nach einem Termin

**Fachkräfte zum Einbau von modernen Bädern
und energiesparenden Heizungsanlagen gesucht.**



Anton Praml – Solar-Heizung-Klima-Bäderstudio · Gewerbegebiet Schönburg

Am Hohen Stein 8 · 06618 Naumburg · Telefon: 03445/79 29 80 · E-Mail: anpraml@t-online.de

Wir sind die
Experten
in der Region.



**Sanitätshaus
Fachgeschäft Naumburg**

Weimarer Straße 47 / 49
06618 Naumburg
Telefon: 034 45 / 23 45-40
Telefax: 034 45 / 23 45-640
eMail: naumburg@rmcstolze.de



**Sanitätshaus
Fachgeschäft Weißenfels**

Beuditzpassage 7
06667 Weißenfels
Telefon: 034 43 / 23 76 14
Telefax: 034 43 / 23 76 15
eMail: weissenfels@rmcstolze.de



**Sanitätshaus
Fachgeschäft Zeitz**

Domherrenstraße 5 – 6
06712 Zeitz
Telefon: 034 41 / 7188 88
Telefax: 034 41 / 7188 89
eMail: zeitze@rmcstolze.de



**Aktiv-Sanitätshaus
Fachgeschäft Weißenfels**

Hardenbergstraße 39 a
06667 Weißenfels
Tel.: 034 43 / 33 87 675
Fax: 034 43 / 33 87 336
eMail: wsf.aktiv@rmcstolze.de



Rehatechnik · Orthopädietechnik · Homecare · Sanitätshaus · Medizintechnik · Mobilcenter



**Selbstständig
zu Hause bleiben.**

Wir beraten Sie gern.

Fordern Sie den Gutschein für eine kostenfreie Beratung zu Hause an oder kommen Sie in eines unserer Fachgeschäfte.



Scan
mich!



0700 - 022 022 022



0700 - 044 044 044