



Wohnen ohne Barrieren

Maßnahmen zur Wohnraumanpassung im Landkreis Görlitz



Genießen *Sie* Ihren *Ruhestand* - Wir helfen *Ihnen* dabei!



Dafür stehen unsere qualifizierten, freundlichen, zuverlässigen und hilfsbereiten Mitarbeiter persönlich ein.

Nehmen Sie sich die Zeit und schauen Sie sich auf unserer Internetseite um. Sollten Sie noch Fragen haben, können Sie uns gern kontaktieren.

Wir nehmen Sie ernst, hören Ihnen zu und beraten Sie gern.

Wir erbringen unsere Leistungen an allen Wochen-, Sonn- und Feiertagen und haben eine 24-Stunden-Bereitschaft.

Wir haben es uns zur Aufgabe gemacht, allen hilfebedürftigen Menschen es zu ermöglichen, in ihrer häuslichen Umgebung betreut und gepflegt zu werden.

Wenn häusliche Pflege für Sie oder einen Angehörigen zum Thema wird dann sind wir für Sie da!

Grußwort

Liebe Leserinnen und Leser,

die Lebenserwartung in Deutschland steigt erfreulicherweise seit vielen Jahren stetig. Auch die Bevölkerung im Landkreis Görlitz kann bei anhaltender Gesundheit einem länger werdenden Lebensabend entgegensehen. Dem müssen und wollen wir, insbesondere bei der Umgestaltung des eigenen Wohnraumes der älteren Generation, natürlich Rechnung tragen. Denn wenn es darum geht, auch im Alter selbstbestimmt und in den eigenen vier Wänden zu leben, gilt es einiges zu beachten. Gerade in unserem ländlich geprägten Raum und mit Blick auf den denkmalgeschützten Wohnraum in den Städten ist das oft eine gewaltige Herausforderung.

Für die meisten betagten Menschen ist es sehr wichtig, beim Verbringen ihres Lebensabends in der vertrauten Umgebung bleiben zu können und ambulant statt stationär versorgt zu werden. Die eigene Wohnung oder das eigene Haus müssen dies aber auch baulich hergeben. Ein rechtzeitiger Umbau und ein damit verbundener Abbau von Barrieren im Haushalt kann vor allem körperlich eingeschränkten Bürgerinnen und Bürgern ein weitestgehend selbstbestimmtes Leben bis ins hohe Alter im eigenen Zuhause ermöglichen.

Diese Broschüre versteht sich als Ratgeber. Sie gibt Ihnen wegweisende Tipps und Anleitungen an die Hand, wie der eigene Wohnraum altersgerecht und möglichst barrierefrei gestaltet werden kann und auf welche Rahmenbedingungen man achten sollte, wenn man einen Alterssitz auswählt. Dabei stellen sich vornehmlich folgende Fragen: Ist mein Haus oder meine Wohnung im fortgeschrittenen Alter bewohnbar? Kann ich mich hier unfallfrei bewegen und selbstständig versorgen? Wie kann der Wohnraum mit

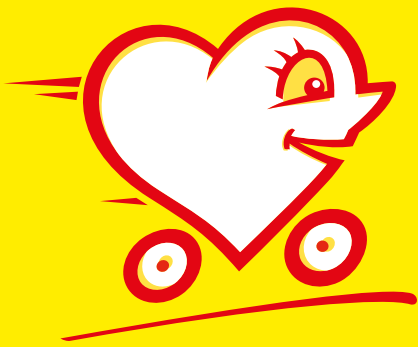


geeigneten Maßnahmen altersgerecht angepasst und verändert werden?

Der vorliegende Ratgeber gibt darauf Antworten und einen breitgefächerten Überblick über mögliche Umbaumaßnahmen sowie praktische Umsetzungstipps. Auch werden Ansprechpartner für konkrete Fragen zur Umsetzung spezieller Vorhaben benannt.

Ich wünsche Ihnen viel Vergnügen bei der Wissensvermehrung zu diesem interessanten Themenkomplex. Ich bin mir sicher, dass Ihnen diese Broschüre viele Tipps und Anregungen mit auf den Weg gibt.

Herzliche Grüße
Ihr
Bernd Lange
Landrat



**Ihr Häuslicher
Pflegedienst**

Das Herzliche Betreuungsteam GmbH

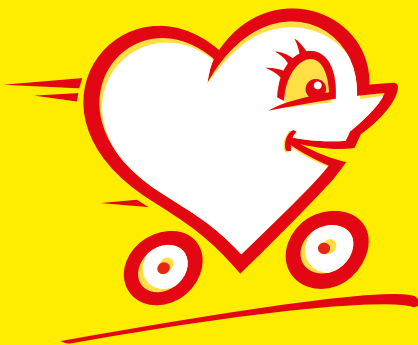
**02796 Jonsdorf . Auf der Heide 1
Tel. 03 58 44 - 7 66 80**

Betreutes Wohnen

Goldener Herbst 

Inhaber: R. Mönch

**02785 Olbersdorf · Südstraße 13
Tel. 0172-3498897**



**Ihr Ambulanter
Pflegedienst**

Das Herzliche Betreuungsteam Görlitz GmbH

**02826 Görlitz · Konsulplatz 3
Tel. 0 35 81 - 76 46 70**

Pflegeberatungsbüro

02827 Görlitz, Erich-Oppenheimer-Str. 6f
Tel. 01 70 - 5 54 79 66



Mit Herz und Fuß!

**Fußpflegestudio · Mobile Fußpflege
Erich-Oppenheimer-Str. 6f, 02827 Görlitz**

*Ihre Füße
in guten Händen!*

**Termine nach Vereinbarung
Tel. 01 70 - 5 55 38 93
Tel. 01 75 - 3 78 39 86**

Inhaltsverzeichnis

Grußwort des Landrats Bernd Lange	1
Grußwort von Elvira Mirle	4
Einführung	5
Barrierefreies Wohnen	7
Individuelle barrierefreie Wohnraumgestaltung	8
Wohnraumanpassung	8
Barrierefreier Wohnraum – die DIN 18040 Teil 2 als Grundlage und Orientierung	9
Checkliste barrierefreier Wohnraum	10
Wohnungsanpassung – Rundgang durch die Räume	14
Eingang, Treppenhaus und Flur	14
Küche	16
Bad, Sanitärbereich	18
Wohnzimmer	20
Schlafzimmer	21
Balkon, Terrasse, Garten	22
Allgemeine Hinweise	23
Nützliche Hilfsmittel, Alter und Technik	25
Smart Home-Technologie	25
Hausnotruf	27
Wohnraumanpassung bei Demenz	28
Finanzierung von Maßnahmen zur Wohnraumanpassung	29
Beratungsmöglichkeiten	30
Beratungsstelle für den Wohnungsumbau	30



Flipping-Book

Ihre Broschüre als
Flipping-Book:

- leicht zu blättern
- übersichtlich
- auch mobil!



Sicherung von Haus und Wohnung	31
Wohnumgebung	33
Verschiedene Wohnangebote	33
Hilfe und Unterstützung	35
Pflege und Pflegebedürftigkeit	35
Pflegeleistungen beantragen	35
Pflegeberatung der Kranken- / Pflegekassen	36
Pflegenetzwerk und Pflegekoordinatoren	36
Pflegedatenbank	36
Leistungen im Überblick	37
Unterstützung für pflegende Angehörige	37
Wichtige Ansprechpartner und Wissenswertes	42
Inserentenverzeichnis / Impressum	U3

U = Umschlagseite



Grußwort



Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Leserinnen und Leser, liebe Interessierte,

eine steigende Lebenserwartung, verbunden mit altersbedingt zunehmenden Mobilitätseinschränkungen und gleichzeitiger Entwicklung vieler Hilfs- und Unterstützungsmöglichkeiten, verändert die Anforderungen an die Gestaltung der gesamten Umwelt. Die demographische Entwicklung hat in ihren Folgen eine soziale Dimension.

Zunehmend werden barrierefreie Lösungen im Verkehrs- und Freiraum, in öffentlichen Einrichtungen und im Wohnbereich erforderlich. Wenn wir keine Lösungen finden und anbieten können, werden zukünftig immer mehr Menschen von einer Teilnahme ausgeschlossen sein.

Die vorliegende Broschüre widmet sich dem Thema Wohnen. Der Wunsch nach einer Wohnung ist ein menschliches Grundbedürfnis.

Der eigene Wohnraum, die eigene Wohnung oder das eigene Haus dient der Sicherheit, dem Schutz vor der Witterung, der Lagerung des Eigentums, der Nahrungsaufnahme, der Körperpflege und dem Schlaf. Unseren eigenen Wohnraum können wir selbst gestalten, er ist für uns Rückzugsraum und Intimbereich.

Die meisten Menschen wünschen sich, so lange wie möglich in der eigenen Wohnung und in der vertrauten Umgebung zu verbleiben und diese möglichst selbstständig und weitestgehend unabhängig von fremder Hilfe nutzen zu können.

Ist dies selbstverständlich oder was wird dafür nötig sein? Und was können wir selbst dafür tun?

Oft sind Veränderungen in der Gestaltung oder Umbaumaßnahmen in der eigenen Wohnung notwendig und auch möglich – zumindest teilweise.

Und auf was sollten wir achten, wenn doch ein Umzug in eine andere Wohnung erforderlich wird?

Wesentliche Voraussetzung für die Nutzung der eigenen Wohnung möglichst bis zum Lebensende ist eine auf die individuellen Bedürfnisse eingestellte und bedarfsgerecht gestaltete, barrierefreie Wohnung.

Hilfs- und Unterstützungsmittel sowie technische Möglichkeiten entwickeln sich ständig weiter und können für unser Leben eine große Erleichterung sein, auch in der Wohnung.

Die Gestaltung des Wohnumfeldes und die Lage der Wohnung spielen eine große Rolle, um selbstständig mobil sein zu können.

Aufgrund der großen Bedeutung und der Aktualität der Thematik möchten wir Ihnen diesen Ratgeber „Wohnen ohne Barrieren – Maßnahmen zur Wohnraumanpassung“ zu Ihrer Unterstützung zur Verfügung stellen.

Für Dienstleistungsunternehmen und Firmen soll der Ratgeber eine Unterstützung sein sowie Wissen und Anregungen vermitteln.

Elvira Mirle
Beauftragte für die Belange von Menschen mit Behinderungen, Landkreis Görlitz

Einführung

Erfahrungen zeigen, dass ältere Menschen am liebsten in ihrer vertrauten Umgebung verbleiben und – wenn möglich – nicht mehr umziehen oder sich verändern möchten. Selbst dann nicht, wenn die Bedingungen nicht optimal sind und die Nutzbarkeit der eigenen Wohnung bereits eingeschränkt ist, das Verlassen und die Erreichbarkeit der Wohnung immer schwieriger werden, weil der vorhandene Wohnraum und das Wohnumfeld nicht ausreichend barrierefrei gestaltet sind.

Auf der Internetseite der Bundesarbeitsgemeinschaft (BAG) Wohnungsanpassung e. V. * ist dazu veröffentlicht:

„Die meisten Wohnungen und Häuser entsprechen diesen veränderten Bedürfnissen nicht:

- Der Einstieg in die Badewanne ist zu hoch, die Stufen am Eingangsbereich können nicht mehr überwunden werden.
- Der Balkon wird aufgrund einer hohen Türschwelle nicht mehr genutzt.
- Fehlende Halte- / Stützgriffe oder Handläufe erschweren tägliche Bewegungsabläufe innerhalb der Wohnung.

Viele arrangieren sich mit diesen Unzulänglichkeiten und nehmen auch die Gefahr eines Sturzes, der schwerwiegende Folgen haben kann, in Kauf. ...“

Die mit zunehmendem Alter oder bei eintretenden Behinderungen und Beeinträchtigungen veränderten Ansprüche und Wünsche an das Wohnen können oft durch Maßnahmen der Wohnungsanpassung abgemildert werden, bauliche Barrieren und Ausstattungsmängel können beseitigt werden.

Maßnahmen können sein: Einbau einer ebenerdigen Dusche, Türverbreiterungen, Einbau eines Liftsystems, Anbau von Rampen, Einsatz von Hilfsmitteln, Umorganisation der Wohnung, Halte- / Stützgriffe oder Handläufe innerhalb der Wohnung.

Für die eigene Wohnsituation ist letztendlich jeder selbst verantwortlich.

* Quellenangabe: <https://www.wohnungsanpassung-bag.de/>



Was tun wir und für wen sind wir da?

- ✓ Betreutes Wohnen für Senioren
- ✓ Wohnen für Menschen mit Demenz
- ✓ Häusliche Alten- und Krankenpflege
- ✓ Kurzzeitpflege
- ✓ Tagespflege
- ✓ Hauswirtschaftshilfe
- ✓ Aktive Mitgliederbetreuung

VOLKSSOLIDARITÄT

Volkssolidarität Görlitz/Zittau e.V.
Pomologische Gartenstr. 10 | 02826 Görlitz
Tel.: 03581 – 42 38 0

MITEINANDER
FÜR EINANDER



#GUTESIMSINN

Wichtige Adressen in der Region

NEISSE-BAD
Görlitz

1-m Brett u. 3-m Sprungturm
25m Schwimmbecken
Wellnessbecken mit Geysir,
Massagedüsen u. Schwallduschen
Whirlpool u. Planschbecken



Pomologische-Gartenstraße 20
02826 Görlitz
Telefon: +49 (0) 3581 486657
Telefax: +49 (0) 3581 878982
Email: info@neisse-bad-goerlitz.de
Web: www.neisse-bad-goerlitz.de

AMBULANTER PFLEGEDIENST

Hand  Hand

SELBST BESTIMMT LEBEN · KREATIV ALTERN

Obere Mühlwiese 8 · 02779 Großschönau

Telefon: 03 58 41 / 67 99 20 · E-Mail: handinhand-pd@web.de

Genießen Sie unsere Oberlausitzer Gastlichkeit – mit Gaumenfreuden regionaler Küche.

GASTSTÄTTE

ZUR WINDMÜHLE

KUNNERWITZ



Inh. Sven Vetter

Weinhübler Str. 22 · 02827 Görlitz / OT Kunnerwitz

Telefon: 03581 / 73 90 00

Fax: 03581 / 73 90 01

Mobil: 0171 / 8 99 19 75

E-Mail: info@zurwindmuehle-kunnerwitz.de

Web: www.zurwindmuehle-kunnerwitz.de

Öffnungszeiten:

Montag Ruhetag

Dienstag – Freitag 12.00 – 14.30 Uhr und ab 17.00 Uhr

Samstag/Sonntag/Feiertags ab 11.00 Uhr

typisch regionale Küche • separater Vereinsraum bis 25 Personen
Familienfeiern bis 70 Personen • Buffet & Partyservice außer Haus



Wir helfen
hier und jetzt.

ASB
Arbeiter-Samariter-Bund
www.asb-goerlitz.de/pflege

kostenfreie
Pflegerberatung



Ihre Ansprechpartnerin
Kristina Vanek

03581 735-120



Wir bieten Ihnen:

- behindertengerechter großer Parkplatz direkt vor der Apotheke
- barrierefreier Zugang
- umfangreiche Vorbestellmöglichkeiten
www.apotheke-fortuna.de
- großes Freiwahlsortiment
- Beratung rund um das Pflegepaket (Wir beantragen und rechnen Ihre Pflegehilfsmittel direkt mit Ihrer Krankenkasse ab.)

Liefer-Service

Gesundheit
ist nicht alles,
aber ohne Gesundheit
ist alles nichts.

Arthur Schopenhauer



Partner vom:



Wir helfen
hier und jetzt.



Fortuna Apotheke • Apothekerin Stefanie Scheibe-Mimus
Reichenbacher Straße 19 • 02827 Görlitz
Telefon: 03581 - 42 20 0 • Telefax: 03581 - 42 20 22
bestellung@apotheke-fortuna.de • www.apotheke-fortuna.de



© Ingo Bartussek / Fotolia

Barrierefreies Wohnen

Barrierefrei sind bauliche Anlagen, welche für Menschen mit Behinderungen und Beeinträchtigungen in der allgemein üblichen Weise, ohne besondere Erschwernis und grundsätzlich ohne fremde Hilfe zugänglich und nutzbar sind.

Dabei werden insbesondere die Bedürfnisse von Menschen mit motorischen Einschränkungen und von Personen, welche Mobilitätshilfen und Rollstühle benutzen, von Menschen mit Sehbehinderungen, Blindheit sowie Hörbehinderungen berücksichtigt.

Die Berücksichtigung der grundsätzlichen Erfordernisse bei der Gestaltung einer barrierefreien Wohnung ist auch für ältere Menschen, für Menschen mit kognitiven Einschränkungen, für Kinder sowie für Personen mit Kinderwagen und letztendlich für die ganze Familie eine große Erleichterung.

Als technische Regel stellt die DIN 18040 dar, unter welchen technischen Voraussetzungen bauliche Anlagen barrierefrei sind. Damit bietet sie eine Definition des Begriffs „barrierefrei“ für die jeweils erfassten baulichen Anlagen.

Die DIN 18040 Teil 2 dient der barrierefreien Planung, Ausführung und Ausstattung von Wohnungen sowie

Gebäuden mit Wohnungen und deren Außenanlagen, soweit sie der Erschließung und wohnbezogenen Nutzung dienen.

Außerhalb der Wohnungen gehen die Anforderungen grundsätzlich von einer uneingeschränkten Nutzbarkeit mit dem Rollstuhl aus.

Innerhalb der Wohnung unterscheidet die Norm DIN 18040-2 zwei Standards:

- barrierefrei nutzbar
- barrierefrei und uneingeschränkt mit dem Rollstuhl nutzbar. Im Normtext werden diese Anforderungen mit einem „R“ verdeutlicht.

Wohnungen sowie Gebäude mit Wohnungen mit den zugehörigen Außenanlagen barrierefrei zugänglich und nutzbar zu gestalten, wird zunehmend Aufgabe in einer Gesellschaft mit steigenden Lebenserwartungen der Menschen.

Auch werden zunehmend mehr Wohnungen, welche mit Rollstuhl nutzbar sind, benötigt.

Während der Planung und dem Bau eines Gebäudes können viele Bedürfnisse und so auch Barrierefreiheit berücksichtigt werden.

Individuelle barrierefreie Wohnraumgestaltung

Im Wohnraumbestand, also in den vorhandenen Wohnungen und in Gebäuden mit Wohnungen, sind oft nicht alle Kriterien für ein barrierefreies oder sogar barrierefrei und uneingeschränkt mit dem Rollstuhl nutzbares Wohnen erfüllt. Oft können bei Umbauten oder Modernisierungen des Gebäudebestandes auch nicht alle Vorgaben der Norm erfüllt werden.

Doch jeder Mensch ist verschieden. Tatsächlich können in einer Wohnung Abweichungen vorhanden sein, ohne die selbstständige Zugänglichkeit und Nutzbarkeit zu beeinträchtigen. Individuell ist die Wohnung mit den unterschiedlichsten Beeinträchtigungen und Behinderungen möglicherweise durchaus nutzbar. Um ein möglichst selbstständiges Leben führen zu können, müssen die Gegebenheiten im Wohnraum entsprechend individuell und bedarfsgerecht angepasst werden.

Hinweis 1: Alle Bezeichnungen wie „behindertengerecht“, „seniorengerecht“, „altersgerecht“ und andere ähnliche Bezeichnungen sind nicht definiert, nirgends sind dafür Standards festgelegt. „Barrierefrei“ und „Barrierefrei R“ sind hingegen in der DIN 18040-2 für Wohnungen definiert.

Hinweis 2: Wenn Sie bereits einen Rollstuhl benutzen oder vorausschauend planen (Erkrankungen?, Unfälle?): Beachten Sie die erforderlichen Unterschiede, insbesondere bei notwendigen Flächen- und Maßanforderungen!

Wohnraumanpassung

In etlichen Lebenssituationen wird der Verbleib in der eigenen Wohnung ohne Wohnraumanpassung schwierig. Beispielsweise werden mit der Zeit Treppenstufen und vorhandene sanitäre Anlagen zum Problemfall. Deshalb müssen Sie nicht



Zug Tram BUS

Der beste Einstieg für Senioren!

Seniorenticket

Seniorenticket auf einem Blick:

- ▶ für alle ab 65 Jahren
- ▶ als Monatskarte oder im Abo erhältlich
- ▶ gilt rund um die Uhr in Bus, Zug und Straßenbahn im ZVON
- ▶ bei der Schmalspurbahn ins Zittauer Gebirge wird ein Historikbeitrag i.H.v. 5 € pro Fahrt erhoben
- ▶ personengebundenes Ticket, Nachweis erforderlich

Seniorenticket Bonus:

- ▶ für alle Abonnenten ist eine Partner-Abokarte zum rabattierten Preis erhältlich
- ▶ Mitnahme von zwei Schülern unter 15 Jahren möglich
- ▶ als HandyTicket erhältlich

Wo gibt es das Ticket?:

- ▶ bei allen Busfahrern, Zugbegleitern und in den Servicestellen der Verkehrsunternehmen

Fragen beantworten wir:

- ▶ www.zvon.de oder
- ▶ ZVON-INFO-Telefon: 0800-9866-4636 (kostenfrei)





© Photographic / AdobeStock

zwangsläufig ans Umziehen denken. Mit rechtzeitigen Umbaumaßnahmen in der Wohnung können Sie die Bewältigung des Alltags vereinfachen und somit Ihre Selbstständigkeit und Lebensqualität fördern.

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

Barrierefreier Wohnraum - die DIN 18040 Teil 2 als Grundlage und Orientierung

Zu Beginn erhalten Sie einen Überblick zu den wichtigen notwendigen Flächen- und Maßanforderungen sowie zu weiteren Anforderungen nach DIN 18040 Teil 2 (Anforderungen an barrierefreie Wohnungen sowie barrierefreie Wohnungen für Rollstuhlnutzung; Anmerkung: Standardrollstuhl, maximale Breite 70 cm und maximale Länge 120 cm).

Die angegebenen Maße können als Grundlage für notwendige Umbaumaßnahmen genutzt werden.

Auch Wohnungssuchende können sich mit der nachfolgenden Übersicht zu den notwendigen Mindestkriterien, Flächen- und Maßanforderungen einen Überblick verschaffen.

Sie können auch prüfen, ob die Wohnung für Sie nutzbar ist, auch wenn nicht alle Kriterien erfüllt sind.



© Colourbox.de

Checkliste barrierefreier Wohnraum

Anforderung	barrierefrei	barrierefrei Rollstuhlnutzung
Pkw-Stellplatz für Menschen mit Behinderungen	350 x 500 cm	350 x 500 cm
Erschließung		
Zugang stufenlos oder Rampe max. 6 Prozent Neigung	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Aufzug, Kabinengröße	>/= 100 x125 cm	>/= 110 x 140 cm
Treppen:		
beidseitige Handläufe, nicht unterbrochen (einschließlich Podeste)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
in einer von Höhe 85 - 90 cm, gut umgreifbar und griffsicher	<input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/>
Glasflächen:		
Markierungen mit kontrastreicher Gestaltung	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Bewegungsflächen		
vor Gebäudeein- / ausgängen ohne Neigung	120 x 120 cm	150 x 150 cm
vor und am Ende einer Rampe	120 x 120 cm	150 x 150 cm
vor Treppenauf- / -abgängen	120 x 120 cm	150 x 150 cm
Warteflächen vor Aufzugstüren	120 x 120 cm	150 x 150 cm
vor Briefkästen, Ruf- und Sprechanlagen, Bedienelementen	120 x 120 cm	150 x 150 cm
vor Türen	120 x 120 cm	150 x 150 cm
in Fluren außerhalb und innerhalb der Wohnung	120 x 120 cm	150 x 150 cm
vor Rollstuhlabbstellplätzen		180 x 150 cm
Rollstuhlabbstellplatz	<input type="radio"/>	180 x 150 cm
in jedem Raum zum Drehen und Wenden, vor Mobiliar, vor Sanitäröbekten	120 x 120 cm	150 x 150 cm

Anforderung	barrierefrei	barrierefrei Rollstuhlnutzung
Türen		
Bewegungsfläche vor Drehflügeltüren	120 x 120 cm	150 x 150 cm
lichte Höhe Tür über Oberfläche Fertigfußboden	mindestens 205 cm	mindestens 205 cm
manuell betätigte Türen leichtgängig	<input type="radio"/> max. 25 Nm	<input type="radio"/> max. 25 Nm
Erreichbarkeit und Nutzbarkeit des Türgriffes	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> Höhe 85 cm (max. 105 cm) über Oberfläche Fertigfußboden
Kontraste		
Durchgangsbreite der Türen außerhalb der Wohnung und Wohnungseingangstür	<input type="radio"/> mindestens 90 cm	<input type="radio"/> mindestens 90 cm
Durchgangsbreite der Türen in der Wohnung	mindestens 80 cm	mindestens 90 cm
Abstand des Drückers, Griffes zu seitlichen Bauteilen oder Ausstattungselementen		mindestens 50 cm
Drückergarnitur greifgünstig ausgebildet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
stufen-, schwellenlos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Küchen		
Bewegungsfläche vor Küchenzeile	120 x 120 cm	150 x 150 cm
Unterfahrbarkeit von Herd, Arbeitsplatte, Spüle	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Beachtung der individuellen Arbeitshöhen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sanitärräume		
Badezimmertür nach außen öffnend oder Schiebetür, von außen entriegelbar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
freie Rangierbarkeit im Bad	120 x 120 cm	150 x 150 cm
niveaugleiche Dusche, ebene Fläche	120 x 120 cm	150 x 150 cm
nachrüstbare hochklappbare Stützgriffe in der Dusche	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
nachrüstbarer Duschklapsitz	(<input type="radio"/>)	<input type="radio"/>
unterfahrbare Waschtisch / Beinfreiraum unter dem Waschtisch	(<input type="radio"/>)	<input type="radio"/>
Abstand Armatur / Erreichbarkeit sitzend (möglichst Einhebelarmatur)		40 cm ab vorderer Rand Waschtisch
großer Spiegel unmittelbar über dem Waschbecken, aus sitzender und stehender Position einsehbar	mindestens 100 cm hoch über Waschtisch	mindestens 100 cm hoch über Waschtisch

Wohnungen für alle.



Geräumige Wohnungen – teils mit Loggia, barrierefrei, in zentraler Lage, gute Verkehrsanbindung, Einkaufsmöglichkeiten, gepflegte Außenanlagen, PKW-Stellplätze am Grundstück, ambulanter Pflegedienst im Haus, Hausnotruf, Begegnungsräume, zahlreiche Veranstaltungen, gemeinsamer Mittagstisch und nette Nachbarn: Bei uns gibt's all das für ein bequemes Wohnen im Alter.

**KWV Kommunale Wohnungsbau- und
Verwaltungsgesellschaft Olbersdorf mbH**
Jetzt informieren: (0 35 83) 6 972 0

KWV
kvw-olbersdorf.de

Anforderung	barrierefrei	barrierefrei Rollstuhlnutzung
seitlich anfahrbares WC-Becken	seitlicher Abstand zur Wand oder anderen Sanitärobjekten mindestens 20 cm	>/= 90 cm an der erforderlichen Seite rechts/links neben WC-Becken, 30 cm andere Seite
Stützklappgriffe und Rückenstütze		<input type="radio"/>
WC-Becken Höhe 46 - 48 cm, besser individuell oder höhenverstellbar WC-Becken Länge 70 cm		<input type="radio"/> <input type="radio"/>
rutschhemmender Bodenbelag	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ausstattungs-elemente heben sich visuell kontrastreich von Umgebung ab	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Stütz- / Haltegriffe neben WC-Becken, bei Dusche, Badewanne müssen nachgerüstet werden können	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Freisitze und Gemeinschaftsflächen		
Zugang zu Terrasse/Balkon schwellenlos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
stufenloser Zugang zu Keller- und Waschmaschinenraum stufenloser Zugang zu Müllbehältern stufenloser Zugang zu Tiefgarage/Parkplatz	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>	<input type="radio"/> <input type="radio"/> <input type="radio"/>
Bewegungsfläche Freisitz	120 x 120 cm	150 x 150 cm
Durchsicht der Brüstungen von Freisitzen		ab 60 cm über Oberkante Fußboden
Bauliche und technische Ausrüstung		
Wände und Decken sind zur bedarfsgerechten Befestigung von Einrichtungs-, Halte-, Stütz- und Hebevorrichtungen tragfähig ausgebildet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
optisches/akustisches Infosystem für Türklingel optisches/akustisches Infosystem für Rauchmelder	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Höhe der Steckdosen, Lichtschalter etc. (Bedienelemente), erreichbar und zugänglich, kontrastreich gestaltet, taktil wahrnehmbar	<input type="radio"/> 85 - 105 cm <input type="radio"/>	<input type="radio"/> 85 - 105 cm <input type="radio"/>
keine Schwellen oder Fußbodenversätze	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
niedrige Fensterbrüstungen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> max. 60 cm
Fenster leicht zu öffnen und zu schließen (max. 30 N) sitzend möglich	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> mindestens 1/Raum Greifhöhe Fenstergriff bei 85 - 105 cm

Wohnraumanpassung – Rundgang durch die Räume

Der folgende „Rundgang“ durch die verschiedenen Räume eines Haushalts führt Ihnen vor, an welchen Stellen Umbaumaßnahmen oder Veränderungen vorgenommen werden können, um das selbstständige Leben in der Wohnung oder im Eigenheim zu erleichtern.

Die aufgeführten Anregungen und Hinweise sollen Sie bei Ihrer Prüfung unterstützen, inwieweit Ihre Wohnung oder Ihr Haus bereits auf mögliche Schwierigkeiten bei zunehmendem Alter bzw. bei Erkrankungen vorbereitet ist bzw. wo es noch Verbesserungspotenzial gibt.

Sie entscheiden individuell, ob die Gegebenheiten in Ihrer Wohnung für Sie ausreichend sind und wo möglicherweise Änderungen vorgenommen werden sollten.

Bitte beachten Sie, dass nur eine Auswahl von möglichen Hilfsmitteln oder Umbaumaßnahmen angesprochen wird. Manche Anregungen können selbstverständlich in mehreren Räumen angewandt werden. Auch die Flächen- und Maßangaben der vorstehenden Tabelle behalten für den Rundgang ihre Gültigkeit.

Bei einer individuellen Wohnberatung kann abgeklärt werden, wie Ihre Wohnsituation noch besser gestaltet werden kann.

Ziel von Maßnahmen zur Wohnraumanpassung ist in erster Linie der Erhalt oder die Wiedergewinnung der eigenständigen Lebensführung sowie die Verbesserung der Wohnungs- und Lebensqualität.

Eingang, Treppenhaus und Flur

Zu einer barrierefreien Wohnung gehört ein ebenso barrierefreier Zugang zu Haus-, Aufzug- und Wohnungstür. Ausreichend große Bewegungsflächen mit ebenen, erschütterungsarmen Bodenbeschaffenheiten, schwellenfreie Durchgänge und Türen, gerade Handläufe ...

- 1 Ein **Bewegungsmelder für die Außenbeleuchtung** vor der Eingangstür lässt Besucher*innen besser erkennen und verringert die eigene Sturzgefahr.
- 2 Ein **Vordach** vor der Eingangstür dient als Wetterschutz und verringert bei Nässe und Schnee die Rutschgefahr.
- 3 **Sitzgelegenheiten** und **Abstellflächen** im Eingangsbereich ermöglichen Ruhepausen. Gibt es Platz, wo z. B. Einkäufe bequem abgestellt werden können?
- 4 Sind **Klingelschilder, Hausnummer, Briefkasten, Eingangstür und Lichtschalter** gut erkennbar, kontrastreich gestaltet, ausreichend beleuchtet und für jeden erreichbar? Eine **beleuchtete Klingel** ist hilfreich, damit es nicht zu Verwechslungen zwischen der Klingel und den Lichtschaltern kommt und **leuchtende Lichtschalter** können auch im Dunkeln problemlos bedient werden. Achten Sie auf die Anfahrbarkeit und Erreichbarkeit von Klingelanlage und Lichtschalter auch mit Hilfsmitteln (Gehhilfen, Rollator, Rollstuhl)!





5 Ein **Türspion** sollte nicht zu hoch angebracht sein. Ggf. können auch zwei Türspione in unterschiedlichen Höhen eingebaut werden (zum Beispiel 1,20 m und 1,60 m).

6 **Leicht zu öffnende und zu schließende Türen** ohne untere Türansläge und Schwellen und mit einer gut bedienbaren Türklinke erleichtern den Zugang bzw. die Einfahrt. Ausreichende Bewegungsflächen sind erforderlich.

7 Ist der **Bodenbelag** im Flur und auf den Treppen **trittsicher**? Glatte **Treppenstufen** können schwerwiegende Stürze verursachen. Deshalb ist es ratsam, Treppen, Stufen und Podeste mit selbstklebenden Anti-Rutsch-Belägen **rutschfest** zu machen.

8 **Beidseitige Geländer bzw. Handläufe** an Treppen und Rampen verhelfen zu mehr Stabilität und Sicherheit. Geländer mit Beleuchtung sind auch im Dunkeln leicht zu finden. Deren optimale Höhe beträgt circa 85 - 90 cm.

9 Bestehen **Markierungen an der Stufenvorderkante**, die die Stufen optisch klar voneinander abheben?

10 Wenn Sie Hilfsmittel zur Fortbewegung (beispielsweise Rollstuhl, Rollator, Gehhilfen) nutzen, kann es sein, dass Sie den **Briefkasten, die Mülltonnen oder die Klingelanlage** nicht mehr oder nur schwierig erreichen können. Schauen Sie, welche Alternativen es gibt: andere Stellplätze oder das Anbringen des Briefkastens bzw. der Klingel in einer anderen Höhe?

11 **Aufzug**: Zur stufenfreien Erschließung der Geschosse ist ein Aufzug vorhanden? Wenn ja: Der Aufzug muss stufenfrei erreichbar sein, die Bewegungsfläche vor dem Aufzug immer ausreichend groß, die Anforderungstaster müssen anfahrbar und bedienbar sein. Der Aufzugskorb muss die erforderliche Kabinengröße aufweisen.

12 Wenn kein Aufzug vorhanden ist, empfiehlt es sich bei einer Gehbehinderung, zur Überwindung der Treppe, ein **Liftsystem** einbauen zu lassen. Auf Grund der vielfältigen Möglichkeiten ist dafür eine Beratung durch einen erfahrenen Anbieter dringend zu empfehlen. Beispielsweise ist ein Sitzlift nicht ratsam, wenn das Aufsetzen und Absteigen auf einen Sitz Probleme bereitet.

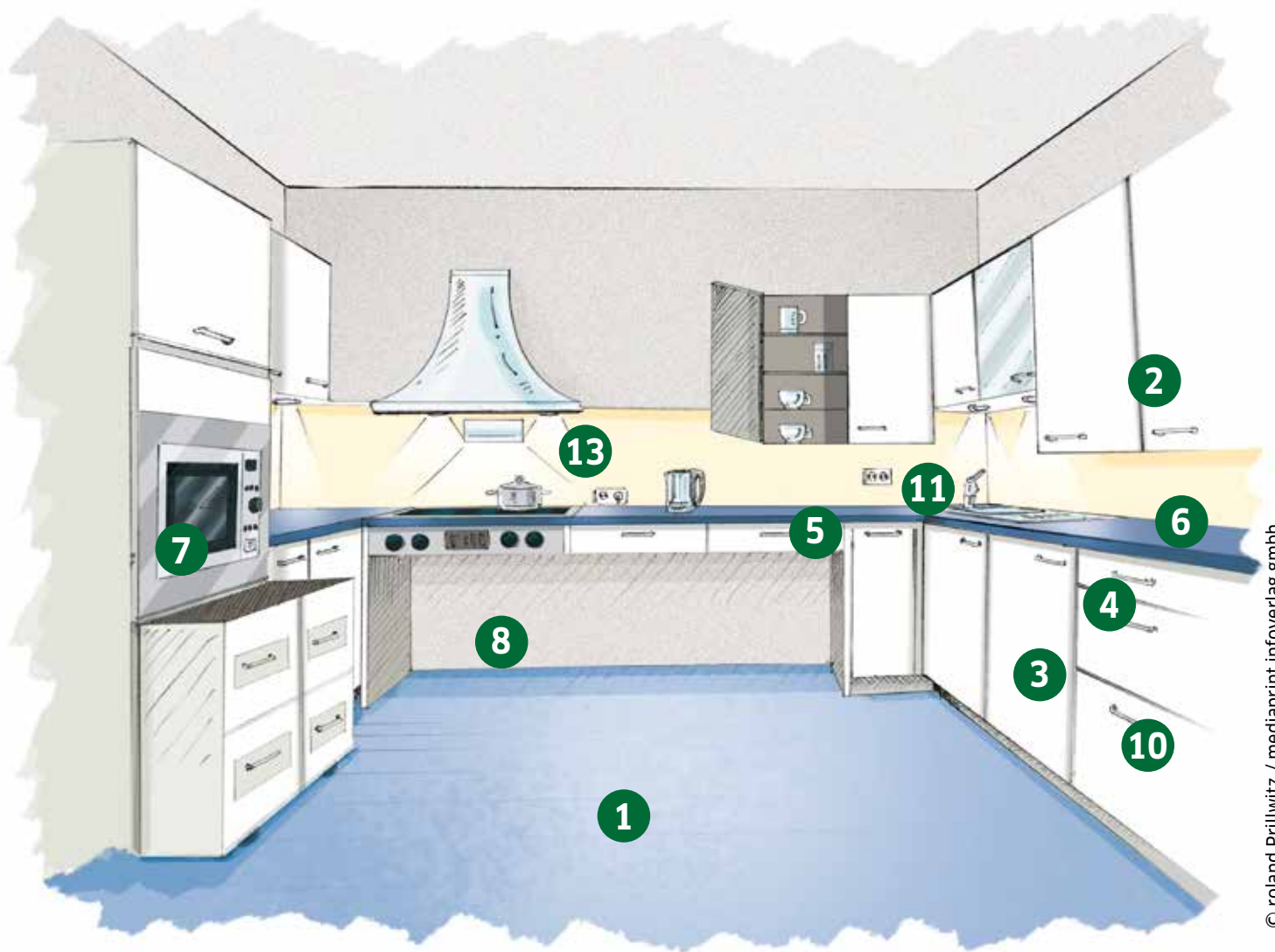
13 Sind der **Flur und die Treppen** hell beleuchtet? Leuchtet es im Treppenhaus lange genug, sodass eine Beleuchtung bis zur Erreichung der Wohnungstür oder des nächsten Stockwerks sichergestellt ist?

14 Haben Sie im Hausflur die Möglichkeit, um z. B. einen **Rollator abzustellen oder einen Rollstuhl** zu wechseln?



Küche

- 1 Ein **rutschhemmender Bodenbelag** sorgt für mehr Standfestigkeit. Achten Sie auch auf leichte Säuberungsmöglichkeiten.
- 2 Achten Sie auf die Erreichbarkeit aller Schrankinhalte. Senken Sie **Hängeschränke** so ab, dass Sie den Inhalt ohne sich zu strecken, entnehmen können.
- 3 Planen Sie einen gut erreichbaren Platz für die **Lagerung** von Vorräten und Behältern ein. Eventuell den Inhalt der Oberschränke umräumen.
- 4 Bauen Sie **Unterschränke** mit leichtgängigen Auszügen und Schubladen ein.
- 5 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.
- 6 Schaffen Sie auf den **Arbeitsflächen** genug Platz zum Arbeiten – ebenso im Bereich des Spülbeckens.
- 7 Sind **Küchengeräte** leicht erreichbar und in Greifhöhe aufgestellt (z. B. Kühlschrank, Backofen, Geschirrspülmaschine)?
- 8 Rollstuhlbenutzer: **Arbeitsplatte, Kochmulde und Spüle sollten unterfahrbar sein.**
- 9 Achten Sie auf eine sinnvolle **Anordnung** der Arbeitsfelder!
- 10 Bringen Sie rund um den Arbeitsbereich leichtgängige Hebel und Türgriffe sowie ausreichend stabile und gut erreichbare **Haltegriffe** an!
- 11 **Steckdosen, Beleuchtung und Schalter** sollten sich in **Greifhöhe** befinden (ca. 85 cm über Oberkante Fußboden). Steckdosen müssen ausreichend vorhanden sein.



© roland Prillwitz / mediaprint infoverlag gmbh

- 12** Runden Sie spitze und gefährliche **Möbelkanten** ab.
- 13** Gute **Lichtquellen** entspannen die Augen und erhöhen die Konzentrationsfähigkeit. Achten Sie auch auf Blendfreiheit.
- 14** Spezielles **Geschirr** und Besteck erleichtern das Essen und Trinken: Besteck mit Fingergriffmulden, Kombination aus Gabel und Messer, gewinkeltes Besteck, rutschfeste Unterlagen, Deckelöffner usw.
- 15** Ein Handbesen und eine Kehrschaufel **mit langem Griff** ermöglichen das Kehren ohne sich zu bücken.
- 16** Damit die Küche **geräumiger** ist, sollten Sie sich auf wenige, nützliche Möbel beschränken.



© Landkreis Tirschenreuth-Musterwohnung



© Landkreis Tirschenreuth-Musterwohnung

Bad, Sanitärbereich

- 1 Ein ausreichend breiter **Zugang ohne Schwelle** ermöglicht es Ihnen, problemlos ins Bad zu gelangen.
- 2 **Nach außen öffnende Türen** ermöglichen Helfern oder Angehörigen mühelos, gestürzte Personen zu erreichen.
- 3 Bauen Sie für den Notfall eine **Notrufanlage** oder Inaktivitätserkennung ein.
- 4 **Rutschhemmende Fliesen** bzw. Fußböden verringern die Gefahr des Ausrutschens.
- 5 Gut erkennbare, stabile **Haltegriffe, Einstiegs- und Stützgriffe** sorgen für mehr Sicherheit bei der Dusche, der Wanne, dem Waschbecken, der Toilette – überall je nach Bedarf.
- 6 Eine **bodengleiche** Dusche erleichtert die Nutzung der Duschkabine / des Duschbereiches und reduziert das Stolperrisiko. Empfehlenswert ist ein **Duschhocker** in der Duschkabine als Sitzgelegenheit.
- 7 Feste Duschtrennwände sind Barrieren. Deshalb sollte der Spritzschutz der barrierefreien Dusche aus beweglichen Duschwänden oder einem **Duschvorhang** bestehen.
- 8 **Rutschsichere Matten** in Wanne und Dusche sind unerlässlich.
- 9 Eine **Sitzgelegenheit** vor dem Waschbecken erleichtert den Waschvorgang. Deshalb ist es ratsam, Unterbauten am Waschbecken zu entfernen und das Waschbecken unterfahrbar zu gestalten.
- 10 Ein **höhenverstellbares Waschbecken** lässt sich individuell anpassen.

Für den Umbau Ihres Pflegebades berate ich Sie gern nach Ihren Vorstellungen!

Im häuslichen Bereich sind die Wohnräume in der Regel nicht auf die Bedürfnisse von Menschen mit zunehmender Pflegebedürftigkeit ausgerichtet. Wenn man selbst oder ein Angehöriger pflegebedürftig wird, entwickelt sich dies häufig zu einem Problem. Oft wird ein Umzug in ein Pflegeheim erforderlich, weil die wohnlichen Gegebenheiten die häusliche Pflege nicht ermöglichen. Jedoch lässt sich die Situation durch Maßnahmen, wie z. B. der Umbau eines Pflegebades wesentlich verbessern, um die Pflege daheim sicherstellen zu können. Diese wohnumfeldverbessernden Maßnahmen werden von der Pflegekasse mit bis zu 4.000 Euro bezuschusst. Dazu muss ein Pflegerad vorliegen. Mit diesem Zuschuss lassen sich die gefährlichen Barrieren im Bad beseitigen und beispielsweise die alte Wanne zur begehbaren Dusche umbauen.

Welche Maßnahmen sind dazu beispielsweise möglich?

- Einbau eines nicht vorhandenen Bades/WC
- Umbau der Armaturen
- Badewanneneinstiegshilfen, Badewanntüren (Änderung der Bausubstanz)
- rutschhemmender Bodenbeläge insbesondere in der Dusche
- Duschplatz, (Umbau der Wanne zur ebenerdigen Dusche), wenn nicht mehr eine Badewanne genutzt werden kann
- Anpassung der Höhe von Einrichtungsgegenständen
- höhenverstellbarer Waschtisch
- höhenverstellbares WC ...usw.

Gern schaue ich mir Ihre baulichen Gegebenheiten an und berate Sie kompetent zu den Möglichkeiten und dem geplanten Umbaubeginn.

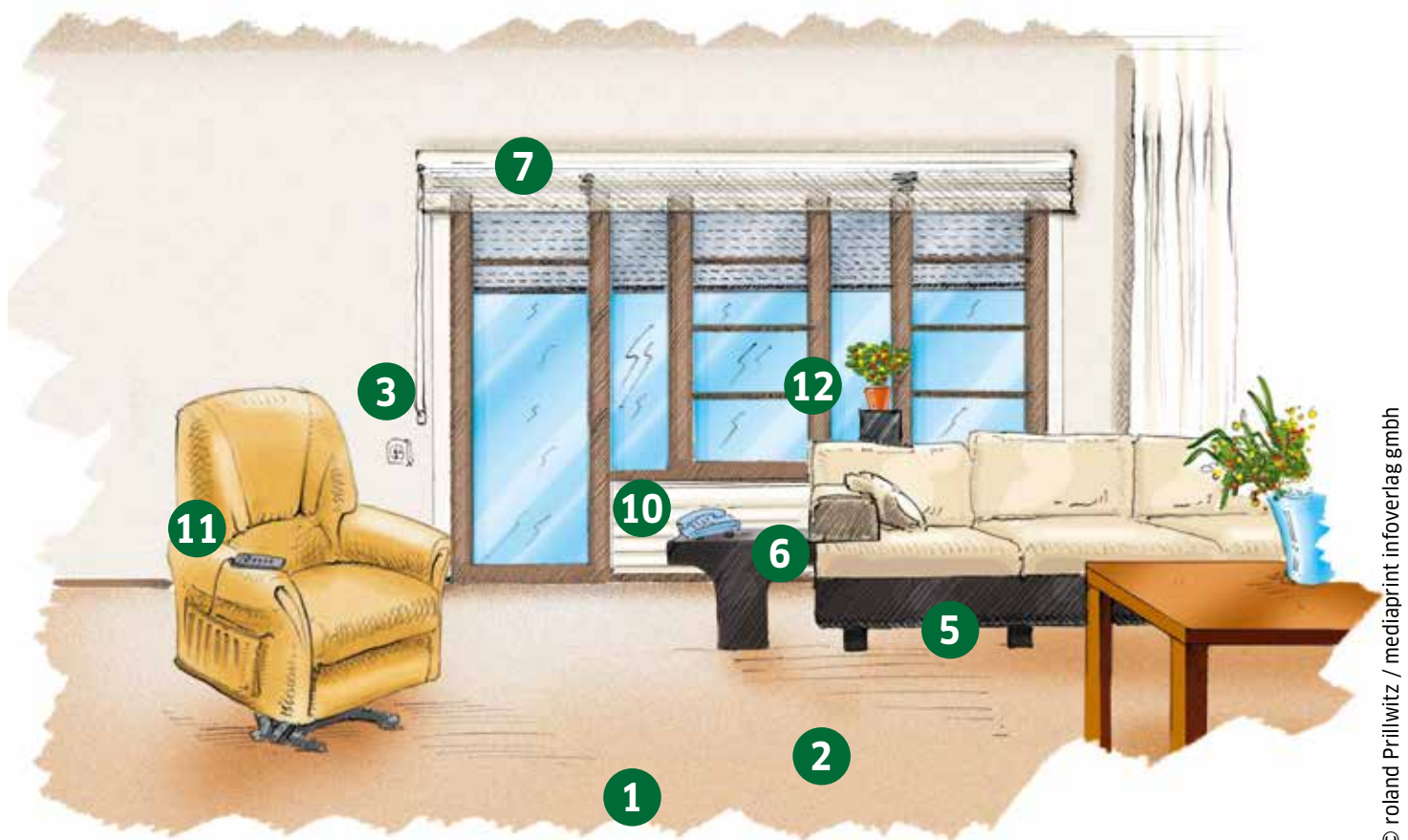


SHS – Sanitär & Heizung Spies • Sven Spies
Löbauer Straße 24 • 02894 Reichenbach
Tel. 0172/3600873 • E-Mail: spies377@web.de



- 11 Sind die **Armaturen** in Bad und WC mit einer Hand und ohne Kraftaufwand gut bedienbar (z. B. Einhebelarmaturen)?
- 12 Eine individuell **angepasste Höhe der Toilette** sowie Haltegriffe an der Wand können das Aufstehen und Hinsetzen erleichtern.
- 13 **Große Spiegel** erleichtern die Körperpflege.
- 14 Ein **Badewannenlift** oder ein **Badebrett** helfen beim Ein- und Aussteigen ohne fremde Hilfe.
- 15 Spezielle Wäschetrockner bzw. Handtuchhalter, die an den Heizkörper gehängt werden oder Heizkörper, welche als **Handtuchhalter** genutzt werden können, sparen Platz und sind gut zu erreichen. **Kleiderhaken** sollten in verschiedenen Höhen angebracht und auch aus sitzender Position zu erreichen sein.



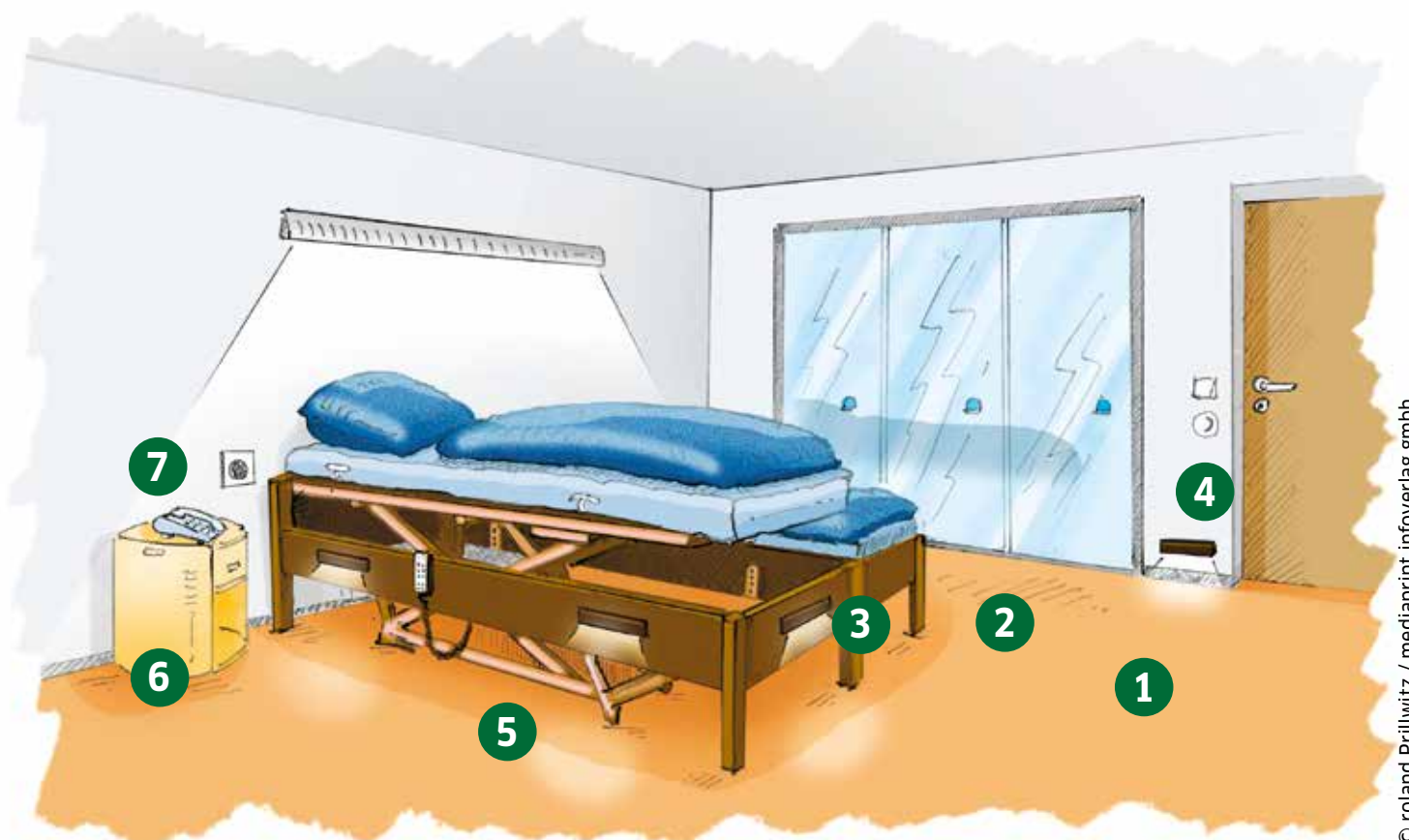


Wohnzimmer

- 1 Genügend **Bewegungsfreiheit** steigert die Lebensqualität, zum Beispiel durch das Entfernen von überflüssigen Möbeln.
- 2 **Stolperfallen** wie Teppichkanten sind zu vermeiden. **Teppiche** müssen fest verklebt sein und Läufer mit einer rutschfesten Gummimatte unterlegt ein.
- 3 **Bedienungselemente**, wie zum Beispiel Lichtschalter, Steckdosen etc. sollten in einer Höhe von 85 cm angebracht oder individuell an die **geeignete Höhe** angepasst werden.
- 4 Ausreichend **Steckdosen** an der Wand vermeiden die Verlegung von Verlängerungskabeln, lose Kabel sind Stolperfallen. Auch spezielle Kabelleisten schützen vor Stürzen.
- 5 Schaffen Sie sich **Sitzmöbel** in geeigneter Höhe an oder lassen Sie diese durch Holzklötze vom Schreiner an. So sorgen Sie für bequemes Sitzen und erleichtertes Aufstehen. Sperrige Möbel sind zu vermeiden.
- 6 Gibt es neben dem Lieblingsplatz eine gut erreichbare **Ablagefläche**?
- 7 Elektrische **Rollläden** öffnen und schließen automatisch und erfordern kaum Kraftaufwand.
- 8 **Faltbare Gehgestelle (Gehbank)** bieten festen Halt und ermöglichen eine sichere Fortbewegung innerhalb der Wohnung.
- 9 Sorgen Sie für ausreichend helle **Beleuchtung**. Lassen Sie leuchtende **Lichtschalter** einbauen, die gut erreichbar sind. Eventuell können auch **Bewegungsmelder** installiert werden.
- 10 Das **Telefon** sollte sich immer in **greifbarer Nähe** zu den Sitzmöbeln befinden.
- 11 **Fernbedienung und Telefon** mit großen Symbolen erleichtern die Nutzung.
- 12 **Blumen** und Grünpflanzen sollten gut zugänglich sein, so dass sie ohne Probleme gewässert werden können.
- 13 **Essbereich** (ggf. in der Küche): Ausreichende Bewegungsfläche, Beinfreiheit und eine entsprechende Breite zwischen den Tischbeinen (mindestens 60 bis 80 cm) benötigt ein Rollstuhlnutzer.

Schlafzimmer

- 1 Schaffen Sie genügend **Bewegungsfreiheit** und **Stützmöglichkeiten**.
- 2 Das **Bett** sollte von drei Seiten zugänglich sein, um Platz für notwendige Pflegemaßnahmen zu haben. Es ist ausreichend Platz zum Ein- und Aussteigen erforderlich. Bei Einsatz von Hilfsmitteln wie Gehhilfen, Rollator oder Rollstuhl, wird auch vor dem Bett die erforderliche Bewegungsfläche benötigt und zum Abstellen der Hilfsmittel der notwendige Platz.
- 3 Eine individuell **angepasste Höhe des Bettgestells** oder eine erhöhte Matratze erleichtern das mühelose Aufstehen (eventuell verstellbare Kopf- bzw. Fußteile). **Elektrische Pflegebetten** sind komfortabel und erleichtern bei Bedarf die Pflege.
- 4 Für den nächtlichen Weg zur Toilette sind **Nachtlichter** für die Orientierung im Dunkeln oder **Bewegungsmelder** hilfreich. **Lichtschalter** sollten auch vom Bett aus und auch im Dunkeln gut erreicht werden können.
- 5 **Vermeiden Sie Stolperfallen** wie Teppichkanten!
- 6 Ein **Nachttisch auf Rollen** kann immer in die richtige Position neben dem Bett gebracht werden. Die Fläche muss ausreichend groß sein für Lampe, Telefon, Medikamente etc.
- 7 Sinnvoll ist ein **zweiter Telefonanschluss**. Neben dem Bett sollte genug Platz für das Telefon bzw. den Hausnotruf vorhanden sein.
- 8 **Möglichkeiten zum Auf- und Abstützen**, z. B. Haltegriffe, können auch im Schlafzimmer angebracht werden.
- 9 Der **Kleiderschrank** sollte leicht zugänglich und nutzbar sein (Ablagefächer in passender Höhe, Türen leicht zugänglich). Achten Sie auch auf die ausreichende Bewegungsfläche vor dem Kleiderschrank!
- 10 Eine **Zeitschaltuhr**, um Jalousien oder Rollläden täglich zu einer fest programmierten Zeit automatisch zu öffnen oder zu schließen, ist sinnvoll.





© noimage3132 / stockadobe.com

Balkon, Terrasse, Garten

- 1 Ebene, erschütterungsarme und rutschfeste **Oberflächen und Bodenbeläge** erleichtern das Gehen bzw. Befahren und helfen Stürze zu vermeiden.
- 2 **Gartenwege** sollten möglichst einen Meter breit sein, um sie bei Bedarf mit dem Rollstuhl oder Rollator nutzen zu können. Stufen, Schwellen und Absätze sind Hindernisse und Stolperfallen und sollten entfernt werden.
- 3 Auch der **Übergang** vom Zimmer (Wohnung) auf den Balkon oder die Terrasse (Freisitz) muss stufenfrei und schwellenlos sein. Hier ist auf die dauerhafte rückstaufreie Entwässerung zu achten, die Fassaden- und Oberflächenwasser in die Dränschicht einleiten (Gitterroste).
- 4 Falls ein schwellenloser Übergang nicht möglich ist, können **Rampen** helfen, Stufen zur Terrasse oder zum Garten zu überwinden. Notwendig sind ausreichend große Bewegungsflächen am Rampenanfang und -ende. Die Rampe darf nur eine geringe Neigung haben. Ist der Zugang sicher und bequem möglich?
- 5 Ein stabiler **Haltegriff** neben der Balkon- oder Terrassentür hilft beim Überwinden von Türschwellen.
- 6 Stühle und **Sitzmöglichkeiten** bieten ausreichende Erholungsmöglichkeiten. Ist ein bequemer Sitzplatz mit Sonnen- und Wetter-schutz vorhanden?
- 7 **Solarlampen** sorgen für ausreichend Beleuchtung im Garten.
- 8 Ein **fahrbarer Gartensitz** ermöglicht komfortables Sitzen und Knien während der Gartenarbeit.



© roland Prillwitz / mediaprint infoverlag gmbh

Allgemeine Hinweise

	ja	nein
Gibt es einen Telefonanschluss in Flur, Wohn- und Schlafbereich?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sind Rauchmelder für den Brandschutz angebracht?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sind die Fenstergriffe leicht zu bedienen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sind alle Stolperfallen (lose Kabel, rutschende Teppichläufer, Fußabstreifer, Vorleger, sonstige Gegenstände etc.) beseitigt bzw. rutschsicher befestigt?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ist an eine kontrastreiche Gestaltung gedacht worden, heben sich Bedienelemente wie Lichtschalter etc., Mobiliar und Türen von der Umgebung ab?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sind alle schriftlichen Informationen gut lesbar (Größe der Schrift, kontrastreich, Wahl der Schriftart)? Sind die Informationen gut beleuchtet, ohne Beeinträchtigungen durch Blendungen, Spiegelungen und Schattenbildungen lesbar, in einer geeigneten Lesehöhe angebracht und auch mit Hilfsmitteln anfahrbar?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

In der eigenen Wohnung sollten sowohl die ungehinderte Erreichbarkeit der Räume als auch die uneingeschränkte Nutzbarkeit der Alltagsgegenstände gewährleistet sein.

Bevor Sie Umbaumaßnahmen einleiten, beachten Sie bitte Folgendes:
Wenn Sie in einer Mietwohnung leben, sollten Sie Ihre Pläne zuerst mit Ihrem Vermieter besprechen, denn er muss der Wohnungsanpassung zustimmen. Mit einer fachkundigen Beratung, z. B. mit einem Wohnraumberater, können Sie sich anschließend einen Überblick über Veränderungsmöglichkeiten verschaffen und mit der Planung beginnen. Eine Beratung ist auch im Hinblick auf die Bezuschussung der baulichen Maßnahmen wichtig. Erst danach sollten Umbaumaßnahmen eingeleitet werden.

Wenn sogar der beste Umbau nicht zu mehr Barrierefreiheit und Selbstständigkeit führt, sollten Sie über eine neue Wohnung nachdenken. Erkundigen Sie sich bei Ihrer Pflegeversicherung über einen Zuschuss, wenn der Umzug in eine

barrierefreie Wohnung als Maßnahme der Wohnraumanpassung erforderlich wird.

Beispiel: Bei Gelenkerkrankungen oder ähnlichen körperlichen Beeinträchtigungen kann die Bewältigung des Alltags oftmals schon daran scheitern, wenn der Zugang zur Wohnung im dritten Stock mangels Aufzug erheblich erschwert wird.





SOZIALSTATION
Mittelherwigsdorf



24h-Telefon
03583 791 440



Ambulanter Pflegedienst

Häusliche Kranken- und
Altenpflege

Medikamentengabe /
Spritzen

Hilfe bei der Körperpflege

Betreuungs- und
Entlastungsleistungen

Hauswirtschaftliche
Versorgung uvm.

Seniorenwohnanlage „Zum Roschertal“

Betreutes Wohnen

Seniorenwohngemeinschaft

Seniorentagespflege

**„Zur alten Schule Hörnitz“
Pflegeheim**

**„Haus Waldfrieden“ Oybin
und „Pflegeheim“ Hörnitz**

**Senioren- und
Behindertenfahrdienst**

Betreutes Wohnen

„Herbstzeit“ Zittau

www.sozialstation-mittelherwigsdorf.de

Nützliche Hilfsmittel, Alter und Technik

Neben Umbaumaßnahmen können technische Hilfsmittel den Alltag erheblich erleichtern.

Für nahezu jedes spezielle Bedürfnis gibt es mittlerweile ein Assistenzsystem, welches ein längeres selbstbestimmtes Leben in den eigenen vier Wänden ermöglicht. Diese sind besonders in den Bereichen Gesundheitsfürsorge, Komfort, Sicherheit, Kommunikation und Mobilität einsetzbar.

Anwendungsbeispiele:

- Klappbarer Leichtgewicht-Rollator
- Kleiderlift, Gardinenlift
- Badewannenlift
- Fenstergriffverlängerung
- Aufstehsessel und Drehbetten, die per Knopfdruck in wenigen Sekunden in eine günstige Sitz- und Aufstehposition gebracht werden können.

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

Smart Home-Technologie

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

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

Anwendungsbeispiele:

- automatische Abschaltung des Herdes bei Abwesenheit
- Überwachung von Häusern und Wohnungen, Schutzmaßnahmen gegen Einbrüche
- individuelle Beleuchtungs-, Raumtemperatur- oder Musiksteuerung
- Kommunikation und Videounterhaltung per Fernseher oder Tablet-PC
- automatisches Öffnen und Schließen von Rollläden
- intelligente Rauchmelder informieren bei Brandverdacht auch Verwandte oder Nachbarn



© Jörg Lantelme / Adobe Stock



© Bjoern Danzke / Adobe Stock



© Reepixel / Adobe Stock

Herz. Handwerk. Hightech.
Für ein gutes Lebensgefühl.

Rosenkranz | 
Unser Lächeln hilft

Sanitätshaus
Orthopädietechnik
Orthopädieschuhtechnik
Rehatechnik
Lauflabor
Homecare

Görlitz . Dresden . Weißwasser . Niesky . Rothenburg . Waldheim
Orthopädische Werkstätten Görlitz Sanitätshaus Rosenkranz GmbH

www.rosenkranz.net

- SMS-Benachrichtigung der Waschmaschine
- Eingangsüberwachung mit Türöffnung
- Klingel mit optischem Signal, Rauchmelder mit optischem Signal (insbesondere bei Hörbehinderungen, Gehörlosigkeit erforderlich)

AAL-Labor in Görlitz

Das „AAL-Lab Görlitz“ ist eine seit 2019 bestehende Forschungs- und Lehrwohnung (LivingLab) innerhalb einer Anlage für seniorengerechtes Wohnen, die für den Transfer von Forschungsergebnissen in die Praxis, in die Lebenswelt älterer Menschen, genutzt wird.

In einer Görlitzer Wohnung im KommWohnen-Frauenburgkarree stehen verschiedene technische Assistenzsysteme bereit, die Senior*innen den Alltag erleichtern und ihre Lebensqualität erhalten sollen. Alle können vor Ort ausprobiert werden, um einschätzen zu können, ob sie tatsächlich im eigenen Haushalt Erleichterung bringen. Es finden auch Besichtigungstermine mit Wohn- und Technikberatung statt, in denen aktuelle Assistenztechnologien einer breiten Öffentlichkeit vorgestellt werden (Anmeldung erforderlich).

Laborleiter: Bill Pottharst
Frauenburgstraße 71, 02826 Görlitz
E-Mail: bill.pottharst@hszg.de
Internet: gat.hszg.de



© Graf Koks/AdobeStock

Das Forschungsprojekt **VATI** (Vertrauen in Assistenztechnologien zur Inklusion älterer Menschen) untersucht, wie ältere Menschen mittels Assistenzsystemen dazu befähigt werden können, möglichst lange selbstbestimmt in ihrer Wohnung und in ihrem vertrauten Umfeld zu leben.

Der **VATI-Technolgienavigator** ist ein Online-Informationportal für Hilfstechnik und bietet einen Überblick zu verschiedenen Produkten und deren regionalen Anbietern. Außerdem können diese anhand von Bedarfen oder Einschränkungen (körperlich, sensorisch, kognitiv) individuell empfohlen werden.

VATI ist ein Forschungsprojekt des Instituts für Gesundheit, Altern, Arbeit und Technik (GAT) der Hochschule Zittau/Görlitz.

Navigator www.vati-navigator.de

INFO

Der Sicherheitsaspekt spielt eine große Rolle für die meisten Hausbesitzer*innen. Moderne Systeme sind zuverlässiger, einfacher und vielseitiger als je zuvor und sorgen für mehr Gebäudesicherheit. Mithilfe der Smart Home Technologie kann beispielsweise ein „belebtes Haus“ simuliert werden – auch wenn die Bewohnenden selbst nicht zu Hause sind. Des Weiteren erkennen Sensoren an Türen und Fenstern Einbruchsversuche und benachrichtigen den Hausbesitzer per Smartphone-App oder Bodensensoren in der Wohnung melden schwere Stürze beim jeweiligen Notfallkontakt. Zudem können automatische Herdabschaltungen und Wasser-Stopp-Systeme mehr Sicherheit bei beginnender Demenz eines Angehörigen bieten.



Hausnotruf

Der Hausnotruf ist ein Hilfsmittel, welches insbesondere alleinstehenden Menschen ein hohes Maß an Sicherheit bietet, denn bei Hilfebedarf, z. B. einem Sturz oder plötzlicher Übelkeit, kann schnell ein Notruf abgesandt werden.

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.

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

Viele Dienste bieten auch Zusatzleistungen an wie die Schlüsselaufbewahrung, Rauchmelder, Bewegungs- und Einbruchmelder, Demenzsystem und Funk-Gasmelder.

Anbieter im Landkreis Görlitz sind unter anderem das DRK, die Malteser, die Volkssolidarität, der ASB und die Johanniter – je nach Region:

DRK: Telefon: 0 8000 365 000
Internet: DRK Hausnotruf und Assistenzdienste für Sachsen und Sachsen-Anhalt – DRK LV Sachsen (drksachsen.de)

Malteser: Telefon: 0800 99 66 001
Internet: www.malteser-hausnotruf.de

Volkssolidarität :
Internet: www.vs-hausnotruf.de

ASB: Internet: Hausnotruf: Hilfe auf Knopfdruck | ASB

Johanniter: Telefon: +49 800 3233800
Internet: Hausnotruf anfragen | Johanniter

Wir beraten Sie gern!

Sanitätshaus Braun
Orthopädische Werkstätten
 Rollstühle und Rehabilitationsmittel
 02763 Zittau · Johannisstr. 14
 Tel. (03583) 57230 · Fax 572399
 Montag bis Freitag 9.00 – 18.00 Uhr
 02782 Seifhennersdorf · An der Scheibe 5
 Tel. (03586) 405666
 Dienstag und Freitag 9.00 – 12.00 Uhr · 14.00 – 18.00 Uhr
 E-Mail: post@sanitaetshaus-braun.de · Internet: www.sanitaetshaus-braun.de

 **Malteser**
 ...weil Nähe zählt.



Schnelle Hilfe auf Knopfdruck
 Malteser Hausnotruf

Jetzt unverbindlich anrufen und mehr erfahren:
 ☎ 0221 12606-2004 oder unter 🌐 www.malteser-hausnotruf.de

Wohnraumanpassung bei Demenz

Die Bedeutung der eigenen vier Wände für Menschen mit einer Demenzerkrankung

Am liebsten zu Hause – das ist natürlich die Wunschvorstellung vieler älterer Menschen. Doch für demenzerkrankte Menschen 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 verlorene Fähigkeiten kompensiert. Betroffene müssen sich nicht an eine neue, fremde Umgebung anpassen.

Die eigene Wohnung hat vielfältige Funktionen: Sie bietet Handlungs- und Bewegungsmöglichkeiten sowie 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 Demenzerkrankte 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.

Eine Erkrankung an Demenz stellt die betroffenen Menschen, ihre Angehörigen, Betreuer*innen und das soziale Umfeld vor große Herausforderungen.

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, Blendfreiheit, ausreichende Beleuchtung und vertraute Gegenstände sorgen für eine bessere Orientierung in der Wohnung. Teppichböden und Vorhänge dämpfen den Umgebungslärm, dürfen aber keine Hindernisse und Stolperfallen darstellen. Des Weiteren empfiehlt es sich, spiegelnde Flächen in den Räumen zu entfernen oder zuzuhängen.

Weitere Empfehlungen:

- Zeitschaltuhren zur Steuerung von elektrisch angetriebenen Rollläden oder Leuchten,
- das Anbringen von Symbolen an den Türen,
- das Aushängen von nicht notwendigen (Schrank-) Türen,
- das Bereitstellen von Arbeitsplätzen mit Sitzgelegenheit in der Küche,
- die Installation von Herdsicherungen,
- das Markieren von Aus- und Einschaltknöpfen und Schaltern,
- durch Temperaturbegrenzungen an Armaturen, Sicherheit und Schutz bieten,
- der Einsatz von farbigen Haltegriffen,
- geeignete Hilfsmittel im Badezimmer,
- das Entfernen von Schwellen und losen Kabeln,
- das Befestigen der Teppiche,
- die Nutzung eines Personen-Ortungssystems.

Weiterführender Link: www.deutsche-alzheimer.de,
www.demenz-support.de



Finanzierung von Maßnahmen zur Wohnungsanpassung

Pflegekasse

Pflegekassen unterstützen im Rahmen der Pflegeleistungen eine Wohnungsanpassung für Maßnahmen zur Schaffung von Barrierefreiheit für Pflegebedürftige (SGB XI § 40) mit maximal 4.000 Euro (bis 16.000 Euro, wenn mehrere Anspruchsberechtigte zusammen wohnen). Bevor mit den Umbaumaßnahmen begonnen werden kann, muss bei der zuständigen Pflegekasse ein Zuschuss für die wohnumfeldverbessernden Maßnahmen beantragt werden. Nur wenn die Maßnahme bewilligt wurde, erfolgt die Übernahme durch die Pflegekassen. Hierzu genügt ein formloser Antrag, in welchem die notwendigen Umbauarbeiten beschrieben und das Anliegen dargestellt wird. Voraussetzung für einen Zuschuss ist, dass die vorgesehenen baulichen Maßnahmen die häusliche Pflege erleichtern oder ermöglichen oder die Belastung für den Pflegebedürftigen bzw. für die Pflegeperson verringert wird. Bauliche Maßnahmen können z. B. sein: Türverbreiterungen, Badumbau, festinstallierte Rampen und Treppenlifte. Wenn später weitere Umbauten benötigt werden, sich die Pflegesituation verschlechtert, kann die Pflegekasse erneut einen Zuschuss gewähren. Wenn sogar der beste Umbau nicht zu mehr Barrierefreiheit und Selbstständigkeit führt, sollten Sie über eine neue Wohnung nachdenken. Die Pflegeversicherung bezuschusst unter bestimmten Bedingungen

auch den Seniorenzug in eine barrierefreie Wohnung als Maßnahme der „Wohnraumanpassung für Senior*innen“.

Förderrichtlinie Wohnraumanpassung

Förderung der Anpassung von Wohnraum an Belange von Menschen mit Mobilitätseinschränkungen (RL WRA) des Freistaates Sachsen

Wer aufgrund von Mobilitätseinschränkungen Unterstützung bei der Anpassung seines Wohnraums benötigt, kann sich im Rahmen des Landesprogramms „Wohnraumanpassung“ an die Sächsische AufbauBank (SAB) wenden. Finanzielle Hilfe können Mieter*innen, Wohnungseigentümer*innen oder Eigentümer*innen eines Einfamilienhauses erhalten. Unter anderem müssen folgende Voraussetzungen erfüllt werden:

- Wohnraum des Zuwendungsempfängers darf gewisse Wohnfläche nicht überschreiten;
- Mobilitätseinschränkung innerhalb des Wohnraumes muss voraussichtlich dauerhaft sein (Nachweise erforderlich);
- Der Zugang zum Gebäude und zur Wohnung muss trotz Mobilitätseinschränkung möglich sein;
- Es muss die Zustimmung des Vermieters zu den geplanten Umbaumaßnahmen vorliegen. Diese muss einen späteren Rückbau der Anpassungen ausschließen.

Häusliche Krankenpflege

Corina Romanek

Löbauer Straße 25 - 02894 Reichenbach
(direkt neben dem Penny Markt)

Tel. 035828/ 72311
Funk: 0172 37 08 271

www.pflegedienst-romanek.com

kompetent



fleißig

spritzig

**Wir pflegen, behandeln
und betreuen Sie**

Weitere Informationen bzw. kostenlose Beratung erhalten Sie direkt bei der

Beratungsstelle der Sächsischen Aufbaubank
Telefon: 0351 4910-0
Fax: 0351 4910-40 00
E-Mail: servicecenter@sab.sachsen.de
Internet: www.sab.sachsen.de

Beratungs- möglichkeiten

Beratungsstelle für den Wohnungsumbau

Mit dem Landesprogramm „Wohnraumanpassung für mobilitätseingeschränkte Menschen“ wird die Finanzierung von baulichen Maßnahmen gefördert, um die Nutzung des Wohnraums für dauerhaft mobilitätseingeschränkte Bewohner*innen zu ermöglichen oder zu verbessern.

Die Beratungsstelle Wohnraumanpassung der Landesarbeitsgemeinschaft Selbsthilfe Sachsen e. V. ist Teil des Förderverfahrens im Rahmen der Wohnraumanpassung des Freistaates Sachsen und zuständig für den Landkreis Görlitz.

Im Verfahren ist diese Beratungsstelle für Sie erster Ansprechpartner. Neben Informationen und fachlichen Hinweisen zum barrierefreien Umbau erhalten Sie auch die für die Antragstellung bei der Sächsischen Aufbaubank erforderliche fachliche Bestätigung über das Vorliegen der Fördervoraussetzungen:

Landesarbeitsgemeinschaft Selbsthilfe Sachsen e. V. Selbsthilfenetzwerk Sachsen

Kompetenz- und Beratungsstelle für barrierefreies Bauen
Michelangelostraße 2, 01217 Dresden
Fachplaner für Barrierefreies Planen und Bauen:
Herr Thomas Naumann
Telefon: 0351 479350-0
Fax: 0351 479 350-17
E-Mail: naumann@selbsthilfenetzwerk-sachsen.de
info@lag-selbsthilfe-sachsen.de
Internet: www.selbsthilfenetzwerk-sachsen.de

Förderprogramme des Bundes

KfW Altersgerecht Umbauen – Investitionszuschuss und KfW Altersgerecht Umbauen Kredit

Über die Förderung von Einzelmaßnahmen zum Einbruchschutz sowie zur Barrierereduzierung (10 Prozent der förderfähigen Investitionskosten) und für den Standard Altersgerechtes Haus erhalten Sie eine Beratung über die kostenfreie Servicenummer 0800 539 9002 (Eigentümer, Mieter und Vermieter) und unter <https://www.kfw.de/inlandsfoerderung/Privatpersonen/>

Beratungszentrum für Barrierefreies Planen und Bauen in Sachsen

Das „Beratungszentrum für Barrierefreies Planen und Bauen in Sachsen“ des Sozialverbandes VdK Sachsen und der Architektenkammer Sachsen bietet mit ihrer kostenlosen Erstberatung Hilfe und Orientierung für alle Ratsuchenden auch im privaten Bereich zum Thema barrierefreies Planen und Bauen an:

Beratungszentrum für Barrierefreies Planen und Bauen

Architektenkammer Sachsen
Haus der Architekten
Frau Jana Krug
Goetheallee 37, 01309 Dresden
Telefon: 0351 317460
E-Mail: dresden@aksachsen.org
Internet: www.aksachsen.org

Über diese Beratungsstelle sowie den Arbeitskreis Barrierefreies Bauen bei der Architektenkammer Sachsen finden Sie Fachplaner*innen für barrierefreies Planen und Bauen.

Die Bundesarbeitsgemeinschaft (BAG) Wohnungsanpassung e. V.

Die BAG Wohnungsanpassung e. V. ist der Zusammenschluss von Wohnberater*innen und Wohnberatungsstellen in Deutschland. Die Anpassung der Wohnung / des Wohnraumes an die veränderten Fähigkeiten und Wohnwünsche der Bewohner*innen mit Hilfe von Wohnberatung steht im Mittelpunkt der Tätigkeit. Informationen und Wohnberatungsstellen finden Sie auf der Internetseite: Bundesarbeitsgemeinschaft Wohnungsanpassung e. V. (wohnungsanpassung-bag.de)

Sicherung von Haus und Wohnung

Viele Betrüger*innen machen sich die Hilfsbereitschaft älterer Menschen an der Haustür zunutze. Daher sollten Sie bei fremden Personen immer eine gewisse Vorsicht walten lassen.

Mit diesen Aussagen könnten Trickbetrüger*innen 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 den Besucher*innen sprechen, bevor Sie ihnen per Knopfdruck die Tür öffnen. Viele Modelle bieten auch eine Videobildfunktion an, welche dank Infrarot sogar bei Dunkelheit ein klares Bild liefern.
- Hilfreich ist auch eine Schutztür aus Stahl, die eine abschreckende Wirkung haben kann.
- Zudem kann die Haustür mit einer zusätzlichen Türsicherung wie ein Türschloss oder ein Sicherheitsschließblech aufgerüstet werden.
- Öffnen Sie Ihre Tür immer nur mit vorgelegter Türsperre (z. B. Kastenschloss mit Sperrbügel).

- Überlegen Sie sich Folgendes, wenn Fremde an der Tür von ihrer Not erzählen: Warum wenden sich diese Leute nicht an eine Apotheke, eine Gaststätte oder ein Geschäft, sondern gerade an mich?
- Lassen Sie sich am Telefon keine Namen oder andere Informationen über Angehörige, Freunde oder Bekannte entlocken.
- Verstecken Sie Ihren Schlüssel niemals draußen. Einbrecher*innen 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 beispielsweise in sozialen Netzwerken oder auf Ihrem Anrufbeantworter!

Beratung durch die Polizei

Das Beratungsteam des polizeilichen Fachdienstes Prävention ist mit unterschiedlichen Angeboten im öffentlichen Raum unterwegs. Neben telefonischen und persönlichen Beratungen für Bürger*innen und Bürger vor Ort kommt dabei auch das sogenannte Infomobil zum Einsatz.

Neben Hinweisen zum Einbruchschutz und Verhaltensempfehlungen können auch Einbruchsicherungsvorrichtungen gezeigt und vorgeführt werden. Das Beratungsteam kommt auch zu Ihnen nach Hause, um völlig kostenfreie Sicherheitsanalysen zum Einbruchschutz am Haus, Wohnung, Garage oder Grundstück zu geben.

Kontakt Polizeidirektion Görlitz:

Geschäftsadresse:

Inspektion Zentrale Dienste

Fachdienst Prävention

Conrad-Schiedt-Straße 2

02826 Görlitz

Fax: 03581 468-4009

E-Mail: praevention.pd-gr@polizei.sachsen.de

Besucherverkehr:

Polizeiliche Beratungsstelle im Polizeirevier Görlitz

Gobbinstraße 5 – 6, 02826 Görlitz

Telefon: 03581 650-507

03581 650-502

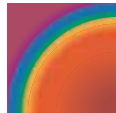
Informationen: <https://www.polizei.sachsen.de>



© Graham Oliver / Colourbox

Haushalts- und Betreuungsangebote

Mühlweg 5
02826 Görlitz



- Reinigungsarbeiten in der Häuslichkeit
- Einzel- oder Gruppenangebote
 - Basteln, Kochen, uvm.
 - Ausflüge, Feierlichkeiten, etc.





Initiative
Görlitz GmbH

www.initiative-goerlitz.org; Tel.: 03581/73380; nel@initiative-goerlitz.de

**Pflege und Betreuung
individuell auf Ihre
Bedürfnisse angepasst**



„Der Wille und nicht die Gabe macht den Geber“
- Gotthold Ephraim Lessing -

-  Tagespflege
-  Vollstationäre Pflege
-  Kurzzeitpflege
-  Barrierefreies Wohnen



Görlitz, Dr. -Kahlbaum-Allee 31 · ☎ 03581 - 42 180 · www.seniorenzentrum-stadtpark.de

caritas

Altenpflegeheim „St. Antoni-Stift“

Ostritz · Görlitzer Straße 7 · ☎ (035823) 8030

Vollstationäre Pflege, Altersgerechtes Wohnen in der Villa, Essen auf Rädern

Caritas - Sozialstation

Ostritz · Markt 18/19 · ☎ (035823) 86598

Häusliche Alten- u. Krankenpflege, Begleitung und Beratung pflegender Angehöriger, Betreuungs- u. Entlastungsleistungen, Hauswirtschaft, Fußpflege

Allgemeine Sozialberatung (Kooperation mit dem Vereinshaus Ostritz)

Ostritz · Markt 2 · ☎ (035823) 8030

Berufliche Perspektiven in Pflege und Betreuung

Ausbildung Pflegefachfrau/Pflegefachmann, freie Stellen für Fach- und Hilfskräfte. Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!



www.caritas-oberlausitz.de



Wohnumgebung

Wenn Sie nun feststellen, dass Sie in Ihrer derzeitigen Wohnung nicht bleiben können bzw. Sie möchten vielleicht auch gerne umziehen, sind folgende Überlegungen zum Wohnumfeld zu beachten:

- Welches Wohnumfeld benötige ich für mich persönlich? Sind für mich Einrichtungen wie Supermarkt, Apotheke, Bäcker, Fleischer, Geschäfte, kulturelle Einrichtungen, Ärzte, Physiotherapie, Parkanlagen etc. dabei wichtig?
- Ist die Verkehrsinfrastruktur für mich geeignet, beispielsweise: Ist die Beschaffenheit der Gehwege bzw. Verkehrsverbindungen für mich nutzbar, sind die Wegeverbindungen nicht zu steil und breit genug? Sind die Oberflächen eben und erschütterungsarm und gut zu bewältigen? Sind alle Einmündungen und Kreuzungen mit barrierefreien Überquerungsstellen ausgestattet?

- Können Haltestellen des öffentlichen Personennahverkehrs problemlos erreicht werden und sind diese barrierefrei zugänglich und nutzbar?
- Verkehren barrierefrei nutzbare Busse bzw. Bahnen und sind die Verkehrsmittel für mich nutzbar?
- Kann ich die Einrichtungen und Geschäfte in meiner Umgebung barrierefrei erreichen und auch barrierefrei nutzen?
- Gibt es ausreichend Möglichkeiten für Freizeitaktivitäten, finde ich sozialen Anschluss?
- Gibt es einen Park, eine Gartenanlage, etwas „Grünes“ in meiner Nähe?

Bei möglicherweise zunehmenden Mobilitätseinschränkungen stellen Sie sich immer wieder die Frage nach der – barrierefreien – Zugänglichkeit und Nutzbarkeit der Angebote.

Verschiedene Wohnangebote

In den Städten und Gemeinden werden mittlerweile vielfältige Wohnformen angeboten, welche ein eigen- und selbstständiges Wohnen beispielsweise auch mit Zusatzangeboten zulassen.

Wenn Sie sich auf die Suche nach einer neuen Wohnung begeben, empfehlen wir Ihnen, eine individuelle Prüfung der tatsächlichen barrierefreien Erreichbarkeit, Zugänglichkeit und Nutzbarkeit der Wohnung vorzunehmen beziehungsweise zu prüfen, ob die Wohnung den eigenen Ansprüchen und Vorstellungen entspricht.

Angebote wie „Betreutes Wohnen“, „Altersgerechtes Wohnen“, „Seniorengerechtes Wohnen“ oder ähnliche Formen von Wohnangeboten sind meist mit zusätzlichen Angeboten verbunden, zum Beispiel mit direktem Pflege- und/oder Betreuungsangebot. Es handelt sich dabei immer um anbieterspezifische Angebote. Sie sind nicht gesetzlich festgelegt.

Zusatzangebote dienen dazu, das eigenständige Wohnen zu erleichtern und/oder vorhandene Fähigkeiten möglichst lange zu erhalten, beispielsweise durch Physiotherapie oder Ergotherapie. Auch ein

Essenlieferservice, Hausmeisterdienste und praktische Hilfeleistungen bei der Organisation von Freizeitaktivitäten und Tagesausflügen können mitunter genutzt werden. Die Wohnungen sind gewöhnlich in eine Wohnanlage integriert, die den sozialen Austausch fördert. Beispielsweise wohnen in einer Wohnanlage „Altersgerechtes Wohnen“ meist Menschen im höheren Lebensalter.

Prüfen Sie, ob das Angebot Ihren Wünschen und Bedürfnissen entspricht und/oder welche Angebote Sie nutzen möchten!



Betreuen – Pflegen – Da sein

Lebenshilfe Zittau e. V.



Ambulanter Pflegedienst
Neißstraße 5 • 02763 Zittau

- Grundpflege • Behandlungspflege
- Hauswirtschaftliche Unterstützungen

Tel. 03583 5865838 *Wir sind für Sie da – wann immer Sie uns brauchen.*
Mobil 0171 1831292

www.lebenshilfe-zittau.de



Malteser
...weil Nähe zählt.

Pflegedienst | Hausnotruf | Fahrdienst

Malteser Hilfsdienst gGmbH | Zittau
Rathenaustraße 3 | 02763 Zittau
Tel.: 03583/512594 | Fax: 03583/512595
Pflegenotruf: 0151/10619755 | www.malteser-zittau.de

Stets gut beraten



Versorgungszentrum Gerda Schmidt GmbH

Häuslicher Pflegedienst

02742 Neusalza – Spremberg
Zittauer Straße 16
☎ 035872 32244

Tagespflege „Zur alten Seilerei“

02730 Ebersbach – Neugersdorf
Friedrich-Ebert-Straße 28
☎ 03586 300961

Tagespflege „Am Fuchsberg“

02736 Oppach
August – Bebel – Straße 34
☎ 035872 429748

Pflegen ist unsere Stärke

liebevoll – kompetent – ausgezeichnet qualifiziert

Für Sie im Altkreis Löbau:

tägliche Unterstützung in unseren

Rotkreuz-Einrichtungen:



**Deutsches
Rotes
Kreuz**

Pflegedienst
Eibau:

03586
387127

Pflegedienst
Ebersbach-
Neugersdorf:

03586
369275

Tagespflege
Ebersbach-
Neugersdorf:

03586
408033

Wohnanlage
Ebersbach-
Neugersdorf:

03586
310221

Tagespflege und
Wohnanlage Kittlitz:

03585
2139245

Pflegedienst
Oderwitz:

035842
25046

Pflegedienst
Löbau:

03585
4137742

Tagespflege
Löbau:

03585
404220

Wohnanlage
Löbau:

03585
4137743



**Deutsche
Rote
Pflege**

WIR BRAUCHEN DICH, UM FÜR ÄLTERE UND
HILFSBEDÜRFTIGE MENSCHEN DA SEIN ZU KÖNNEN.

DRK-Kreisverband Löbau e.V.
www.drk-loebau.de

Hilfe und Unterstützung

Pflege und Pflegebedürftigkeit

Grundsätzlich kann Pflegebedürftigkeit in allen Lebensabschnitten auftreten. Nach der Definition des Gesetzes (Sozialgesetzbuch Elftes Buch – SGB XI) sind damit Personen erfasst, die gesundheitlich bedingte Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten aufweisen und deshalb der Hilfe durch andere bedürfen. Das sind Personen, die körperliche, geistige oder psychische Beeinträchtigungen oder gesundheitlich bedingte Belastungen oder Anforderungen nicht selbstständig kompensieren oder bewältigen können. Das heißt, der Alltag kann dauerhaft (voraussichtlich für mindestens sechs Monate) infolge von Krankheit und/oder Behinderung (häufig auch altersbedingt) nicht mehr dauerhaft selbstständig bewältigt werden.

Insgesamt gibt es fünf Pflegegrade. Die Pflegegrade und damit auch der Umfang der Leistungen der Pflegeversicherung orientieren sich an der individuellen Schwere der Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten der pflegebedürftigen Person.

Um den Pflegeaufwand und den daraus resultierenden Pflegegrad zu ermitteln, beauftragt die Pflegekasse den Medizinischen Dienst der Krankenversicherung (MDK) mit einer Begutachtung. Dabei wirft die Gutachterin oder der Gutachter einen genauen Blick auf folgende sechs Lebensbereiche:

- Mobilität
- Geistige und kommunikative Fähigkeiten
- Verhaltensweisen und psychische Problemlagen
- Selbstversorgung
- Selbstständiger Umgang mit krankheits- oder therapiebedingten Anforderungen und Belastungen – sowie deren Bewältigung
- Gestaltung des Alltagslebens und sozialer Kontakte

Pflegeleistungen beantragen

Um Pflegeleistungen voll in Anspruch nehmen zu können, muss die oder der Versicherte in den letzten zehn Jahren vor der Antragstellung zwei Jahre als Mitglied in die Pflegekasse eingezahlt haben oder familienversichert gewesen sein.

Checkliste

1. Setzen Sie sich mit Ihrer Kranken- / Pflegekasse in Verbindung. Den Antrag auf Leistungen der Pflegekasse müssen Sie bei Ihrer zuständigen Pflegekasse stellen! Selbstverständlich können das auch Familienangehörige, Nachbar*innen oder gute Bekannte für Sie übernehmen, wenn Sie sie dazu bevollmächtigen.
2. Sobald der Antrag gestellt wurde, beauftragt Ihre Pflegekasse den Medizinischen Dienst der Krankenversicherung (MDK) mit der Begutachtung zur Feststellung Ihrer Pflegebedürftigkeit. Die gesetzlich vorgegebene Bearbeitungsfrist für Anträge auf Pflegeleistungen beträgt 25 Arbeitstage. Bei einem Aufenthalt im Krankenhaus oder in einer stationären Rehabilitationseinrichtung ist die Begutachtung durch den MDK oder andere unabhängige Gutachterinnen und Gutachter innerhalb einer Woche durchzuführen, wenn dies zur Sicherstellung der weiteren Versorgung erforderlich ist oder die Inanspruchnahme einer Freistellung nach dem Pflegezeitgesetz gegenüber dem Arbeitgeber der pflegenden Person angekündigt oder nach dem Familienpflegezeitgesetz mit dem Arbeitgeber vereinbart wurde.
3. Bitten Sie Ihre Pflegeperson, bei der Begutachtung anwesend zu sein!
4. Die Entscheidung der Pflegekasse über die Feststellung von Pflegebedürftigkeit wird Ihnen in einem Leistungsbescheid mitgeteilt.
5. Versuchen Sie einzuschätzen, ob die Pflege längerfristig durch Angehörige durchgeführt werden kann und ob Sie ergänzend oder ausschließlich auf die Hilfe eines ambulanten Pflegedienstes zurückgreifen wollen.
6. Ist die Pflege zu Hause – gegebenenfalls auch unter Inanspruchnahme des Pflege- und Betreuungsangebots einer örtlichen Tages- oder Nachtpflegeeinrichtung – nicht möglich, so können Sie sich über geeignete vollstationäre Pflegeeinrichtungen informieren und beraten lassen.

Pflegeberatung der Kranken- / Pflegekassen

Darüber hinaus haben Sie einen Anspruch auf frühzeitige und umfassende individuelle Beratung durch die Pflegeberater*innen Ihrer Pflegekasse.

Diese erweiterte Pflegeberatung zielt darauf ab, den Pflegebedürftigen eine umfassende Unterstützung bei der Auswahl und Inanspruchnahme notwendiger Hilfe- und Pflegeleistungen zukommen zu lassen und auf die dazu erforderlichen Maßnahmen hinzuwirken.

Fragen Sie bei Ihrer Kranken- / Pflegekasse nach einem Termin für eine Pflegeberatung. Die Beratung kann telefonisch oder in den Räumen der Kranken- / Pflegekasse stattfinden, aber auch bei Ihnen zu Hause.

Pflegenetzwerk und Pflegekoordinatoren

Neben den Pflegeberater*innen Ihrer Pflegekasse sind in Sachsen und so auch im Landkreis Görlitz Pflegekoordinator*innen aktiv.

Sie haben die Aufgabe, die vernetzte Pflegeberatung vor Ort zu koordinieren, anzuregen und aktiv vor Ort zu gestalten. In den Pflegenetzwerken wirken unter anderem verschiedene regionale Pflegedienstleister,

Leistungsträger und Ansprechpartner aus dem Ehrenamt mit. Dieses Netzwerk möchte Pflegebedürftigen und ihren Familien ein Wegweiser sein bei der Bewältigung ihres Alltags.

Der Landkreis Görlitz verwendet einen Teil des Pflegebudgets für den Einsatz eines Infomobil Pflege. Mit dem Kleinbus fahren zum Beispiel die Pflegekoordinator*innen und Mitarbeiter*innen der Koordinierungsstellen für Nachbarschaftshilfe zu Informationsveranstaltungen.

Kontakt zur Pflegekoordination im Landkreis Görlitz:
Landratsamt Görlitz, Dezernat II, Stabstelle „Integrierte Sozialplanung“
Bahnhofstraße 24, 02826 Görlitz
Telefon: 03581 663-2007
E-Mail: pflegenetz@kreis-gr.de
Internet: www.kreis-goerlitz.de

Pflegedatenbank

Der Freistaat Sachsen stellt mit der Pflegedatenbank eine Übersicht über Angebote rund um die Pflege und Unterstützung im Alltag zur Verfügung. Hier können Sie gezielt nach den richtigen Ansprechpartnern und nach Unterstützungsangeboten vor Ort suchen:
www.pflegenetz.sachsen.de

DIE SENIOREN-TAGESSTÄTTE ATRIUM IST EIN TREFFPUNKT FÜR SIE, WENN:

-  Ihnen Bewegung und Aktivität gemeinsam mit Anderen gut gefällt
-  Sie auch tagsüber Hilfe bei den Aktivitäten des täglichen Lebens benötigen
-  Sie Bewegung an frischer Luft und in der Natur in unserem Garten der Sinne genießen möchten
-  Sie gern Kontakt zu Gleichgesinnten haben wollen

ATRIUM
Seniorentagesstätte Schindler

BETREUUNG UND PFLEGE IN EINER WOHLFÜHLATMOSPHÄRE



Atrium Seniorentagesstätte Schindler UG | Geschäftsführerin: Barbara Schindler
Pfeiffergasse 9, 02828 Görlitz / OT Ludwigsdorf | Tel.: 0 35 81 / 7 66 95 35 | Fax: 0 35 81 / 7 66 95 25
info@atrium-goerlitz.de | www.atrium-goerlitz.de

Leistungen im Überblick

Informieren Sie sich sorgfältig über das Leistungsspektrum Ihrer Pflegeversicherung! Verschaffen Sie sich einen Überblick über die verschiedenen Möglichkeiten, damit Sie gute Entscheidungen treffen können.

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

Ab dem Pflegegrad 2 wird für die Pflege ein vom Pflegegrad abhängiger fester Zuschuss als Geld- oder Sachleistung (ambulant) bzw. ein Leistungsbetrag im vollstationären Bereich erbracht.

Ambulante Pflegedienste unterstützen pflegebedürftige Personen und ihre Angehörigen bei der Pflege zu Hause. Neben Pflegeleistungen werden mitunter auch hauswirtschaftliche und soziale Betreuungsleistungen angeboten.

Der Menü-Bringdienst „Essen auf Rädern“ kann in Anspruch genommen werden, um täglich warme und frische Mahlzeiten zu erhalten.

Die Tagespflege ist ein Angebot, bei der pflegebedürftige Personen mehrere Tage in der Woche eine Einrichtung besuchen. Dort erhalten sie nicht nur professionelle Pflege und Versorgung, sondern können in Gemeinschaft unterhaltsamen Freizeit- und Beschäftigungsmöglichkeiten nachgehen. Am Abend sind sie wieder zu Hause.

Daneben bietet die **Kurzzeitpflege** eine 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 versorgt werden können.

Sollte eine Pflege zu Hause nicht (mehr) möglich sein, sind stationäre Pflegeeinrichtungen meist

alternativlos. Bei der Auswahl gilt es verschiedene Kriterien zu beachten, u.a. die Entfernung zur Familie, das Leistungsangebot, die Lebensqualität in der Einrichtung sowie die Kosten.

Unterstützung für pflegende Angehörige

Pflegende Angehörige können Beratungsangebote der Kranken- / Pflegekassen in Anspruch nehmen. Möglich sind auch 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. Daneben können berufstätige Angehörige eine sogenannte Pflegezeit nehmen. Diese ist gesetzlich garantiert und bietet Angehörigen die Möglichkeit, eine Betreuung zu Hause durchzuführen.

Unterstützung im Alltag – anerkannte niedrigschwellige Betreuungs- und Entlastungsangebote

Pflegebedürftige Menschen haben einen Anspruch auf zusätzliche Unterstützungsleistungen. Dazu gehören neben der Tages-, Nacht- oder Kurzzeitpflege auch nach Landesrecht anerkannte Angebote zur Unterstützung im Alltag. Diese Angebote sollen die pflegerische Versorgung ergänzen und beinhalten zum Beispiel:

- Hilfe bei der Planung und Strukturierung des Alltags
- Begleitung bei Arztbesuchen oder Behördengängen
- Individuelle Hilfen je nach Interessen (zum Beispiel beim Kochen, Basteln)
- Hilfe beim Zeitungs- oder Bücherlesen
- Begleitung beim Einkauf
- Knüpfen und Erhalten sozialer Kontakte
- Unterstützung bei der Hauswirtschaft

Für solche Leistungen steht pflegebedürftigen Menschen mit den **Pflegegraden 1 bis 5** ein Entlastungsbetrag von 125 Euro zur Verfügung. Personen mit Pflegegrad 2 und höher können zusätzlich 40 Prozent der monatlichen ambulanten Pflegesachleistungen für diese Unterstützungsangebote verwenden. Dafür ist ein Antrag bei der Pflegekasse zu stellen.



© Daisy Daisy / AdobeStock



Seniorentagespflege Görlitz
Familie Künne

**Seniorentagespflege Görlitz
Familie Künne**

Schützenstraße 14
02826 Görlitz

Unsere Öffnungszeiten
Montag bis Freitag von 8.00 bis 16.00 Uhr

Unsere Kontaktdaten
Telefon: 03581 8776316
Fax: 03581 8776317
Mobil: 0152 25107143
(24 Stunden erreichbar)

Bau- und Gartenservice

- Garten- und Landschaftspflege
- Kleinere Baumaßnahmen
 - Bauhilfsarbeiten
- Hausmeisterdienstleistungen

www.initiative-goerlitz.org, Tel. 03581/733815, bgs@initiative-goerlitz.de



*Initiative
Görlitz GmbH*



Deutsches Rotes Kreuz



Wir bieten Ihnen:

- ambulante Pflege
- Tagespflege
- Fahrdienst
- Wohnungen im Betreuten Wohnen

DRK Kreisverband Zittau e.V.
Äußere Weberstr. 84
02763 Zittau

www.drk-zittau.de
03583 - 57790



Caritasverband der Diözese Görlitz e.V.

www.caritas-goerlitz.de

Region Görlitz ° Wilhelmsplatz 2 ° 02826 Görlitz
Telefon: 03581/329 9020 Fax: 03581/329 9029

Beratung	03581 / 329 9020	goerlitz@caritas-goerlitz.de
Sozialstation „St. Hedwig“	03581 / 471 322	sozialstation@caritas-goerlitz.de
Wohngruppen für Menschen mit Demenz	03581 / 761 1555	
Seniorentreff	03581 / 761 1554	
Altenpflegeheim „Hildegard Burjan“	03581 / 761 10	burjanheim@caritas-goerlitz.de
Betreutes Seniorenwohnen		
Behindertenhilfe für den Landkreis Görlitz	035828 / 7630	behindertenhilfe@caritas-goerlitz.de



© DedMityay / AdobeStock

Nachbarschaftshelfer

Nachbarschaftshelfer*innen sind ein sächsisches Angebot zur Unterstützung Pflegebedürftiger und ihrer Angehöriger. Sie betreuen und unterstützen Pflegebedürftige aller Pflegegrade im Alltag und ergänzen die Pflege durch gemeinsame Spaziergänge und Arztbesuche, kleine Hilfen im Haushalt und vieles mehr.

Nachbarschaftshelfer*innen müssen volljährig sein und entweder einen entsprechenden Berufsabschluss vorweisen oder das Basiswissen zum Umgang mit pflegebedürftigen Menschen in einem „Grundkurs Nachbarschaftshilfe“ erwerben, um bei der Krankenkasse abrechnen zu können. Anerkannte Fachkräfte sind zum Beispiel Altenpfleger*innen, Heilerzieher*innen, Ergo-, Logo-, Physiotherapeut*innen, Erzieher*innen oder Sozialarbeiter*innen.

Kontaktstellen für Nachbarschaftshelfer:

Für Weißwasser und Umgebung:

Soziales Netzwerk Lausitz gGmbH

Albert-Schweitzer-Ring 32, 02943 Weißwasser

Telefon: 03576 2584717

E-Mail: info@snl.gmbh

Internet: www.snl.gmbh

Für Niesky und Umgebung:

Mehrgenerationenhaus Rothenburg

Schlossplatz 2, 02929 Rothenburg

Telefon: 035891 7237 oder

0171 2849869

E-Mail: nachbarschaftshilfe-rbg@diakonie-st-martin.de

Internet: www.diakonie-st-martin.de

Für Görlitz und Umgebung:

Mehrgenerationenhaus Görlitz

Landheimstraße 8, 02827 Görlitz

Telefon: 03581 761292

E-Mail: info@mehrgenerationenhaus-goerlitz.de

Internet: www.mehrgenerationenhaus-goerlitz.de

Für Löbau und Umgebung:

LEBENS(T)RÄUME e. V.

Ernst-Thälmann-Straße 38

02727 Ebersbach-Neugersdorf

Telefon: 03586 3663399

E-Mail: [nachbarschaftshilfe@](mailto:nachbarschaftshilfe@lebenstraume-verein.de)

lebenstraume-verein.de

Internet: www.lebenstraume-verein.de

Für Zittau und Umgebung:

Mehrgenerationenhaus Zittau – Hillersche Villa

Klienebergerplatz 1, 02763 Zittau

Telefon: 03583 7796-21 oder 0151 25373695

E-Mail: e.koppatsch@hillerschevilla.de

Internet: www.hillerschevilla.de/nachbarschaftshilfe



© Erwin Wodicka / Fotolia

Physiotherapie üdstadt Daniela Meyer-Kämmerer

Angebote:

- Man. Therapie • Lymphdrainage • Krankengymnastik
- WT-Fango • Klassische Massage • Elektrotherapie
- Therapie für Kiefergelenke • Hausbesuche
- Rückenschulkurse • Osteoporosegruppe

Biesnitzer Straße 78 • 02826 Görlitz

Telefon: 03581 - 6 86 91 37

Lutherstraße 31 • 02826 Görlitz

Telefon: 03581 - 6 89 54 43



© goodluz / Fotolia

Bei uns sind Sie in guten Händen

Seniorenbetreuung für demenziell Erkrankte

Sabine Erath

Familienpflegerin
Validations-Lehrerin

Grenzweg 9, 02739 Eibau
Telefon 035 86/36 50 43
Funk 01 62/860 11 41
www.demenzberatung-erath.de



Praxis für Physiotherapie

Angela Amberg



- Krankengymnastik • Manuelle Therapie •
- Manuelle Lymphdrainage • Massagen •
- SRT (Stochastische Resonanztherapie) •
- Orthospine •

02763 Zittau · Max-Müller-Str. 4

Telefon: 035 83 / 51 08 39 • Fax: 035 83 / 5 54 98 42

Internet: www.physiotherapie-amberg.de



ZIWATEX Zittauer Wäscherei und Textilpflege GmbH

Sauber, ordentlich, pünktlich und hygienisch einwandfrei – Ihr Partner für gepflegte Wäsche

Haushaltswäsche mit TourensERVICE · Schmutzfangmatten · Objektwäsche · Alten- und Pflegeheimservice
Teppichreinigung · Mietberufskleidung · Krankenhauswäsche · Mietwäsche · Gardinenreinigung

Mühlstraße 9 · 02763 Zittau · Telefon: 03583/68800 · E-Mail: ziwatex@t-online.de



© Photographree.eu / AdobeStock

Hilfe zur Pflege nach Sozialgesetzbuch Zwölftes Buch (SGB XII) – Sozialhilfe

Bei der „Hilfe zur Pflege“ handelt es sich um eine Form der Sozialhilfe. Es werden auf Antrag ungedeckte Pflegekosten vom Sozialhilfeträger übernommen, wenn der pflegebedürftige Hilfesuchende oder deren Partner*in über kein bzw. kein ausreichendes Einkommen oder Vermögen verfügen, um die Kosten der Pflege abzudecken. Die Leistungen der Pflegeversicherung sind vorrangig dafür einzusetzen. Die Leistungen der Hilfe zur Pflege umfassen für Pflegebedürftige der Pflegegrade 2, 3, 4 und 5

- Häusliche Pflege
- Teilstationäre Pflege
- Kurzzeitpflege
- Stationäre Pflege

Die Leistungen der Pflegeversicherung sind vorrangig vor Sozialhilfeleistungen, deshalb ist immer auch ein Antrag bei der Pflegekasse zu stellen. Ob die Voraussetzungen für die Zugehörigkeit zum Personenkreis der Pflegebedürftigen erfüllt sind, wird vom Medizinischen Dienst der Krankenversicherungen festgestellt. Die Entscheidung der Pflegekasse über den Pflegegrad ist grundsätzlich auch für die Sozialhilfe bindend. Der Sozialhilfeträger hat jedoch den notwendigen häuslichen pflegerischen Bedarf zu ermitteln und festzustellen. Im Sachgebiet „Hilfe zur Pflege“ wird auch zu Fragen der Pflege beraten.

Kontakt:

**Landratsamt Görlitz, Außenstelle Zittau
Sozialamt, Sachgebiet Hilfe zur Pflege**

Hochwaldstraße 29, 02763 Zittau

Telefon: 03581 663-2130

Fax: 03581 663-62130

E-Mail: sozialamt@kreis-gr.de

Internet www.kreis-goerlitz.de

Geriatric-Netzwerk Ostsachsen

Das Geriatric Netzwerk Ostsachsen soll dazu beitragen, dass ältere Menschen die Hilfen, die sie in ihrer individuellen Situation benötigen, zum richtigen Zeitpunkt, im notwendigen Umfang und möglichst wohnortnah erhalten. Ziel ist die Unterstützung von älteren Menschen beim Erhalt und der Wiederherstellung ihrer Gesundheit und Selbstständigkeit.

Stationäre Einrichtungen der Region, niedergelassene Ärzte, Pflegedienste, Hospizdienste, soziale Institutionen und Netzwerke, Selbsthilfegruppen, Kostenträger, aber beispielsweise auch Vertreter*innen der Wohnungswirtschaft sind in diese Netzwerkarbeit eingebunden.

Informationen:

<https://www.geriatrienetzwerk-ostsachsen.de/>

Wichtige Ansprechpartner und Wissenswertes

Alltagsbegleiter

Alltagsbegleitung ist ein vom Freistaat Sachsen gefördertes Projekt, welches eine kostenfreie Unterstützung für Senior*innen ab 60 Jahren ermöglicht, die **keinen Pflegegrad** haben und in ihrer eigenen Wohnung oder ihrem eigenen Haus wohnen.

Mit ehrenamtlichen Alltagsbegleiter*innen können gemeinsam Wege erledigt werden (Arzt, Behörden, Kirchengang, etc.). Sie können gemeinsam im Haushalt tätig sein (kochen, backen, Balkon oder Garten pflegen, Wäsche waschen, etc.) und gemeinsam soziale Aktivitäten gestalten (Spaziergänge, Gespräche, kleinere kulturelle Veranstaltungen, etc.).

Alltagsbegleiter*innen dürfen mit der zu betreuenden Person nicht verwandt oder verschwägert sein und nicht mit ihr in einem Haushalt leben. Ihren Alltagsbegleiter bekommen Sie über einen Projektträger vermittelt.

Weitere Auskünfte, auch zu Projektträgern im Landkreis Görlitz, erhalten Sie über die Fachservicestelle Sachsen für Alltagsbegleitung, Nachbarschaftshilfe und anerkannte Angebote zur Unterstützung im Alltag:

Telefon: 0351 5010716

E-Mail: fachservicestelle@sms.sachsen.de

Hier eine Auswahl zu Projektträgern für Alltagsbegleitung im Landkreis Görlitz (Stand Juni 2021):

Gemeinde Rietschen

Forsthausweg 2, 02956 Rietschen

Telefon: 035772 4210

E-Mail: post@rietschen.de

Miteinander e. V.

Straße der Jugend 35, 02943 Weißwasser

Telefon: 03576 216467

E-Mail: miteinander_leben@gmx.de

Wir sind wir e. V.

Rosa-Luxemburg-Straße 12, 02943 Weißwasser

Telefon: 03576 5599458

E-Mail: verein@wirsindwir-ev.de

Advent-Wohlfahrtswerk e. V.

Bautzener Straße 20, 02826 Görlitz

Telefon: 03581 402888

E-Mail: info@lebensschule-goerlitz.de

Frauen auf dem Weg nach Europa e. V.

Hotherstraße 31, 02826 Görlitz

Telefon: 03581 417123

E-Mail: fraueneuropa@t-online.de

ASB Regionalverband Zittau / Görlitz e. V.

Grenzweg 8, 02827 Görlitz

Telefon: 03581 735-102

E-Mail: h.burkhardt@asb-gr.de

DRK Kreisverband Löbau e. V.

Äußere Zittauer Straße 47 a, 02708 Löbau

Telefon: 03585 850980

E-Mail: mike.schnitter@drk-loebau.de

Frieden leben - Stiftung

Untere Dorfstraße 11 a, 02708 Lawalde-Lauba

Telefon: 035877 27284

E-Mail: frieden-leben@hotmail.com

Deutscher Frauenring

Landesverband Sachsen e. V.

Lindenbergerstraße 63, 02736 Oppach

Telefon: 035872 40530

E-Mail: dfr-lv-sachsen@web.de

Vereinbarkeit von Beruf und Familie fördern in Ostsachsen e. V.

Christian-Keimann-Straße 44 a, 02763 Zittau

Telefon: 03583 57111

E-Mail: vbff@vbff-zittau.de

Landfrauenkreisverein Görlitz e. V.

Zittauer Straße 29 a, 02788 Hirschfelde

Telefon: 035843 25306

E-Mail: hirschfelde@landfrauen-goerlitz.de

Psychosoziale Beratung

Der Sozialpsychiatrische Dienst ist Anlaufstelle für Menschen, die die Freude am Leben verloren haben, in eine Lebenskrise geraten sind oder unter Ängsten, Unsicherheiten sowie Isolation leiden. Aber auch Menschen, die bereits psychisch erkrankt sind oder von seelischen Belastungen bedroht werden, können das Angebot nutzen. Darüber hinaus können sich auch Angehörige und gesetzliche Betreuer*innen beraten lassen. Kontakt und Informationen:

Landratsamt Görlitz

Gesundheitsamt

Sachgebiet Sozialmedizinischer Dienst

Reichertstraße 112, 02826 Görlitz

Telefon: 03581 663-2713

Fax: 03581 663-62713

E-Mail: spdi@kreis-gr.de

Internet: www.kreis-goerlitz.de

Wissenswertes Betreuung und Vorsorge

Was versteht man unter Betreuung?

Wenn eine volljährige Person ihre Angelegenheiten wegen einer psychischen Krankheit oder einer (körperlich, geistigen oder seelischen) Behinderung nicht selbst erledigen kann, bestellt das Betreuungsgericht auf Antrag oder von Amts wegen einen Betreuer. Dabei legt das Gericht die Bereiche fest, für die eine Betreuung erfolgen soll. Jeder kann für eine betreuungsbedürftige Person beim zuständigen Amtsgericht in Görlitz, Löbau oder Weißwasser eine Betreuung anregen bzw. für sich selbst beantragen.

Was macht der Betreuer?

Der Betreuer handelt als rechtlicher Vertreter in einem genau festgelegten Umfang für den Betroffenen. Wenn es jedoch nur darum geht, dass jemand alltägliche Dinge nicht mehr selbständig besorgen kann (etwa seinen Haushalt nicht mehr führen kann, die Wohnung nicht mehr verlassen kann usw.) so rechtfertigt dies in der Regel nicht die Bestellung eines Betreuers. Eine Betreuung wird nur eingerichtet, wenn keine anderen Hilfsmöglichkeiten (z. B. Soziale Dienste oder Vollmachten) mehr bestehen oder organisiert werden können.

Wie kann man eine Betreuung vermeiden?

Ausdrücklich weist der Gesetzgeber darauf hin, dass eine Betreuung nicht erforderlich ist, soweit die rechtlichen Angelegenheiten des Betroffenen durch einen Bevollmächtigten oder durch tatsächliche Hilfe Dritter ebenso gut besorgt werden können.

Es empfiehlt sich daher rechtzeitig eine schriftliche Vorsorgevollmacht für den Fall der behinderungs- oder krankheitsbedingten Handlungsunfähigkeit zu erteilen, welche man vom Notar oder der Betreuungsbehörde beglaubigen lassen kann. Im Übrigen gilt dies nicht nur für ältere Menschen: ab Erreichen der Volljährigkeit, also dem 18. Geburtstag, kann jederzeit ein Verhinderungsfall eintreten.

Wenn man keine Vorsorgevollmacht erteilen kann oder will, besteht die Möglichkeit, in einer Betreuungsverfügung schriftlich festzuhalten, wer ggf. zum Betreuer bestellt werden soll (bzw. wer

nicht) und welche Wünsche bei der Führung der Betreuung zu beachten sind. Gerichte und Betreuer sind an diese Festlegungen gebunden. Darüber hinaus ist es sinnvoll, in einer Patientenverfügung seine Vorstellungen zu formulieren, welche medizinischen Maßnahmen man im Ernstfall wünscht oder auch ablehnt.

Informationen erhalten Sie beim

Landratsamt Görlitz

Gesundheitsamt

Sachgebiet Betreuungsbehörde

Reichertstraße 112, 02826 Görlitz

Telefon: 03581 663-2680

Fax: 03581 663-62680

E-Mail: betreuungsbehoerde@kreis-gr.de

Internet: www.kreis-goerlitz.de

Wissenswertes zum Thema Wohngeld

Wohngeld ist die Unterstützung von Bund und Land an Bürger*innen, die auf Grund ihres geringen Einkommens einen **Zuschuss** zur Miete (Mietzuschuss) oder zu den Kosten selbstgenutzten Wohneigentums (Lastenzuschuss) erhalten. Die Bewilligung von Wohngeld richtet sich nach der Anzahl der Haushaltsmitglieder, deren Gesamteinkommen sowie der zu berücksichtigenden Miete bzw. aller Belastungen. Grundlage ist das **Bundeswohngeldgesetz**.

Anträge erhalten Sie in der Wohngeldstelle des Landratsamtes Görlitz, in Stadt- und Gemeindeverwaltungen.

Betreuungsverein Görlitz e.V.

Lindenweg 11
02826 Görlitz

Telefon:
(03581) 877558-0

Telefax:
(03581) 877558-88

E-Mail: Betreuungsverein.Goerlitz@web.de



Informationen und Kontakt:

Landratsamt Görlitz

Sozialamt

Sachgebiet Wohngeld

Telefon: 03581 663-2110

Fax: 03581 663-62110

E-Mail: sozialamt@kreis-gr.de

Außenstelle Löbau Außenstelle Niesky
Georgewitzer Straße 42 Robert-Koch-Straße 1
02708 Löbau 02906 Niesky
Internet: www.kreis-goerlitz.de

Antragsberechtigte können ihren Erstantrag auf Wohngeld direkt online über das Serviceportal www.amt24.sachsen.de stellen.

Wissenswertes zum Schwerbehindertenausweis

Einwohner*innen mit Behinderungen können beim örtlich zuständigen Sozialamt einen Antrag auf Feststellung der Schwerbehinderteneigenschaft und auf die Ausstellung eines Schwerbehindertenausweises stellen. Im Landkreis Görlitz erfolgt diese Feststellung im Sozialamt, Sachgebiet Schwerbehindertenrecht mit Sitz in Zittau.

Die Auswirkungen auf die Teilhabe am Leben in der Gesellschaft werden als Grad der Behinderung (GdB) nach Zehnergraden abgestuft festgestellt. Dafür werden von den jeweils behandelnden Ärzten Befunde abgefordert und ausgewertet. Eine Feststellung wird getroffen, wenn ein Grad der Behinderung von wenigstens 20 vorliegt. Schwerbehinderte Menschen sind Kraft des Gesetzes (SGB IX) Personen, bei denen ein Grad der Behinderung von wenigstens 50 vorliegt. Jene Personen erhalten einen Schwerbehindertenausweis.

Mit dem festgestellten Grad der Behinderung sind gewisse Rechte und Nachteilsausgleiche verbunden, die in Anspruch genommen werden können.

Die Antragsformulare sind auf der Internetseite des Landkreises Görlitz abrufbar unter [Formulare](#). Auf Wunsch kann den Einwohner*innen auch ein Antrag zugesandt werden.

Servicetelefon: 03581 663-2222

E-Mail: schwerbehindertenrecht@kreis-gr.de

Internet: www.kreis-goerlitz.de

Antragsadresse:

Landkreis Görlitz

Sozialamt

Sachgebiet Behindertenrecht

Postfach 300 152

02806 Görlitz

BESONDERER TIPP: NOTFALLDOSE



Immer mehr Menschen haben zu Hause einen Notfall- und Impfpass, Medikamentenplan, eine Patientenverfügung, usw. Nur ist es für Retter meist unmöglich herauszufinden, **wo** diese Notfalldaten in der Wohnung aufbewahrt werden. Nicht jedem gelingt es zudem in einer Notfallsituation Angaben zum Gesundheitszustand und anderen wichtigen Details zu machen.

In der Notfalldose können alle Notfalldaten untergebracht werden. Sie wird in die KÜHLSCHRANKTÜR gestellt. Notfalldosen haben somit einen festen Ort und können **in jedem Haushalt** einfach gefunden werden. Sind die Retter eingetroffen und sehen auf der Innenseite der Wohnungstür und dem KÜHLSCHRANK den Aufkleber „Notfalldose“, so kann diese umgehend aus der KÜHLSCHRANKTÜR entnommen werden und es sind sofort wichtige und notfallrelevante Informationen verfügbar.

Erhältlich sind die Notfalldosen über den Kreis-seniorenrat und in Görlitz im Klinikum, im Mehrgenerationenhaus in Weinhübel und im Familienbüro auf dem Demianiplatz. Auch das Zittauer Mehrgenerationenhaus an der Hillerschen Villa, das Soziale Netzwerk Lausitz in Weißwasser und das Familienbüro in Niesky geben Notfalldosen aus.

Kreissenioerenrat

Der Kreissenioerenrat vertritt die Interessen der Senior*innen im Landkreis Görlitz. Er beschäftigt sich beispielsweise auch mit den Themen Seniorensicherheit und künstliche Intelligenz für ältere Menschen.

Um die gewachsenen Strukturen der Seniorenarbeit in den Regionen zu erhalten, bildet der Kreissenienerrat drei regionale Seniorenvertretungen.

Der Vorstand besteht aus den Vorsitzenden der Regionalvertretungen und deren Stellvertretern.

Haben Sie Anregungen, Wünsche, Meinungen oder benötigen Sie Auskünfte, wenden Sie sich bitte an das Landratsamt, Dezernat II, Telefon: 03581 663-2001 oder Sozialamt Telefon 03581 663-2101. Per E-Mail erreichen Sie den Kreissenienerrat über: **kreissenienerrat@kreis-gr.de**

Die regionalen Seniorenvertretungen in Löbau/ Zittau, Görlitz und der Niederschlesischen Oberlausitz (Weißwasser, Niesky) bieten Sprechstunden an. Bitte erkundigen Sie sich aktuell über den angegebenen Kontakt.

Kreissenienerbeauftragter

Zudem bestellt der Kreistag zur Wahrung der Belange der im Landkreis lebenden Senior*innen eine*n ehrenamtlichen Seniorenbeauftragte*n. Diese*r ist per E-Mail erreichbar unter: **seniorenbeauftragter@kreis-gr.de**

Beirat für Belange von Menschen mit Behinderungen des Landkreises Görlitz

Zur Wahrung der Belange der im Landkreis lebenden Menschen mit Behinderungen hat der Kreistag einen „Beirat für Belange von Menschen mit Behinderungen“ bestellt.

Aufgabe dieses Fachbeirates ist es, unterstützend die Gestaltung der gesellschaftlichen Rahmenbedingungen auf Kreisebene dahingehend zu befördern, Gleichberechtigung und Teilhabe von Menschen mit Behinderungen in allen Bereichen der Gesellschaft (beispielsweise Mobilität, Infrastruktur, Erziehung und Bildung, Teilnahme am Arbeitsleben, Teilhabe an Freizeitangeboten, Gesundheit, Öffentlichkeitsarbeit, Wohnen) zunehmend zu verbessern.

Im Beirat wirken Vertreter*innen insbesondere aus den im Landkreis wirkenden Verbänden, Vereinen



und Organisationen, die mit Behindertenarbeit beschäftigt sind. Die verschiedensten Behinderungsarten (körperliche Behinderungen, Menschen mit Sinnesbehinderungen, Menschen mit geistigen Behinderungen, Menschen mit psychischen oder / und chronischen Erkrankungen, betroffene Eltern) wurden bei der Bestellung beachtet.

Sie erreichen den Beirat für Belange von Menschen mit Behinderungen über folgende E-Mail: **behindertenbeirat@kreis-gr.de**

Beauftragte für die Belange von Menschen mit Behinderungen

Zur Wahrung der Belange der im Landkreis lebenden Menschen mit Behinderungen hat der Kreistag des Landkreises Görlitz zudem die Beauftragte für die Belange von Menschen mit Behinderungen bestellt. Sie unterstützt die Verwirklichung einer gleichberechtigten und selbstständigen Teilhabe von Menschen mit Behinderungen in allen Lebensbereichen.

Dazu gehört auch der Bereich Wohnen für Menschen mit Beeinträchtigungen und Behinderungen einschließlich erforderlicher Wohnraumanpassung.

Zur Unterstützung und Beratung von Menschen mit Behinderung und deren Angehöriger ist auch sie Ansprechpartnerin im Landkreis.

Kontakt:

Landratsamt Görlitz

Beauftragte für die Belange von Menschen mit Behinderungen

Elvira Mirle

Bahnhofstraße 24, 02826 Görlitz

Telefon: 03581 663-9008

Fax: 03581 663-69008

E-Mail: **behindertenbeauftragte@kreis-gr.de**

Der Beirat für Belange von Menschen mit Behinderungen und die Beauftragte für Belange von Menschen mit Behinderungen arbeiten eng zusammen.

Beauftragte für die Belange von Menschen mit Behinderungen, Seniorenbeauftragte, Räte und Beiräte für Senioren bzw. für die Belange von Menschen mit Behinderungen in Städten und Gemeinden

In einigen Städten und Gemeinden des Landkreises Görlitz sind kommunale Beiräte für Senior*innen bzw. für die Belange von Menschen mit Behinderungen und/oder Beauftragte für Senior*innen bzw. für die Belange von Menschen mit Behinderungen bestellt.

Fragen Sie in Ihrer Gemeinde- bzw. Stadtverwaltung nach, wenn Sie Unterstützung benötigen oder Anliegen, Fragen bzw. Probleme im Alltag haben!

Gerne können Sie sich auch an die Beauftragten und den Beirat bzw. Rat des Landkreises Görlitz wenden.

Beratungsstelle Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung (EUTB)

Zu allen Fragen der Rehabilitation und Teilhabe können Sie sich kostenlos und unabhängig von Ihrem Wohnort bei einem der zahlreichen, deutschlandweiten EUTB-Angebote beraten und informieren lassen. Diese finden Sie unter www.teilhabeberatung.de. Die Berater*innen unterstützen Sie insbesondere im Vorfeld der Beantragung konkreter Leistungen in diesen Bereichen.

Die Beratungsstellen im Landkreis Görlitz befinden sich in Görlitz, Weißwasser, Niesky und Zittau. Trägerverein ist Görlitz für Familie e.V.

Kontakt:

Familienbüro Görlitz, Görlitz für Familie e.V.

Demianiplatz 7, 02826 Görlitz

Telefon: 03581 8787333

Fax: 03581 8789590

E-Mail: kontaktstelle@teilhabe-lkgr.de

Internet: www.teilhabe-lkgr.de

Die Berater*innen kommen auch zu Ihnen nach Hause, wenn Ihnen aus Gründen der Mobilität das Aufsuchen der Beratungsstellen nicht möglich ist.

Besonderer Tipp Freizeit und Kultur

Kulturraum Oberlausitz-Niederschlesien

Der Kulturraum Oberlausitz-Niederschlesien ist reich an vielfältigen Angeboten kultureller Bildung, die auch von Menschen mit Mobilitätseinschränkungen genutzt werden können: Theater, Museen, Kinos, Bibliotheken, Orchester, soziokulturelle Einrichtungen etc. Einige Angebote finden auch online statt.

Einen Wegweiser für Kulturveranstaltungen und kulturelle Bildungsangebote bietet die Internetseite des Kulturraum Oberlausitz-Niederschlesien an:

<https://www.kulturraum-on.de>

Projekt KuBiMobil – Fläche trifft Kultur

Das Projekt *KuBiMobil – Fläche trifft Kultur* erleichtert Menschen im Kulturraum Oberlausitz-Niederschlesien den Zugang zu Kunst und Kultur. Unabhängig von Wohnort oder Verkehrsinfrastruktur, Einkommenssituation, Alter oder Beeinträchtigungen verschiedener Art sollen die vielfältigen Angebote der unterschiedlichen Kultureinrichtungen von den in der Region lebenden Menschen einfach zu erreichen sein und genutzt werden können. So können sich Gruppen ab drei Personen, Vereine, Pflegeeinrichtungen, Seniorencafés, Selbsthilfegruppen, Wohngruppen oder einfach die Gruppe von Freund*innen die Fahrtkosten zu den kooperierenden Kulturbetrieben erstatten lassen, sofern sie in ihrer individuellen Mobilität eingeschränkt sind.

Durch *KuBiMobil-Fläche trifft Kultur* zahlt jede teilnehmende Person, auch Begleitpersonen, 2 Euro für die Fahrt zum Kulturbetrieb – der Rest wird erstattet. Während des Projektzeitraumes können mehrere Anfragen gestellt werden. Sobald eine Kooperationsvereinbarung vorliegt, können Sie *KuBiMobil – Fläche trifft Kultur* so oft nutzen wie Sie möchten. Ob Sie dabei mit Bus, Bahn oder dem privaten PKW fahren, entscheiden Sie Ihren Bedürfnissen entsprechend.

Das Projekt unterstützt zudem die Entwicklung zielgruppengerechter, kultureller Bildungsangebote. Es wird gefördert vom Bundesministerium für



© Monkey Business / AdobeStock

Ernährung und Landwirtschaft mit dem Programm „LandKULTUR“. Mehr Informationen finden Sie unter www.kubimobil.de

Kontakt:

**Kulturraum Oberlausitz-Niederschlesien
Netzwerkstelle Kulturelle Bildung
c/o Landratsamt Görlitz**

KuBiMobil – Fläche trifft Kultur
Otto-Müller-Straße 7, Raum 204, 02826 Görlitz
Postanschrift: c/o Landratsamt Görlitz
Bahnhofstraße 24, 02826 Görlitz
Telefon: 03581 663-9412
Mobil: 0151 40264915
Fax: 03581 663-69412
E-Mail: info@kubimobil.de

Verbraucherzentrale Sachsen

Die Verbraucherzentrale Sachsen ist eine unabhängige Beratungsstelle für sächsische Verbraucher. Sie verschafft einen Überblick bei unübersichtlichen Angeboten in der Marktwirtschaft. Ziel ihrer Arbeit ist es, Verbraucher*innen in Fragen des privaten Konsums zu informieren. Sie berät beispielsweise auch zu Fragen im Bau-, Wohn- und Mietrecht.

Beratungsstellen/Beratungsnebenstellen im Landkreis Görlitz
Görlitz:
Demianiplatz 8, 02826 Görlitz
Telefon: 03581 402262
Fax: 03581 402987

Weißwasser:

Straße der Kraftwerker 11, 02943 Weißwasser
Telefon: 03576 242100
Fax: 03576 207046

Zittau (Beratungsnebenstelle):

Familienbüro „Kifant“
(Deutscher Kinderschutzbund OV Zittau e.V.)
Kinder- und Jugendhaus „Villa“
Hochwaldstraße 21 b, 02763 Zittau

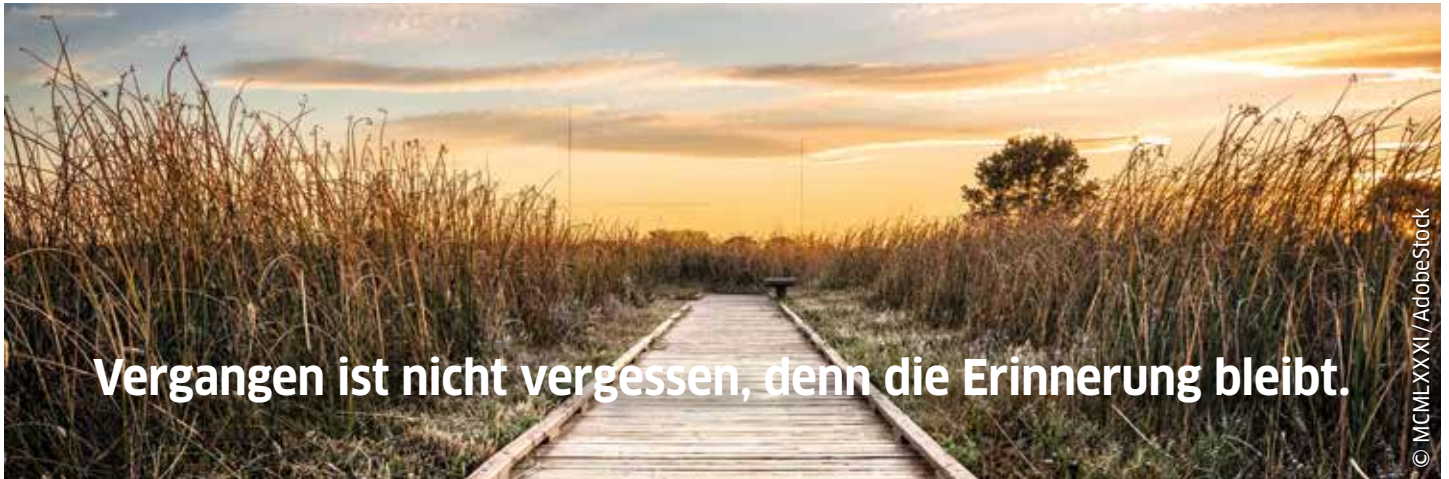
Internet: Startseite | Verbraucherzentrale Sachsen
(verbraucherzentrale-sachsen.de)

Fahrdienste

Fahrdienste stehen erkrankten oder körperlich/geistig behinderten Menschen zur Verfügung, aber auch denjenigen, die durch besondere Umstände keine öffentlichen Verkehrsmittel oder Taxen benutzen können. Hilfreich sind sie bei Krankenfahrten zum Arzt oder ins Krankenhaus, zu Kur-, Erholungs- und Rehabilitationseinrichtungen, zu Veranstaltungen und Einkaufsfahrten, für Privatbesuche und Freizeitaktivitäten. In bestimmten Fällen werden die Kosten von den Krankenkassen und Sozialämtern übernommen.

Sanitätshäuser

Sanitätshäuser und Reha-Fachhandel beraten Sie zu erforderlichen Hilfsmitteln. Vor einer Beantragung kann eine Erprobung und Beratung mit einem Sanitätshaus vereinbart werden.



Vergangen ist nicht vergessen, denn die Erinnerung bleibt.

© MCMXXXI / AdobeStock




BERATUNG
BESTATTUNG
BEGLEITUNG

Am Schöps 68 | 02829 Markersdorf
Telefon: 035829 60278

Heilige-Grab-Str. 11 | 02828 Görlitz
Telefon: 03581 310927

www.bestattungshaus-fieber.de



**Ulrich
GÖRLITZ**

- Erd-, Feuer- und Seebestattungen
- eigene Trauerhalle
- Bestattungsvorsorge
- Särge aus einheimischer Produktion
- Anzeigen, Danksagungen, Trauerdruck
- große Auswahl an Wäsche und Urnen
- Erledigung aller Formalitäten
- Beratung auf Wunsch im Trauerhaus
- Vermittlung von Versicherungen

Bestattungstradition seit 1893



**Bestatter
VOM HANDEWERK BEPÜFT**

Obermarkt 15 · 02826 Görlitz
 **03581 47360**
www.goerlitzer-bestattungshaus.de

**Bestattungsvorsorge:
Heute schon an
morgen denken!**

Tag & Nacht
 0 35 85 468 55 00

Promenadenring 6
02708 Löbau



**Bestattungshaus
Abschied**

Friedwaldbestattung
Erdbestattung
Feuerbestattung
Seebestattung

Inhaber Michael Mrochem
www.bestattungshaus-loebau.de



GÖRLITZER BESTATTUNGSHAUS KLOSE



Vertrauen und Qualität vereint
im Trauerfall und bei der Vorsorge

- in zeitgemäß neu gestalteten Räumen
- separater Abschiedsbereich für Ihre individuelle Feier
- neuer Ausstellungsraum

Als fachgeprüfter sowie DIN-zertifizierter Bestatter sind wir zuverlässig im Trauerfall an Ihrer Seite. Das gewährt Ihnen hohe Standards bei allen Leistungen rund um die Bestattung und auch Ihre Bestattungsvorsorge ist bei uns sicher.

Qualitätszertifizierter
Bestattungsdienstleister



Am Brautwiesenplatz | Görlitz | **03581/307017**
Markt 20 | Ostritz | **035823/77731** | www.bestattungshaus-klose.de

Inserentenverzeichnis

Branche	Seite	Branche	Seite
Ambulante Pflegedienste		Physiotherapie	
• Corina Romanek Häusliche Krankenpflege	29	• Angela Amberg Praxis für Physiotherapie	40
• Hand in Hand Ambulanter Pflegedienst	6	• Physiotherapie Südstadt	40
• Hauskrankenpflege Wünsch GmbH	U2	Sanitätsartikel und -bedarf	
• Lebenshilfe Zittau e.V.	34	• Sanitätshaus Braun Orthopädische Werkstätten	27
• Malteser Hilfsdienst gGmbH	34	• Orthopädische Werkstätten Görlitz Sanitätshaus Rosenkranz GmbH	26
• Versorgungszentrum Gerda Schmidt GmbH	34	Sanitär und Heizung	
Apotheke		• SHS – Sanitär & Heizung Spies	18
• Fortuna-Apotheke	6	Seniorenbetreuung	
Bau- und Gartenservice		• Seniorenbetreuung für demenziell Erkrankte	40
• Initiative Görlitz gGmbH	38	Soziale Dienste	
Bestattungsinstitute		• ASB Arbeiter-Samariter-Bund	6
• Bestattungshaus Abschied	48	• Caritasverband der Diözese Görlitz e.V.	38
• Bestattungshaus Fieber	48	• Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband Löbau e.V.	34
• Görlitzer Bestattungshaus Klose	48	• Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband Zittau e.V.	38
• Ullrich Bestattungen	48	• Volkssolidarität Kreisverband Görlitz/Zittau e.V.	6
Betreutes Wohnen		Tagespflegestätten	
• Initiative Görlitz gGmbH	32	• ATRIUM Seniorentagesstätte Schindler UG	36
Betreuung		• Seniorentagespflege Görlitz Familie Künne	38
• Betreuungsverein Görlitz e.V.	43	Verkehrsunternehmen	
Freizeitbad		• Verkehrsverbund Oberlausitz-Niederschlesien GmbH	8
• Neisse-Bad Görlitz	6	Wäscherei	
Gaststätte		• Ziwatex Zittauer Wäscherei und Textilpflege GmbH	40
• Zur Windmühle Gaststätte	6	Wohnungsunternehmen	
Hausnotruf		• KWV Kommunale Wohnungsbau- und Verwaltungsgesellschaft Olbersdorf mbH	12
• Malteser Hilfsdienst gGmbH	27		
Pflege- und Betreuungsdienst			
• Das herzliche Betreuungsteam GmbH	2		
• Reichenbacher Pflegeteam	U4		
Pflegeheime			
• Seniorenzentrum Am Stadtpark	32		
• Sozialstation Mittelherwigsdorf	24		
• St. Antoni-Stift Caritas-Altenpflegeheim	32		

U = Umschlagseite

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





REICHENBACHER PFLEGETEAM

Unser ambulanter Pflegedienst Löbauer Straße 24 – 02894 Reichenbach

Als Vertragspartner aller Kranken- und Pflegekassen sind wir Ihr Ansprechpartner für alle Fragen rund um die Kranken- und Altenpflege. Im Vordergrund unserer Arbeit steht das Ziel, die ambulante Versorgung unserer Pflegekunden so zu gestalten, dass die Individualität erhalten und gefördert wird. Unsere Leistungen beinhalten u. a.:

Grundpflege

Unter dem Begriff Grundpflege sind alle pflegerischen Maßnahmen zusammengefasst, die im Rahmen der Körperpflege, der Ernährung und Mobilität nötig werden.

- Körperwäsche und -pflege
- Hilfe bei der Nahrungsaufnahme
- Mobilisation
- hauswirtschaftliche Versorgung u. v. m.

Die Kosten für Leistungen der Grundkrankenpflege bis zur Ausschöpfung der jeweiligen Pflegesachleistungen werden von der Pflegekasse übernommen. Voraussetzung hierfür ist die Einstufung in einen Pflegegrad.



Unsere Tagespflege in Königshain – Dorfstraße 171, 02829 Königshain

Jeder möchte selbstverständlich so lange wie möglich in seinen eigenen vier Wänden oder im Kreis der Familie wohnen. Doch mit zunehmender Pflegebedürftigkeit wird es für einen selbst und die Angehörigen immer schwieriger, diese besonderen Belastungen zu bewerkstelligen. Wenn die Leistungen eines ambulanten Pflegedienstes nicht mehr ausreichen und eine „Rund-um-die-Uhr-Versorgung“ durch die Angehörigen gefährdet ist, kann die Tagespflege eine Alternative sein. Ergänzend zur täglichen Betreuung und Pflege durch unser qualifiziertes Personal können die zu Betreuenden auch weiterhin zu Hause im gewohnten Umfeld leben.

- Abholung daheim und Rückfahrt durch unseren Fahrdienst
- ein abwechslungsreiches und sehr ansprechendes Angebot an Speisen
- Hilfen bei der Körperpflege, Ernährung und Mobilität
- ganzheitliche aktivierende Betreuung (z. B. gemeinsames Kochen, Körpertraining, kreatives Gestalten, Spaziergänge, Bezug zum aktuellen Tagesgeschehen)
- individuelle Gestaltungsmöglichkeiten mit Erholungen in den Ruheräumen u. v. m.



Behandlungspflege

Behandlungspflegeleistungen werden von Ihrem Haus- oder Facharzt verordnet. Die Verordnung der häuslichen Krankenpflege hat das Ziel, die medizinische Versorgung sicherzustellen und die ärztliche Therapie zu unterstützen.

- Verbandswechsel
- Injektionen
- Medikamentengabe
- Blutzuckermessung
- Blutdruckmessungen
- Ernährungen über Portsysteme
- Versorgung von Drainagen u. v. m.

Die Kosten werden direkt mit Ihrer Krankenkasse abgerechnet.

Hausnotruf

Wir sind für Sie da, wann immer Sie uns brauchen. Rund um die Uhr, 365 Tage im Jahr. Dazu steht Ihnen unser Bereitschaftsdienst durch eine Pflegefachkraft zur Verfügung.

- Das Hausnotrufsystem ist ein anerkanntes Pflegehilfsmittel, die Kosten werden bei Pflegekunden mit Pflegegraden von der Pflegekasse übernommen.
- Die Geräte ermöglichen eine optimale Kontaktaufnahme mit der Notrufzentrale.

Betreuungsleistungen und hauswirtschaftliche Versorgungen

- Vorlesen, Spaziergänge, Gesellschaftsspiele oder verschiedene andere Beschäftigungen
 - stundenweise Betreuung bei Abwesenheit der Pflegeperson
 - hauswirtschaftliche Hilfen im Bereich des persönlichen Umfeldes
- Die Kosten hierfür werden bis zur Ausschöpfung des Kontingents von der Pflegekasse übernommen.

Gern stehen wir Ihnen und Ihren Angehörigen jederzeit für ein persönliches Beratungsgespräch in unseren Büroräumen oder bei Ihnen zu Hause zur Verfügung.

Ansprechpartner: Herr Andreas Unruh – Pflegedienstleiter
Tel. Reichenbacher Pflegeteam 035828 889714

Es ist ein tolles Erlebnis!

Sehr gern laden wir Sie zu einem Probetag ein!

Ansprechpartnerin: Frau Caroline Strack – Pflegedienstleiterin
Tel. Tagespflege 035826 899939

Unser Fahrdienst in Königshain

Unser Fahrdienst bietet Ihnen Krankenfahrten und Behindertentransporte ohne medizinische Betreuung, auch sitzend im Rollstuhl oder Tragestuhl. Dazu gehören u. a.:

- Entlassungs- und Verlegefahrten
- Arztfahrten/Rehafahrten
- Privatfahrten (z. B. Friseur, Einkäufe, Physiotherapie)

Ansprechpartner:
Herr Alexander Rösler
Fahrdienstleiter
Tel. Fahrdienst 035826 899963



Susann Kothe, Geschäftsführerin