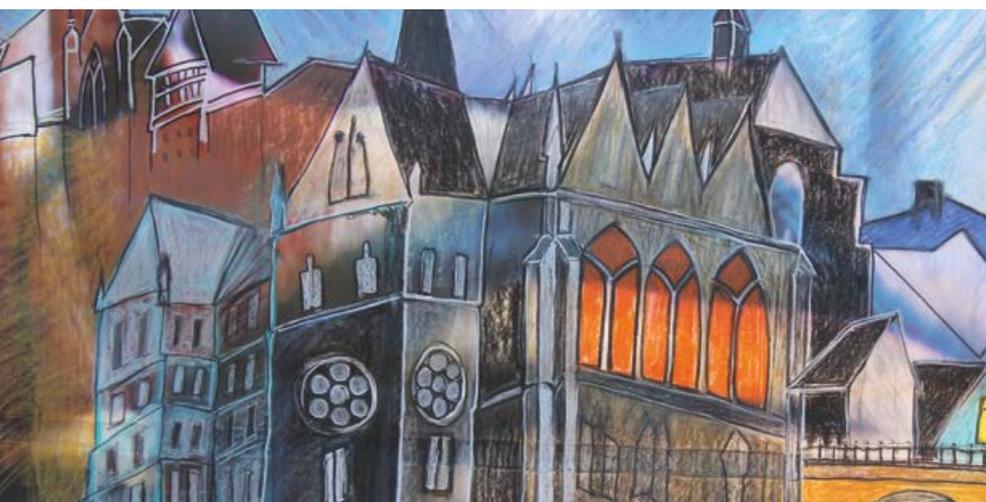




Gut wohnen im Alter und mit Behinderung

Tipps zur Anpassung der eigenen Wohnung

2022





Fotos:

Café Nikolai

Alzheimer Gesellschaft
Marburg-Biedenkopf e. V.
2019



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



in Zusammenarbeit mit:
Universitätsstadt Marburg, Fachdienst Soziale Leistungen – Pflegebüro, Am Grün 16, 35037 Marburg

Redaktion:
Verantwortlich für den redaktionellen Teil: Universitätsstadt Marburg – Ulrike Lux und mediaprint infoverlag gmbh
Verantwortlich für den Anzeigenteil: mediaprint infoverlag gmbh – Goran Petrasevic

Diese Informationsbroschüre erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.
Anregungen zu weiteren Angeboten oder Korrekturen von Daten nehmen wir gerne unter folgender Kontaktadresse entgegen:
Universitätsstadt Marburg, Fachdienst Soziale Leistungen – Pflegebüro, Am Grün 16, 35037 Marburg, pflegebuero@marburg-stadt.de

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

Quellennachweis für Fotos/Abbildungen:
Universitätsstadt Marburg – Pflegebüro/Fachstelle für Wohnberatung
Horst Pautzke: Titel großes Bild; Fachdienst Presse und Öffentlichkeitsarbeit der Universitätsstadt Marburg: Seite 1
Mit freundlicher Genehmigung der Alzheimer Gesellschaft Marburg-Biedenkopf e. V.: U2
Comeback Images - stock.adobe.com: U4 großes Bild

Ansonsten stehen die Bildnachweise in den jeweiligen Fotos.

35037039/1. Auflage/2022

Druck:
wicher.print.medien.service. UG
(haftungsbeschränkt)
Schloßstraße 8
07545 Gera

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

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



Liebe Marburgerinnen und Marburger,

viele Menschen möchten in ihrer Wohnung wohnen bleiben, auch wenn das Treppensteigen im Alter oder mit einer körperlichen Einschränkung beschwerlicher wird und alltägliche Wege nicht mehr so leicht bewältigt werden können.

Mit seinem Angebot der Wohnberatung unterstützt das Pflegebüro der Universitätsstadt Marburg seit zehn Jahren, wenn das eigene Zuhause dafür angepasst werden muss. Neben ganz konkreten praktischen Tipps gibt es auch Hinweise zur finanziellen Förderung von Umbaumaßnahmen.

Oft ist der Weg zu einem barrierefreien Zuhause gar nicht so einfach. Die Erfahrungen der Wohnberatung zeigen aber, dass er sich lohnt: Kann beispielsweise eine Wohnung oder ein Haus nach dem Einbau eines Lifts oder einer Rampe wieder selbstständig verlassen werden, ist das nicht nur eine Alltagserleichterung. Durch den Weg nach draußen werden persönliche Kontakte und soziale Teilhabe wieder möglich.

Wohnen ist ein Grundrecht. Auch und gerade in Marburg ist bezahlbarer Wohnraum die soziale Frage unserer Zeit. Das gilt in besonderer Weise für Menschen, die auf Barrierefreiheit angewiesen sind. Viele ältere Menschen und Menschen mit Behinderung wünschen

sich einen Wohnungswechsel, um ihre Wohnsituation zu verbessern und ihre Selbstständigkeit zu erhalten oder wiederzuerlangen. Die Nachfrage nach barrierefreien oder barrierearmen und vor allem bezahlbaren Wohnungen ist in Marburg – auch aufgrund der Topografie und der Art der Bebauung – sehr hoch. Die Universitätsstadt Marburg handelt seit vielen Jahren entschlossen, um dieses Problem zu lösen. In den letzten Jahren sind rund 3.000 neue Wohnungen in Marburg entstanden. Weitere sind in Planung.

Diese Broschüre soll Sie über die verschiedenen Möglichkeiten der Anpassung der eigenen Wohnung oder des eigenen Hauses im Alter oder bei Behinderung informieren. Manchmal ist jedoch der Wechsel in eine barriereärmere Wohnung eine gute Alternative – hierzu erhalten Sie ebenfalls nützliche Hinweise. Auch wenn Sie aktuell noch keine Einschränkung haben sollten: Lassen Sie sich anregen, über die verschiedenen Möglichkeiten des Lebens und Wohnens nachzudenken.

Ihr

Dr. Thomas Spies
Oberbürgermeister

Ambulante Pflege Mittelhessen



Ambulante Pflege. Lange gut leben.

Wir sind für Sie da und betreuen Sie mit unserem professionellen Team in den Bereichen
Marburg
Kirchhain
Stadtallendorf
Amöneburg

DRK Ambulante Pflege Mittelhessen gGmbH

Am Scheidfeld 1a
 35260 Stadtallendorf
 Tel.: 06421 9626-600
 pflege@drk-mittelhessen.de

www.pflege-mittelhessen.de

Die DRK Ambulante Pflege Mittelhessen gGmbH ist eine Tochtergesellschaft von:




Römergarten® Senioren-Residenzen GmbH

...weil Sie es sich verdient haben!

Ein Zuhause für Senioren...

Haus Ullrich in Kirchhain

Das bieten wir Ihnen:

- 105 komfortable Einzelzimmer mit barrierefreiem Duschbad und genug Platz für eigene Möbel
- Vollstationäre Pflegeplätze für alle Pflegegrade
- Kurzzeit- und Verhinderungspflege
- hauseigene Küche und eine tägliche Auswahl aus frisch gekochten Menüs sowie nachmittags Kaffee und Kuchen
- „Café Fleur“ mit Terrasse



Auf Wunsch beraten wir Sie gerne in einem persönlichen Gespräch. Rufen Sie uns einfach an.

...weil Sie es sich verdient haben!

Römergarten Senioren-Residenzen GmbH, Haus Ullrich
 Doberluger Straße 3, im Riedeboden, 35274 Kirchhain
 Tel. 0 64 22 / 89 78-0, kirchhain@roemergarten-seniorenresidenzen.de



Lange gut leben

Wussten Sie schon, dass wir für Sie Arbeiten im Haus oder Garten ganz unkompliziert übernehmen können?



DRK Haus- und Gartenservice Ihr persönlicher Hausmeisterdienst

Kompetenter Service zu fairen Preisen.
 Lassen Sie sich jetzt kostenfrei beraten unter
Tel. 06421 9626-0 oder 0641 40006-0



DRK Kreisverband Marburg-Gießen e.V.
 Eichgärtenallee 90
 35394 Gießen
 hausmeisterdienste@drk-mittelhessen.de
 www.drk-mittelhessen.de



Inhaltsverzeichnis

Impressum	U2	Wohnen für Menschen mit Sehbeeinträchtigung	23
Grußwort	1	Finanzierungs- und Fördermöglichkeiten	24
Mehr als ein Dach über dem Kopf	4	Wenn ein Umzug nötig wird	27
Gutes Wohnen im Alter und mit Behinderung	4	Welche Wohnung passt zu mir?	27
Rundgang durch die Räume	6	Wo finde ich eine Wohnung?	28
Eingang, Treppenhaus und Flur	7	Wohnung gefunden? – Weitere Hilfen	28
Badezimmer	8	Gut und sicher wohnen: Tipps und Hinweise	30
Schlafzimmer	11	Seniorenwegweiser 2020 „Älter werden in Marburg“	30
Küche	12	Mehr Sicherheit zu Hause: die „Dose für den Notfall“	30
Wohnzimmer	14	Wichtig-Mappe: Gut sortiert. In allen Lebenslagen.	31
Balkon, Terrasse und Garten	15	Wichtige Kontakte	32
Checkliste „Ein Leben lang zu Hause wohnen“	17	Inserentenverzeichnis	U3
Alter und Technik	19		
Wohnen für Menschen mit Demenz	22		

U = Umschlagseite

Mehr als ein Dach über dem Kopf ...

... Gutes Wohnen im Alter und mit Behinderung

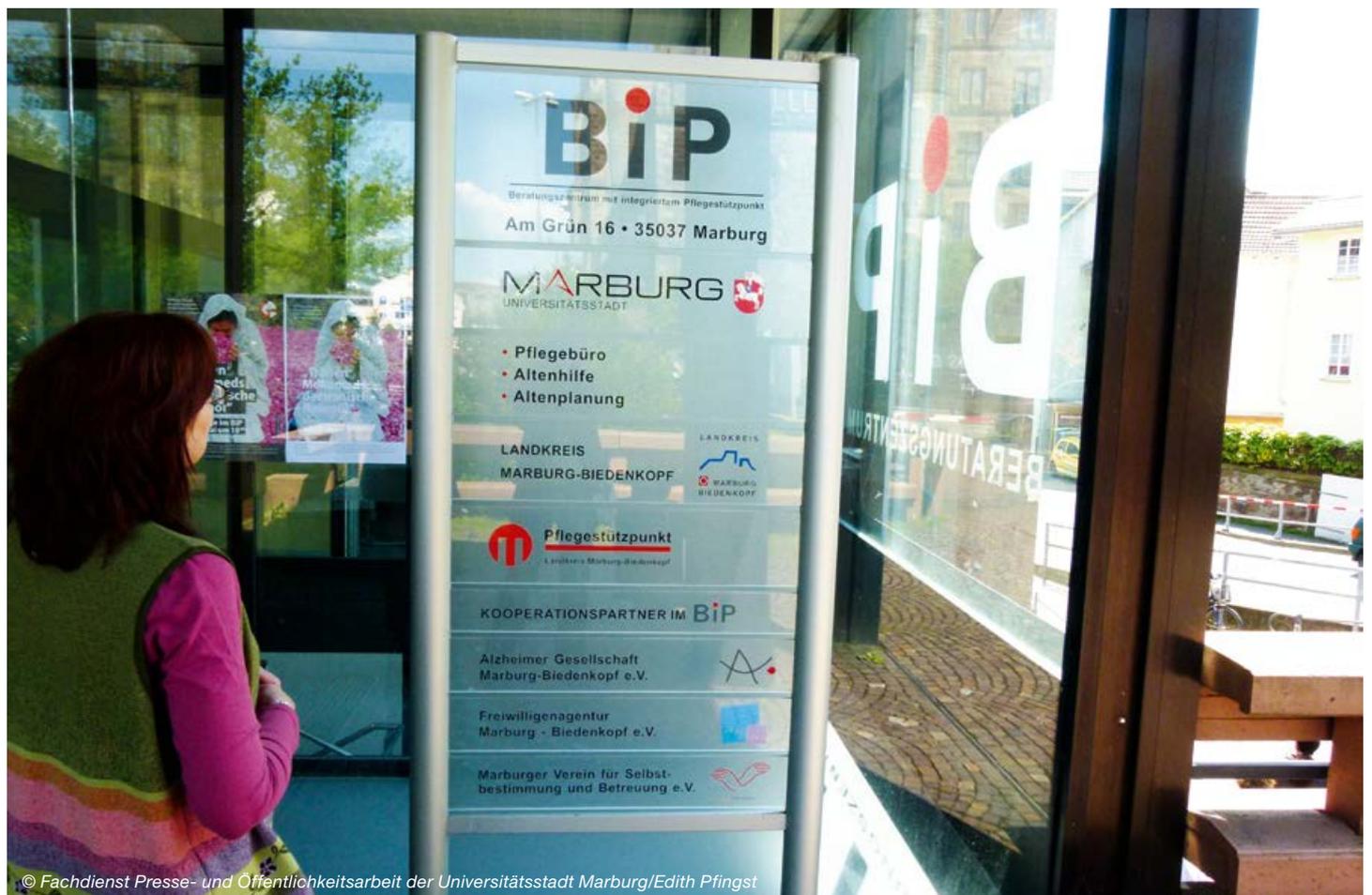
Wünsche und Ansprüche an das Wohnen verändern sich im Laufe eines Lebens. Das gilt auch und besonders mit zunehmendem Alter oder bei eintretender Behinderung. Dennoch fällt der erste Schritt zu einer konkreten Veränderung oft schwer. Möglicherweise ist in der eigenen Wohnung schon länger nichts mehr verändert worden und – so der eigene Eindruck – das eigene Zuhause ein sicherer Ort.

Wenn beispielsweise Stufen am Eingangsbereich nicht mehr selbstständig überwunden werden können oder der Einstieg in die Badewanne zu hoch ist, der Balkon aufgrund einer hohen Türschwelle nicht mehr genutzt wird oder viele ungenutzte Möbelstücke die Bewegungsfläche verkleinern, arrangieren sich viele Menschen zunächst mit diesen Unzulänglichkeiten. Ein Sturz, eine schwere Erkrankung oder eine ohnehin anstehende umfassende Sanierung sind häufig der Anlass, sich mit der Frage der Anpassung der eigenen Wohnung an sich verändernde Lebensumstände zu

beschäftigen. „Weiterhin in den eigenen vier Wänden wohnen!“ ist dann ein häufig formuliertes Ziel.

Hier setzt die Beratung zur Wohnungsanpassung an: Oft findet nach einer ersten Kontaktaufnahme ein Hausbesuch statt, um die Örtlichkeiten und Wohngewohnheiten kennenzulernen und darauf abgestimmte Lösungen zu finden. Mit entsprechenden Anpassungs- und Umbaumaßnahmen kann so häufig eine „normale Wohnung“ barrierefrei nutzbar gemacht werden. Individuell wird dabei versucht, möglichst viele Aspekte der DIN 18040 zum barrierefreien Planen und Bauen umzusetzen.

Oft ist der Weg zu einem barrierefreien Bad oder einer mit dem Rollstuhl unterfahrbaren Küchenzeile gar nicht so einfach. Die Erfahrungen der Wohnberatung zeigen aber, dass er sich lohnt: Kann in einem barrierefrei umgebauten Bad erstmals nach langer Zeit wieder beschwerdefrei geduscht werden oder in der umgestalteten Küche der Herd selbst genutzt werden, sind dies ganz besondere Augenblicke!





Ist eine Anpassung der Wohnung nicht möglich und/oder ein Wohnungswechsel gewünscht: Hier bietet das Pflegebüro der Universitätsstadt Marburg mit seinem Angebot der Wohnberatung auch Unterstützung bei der Suche nach einer geeigneten (zum Beispiel barrierefreien) Wohnung sowie Information und Beratung zu unterschiedlichen Wohn- und Unterstützungsmöglichkeiten für ältere Menschen und Menschen mit Behinderung. Wichtig: Das Angebot ist vertraulich, trägerunabhängig und kostenfrei!

Das Pflegebüro ist Teil des „Beratungszentrums mit integriertem Pflegestützpunkt“ (BiP) am Rudolphsplatz – mitten in Marburg. In BiP finden Sie weitere Angebote, wie die Altenhilfe mit der Geschäftsstelle des Seniorenbeirats und die Altenplanung der Universitätsstadt Marburg. Des Weiteren beraten Sie der Pflegestützpunkt des Landkreises Marburg-Biedenkopf, die Alzheimer Gesellschaft e. V., die Freiwilligenagentur Marburg-Biedenkopf e. V. (FAM) sowie der Verein für Selbstbestimmung und Betreuung e. V. (SuB) (Kontakt siehe „Wichtige Kontakte“).

Als das Pflegebüro vor 20 Jahren mit seinem Angebot der Beratung pflegebedürftiger Menschen und ihrer Angehörigen seine Arbeit aufnahm, wurde rasch klar, dass Art und Umfang der individuell erforderlichen Unterstützung eines einzelnen Menschen unmittelbar zusammenhängen mit der Qualität der Wohnsituation: Wer barriereärmer lebt, benötigt weniger Hilfen! Schon damals wendeten sich deshalb viele Menschen auch mit Fragen der Anpassung der eigenen Wohnung an Pflegebüro. Um die Bedeutung des Themas Wohnberatung auch nach außen sichtbar zu machen, trägt das

Pflegebüro im erweiterten Titel seit 10 Jahren (mit dem Umzug ins damals neu entstehende BiP) die Bezeichnung „Fachstelle für Wohnberatung“. Durchschnittlich in jeder dritten Anfrage geht es um das Thema Wohnen als Hauptthema – oder auch als Thema, das sich im Laufe einer Beratung entwickelt.

Im Laufe der Jahre ist so eine „Hitliste“ der angefragten Themen der Wohnungsanpassung entstanden:

1. **Bad/Dusche:** zum Beispiel der Umbau einer Badewanne zur bodengleichen Dusche
2. **Zugang zum Haus/zur Wohnung:** zum Beispiel eine Rampe oder ein (Treppen-)Lift
3. **Umnutzung von Räumen:** zum Beispiel das Aufstellen des Pflegebetts im Wohnzimmer
4. **Mobilität in der Wohnung und im Wohnumfeld:** unterschiedliche Gehhilfen, Rollstühle oder Elektroscooter
5. **Küche:** Tipps zur barrierefreien Planung und Umgestaltung auf begrenztem Raum

Schöner, sicherer und bequemer in den eigenen vier Wänden wohnen – hierzu soll diese Broschüre einen Überblick geben. Am Anfang steht der Rundgang durch ein Haus oder eine Wohnung. Hier erhalten Sie wichtige Tipps und Informationen zur Gestaltung einzelner Räume. Daneben werden viele Hilfsmittel – auch technische – vorgestellt, die das Wohnen im Alter und bei Behinderung angenehmer machen. Besondere Hinweise gibt es zu „Wohnen und Demenz“ und „Wohnen mit Sehbeeinträchtigung“. Die Anpassung der Wohnung ist manchmal gar nicht teuer, umfangreiche Wohnungsanpassungen können aber auch viel Geld kosten. Darum sind im Kapitel „Finanzierung“ die wichtigsten Punkte zum Thema zusammengestellt. Menschen, die einen Wohnungswechsel wünschen, finden Information im Kapitel „Der Weg ins neue Zuhause“.

Das Pflegebüro/Fachstelle für Wohnberatung sammelt „Best-Practice“-Beispiele. Freuen Sie sich über eine gelungene Anpassung oder nutzen Sie ein unkonventionelles oder ungewöhnliches Hilfsmittel? Wir freuen uns über Zusendungen!

Viel Spaß und Anregung beim Lesen!

Pflegebüro Marburg/ Fachstelle für Wohnberatung

Ansprechpartnerin: Frau Lux
Am Grün 16, 35037 Marburg
Telefon: 06421 201-1508

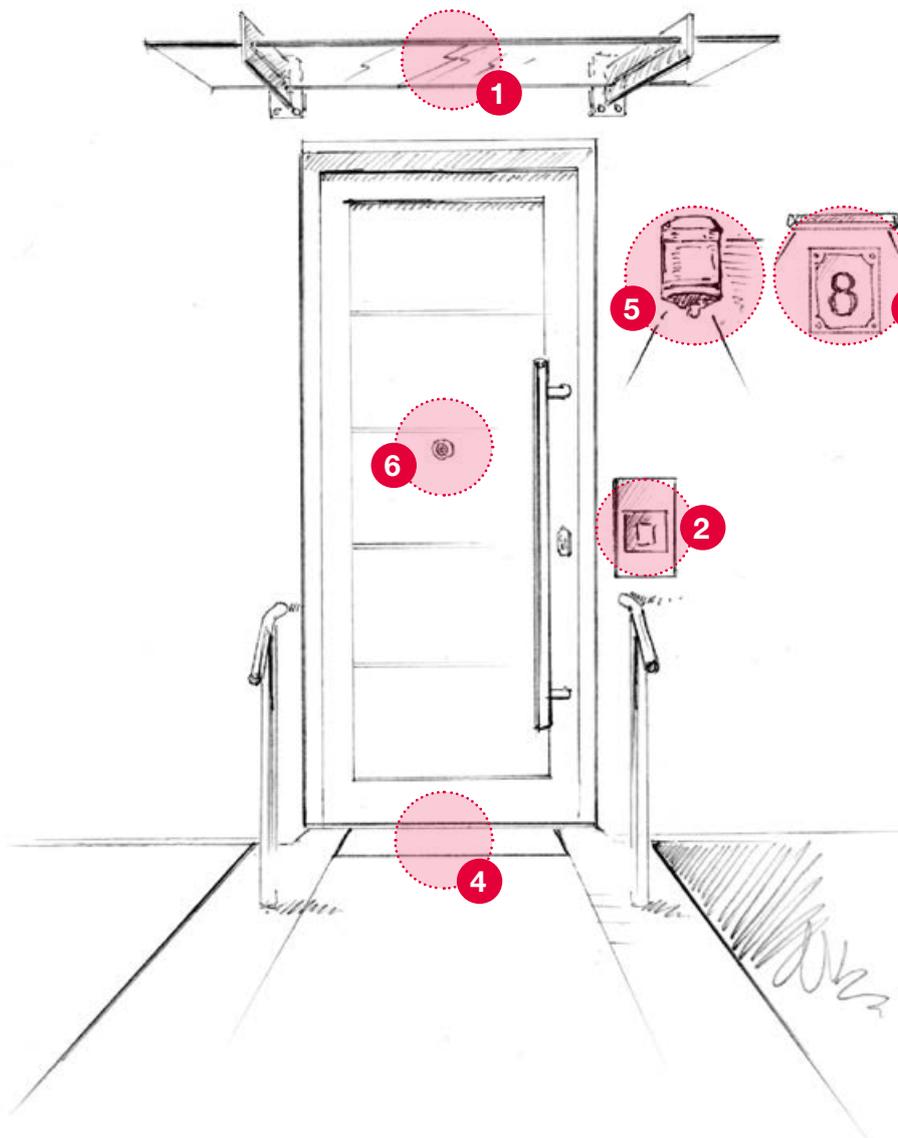
✉ pflegebuero@marburg-stadt.de
www.marburg-stadt.de/pflegebuero

Rundgang durch die Räume



In vielen Lebenssituationen wird das Wohnen in der eigenen Wohnung ohne Anpassung der Wohnung schwierig. Der folgende „Rundgang“ durch die verschiedenen Räume eines Haushalts führt Ihnen vor, an welchen Stellen Umbaumaßnahmen vorgenommen werden können, um das selbstständige Leben in der Wohnung oder im Eigenheim zu erleichtern. Hier wird nur eine kleine Auswahl von möglichen Hilfsmitteln oder Umbaumaßnahmen angesprochen. Manche Tipps können selbstverständlich in mehreren Räumen angewandt werden. Bei einer individuellen Wohnberatung kann abgeklärt werden, wie Ihre Wohnsituation noch besser gestaltet werden kann.

Hinweis: Haben Sie Ihre Wohnung oder Ihr Haus gemietet? Hier benötigen Sie bei baulichen Maßnahmen im und am Haus die Zustimmung des Vermietenden!



Eingang, Treppenhaus und Flur

Eingang

- 1 Ein Vordach dient als Wetterschutz.
 - 2 Eine beleuchtete Klingelanlage ist gut erkennbar. Eine integrierte Gegensprechanlage und Kamerafunktion geben Sicherheit.
 - 3 Große beleuchtete Hausnummern ermöglichen das entspannte Erkennen.
 - 4 Ein eingelassener Fußabtritt ist rutschsicher und kann Stürze verhindern.
- Empfehlung: Abstellmöglichkeit für Rollator, elektrischen Rollstuhl oder Elektroscooter (Stromanschluss!) einplanen.
 - Eine blendfreie Wegbeleuchtung, die nach unten scheint und nach oben abgedunkelt ist, lässt Hindernisse frühzeitig erkennen.
 - Eine Rampe ermöglicht einen Höhenunterschied zu überwinden und sollte für Selbstfahrende 6 Prozent Gefälle nicht übersteigen. Bei einer Stufe von 17 cm beträgt die Raumlänge somit 2,90 m. Handlauf, Absturzsicherungen und rutschfester Bodenbelag sind empfehlenswert.



Treppenhaus

- 5 Bewegungsmelder sorgen für eine automatische Innenbeleuchtung. Ausreichend Zeitintervall einplanen, damit das Treppenhaus durchquert werden kann.
- ScalaMobil, Treppenlifte, Plattformlifte oder Aufzüge in Erwägung ziehen, wenn das Treppensteigen nicht mehr möglich ist.

Flur

- 6 Winkel-Türspione bieten die Möglichkeit zu sehen, wer vor der Tür steht, ohne die Tür zu öffnen. Die Montagehöhe sollte individuell auf die nutzenden Menschen abgestimmt werden.
- Die Gegensprechanlage sollte in gut erreichbarer Höhe angebracht werden.
 - Nachrüstbare Türöffnungssysteme zum automatischen Öffnen der Wohnungseingangstür ermöglichen das Türöffnen von jedem Raum der Wohnung aus.
 - Ablagemöglichkeiten neben der Wohnungseingangstür, eventuell für Gehhilfen, Schlüssel, Brille etc., sorgen für freie Hände und Sicherheit.

Allgemeine Tipps für den Eingangsbereich

- Bewegungsmelder für die Lichtsteuerung sorgen für eine automatische Beleuchtung.
- Markierte rutschhemmende Treppenstufen im Außenbereich dienen der Sturzprophylaxe.
- Beidseitig durchgehende Handläufe (Durchmesser 3,0 – 4,5 cm), die jeweils 30 cm über die letzten Stufen hinausragen, dienen der Sicherheit und erleichtern das Treppensteigen.
- Handläufe sind bereits ab 2 Treppenstufen sinnvoll. Die Höhe des Geländers sollte 85 cm betragen.
- Ein vertikaler Türgriff ist ergonomisch und erleichtert das Öffnen der Haustür.

Badezimmer

Bewegungsfläche

- 1 Eine Bewegungsfläche von 120 × 120 cm und für Rollstuhlfahrende von 150 × 150 cm ist wünschenswert, um das Wenden eines Rollators oder Rollstuhls im Badezimmer zu ermöglichen.

Türen

- 2 Eine Türbreite von 90 cm (mindestens 80 cm) ermöglicht das problemlose Erreichen des Badezimmers mit Rollator oder Rollstuhl. Nach außen zu öffnende Türen oder Schiebetüren mit Schlössern, die von außen entriegelt werden können, schaffen mehr Platz und ermöglichen, Personen, die Hilfe benötigen, schnell zu erreichen.

Toilette

- 3 Die individuell angepasste Höhe der Toilette (Empfehlung 44 – 48 cm) und fest montierte Stützklappgriffe erleichtern das Aufstehen. Die Toilette sollte so hoch sein, dass die nutzende Person wie auf einem Stuhl sitzt und die Füße sicher auf dem Boden aufstellen kann. Alternative: nachrüstbare Toilettensitzerhöhung oder Toilettenbrille mit integrierten klappbaren Haltegriffen.

-  Die Toilettenpapierhalterung sollte in Greifnähe der Toilette angebracht werden.

Waschtisch

- 4 Die Unterfahrbarkeit des Waschtisches für Rollstuhlfahrende oder zum Sitzen beim Waschen vorsehen, eventuell Unterschrank entfernen.



- 5 Ein Badezimmerspiegel, ab Oberkante Waschbecken in einer Höhe von 100 cm angebracht, ist universell und im Sitzen und Stehen nutzbar.
- Beim Einbau eines neuen Waschtisches sorgt ein Flach- oder Unterputzsiphon für mehr Beweglichkeit beim Sitzen am Waschtisch.
- Haltegriffe (auch in den Waschtisch integriert möglich!) geben Sicherheit beim Waschen und erleichtern das Aufstehen.
- Armaturen sollten auch im Sitzen gut erreichbar sein, somit sollte der Waschtisch eine Tiefe von 55 cm nicht überschreiten. Empfehlenswert ist eine leicht zu bedienende Einhebel-Armatur mit verlängertem, schwenkbarem Hebel oder Schlauchbrause.
- Die Installation eines Temperaturbegrenzers ist sinnvoll, um Verbrühungen vorzubeugen.
- Ein höhenverstellbarer Waschtisch lässt sich individuell an die Bedürfnisse anpassen.

Duschplatz

- 6 Eine bodengleiche Dusche macht das Duschen sicher und bequem. Unbedingt notwendig bei Nutzung eines Duschrollstuhls!
- 7 Ein stabiler und rutschfester Duschsitz oder -hocker oder eine gemauerte Duschbank geben Sicherheit.

vor dem Umbau



nach dem Umbau



- 8 Duschbrause-Wandhalterungen in zusätzlicher Funktion als Haltegriffe geben Sicherheit und erübrigen das Anbringen zusätzlicher Griffe. Eigenhändig verstellbare Duschköpfe oder Duschköpfe mit Schlaufe unterstützen das gezielte Abbrausen.
- 9 Rutschhemmende Fliesen bzw. rutschsichere Matten geben Halt und Sicherheit und können Stürze verhindern.
- Duschtrennwände sind Barrieren. Empfehlenswert sind ein Vorhang, halbe Duschtüren oder Duschtüren mit einem 180°-Scharnier, die sich komplett nach außen öffnen lassen.

Badewanne

- Das Entfernen der Badewanne kann weitere Bewegungsfläche schaffen.
- Ein Badewannenlifter oder Wannenbrett hilft beim Ein- und Ausstieg.
- Der nachträgliche Einbau einer Badewannentür kann weiterhin das Vollbad ermöglichen.
- Rutschsichere Matten geben Halt und Sicherheit und können Stürze verhindern.

Allgemeine Tipps fürs Badezimmer

- Rutschhemmende Bodenfliesen minimieren die Rutschgefahr. Möglichst kleinformatige und griffige Bodenfliesen mit reflexionsarmer Oberfläche verwenden.
- Für das Anbringen von Haltegriffen die Tragfähigkeit der Wand sicherstellen. Der Stützklappgriff muss mit einer Punktlast am vorderen Ende des Griffs von mindestens 100 kg belastet werden können.
- Lichtschalter, Steckdosen und Heizungsventile sollten zur leichteren Bedienbarkeit in Greifhöhe (85 – 105 cm) angebracht werden. Solche Schalter können auch nachgerüstet werden.
- Die Beleuchtung sollte hell und blendfrei sein. Als Basisbeleuchtung eine oder mehrere Deckenleuchten und zur Ergänzung Wandleuchten einplanen. Am Spiegel sind seitlich positionierte, blendfreie Lichtquellen sinnvoll.
- Farblich kontrastreiche Gestaltung aller Hilfsmittel (zum Beispiel Haltegriffe), damit sich diese von der restlichen Umgebung deutlich abheben und besser wahrgenommen werden.
- Die Farb- oder Fliesengestaltung von Wand- zu Fußbodenfliesen sollte unterschiedlich sein, damit die Übergänge deutlicher wahrgenommen werden.

vor dem Umbau



vor dem Umbau



nach dem Umbau

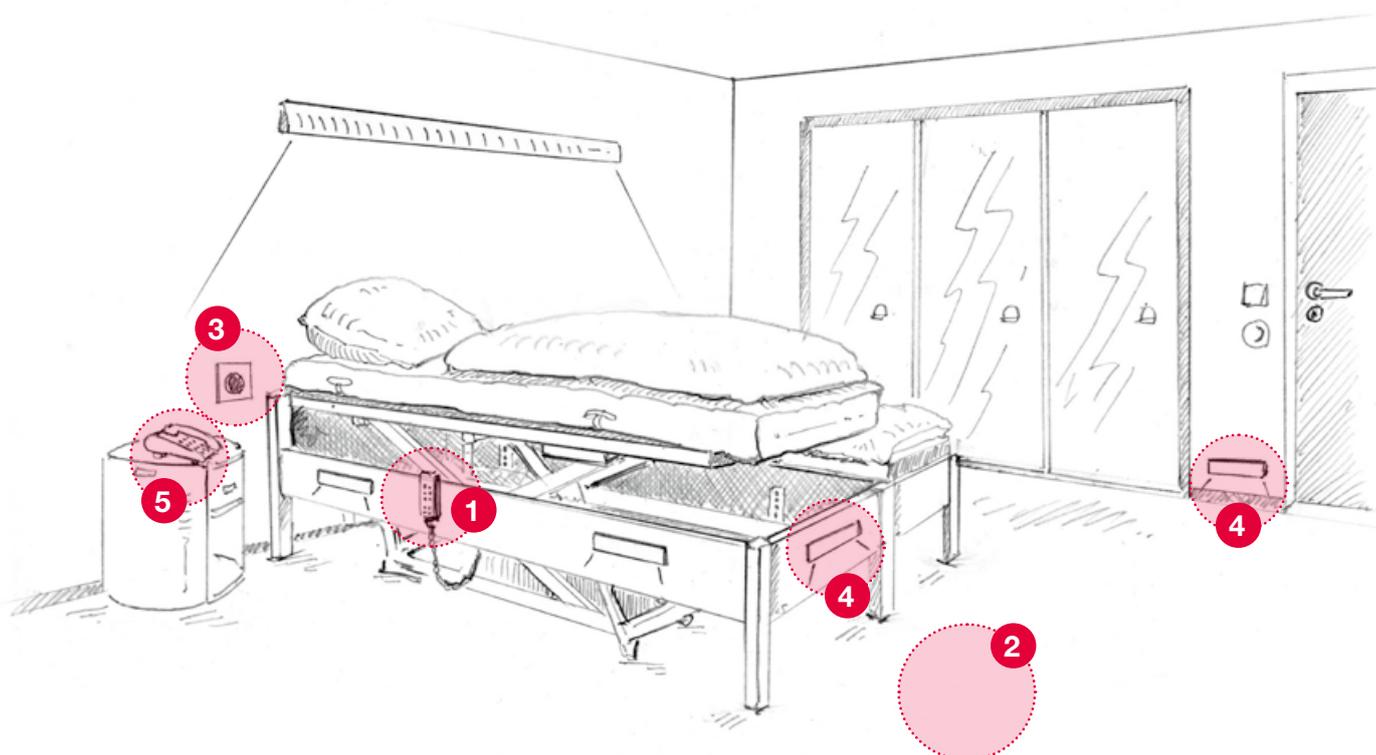


Schlafzimmer

- 1 Mit einem elektrisch verstellbaren Lattenrost lässt sich die Höhe des Bettes auf die eigenen Bedürfnisse einstellen und dient als Aufstehhilfe. Diese Lattenroste können in das eigene Bett montiert werden.
 - 2 Das Bett sollte im Falle einer Pflege von drei Seiten begehbar sein. Individuelle Abwägung: Manchmal bietet eine Wand an der Seite jedoch auch das Gefühl von Schutz und Geborgenheit.
 - 3 Die Beleuchtung sollte mit Schalter vom Bett aus bedienbar sein. Ein mobiler Funkschalter bietet eine Alternative.
 - 4 Ausreichend Sensor-Nachtlichter anbringen, die automatisch den Weg zur Toilette beleuchten.
 - 5 Ein Telefon oder evtl. einen Hausnotruf am Bett vorsehen, damit im Notfall Hilfe gerufen werden kann.
- Die Betthöhe sollte individuell zum angenehmen Aufstehen eingestellt werden.



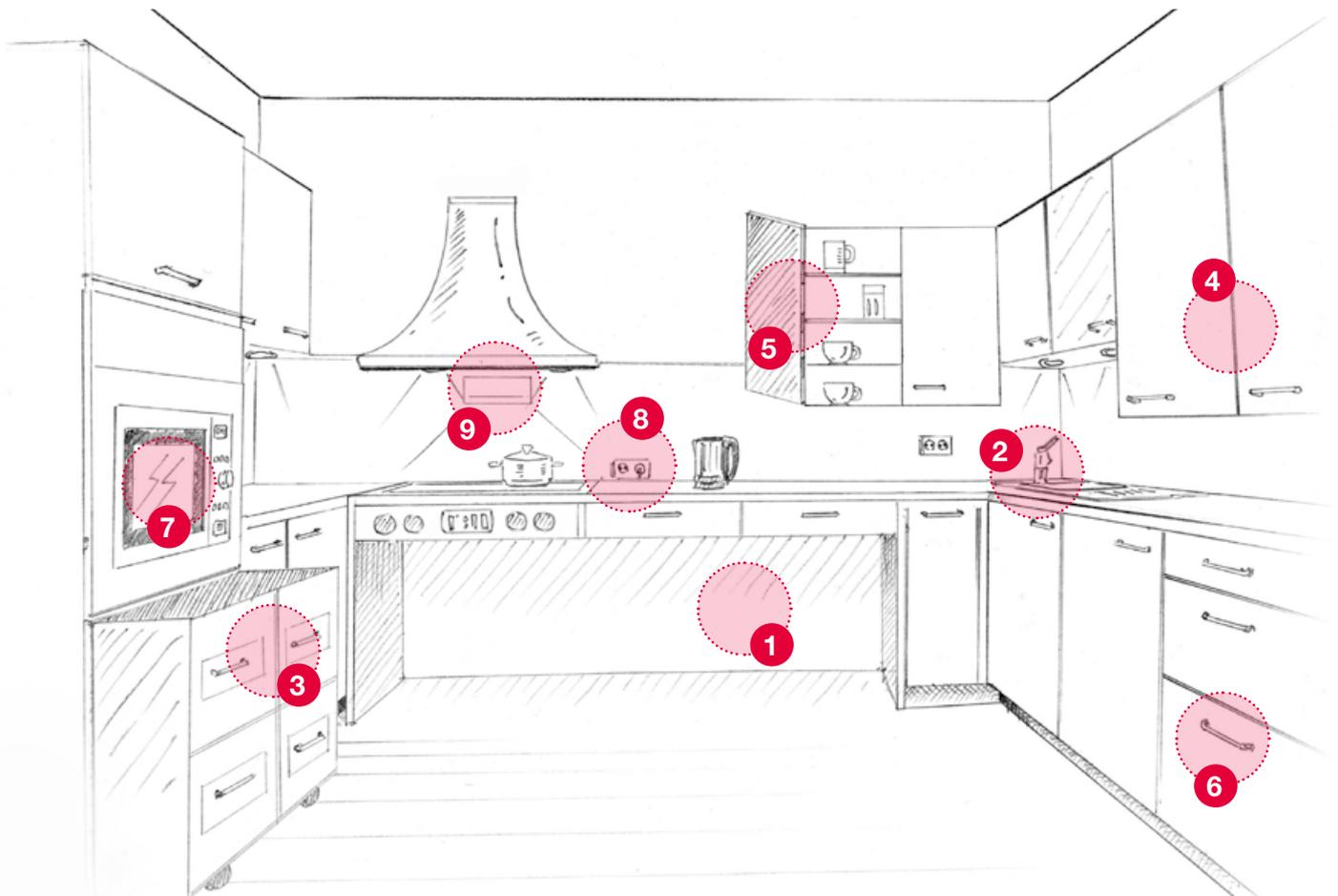
- Den Nachttisch zur besseren Erreichbarkeit auf die gleiche Höhe wie die Matratze erhöhen.
- Ein Kleiderlift-System kann Rollstuhlfahrenden die Nutzung des Kleiderschranks weiterhin ermöglichen.
- Den Kleiderschrank mit Schiebetüren ausstatten, um Bewegungsfläche zu schaffen.



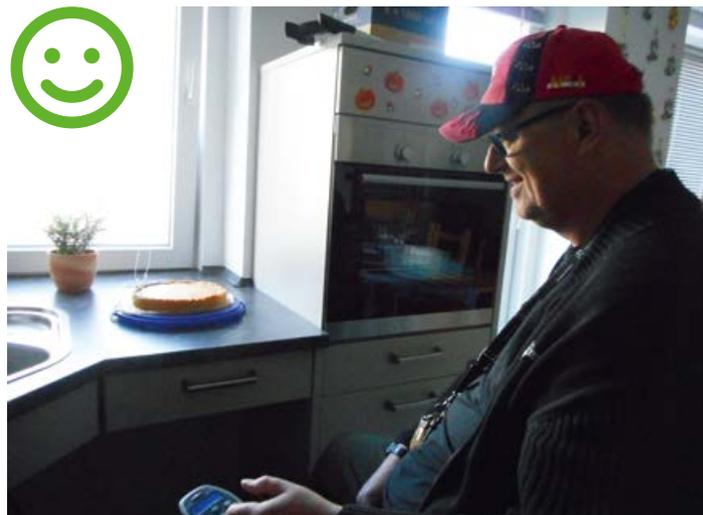


Küche

- 1 Einen Arbeitsplatz zum Sitzen einrichten. Durch das Entfernen eines Unterschranks, aber auch durch eine herausziehbare Arbeitsplatte kann Beinfreiheit geschaffen werden. Gute Dienste kann eine Stehhilfe leisten.
- 2 Die Spülarmatur im vorderen Bereich des Spülbeckens anbringen, mit ausziehbarem Brause-schlauch zur einfachen Handhabung.
- 3 Die Unterschränke mit Auszügen und Schubla-den nachrüsten. Alternativ können nachträglich herausfahrbare Einhängkörbe montiert werden.
- 4 Die Oberschränke individuell anpassen und gege-benenfalls tiefer anbringen oder eine Höhenver-stellung zum einfachen Entnehmen des Schrank-inhalts einbauen. Glaseinlegeböden ermöglichen eine gute Sicht auf den Schrankinhalt.
- 5 Die Türen der Oberschränke mit 180°-Scharnie-ren zum kompletten Wegklappen der Schrank-türen ausstatten. Das schafft Bewegungsfreiheit.
- 6 Große, geschlossene Beschläge an Schranktüren und Schubladen erleichtern das Greifen.



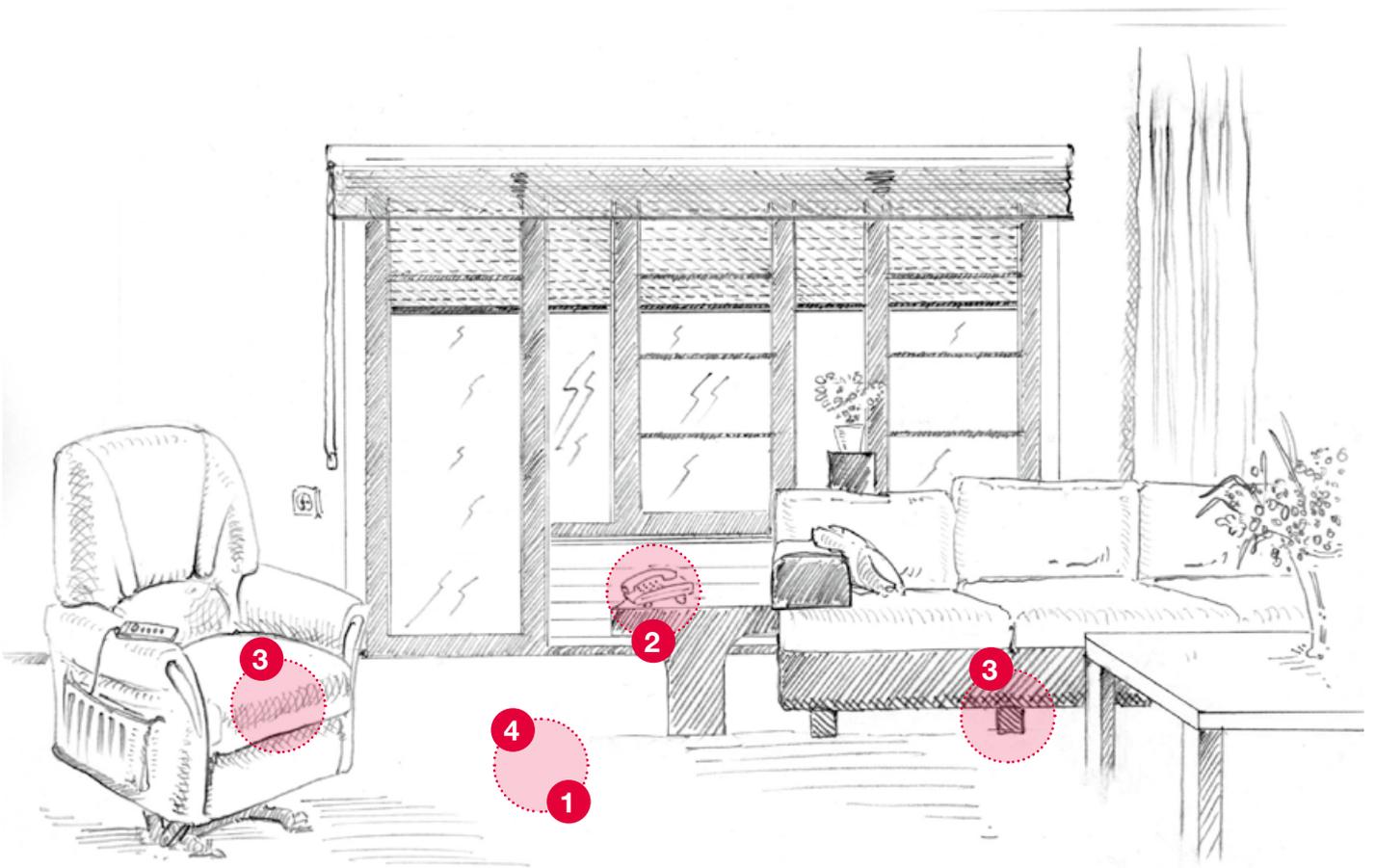
- 7 Backofen, Kühlschrank und Geschirrspüler sollten zur Arbeitserleichterung in Greifhöhe eingebaut werden.
- 8 Bei Neuinstallation: Lichtschalter, Steckdosen und Heizungsventile in Greifhöhe (85 – 105 cm).
- 9 Herd-Überwachungssysteme können Brände vermeiden.
- Platz schaffen für die Dinge des alltäglichen Gebrauchs und eine kleine Vorratshaltung anlegen. Alles in Greifnähe anordnen.
- Bei Neuanschaffung eines Backofens sollte dieser mit seitlich zu öffnender Tür und herausziehbarer feuerfester Arbeitsplatte versehen werden.
- Die Bedienelemente zur besseren Erkennbarkeit kontrastreich gestalten, beispielsweise durch farbige Schalter und Steckdosen.
- Der Einbau von Sensorbeleuchtungen sorgt für automatische Beleuchtung in der Dämmerung und im Dunkeln.





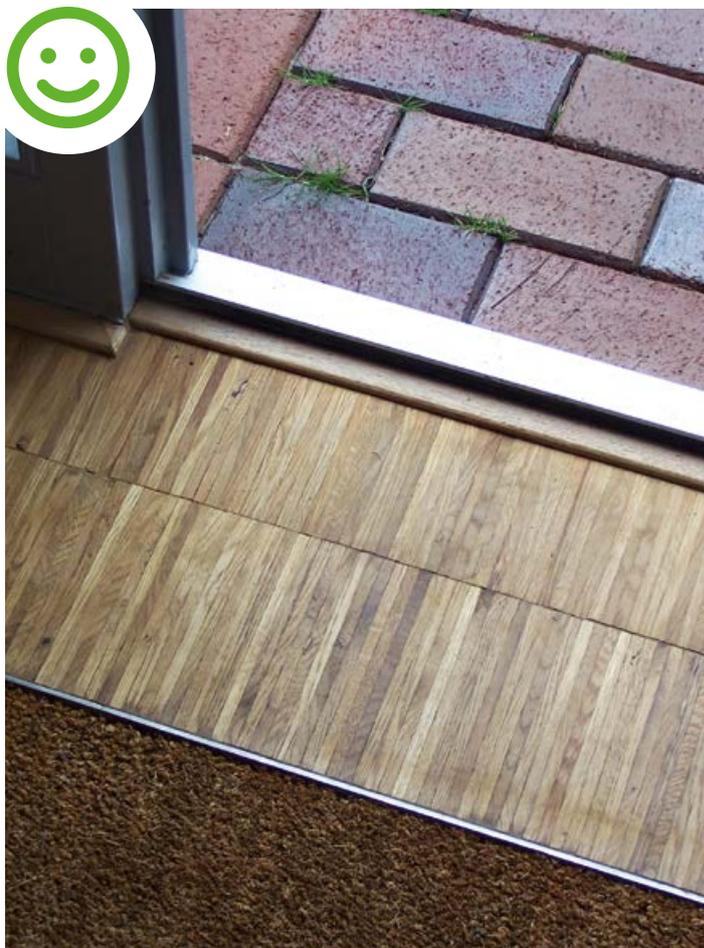
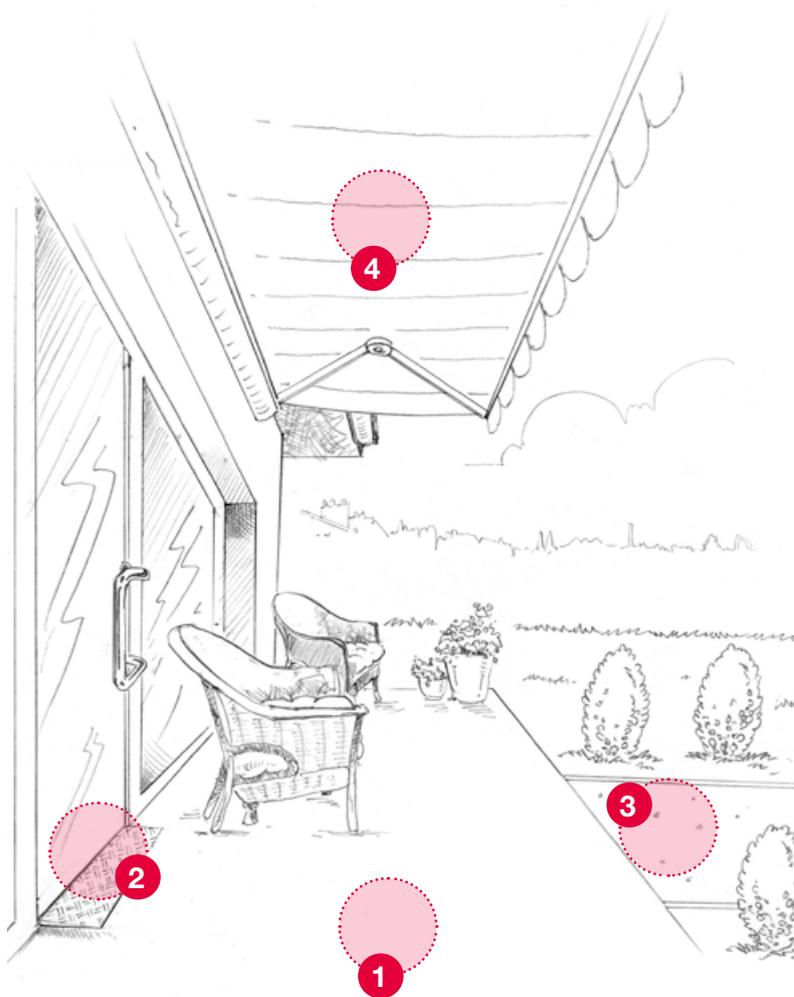
Wohnzimmer

- 1 Platz schaffen, sodass alle Möbel und Fenster gut erreichbar sind und größtmögliche Bewegungsfreiheit entsteht!
 - 2 Das Telefon in Greifnähe der Lieblings-Sitzgelegenheit vorsehen.
 - 3 Für ausreichend hohe Sitzmöbel sorgen, gegebenenfalls Erhöhung durch fest montierte Unterlegklötze, Unterstützung durch Aufstehsitze oder Aufstehsessel.
 - 4 Auf fest verlegte, rutschhemmende Fußbodenbeläge achten. Teppichläufer oder Teppiche können Stürze verursachen!
- Für gute Erreichbarkeit von Lichtschaltern sorgen, eventuell Einsatz von Funklichtschaltern.
 - Bedienungsfreundliche Fernbedienungen mit großen Symbolen, zum Beispiel für Tür, TV, Stereoanlage verwenden.



Balkon, Terrasse und Garten

- 1** Ein rutschfester Bodenbelag hilft, Stürze zu vermeiden.
- 2** Gegebenenfalls Schwellen an Balkon- und Terrassentüren mit Rampen nachrüsten.
- 3** Die Gartenwege sollten möglichst 1 m breit, der Bodenbelag rutschfest und ohne große Fugen verlegt sein, sodass keine Stolperfallen entstehen und das Fahren mit Rollator und Rollstuhl möglich ist.
- 4** Für ausreichend Sonnenschutz sorgen, idealerweise mit einer elektrischen Markise.
- Haltegriffe neben der Balkon- oder Terrassentür helfen beim Überwinden von Türschwellen.
- Plattform- oder Treppenlift können größere Höhenunterschiede überwinden.
- Drehsitze können das Umsetzen vom Wohnzimmer auf den Balkon oder die Terrasse ermöglichen.




**Deutsches
Rotes
Kreuz**

 Kreisverband
Marburg-Gießen

**ACHT WOCHEN
GRATIS**
Jetzt abschließen
mit Kennwort
„DRK Hausnotruf“

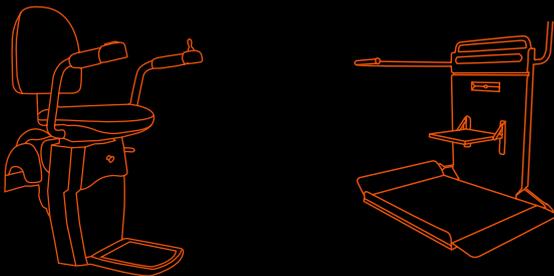
Älter, bunter, sicherer.
Es gibt noch Trends, die Freude machen.

Hausnotruf. Lange gut leben.
Tel. 06421 9626-0 / 0641 40006-0
www.drk-mittelhessen.de



Wachsmann Lift -Technik

Ohmweg 3, 35043 Marburg – www.lift-technik.de



Seit über **20 Jahren** Ihr Spezialist
für Treppenlifte in **Marburg**



Checkliste „Ein Leben lang zu Hause wohnen“

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

Bitte beachten Sie, dass diese Checkliste nur zur Anregung dient und nicht alle Bereiche oder spezielle Bedürfnisse abdeckt.

Allgemeine Hinweise	ja	nein
Gibt es einen Telefonanschluss in Flur, Wohn- und Schlafbereich?		
Sind genügend Rauchmelder für den Brandschutz angebracht?		
Sind die Fenstergriffe leicht zu bedienen?		
Sind alle Stolperfallen (lose Kabel, rutschende Teppichläufer, Fußabstreifer, Vorleger, sonstige Gegenstände etc.) beseitigt bzw. rutschsicher befestigt?		
Weisen die Türen eine ausreichende Breite auf?		
Lassen sich Rollläden elektrisch bedienen?		

Hauseingang	ja	nein
Gibt es Platz, wo z. B. Einkäufe bequem abgestellt werden können?		
Ist die Haustür überdacht?		
Lässt sich die Haustür leicht öffnen und schließen?		
Können Sie die Haustür sicher erreichen oder bestehen Hindernisse wie Treppen?		
Gibt es eine einbruchsichere Türsicherung, z. B. mit einem Metallbügel?		
Sind Klingelschilder, Hausnummer, Briefkasten und Eingangstür gut erkennbar und ausreichend beleuchtet?		

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

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

Notizen

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

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

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

Balkon und Terrasse	ja	nein
Sind Rollläden und Markisen elektrisch bedienbar?		
Ist der Zugang sicher und bequem möglich?		
Ist ein bequemer Sitzplatz mit Sonnen- und Wetterschutz vorhanden?		

Alter und Technik

Um ein möglichst selbstständiges Leben führen zu können, müssen die Gegebenheiten in der Wohnung so angepasst werden, dass beispielsweise das Essen, die tägliche Körperpflege oder der Gang zur Toilette möglichst lange mühelos bewältigt werden können.

Neben Umbaumaßnahmen können kleine Hilfsmittel den Alltag erheblich erleichtern. Eine praktische Gehhilfe ist zum Beispiel der Rollator, von dem es auch unterschiedliche Varianten für innen und außen gibt. Voraussetzung für den häuslichen Gebrauch ist, dass genug Freiraum vorhanden ist.

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

Im Badezimmer ist es wichtig, mit Haltegriffen für mehr Standsicherheit zu sorgen und Rutschgefahren zu vermeiden. Ein drehbarer und verschiebbarer Duschsitz, der am Duschtassenrand aufgesetzt wird, hilft Ihnen beim Ein- und Aussteigen in die Dusche und kann ohne Aufstehen bewegt werden. Sehr nützlich für die tägliche Hygiene ist beispielsweise ein Dusch-WC mit Warmwasser-Unterdusche und Warmluft-Trocknung. Ein weiteres technisches Hilfsmittel ist die Funk- bzw. Umfeldsteuerung, mit der Sie durch Sprachbefehle

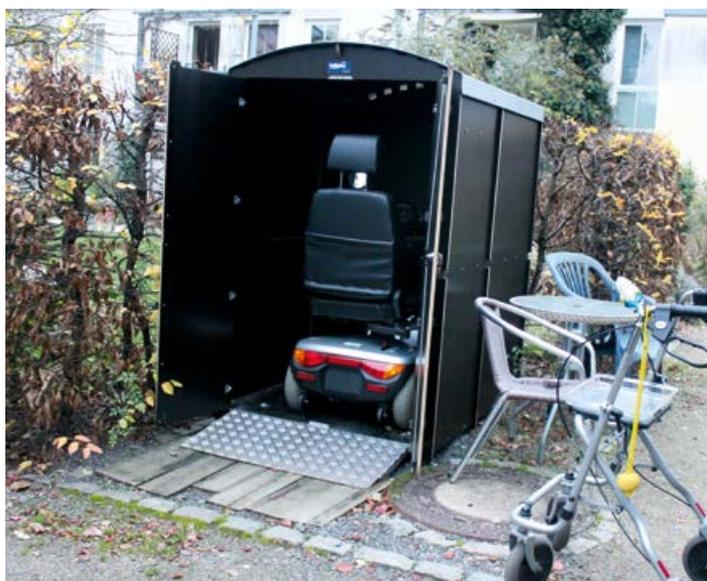
Beleuchtung, Jalousien, Heizung, Türsprechanlage und HiFi-Anlagen bedienen können. Nicht zu vergessen ist eine Notrufanlage mit Funksender, die sich immer in Ihrer Greifnähe befindet. Auch das Telefonieren lässt sich mit einer größeren Tastatur, einem Hörverstärker und einer Freisprecheinrichtung um einiges vereinfachen.

Einmal mit dem Thema befasst, lassen sich eine Vielzahl von kreativen und häufig verblüffend einfachen Hilfsmitteln für jeden Bereich der Wohnung entdecken, die die Nutzung der Alltagsgegenstände für alle Familienmitglieder erleichtern. Eine Zughilfe für Netzstecker, ein Frühstücksbrett mit erhöhter Kante, rutschfeste Unterlagen oder eine Greifzange sind weitere Beispiele für kleine Hilfen.

Weitere Ideen, wie Sie Ihr Leben im eigenen Haushalt bequemer gestalten können, erfahren Sie in der Wohnberatung, in einer Physio- oder Ergotherapie-Praxis oder im nächsten Sanitäts- bzw. Gesundheitshaus. Eine Fülle von Angeboten finden Sie auch im Internet in diversen Online-Shops für Hilfsmittel und barrierefreies Wohnen.

Hausnotruf

Der Hausnotruf bietet alleinstehenden Menschen ein hohes Maß an Sicherheit. Bei einem Sturz oder plötzlicher Übelkeit kann über den Hausnotruf schnell Hilfe gerufen 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, den Pflegedienst oder direkt den Rettungsdienst, genauso, wie dies vorher festgelegt wurde.

Ab Pflegegrad 1 ist eine Bezuschussung durch die Pflegekassen möglich.

Passive Notrufsysteme

Für Menschen mit erhöhtem Sicherheitsbedürfnis: Die Systeme erkennen selbsttätig Notfallsituationen und geben automatisch Alarm. Bewegungssensoren in den Zimmern nehmen Aktivität wahr. Bei einem längeren Zeitraum ohne Bewegung wird Alarm ausgelöst. Die Sensoren werden auf individuelle Gewohnheiten abgestimmt. Im Alarmfall werden eine Servicezentrale oder Angehörige informiert.

Sensor- oder Alarmmatten

Für Menschen mit Weglauftendenz. Bei Berühren der Fußmatte wird Alarm ausgelöst. Es gibt im Handel einfache Fußmatten, die bei Kontakt ein akustisches Signal auslösen, bis hin zu intelligenten Matten, die über mobile Endgeräte oder Notrufsysteme Notrufe weiterleiten können. Kostengünstige Alarmmatten sind im Handel unter dem Stichwort „Katzenklingel“ erhältlich.

Aufstehhilfen

Für Menschen mit Einschränkungen des Bewegungsapparates. Unterstützen das Aufstehen und Hinsetzen. Geneigtes Hoch- und Herunterfahren der Sitzfläche bzw. des kompletten Sessels oder Stuhls zum einfachen Aufstehen.

Herd-Überwachungssysteme

Für Menschen mit beginnender Vergesslichkeit. Die Systeme verhindern Brände durch Überhitzung. Nach Ablauf einer voreingestellten Kochzeit oder Auslösung des Hitzesensors wird der Herd automatisch abgeschaltet. Die Herdüberwachung muss vom Fachbetrieb installiert werden. Eine Förderung durch die Pflegekassen und eine Senkung der Beiträge der Hausratversicherung sind möglich.

Orientierungs- oder Nachtlicht

Bei Seheinschränkungen, zur Orientierung in der Nacht oder in schlecht beleuchteten Räumen. Automatische Beleuchtung, die mit Bewegungssensor und Helligkeitssensor ausgestattet ist, d. h., Leuchten gehen bei Dämmerung und bei Bewegung automatisch an und wieder aus.

Fenstergriff-Verlängerung

Für Menschen mit körperlichen Einschränkungen zum sicheren Öffnen von schwer zugänglichen Fenstern, wie zum Beispiel hinter der Badewanne, hinter der Küchenarbeitsplatte oder im Dachbereich. Bestehend aus einem Verlängerungsstab mit Griff und schwenkbarer Außenhülse. Die Fenster lassen sich durch die Hebelwirkung des Griffs sehr leicht öffnen und wieder schließen. Es handelt sich um eine mechanische Technik – ein Batteriewechsel ist NICHT notwendig.

Verstärkter Signal-Umwandler für Telefon- und Türklingel

Für Menschen mit Höreinschränkung, die Wecker-, Haustür- oder Telefonklingeln nicht mehr hören können. Der Klingelton wird verstärkt (zum Teil 95 dB) und in einen starken Stroboskop-Lichtblitz oder eine Vibration umgewandelt. Diese modularen Systeme werden nach individuellen Anforderungen zusammengestellt. Daher ist eine hörakustische Beratung empfehlenswert.

Wassermelder und -regulatoren

Für Menschen mit beginnender Vergesslichkeit. Diese Systeme verhindern Wasserschäden und Verbrühungen. Die Wassermelder geben bei Wasserkontakt, zum Beispiel bei nicht eingedrehten Wasserhähnen, eine sofortige Alarmierung über ein akustisches und optisches Signal. Zum Schutz vor Verbrühungen regulieren Wasserregulatoren automatisch die Wassertemperatur über eine individuell einstellbare Temperatursperre (zum Beispiel ab 38 °C). Die Montage der Armaturen sollte durch einen Fachbetrieb ausgeführt werden.



Treppenliftsysteme und Homelifte (Aufzugssysteme)

Für Menschen mit Gebehinderungen zur Erhaltung der Mobilität. Die Liftsysteme ermöglichen das Überwinden von Höhenunterschieden im Haus oder auf dem Grundstück. Auf dem hiesigen Markt gibt es eine große Auswahl unterschiedlicher Liftsysteme. Empfehlenswert ist eine auf die individuellen Bedürfnisse und die Wohnsituation abgestimmte fachliche Beratung!

Mobile Möbel für Küche und Badezimmer

Für Menschen mit Bewegungseinschränkungen. Auf dem Markt gibt es höhenverstellbare, gut erreichbare Schränke und Badmöbel. Höhenverstellbare Ober- und Unterschränke, Toiletten oder Waschtische gibt es in mechanischer oder elektrischer Ausführung. Die Liftsysteme sind nachrüstbar und können so in die vorhandene Wohnsituation eingepasst werden.

Festnetztelefone mit großen Tasten

Für Menschen mit motorischen Einschränkungen und Sehbeeinträchtigungen. Zum einfachen Ertasten und Erkennen der Pfeiltasten des Telefons. Die Telefone besitzen große Tasten und sind kontrastreich. Direkttasten und Bildtasten erleichtern das Wählen. Immer selbst ausprobieren, da jeder Mensch andere Bedürfnisse hat!

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 zu erhöhen. Ins Deutsche übersetzt, steht AAL für **Altersgerechte Assistenzsysteme** für ein unabhängiges Leben.

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. Smart-Home-Technologien werden eingesetzt, um wiederkehrende Prozesse selbstständig zu steuern.

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

- automatische Abschaltung des Herdes bei Abwesenheit
- Überwachung von Häusern und Wohnungen, Schutzmaßnahmen gegen Einbrüche
- individuelle Beleuchtungs-, Raumtemperatur- oder Musiksteuerung
- Kommunikation und Videounterhaltung per Fernseher oder Tablet-PC
- Steuerung von Lampen, Heizungen und anderen Elektrogeräten per Smartphone oder Tablet
- automatisches Öffnen und Schließen von Rollläden
- intelligente Rauchmelder informieren bei Brandverdacht auch Verwandte oder Nachbarn
- Eingangsüberwachung mit Türöffnung
- automatische Flurbeleuchtung
- Transponder zur Öffnung von Haus- oder Zimmertüren
- Klingel mit optischem Signal

Die Anwendungen sind einfach zu bedienen und können nahezu unauffällig in den Alltag eingebunden werden. Die Systeme werden an die individuelle Lebenssituation angepasst und können bei Bedarf verändert oder erweitert werden. Im Rahmen des Bundesprogramms „Altersgerechtes Umbauen“ unterstützt das Bundesministerium des Inneren, für Bau und Heimat und die KfW-Bankengruppe Smart-Home-Lösungen mit finanziellen Zuschüssen. (Kontakt siehe „Wichtige Kontakte“)

Wohnen für Menschen mit Demenz

Immer mehr Menschen erkranken im Alter an Demenz. In dieser Situation ist es für viele Menschen wichtig, weiter in der eigenen Wohnung leben zu können. Denn im bekannten und vertrauten Wohnumfeld zu sein, schenkt Sicherheit, dient der Orientierung, ermöglicht Selbstbestimmung. Nehmen Alltagskompetenzen mit fortschreitender Erkrankung ab, lässt sich mit einigen Veränderungen im Wohnraum das Leben und das Zusammenleben für und mit an Demenz erkrankten Menschen sicherer und einfacher gestalten.

Türen

- sind wichtige Orientierungspunkte und fördern die Selbständigkeit.
- Wird nicht mehr erinnert, welcher Raum sich hinter der Tür verbirgt, helfen Aufkleber, Fotos, Bilder oder einfach nur die Aufschrift wie beispielsweise „Bad“.
- Wiedererkennung des bewohnten Zimmers kann durch Kennzeichnung erreicht werden, die einen Bezug zur Lebensgeschichte hat.
- Mit Kontrastfarbe gestrichene Türen sind leichter wahrnehmbar, da sie sich von der Wandfarbe abheben.
- Soll umgekehrt unbemerktem Verlassen der Wohnung vorgebeugt werden, kann die Haustür mit einem Vorhang verdeckt werden. Ein an der Tür angebrachtes Klangspiel oder eine Signalfußmatte künden das Verlassen der Wohnung an und alarmieren andere Hausbewohner.
- Glastüren sollten unbedingt mit einem Fensterbild sichtbar markiert werden.

Licht und Farbe

- Dunkle Ecken sollten gut ausgeleuchtet sein, dazu können Bewegungsmelder mit eingebauter Lampe dienen (Nachtlichter).
- Auch nachts dienen diese Lampen der Orientierung und sorgen für einen sicheren Weg vom Schlafzimmer ins Badezimmer.
- Es wird empfohlen, Räume mit 500 bis 600 LUX auszuleuchten.
- Helle und freundliche Pastell-Wandfarben beruhigen – gemusterte Tapeten können Unruhe begünstigen.
- Ein reflektierender Fußbodenbelag kann möglicherweise als eine Wasserfläche wahrgenommen werden; Muster im Bodenbelag werden mitunter als „Löcher“ oder „Hürden“ verkannt und werden nicht mehr betreten.

- Manche Menschen mit Demenz fürchten sich vor ihrem eigenen Spiegelbild. Hier hilft das Entfernen des Spiegels, das Verdecken von spiegelnden Schranktüren hinter Vorhängen oder das Abhängen mit Tüchern.

Küche

- Eine mögliche Gefahrenquelle in der Küche können Elektro- und Gasherd bzw. Backofen sein. Eine spezielle vom Elektriker eingebaute Herdabschaltautomatik kann hier abhelfen.
- Generell sollten alle Elektrogeräte einen Überhitzungsschutz mit Abschaltautomatik haben.
- Besser als die Anschaffung neuer Geräte mit einfacher Bedienfunktion ist das Reparieren alter Geräte. Das Bedienen neuerer Geräte kann von Menschen mit Demenz nur noch sehr schwer erlernt werden.
- Spül- und Waschmaschinen sollten einen Aquastopp haben.
- Menschen mit Demenz benötigen oft nur das Nötigste: Reduziert man die Ausstattung der Küche und lässt die wichtigsten Gegenstände gut sichtbar und erreichbar sein, ist das sehr hilfreich.
- Werden Schranktüren ausgehängt, sind die Gegenstände dahinter gut sichtbar.
- Ein Sitzplatz zum gemütlichen (Mit-)Arbeiten in der Küche ermutigt zum Aufenthalt oder zum (Mit-)Kochen in der Küche.

Badezimmer

- Es wird empfohlen, die Badezimmertür nach außen aufgehen zu lassen, damit sie im Notfall leicht geöffnet werden kann.
- Auch das Entfernen des Schlosses kann das Einsperren im Bad verhindern.
- Eine Toilettenerhöhung und das Anbringen von Haltegriffen an Toilette, Waschbecken und Dusche geben Sicherheit.
- Generell sollten Duschen und Wannen sowie kritische Stellen am Boden mit rutschfesten Matten versehen sein.
- Es gibt spezielle Vorrichtungen, die verhindern, dass zu heißes Wasser aus den Leitungen fließt. Menschen mit Demenz können manchmal veränderte Temperaturwahrnehmungen haben und so besteht eine erhöhte Verbrühungs-/Verbrennungsgefahr.

- Füllstandmelder für Waschbecken und Badewannen helfen Überschwemmungen zu vermeiden. Diese geben bei Erreichen der vorgestellten Wasserhöhe einen Alarmton.
- Haben Fliesen und Armaturen die gleiche Farbe (weiß), werden mitunter die Konturen nicht mehr wahrgenommen. Hier hilft eine Randmarkierung mit buntem Isolierband zur besseren Orientierung.

Schlafzimmer

- Teppiche und Bettvorleger sind zwar gemütlich, können aber zur Stolperfalle werden.
- Ein Lichtschalter direkt am Bett kann Orientierungslosigkeit und Stürzen vorbeugen.
- Bewegungsmelder oder Leuchtstreifen, die den Weg zur Toilette markieren, dienen der Orientierung.
- Um Verbrennungen zu vermeiden, ist es besser, auf Heizdecken zu verzichten. Wenn der Verzicht nicht möglich ist, sind Heizdecken mit Abschalt-Automatik die bessere Wahl.

Wohnzimmer

- Generell gilt, Stolperfallen zu vermeiden. Das können dickere Teppiche und Teppichkanten, herumliegende Kabel und im Raum stehende Lampen sein.
- Ein gemütlicher Sitzplatz am Fenster mit Blick nach draußen erweist sich oft als aktivierende „Beschäftigung“, die Freude und Wohlbefinden schenkt.

- Das Wohnzimmer eignet sich zur Gestaltung von Beschäftigungs- und Erinnerungsecken, in denen Menschen mit Demenz vertrauten Tätigkeiten (Handarbeiten, Lesen, Reparieren etc.) nachgehen oder sich mit alten Fotoalben, Tagebüchern etc. beschäftigen können.
- Defekte Elektrogeräte wie Fernseher möglichst reparieren. Ist dies nicht möglich, kann man spezielle Universal-Fernbedienungen nutzen, die nur über sehr wenige Funktionen verfügen.

Die aufgezeigten Maßnahmen sind als Vorschläge zu verstehen! Nicht alle der vorgestellten Maßnahmen eignen sich für jeden Menschen mit Demenz. Aufgrund des nachlassenden Kurzzeitgedächtnisses werden „Anpassungen“ – durchaus über einen längeren Zeitraum – als neu und fremd erlebt, die verunsichern können. Die Erkrankung verläuft individuell. Beobachten Sie genau und nehmen Sie Veränderungen dosiert vor, denn jede Veränderung bringt Verunsicherung. Den Wohnraum dem aktuellen Stand der Erkrankung in kleinen Schritten anzupassen hilft, solange wie möglich in den eigenen vier Wänden Sicherheit und Wohlbefinden zu erleben. Bei allen Wohnraumanpassungen ist zu bedenken, dass die eigenen vier Wände für ältere Menschen einen Ort darstellen, der über viele Jahre vertraut geworden ist, zu dem eine hohe emotionale Verbundenheit besteht, die Sicherheit, Wohlbefinden und Lebensqualität vermittelt.

Wohnen für Menschen mit Sehbeeinträchtigung

In Marburg gibt es ein spezielles Angebot für Menschen, die mit einer Sehbeeinträchtigung leben:



Die Seniorenberatung der Deutschen Blindenstudienanstalt (blista) berät Menschen mit einer Seheinschränkung sowie deren Angehörige. Sie beantwortet Fragen zur Augenerkrankung und gibt Tipps im Umgang mit einer Sehbehinderung. Das mobile Beratungsangebot kommt mit dem SEHmobil – einem

mit Hilfsmitteln ausgestatteten Bus – zu Ihnen nach Hause. Eine Fachperson stellt Ihnen Hilfsmittel vor und zeigt Möglichkeiten auf, wie Sie sich besser in der eigenen Wohnung zurecht finden und Ihren Alltag weitgehend autonom meistern können. Die individu-

elle Beratung ist kostenfrei und findet in der Regel zu Hause statt.

Deutsche Blindenstudienanstalt e. V. – blista-Seniorenberatung

Biegenstraße 20 1/2, 35037 Marburg

Telefon: 06421 606-500/-505

✉ seniorenberatung@blista.de

www.blista.de



© blista-Seniorenberatung
(beide Fotos)

Finanzierungs- und Fördermöglichkeiten

Bevor Sie Umbaumaßnahmen einleiten, sollten Sie eine fachkundige Beratung hinzuziehen. Durch eine Wohnraumberatung können Sie sich einen Überblick über die Veränderungsmöglichkeiten verschaffen und mit der Planung beginnen. Zur finanziellen Förderung von Maßnahmen der Wohnungsanpassung gibt es je nach individuellen Voraussetzungen und Fragestellungen unterschiedliche Möglichkeiten.

Bitte informieren Sie sich unbedingt über die jeweils für Sie zutreffenden Voraussetzungen!

Krankenkasse

Hilfsmittel wie zum Beispiel

- Duschhocker und Duschstühle
- Badebretter
- Toilettensitzerhöhungen
- Umsetzhilfen/Aufstehhilfen
- Gehhilfen und Rollatoren
- Rollstühle
- Badewannenlifter
- Pflegebetten/Krankenbetten

werden über eine ärztliche Hilfsmittelverordnung (eventuell nach Rücksprache mit der Krankenkasse) über ein Sanitätshaus bestellt, häufig auch geliefert und bei Bedarf angebracht. Hilfreich ist auch eine Einweisung in den Gebrauch. Es ist wichtig, die Verordnung mit der Diagnose und der richtigen Hilfsmittelnummer versehen zu lassen. Die Kosten für die Hilfsmittel werden von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen, jedoch ist ein Eigenanteil von 10 % (mindestens 5 €, maximal 10 € Zuzahlung pro Hilfsmittel) zu leisten. Bei Privatversicherten ist die Vertragsgestaltung zu beachten: Hilfsmittel sind häufig vom Vertrag ausgeschlossen.

Pflegekasse

Personen, die einen Pflegegrad haben, können von der Pflegekasse für Wohnumfeld verbessernde Maßnahmen (SGB XI § 40) bis zu 4.000 € pro Maßnahme erhalten. Mehrere Anspruchsberechtigte, die zusammen wohnen, können bis zu 16.000 € erhalten. Als *eine* Maßnahme gelten die Veränderungen, die zum aktuellen Zeitpunkt und Zustand der antragstellenden Person notwendig sind. Erst bei einer wesentlichen Verschlechterung des Gesundheitszustandes der betreffenden Person (zum Beispiel bei einer Veränderung der Pflegesituation) kann der Zuschuss erneut beantragt werden.

- Einbau von fest installierten Rampen
- Treppenlifte
- Türverbreiterungen
- Einbau von ebenerdigen Duschen
- Entfernung vom Balkenschwellen
- Kippspiegel
- Entfernung von Schwellen in der Wohnung
- Anbringen von Handläufen
- Austausch von Bodenbelägen, zum Beispiel rutschfeste Fliesen im Bad
- Herabsetzen von Fenstergriffen
- Einbau von behindertengerechten Küchen
- Lifte wie Plattformlift oder Fahrstuhl

Ein Antrag muss immer vor Beginn der Maßnahme gestellt und die Bewilligung abgewartet werden!

Der Antrag wird mit einem Formular der jeweiligen Pflegekasse oder formlos direkt an die Pflegekasse gestellt. Auch der Umzug in eine barrierefreie Wohnung und einige andere Leistungen können durch die Pflegekasse aus diesem Zuschuss geleistet werden.

Öffentliche Mittel

Förderung des Landes Hessen bei behindertengerechten Umbauten von selbst genutztem Wohneigentum

Selbst genutztes Wohneigentum – Haus oder Wohnung – so umzubauen, dass das Wohnen mit einer Behinderung dort weiterhin möglich ist, ist häufig mit erheblichen finanziellen Belastungen verbunden. Das Land Hessen stellt deshalb jährlich Fördermittel als Kostenzuschuss für einen Umbau einer vom Eigentümer selbst oder einem Angehörigen genutzten Wohnung zur Verfügung. Voraussetzung ist eine Schwerbehinderung oder das Vorliegen eines Pflegegrades. Die Wohnung und das Wohnumfeld sollten baulich so gestaltet sein, dass behinderte Menschen einen eigenen Haushalt führen sowie selbstständig und unabhängig leben können. Gefördert wird zum Beispiel der Umbau von Bädern oder Küchen mit bis zu 5.000 €, der Einbau von geeigneten Aufzügen mit maximal 6000 €. Andere Maßnahmen, wie die Beseitigung von Stufen und Schwellen oder die Einrichtung von Rampen, werden als Einzelmaßnahmen mit höchstens 2.500 € gefördert. Der Zuschuss beträgt maximal 50 % der förderfähigen Kosten. Förderungsfähig sind Gesamtkosten bis zu einem Betrag von 25.000 € je Wohneinheit, Maßnahmekosten unter 1.000 € werden nicht

gefördert. In Ausnahmefällen können auch notwendige Anbauten an vorhandenen Gebäuden mit Darlehen aus dem Eigentumsprogramm gefördert werden. Anträge können über die Wohnungsbauförderung der Universitätsstadt Marburg eingereicht werden:

Fachdienst 60.1 – Bauverwaltung

Barfüßerstraße 11, 35037 Marburg

Telefon: 06421 201-1604

✉ bauverwaltung@marburg-stadt.de

Weitere Information auch direkt bei der Wirtschafts- und Infrastrukturbank Hessen (WIBank) (siehe „Wichtige Kontakte“).

Kreditanstalt für Wiederaufbau (KfW)

Eine weitere Finanzierungsmöglichkeit bietet die Kreditanstalt für Wiederaufbau (KfW). Für altersgerechte Umbauten kann wahlweise ein Darlehen oder ein Kostenzuschuss gewährt werden. Die Programme der KfW gelten auch für Mietwohnungen sowie für vorsorgliche Umbauten. In Rahmen des Programms „Altersgerecht umbauen“ werden vorrangig Maßnahmen gefördert, die den Anforderungen der DIN 18040 entsprechen. Die Finanzierung der Bauvorhaben muss dauerhaft gesichert sein. Die Beantragung eines zinsgünstigen Kredits erfolgt über die Hausbanken, die Beantragung

eines Zuschusses über die KfW direkt. Erfahrungsgemäß ist der Zuschuss schnell aufgebraucht, sodass der Antrag kurzfristig gestellt werden sollte.

Gefördert werden Maßnahmen in den folgenden sieben Bereichen:

1. Wege zu den Gebäuden und Wohnumfeldmaßnahmen
2. Eingangsbereich und Wohnungszugang
3. vertikale Erschließung/Überwindung von Niveauunterschieden
4. Anpassung der Raumgeometrie
5. Maßnahmen an Sanitärräumen
6. Sicherheit, Orientierung und Kommunikation
7. Gemeinschaftsräume, Mehrgenerationenwohnen

Die Durchführung von Maßnahmen der einzelnen Förderungsbereiche 1 bis 7 wird mit 8 % der förderfähigen Investitionskosten, maximal 4.000 € pro Wohneinheit, gefördert; der Standard „Altersgerechtes Haus“ mit 10 %, maximal 5.000 €, pro Wohneinheit.

Zuschussbeträge unter 300 € werden nicht ausgezahlt (Umbausumme 3.750 €). Ein Fachunternehmen bestätigt die Einhaltung der Anforderungen bei Maßnahmen 1 bis 7.

Weitere Information: www.kfw.de (siehe auch „Wichtige Kontakte“)



Gesetzliche Unfallversicherung (Berufsgenossenschaft und Unfallkassen)

Die Berufsgenossenschaften und Unfallkassen finanzieren umfangreich (keine Begrenzung nach oben) Maßnahmen der Wohnungsanpassung, wenn die Erkrankung oder Behinderung auf einen Arbeitsunfall oder eine Berufserkrankung zurückzuführen ist. Einkommen und Vermögen der Betroffenen werden hier nicht berücksichtigt.

Rentenversicherung und Integrationsamt

Für berufstätige behinderte Menschen sind je nach Dauer der Rentenversicherungszahlungen Förderungen durch das Integrationsamt oder die Rentenversicherung möglich.

Steuererleichterungen

Behindertengerechte Umbaumaßnahmen einer Mietwohnung oder im selbst genutzten Eigenheim können bei der Einkommensteuererklärung als außergewöhnliche Belastungen teilweise in Abzug gebracht werden. Hier muss eine Schwerbehinderung nachgewiesen werden und ein ärztliches Attest vorliegen. Vor Beginn der Maßnahme ist die Anerkennung nach § 33 EStG beim Finanzamt abzufragen. Handwerksleistungen

können nach § 35a Abs. 2 Satz 2 EStG bei Erhaltungs-, Modernisierungs- oder Renovierungsleistungen pro Haushalt und Jahr mit 20 % von maximal 6.000 € der Handwerkskosten – also bis zu 1.200 € – als Steuerbonus angerechnet werden.

Eigenleistung

Häufig ist es notwendig, ein gewisses Maß an Eigenleistung bzw. an Eigenbeteiligung zu erbringen.

Bei niedrigen Einkommen ist es möglich, einen Antrag beim Fachdienst Soziale Leistungen der Universitätsstadt Marburg bzw. dem Landeswohlfahrtsverband Hessen in Kassel zu stellen. Hier gilt jedoch, dass beide Institutionen immer nachrangig hinter allen anderen Kostenträgern sind. Sie benötigen – anders als z. B. die Pflegekasse – zwei bis drei Kostenvoranschläge. Der Leistungsanspruch besteht, wenn die Maßnahmen angemessen sind und durch sie die häusliche Pflege ermöglicht werden kann oder eine möglichst selbstständige Lebensführung wiederhergestellt wird. Es handelt sich um eine Ermessensleistung, die im Einzelfall individuell geprüft wird.

Wichtig: Erst mit der Umsetzung beginnen, wenn eine Genehmigung vorliegt!



Wenn ein Umzug nötig wird: der Weg ins neue Zuhause

In der Universitätsstadt Marburg eine neue Wohnung suchen zu müssen – wer dies schon einmal versucht hat, weiß, dass das nicht einfach ist. Für ältere, gesundheitlich eingeschränkte oder behinderte Menschen gilt dies in besonderem Maße: Die topografische Situation und die Art der Bebauung führen dazu, dass nur wenige Wohnungen überhaupt für diese Zielgruppe geeignet sind. Die örtlichen Mietpreise sind für Menschen mit geringem Einkommen ein zusätzliches Hindernis. Das Pflegebüro der Universitätsstadt Marburg bietet als Fachstelle für Wohnberatung Unterstützung für wohnungssuchende Menschen mit besonderen Bedürfnissen, insbesondere für Menschen mit Mobilitätseinschränkungen (Kontakt siehe „Wichtige Kontakte“).

Welche Wohnung passt zu mir?

Sie suchen eine neue Wohnung?

Über folgende Punkte sollten Sie sich zu Beginn Gedanken machen:

- Wo soll die Wohnung liegen? Hier spielt die Entfernung zu Familie/Freunden und die Infrastruktur (Einkauf, Schule, Arbeitsplatz etc.) eine Rolle.
- Falls Sie auf den öffentlichen Personennahverkehr angewiesen sind: Wie sind Ihre Mindestanforderungen? Welcher zeitliche Takt der Busanbindung ist akzeptabel? Welche Entfernung zur Haltestelle ist möglich? (Steigungen/Gefälle beachten!)
- Wie viele Personen ziehen in die neue Wohnung? Wie viele Zimmer/Schlafzimmer werden benötigt?
- Gibt es besondere Anforderungen an die Ausstattung, zum Beispiel Balkon, Heizungsart, Abstellraum, Unterstellmöglichkeit für Elektrorollstuhl, Elektroscooter oder Rollator?
- Haben Sie weitere besondere Anforderungen, zum Beispiel Tierhaltung, Allergien etc.?

Falls Sie eine Behinderung/Mobilitätseinschränkung haben:

Wie barrierefrei soll die Wohnung sein?

- Zugang zur Wohnung
- Türbreiten und Bewegungsflächen (Rollstuhl-/Rollatornutzung)
- Höhe von Bedienungselementen

Wenn ein Umzug nötig wird

- Ausstattung des Bades (zum Beispiel ebenerdige Dusche)
- Aufteilung der Wohnung/Grundriss (zum Beispiel Wohnküche)

Wohnen mit geringem Einkommen

Menschen mit geringem Einkommen können einen Wohnberechtigungsschein zum Bezug einer geförderten Wohnung erhalten. Bitte prüfen Sie, ob Sie zu dieser Zielgruppe gehören. Für behinderte Menschen ab einem Grad der Behinderung (GdB) von 50 % gibt es einen zusätzlichen Freibetrag. (Weiteres siehe unter Abschnitt „Fachdienst Wohnungswesen/Wohnungsvermittlung“)

Falls Sie Arbeitslosengeld II, Grundsicherung oder vergleichbare Leistungen erhalten, werden Mietkosten nur in voller Höhe übernommen, wenn es sich um angemessenen Wohnraum handelt. Hier spielen die Wohnungsgröße und der Mietpreis eine Rolle.

Angemessene Unterkunftskosten in der Grundsicherung SGB XII

Haushaltsgröße	max. Wohnungsgröße	max. Nettokaltmiete	max. „kalte“ Nebenkosten
Einzelperson	45 m ²	450 €	160 €
2 Personen	60 m ²	500 €	200 €
3 Personen	72 m ²	600 €	240 €
4 Personen	84 m ²	710 €	280 €
5 Personen	96 m ²	800 €	320 €

(Stand: 01.03.2022)

Nach der Besonderheit des Einzelfalls kann im Bereich der Sozialhilfe von den vorgenannten Grenzen abgewichen werden, wenn besondere Umstände rechtfertigen, tatsächlich höhere Unterkunftskosten als angemessen zu akzeptieren. Besondere Umstände können beispielhaft vorliegen bei (sozial-)medizinischen Aspekten, Alter oder Behinderung.

Zu Beginn der Wohnungssuche sollten Sie mit Ihrer Sachbearbeitung über den beabsichtigten Wohnungswechsel sprechen und sich genau über die für Sie zutreffende Wohnungsgröße und den Mietpreis informieren.

Wo finde ich eine Wohnung?

Fachdienst Wohnungswesen/ Wohnungsvermittlung

Für den Bezug einer mit öffentlichen Mitteln geförderten Wohnung (Sozialwohnung) wird eine Wohnberechtigungsbescheinigung benötigt. Diese erhalten Haushalte, deren anrechenbares Einkommen unterhalb der maßgeblichen Einkommensgrenze liegt. Die Einkommensgrenze ist abhängig von der Anzahl der zum Haushalt gehörenden Personen. Diese liegt zurzeit

- für einen Einpersonenhaushalt bei 16.331,00 Euro jährlich und
- für einen Zweipersonenhaushalt bei 24.807,00 Euro jährlich,
- zuzüglich 5.639,00 Euro jährlich für jede weitere zum Haushalt rechnende Person.
- Die Einkommensgrenze erhöht sich für jedes zum Haushalt rechnende Kind um weitere 650,00 Euro jährlich.

Für Schwerbehinderte ab einem GdB von 50 %, für Alleinerziehende oder junge Ehepaare gibt es Freibeträge.

Antragsformulare und weitere Auskünfte erhalten Sie beim Fachdienst Wohnungswesen. Der Antrag kann auch online gestellt werden!

Der Fachdienst Wohnungswesen vermittelt Sozialwohnungen folgender Wohnungsbaugesellschaften:

- **GeWoBau GmbH**, Pilgrimstein 17, 35037 Marburg, Telefon: 06421 91110
✉ gewobau@gewobau-marburg.de
- **GWH**, Gerhard-Jahn-Platz 17, 35037 Marburg, Telefon: 06421 92730, ✉ kunde@gwh.de
- **Wohnstadt GmbH**, Universitätsstraße 39, 35037 Marburg, Telefon: 0800 3331110, ✉ scmarburg@wohnstadt.de

Beim Fachdienst Wohnungswesen erhalten Sie außerdem ein Informationsblatt mit weiteren Wohnungsbaugesellschaften und Genossenschaften.

Fachdienst 55 – Wohnungswesen

Pilgrimstein 35 a, 35037 Marburg
Zimmer 318/3. OG

Telefon: 06421 201-1440

Telefax: 06421 201-1576

✉ wohnberechtigung@marburg-stadt.de

Pflegebüro/Fachstelle für Wohnberatung

Das Pflegebüro/Fachstelle für Wohnberatung der Universitätsstadt Marburg bietet Information, Beratung und Unterstützung für ältere Menschen und Menschen mit Behinderungen, die eine weitgehend selbstständig nutzbare Wohnung suchen:

- barrierearme Wohnungen
- barrierefreie Wohnungen für Menschen mit eingeschränkter Mobilität (Gehbehinderung, Rollstuhlnutzung, Pflegebedürftigkeit etc.)
- Wohnungen in barrierearmer Umgebung
- Wohnungen mit guter Infrastruktur im Wohnumfeld
- Wohnungen mit Möglichkeiten guten nachbarschaftlichen Kontakts

Das Angebot für wohnungssuchende Menschen:

- Informationen zum Angebot barrierefreier und barrierearmer Wohnungen in Marburg
- Tipps zur Wohnungssuche
- Aufnahme in die Vermittlungsliste
- Unterstützung beim Kontakt zu Vermietenden

Das Angebot für Vermietende

- Vermittlung langfristiger Mieterinnen und Mieter
- Beratung vor der Vermietung und auch während eines Mietverhältnisses
- Information zur Anpassung von Wohnraum an die Bedürfnisse älterer und behinderter Mieterinnen und Mieter sowie Information zur Finanzierung

Pflegebüro Marburg/ Fachstelle für Wohnberatung

Ansprechpartnerin: Frau Lux

Am Grün 16, 35037 Marburg

Telefon: 06421 201-1508

✉ pflegebuero@marburg-stadt.de

www.marburg-stadt.de/pflegebuero

Wohnung gefunden? – Weitere Hilfen

Finanzielle Unterstützung des Umzugs

Pflegekasse

Menschen, die in einen Pflegegrad eingestuft worden sind, können bei ihrer Pflegekasse beim Umzug in eine den Anforderungen der/des Pflegebedürftigen entsprechende Wohnung (zum Beispiel Umzug aus einer Obergeschoss in eine Parterrewohnung) einen Zuschuss von bis zu 4.000 Euro als „Maßnahmen zur Verbesserung des Wohnumfeldes“ beantragen.

Nähere Auskünfte erteilt die jeweilige Pflegekasse sowie das Pflegebüro (siehe „Wichtige Kontakte“).

Leistungen SGB XII/SGB IX (Sozialhilfe bzw. Eingliederungshilfe/Teilhabeleistungen)

Beziehen Sie Leistungen des Fachdienstes Soziale Leistungen, kann ein Umzug in eine bedarfsgerechte Wohnung unterstützt werden. Bitte wenden Sie sich an Ihre Sachbearbeitung.

Menschen, die Leistungen des Betreuten Wohnens oder andere Teilhabeleistungen über den Landeswohlfahrtsverband Hessen oder andere Träger beziehen, wenden sich an die jeweilige Sachbearbeitung.

Leistungen SGB II (KreisJobCenter)

Wer Arbeitslosengeld II bezieht, kann vom KreisJobCenter auch Umzugskosten erhalten, wenn der Umzug notwendig ist (z. B. bei Aufforderung zur Kostensenkung) und die Wohnung, die bezogen werden soll, angemessen ist. Bei vorheriger Zusicherung (einzuholen beim zuständigen Jobcenter) können Umzugskosten als Bedarf anerkannt werden. Grundsätzlich ist der Umzug mithilfe von Familienangehörigen, Verwandten, Freunden und/oder Nachbarn unentgeltlich durchzuführen. Ggf. können die Kosten für die Anmietung eines Umzugswagens (Selbstfahrer) übernommen werden. Sofern der/die Hilfebedürftige nachweist oder glaubhaft versichert, dass diese Selbsthilfemöglichkeiten nicht bestehen oder wenn der/die Hilfebedürftige den Umzug nicht selbst vornehmen kann (etwa wegen Alter, Behinderung, schwerer Erkrankung), kommt die Übernahme der Aufwendungen für einen gewerblichen Umzug in Betracht.

Wohngeld

Für Personen, die in der Stadt Marburg wohnen, ist der Fachdienst Wohnungswesen der Universitätsstadt Marburg zuständig. Wohngeld ist ein Zuschuss zu Aufwendungen für Wohnraum wie etwa Miete. Er dient der wirtschaftlichen Sicherung von angemessenem und familiengerechtem Wohnraum. Die Höhe des Wohngeldes berechnet sich aus der Anzahl der zusammen wohnenden Haushaltsmitglieder, der Miethöhe und dem Haushaltseinkommen.

Wohngeld wird gewährt als

- Mietzuschuss für den Mieter von Wohnraum und als
- Lastenzuschuss für den Eigentümer eines Hauses.

Auf Wohngeld besteht Rechtsanspruch.

Es wird nur auf Antrag gewährt, der an die für den Wohnsitz zuständige Behörde zu richten ist. Für die Stadt Marburg ist dies die Wohngeldbehörde der Universitätsstadt Marburg. Die entsprechenden Formulare und weitere Information stehen für Sie im Internet unter www.marburg.de zum Download bereit. Bitte füllen Sie den Antrag vollständig und gut lesbar aus und vergessen Sie Ihre Unterschrift nicht. Sie können den Antrag ausschließlich per E-Mail oder Post einreichen.

Bitte beachten Sie: Der Anspruch beginnt mit dem 1. des Monats, in dem der Antrag bei der Behörde eingegangen ist, oder mit dem Einzug in die Wohnung, falls dieser Termin später liegen sollte.

Fachdienst 55 – Wohnungswesen

Pilgrimstein 35 a, 35037 Marburg

Telefon: 06421 201-0

Telefax: 06421 201-1576

✉ wohngeld@marburg-stadt.de

Hinweise zu gemeinschaftlichen Wohnformen

Gemeinschaftliche Wohnprojekte können auch in Marburg auf umfangreiche Erfahrungen zurückgreifen. Merkmale solcher Gemeinschaften sind:

- Sie beginnen bereits vor dem Einzug.
- Menschen in Wohnprojekten sind als Initiierende oder Mitwirkende wesentlich an der Projektentwicklung beteiligt.
- Gegenseitige Hilfe gehört zum Selbstverständnis.
- Menschen in Wohnprojekten organisieren die Art und Weise ihres Zusammenlebens selbst – einschließlich der Organisations- und Entscheidungsstrukturen.
- Wohnprojekte pflegen eine gute Nachbarschaft.
- Die baulichen Gegebenheiten sollen soziale Kontakte ermöglichen bzw. erleichtern.

Achtung: In Marburg sind leider (noch) nicht alle Projekte baulich barrierefrei!

Weitere Information:

Koordinierungsstelle für Gemeinschaftliches Wohnen

Rose Michelsen

Telefon: 06421 201-1625

✉ wohnprojekte@marburg-stadt.de

Gut und sicher wohnen: Tipps und Hinweise

Für ältere Menschen und Menschen, die mit einer Behinderung leben, gehören zum guten und sicheren Wohnen nicht nur die konkreten Aspekte der Gestaltung und technischen Ausstattung einer Wohnung, sondern auch der Zugang zu Information, Beratung und ganz praktischer Unterstützung bzw. Pflege.

Das Beratungszentrum mit integriertem Pflegestützpunkt (BiP) bietet Information und Beratung rund ums Altern, Hilfe und Pflege, Wohnen und Betreuung sowie Engagement. Sie finden dort das Pflegebüro/Fachstelle für Wohnberatung, die Altenhilfe mit der Geschäftsstelle des Seniorenbeirats und die Altenplanung der Universitätsstadt Marburg. Des Weiteren beraten Sie der Pflegestützpunkt des Landkreises Marburg-Biedenkopf, die Alzheimer Gesellschaft e. V., die Freiwilligenagentur Marburg-Biedenkopf e. V. (FAM) sowie der Verein für Selbstbestimmung und Betreuung e. V. (SuB).

Seniorenwegweiser 2020 „Älter werden in Marburg“

Wie kann die Zeit nach dem Berufsleben aussehen? Welche Aktivitäten bietet die Universitätsstadt Marburg im Bereich Freizeit, Bildung, Sport oder Kultur für den dritten Lebensabschnitt? Welche Beratungsangebote stehen für Menschen mit Einschränkungen zur Verfügung? Von der Pflege über das Wohnen und die Gesundheit bis zur Freizeitgestaltung bietet die aktua-

lisierte siebte Auflage des Seniorenwegweisers älteren Menschen und deren Angehörigen viele Informationen.

Interessierte können die neue „Informationsbroschüre für Senior*innen der Universitätsstadt Marburg“ an folgenden Stellen kostenlos erhalten:

- **Rathaus** der Stadtverwaltung Marburg, Am Markt 1, 35037 Marburg
- **Beratungszentrum mit integriertem Pflegestützpunkt (BiP)**, Am Grün 16, 35037 Marburg
- **Fachbereich Arbeit, Soziales und Wohnen**, Friedrichstraße 36, 35037 Marburg
- **Stadtbüro** der Stadt Marburg, Frauenbergstraße 35, 35039 Marburg
- **Verwaltungsaußenstelle Wehrda**, Marburger Straße 21 b, 35043 Marburg
- **Verwaltungsaußenstelle Cappel**, Freiherr-vom-Stein-Straße 1, 35041 Marburg
- **Verwaltungsaußenstelle Marbach**, Emil-von-Behring-Straße 51, 35041 Marburg

Mehr Sicherheit zu Hause: die „Dose für den Notfall“

Die SOS-Notfalldose enthält ein Informationsblatt, auf dem alle wichtigen gesundheitlichen Daten wie Krankheiten, Medikamentenplan, Unverträglichkeiten, Allergien, Blutgruppe, Prothesen sowie Angaben über Angehörige, bevollmächtigte oder Patientenverfügun-



gen vermerkt sind. Aufbewahrt wird die Dose in der Kühlschrankschranktür – nicht, weil die Dose gekühlt werden muss, sondern weil davon auszugehen ist, dass es in fast jedem Haushalt einen Kühlschrank gibt. Zwei Aufkleber (einer innen an oder neben der Wohnungstür, der andere am Kühlschrank) weisen darauf hin, dass es in diesem Haushalt eine Notfalldose gibt.

Im Notfall kann so kostbare Zeit gespart werden, da die Rettungskräfte schnell informiert sind und entsprechend reagieren können. Das Konzept der SOS-Notfalldose ist mit den lokalen Rettungsdiensten kommuniziert.

Die Notfalldose ist eine Aktion des Lions Club Marburg. Sie ist zum Preis von 2,50 Euro an folgenden Orten erhältlich:

- Universitätsstadt Marburg, **Beratungszentrum BIP**, Am Grün 16, 35037 Marburg, Telefon 06421 201-1844,
- **Malteser Hilfsdienst e. V.**, Schützenstraße 28, 35039 Marburg, Telefon 06421 988666,
- **Feuerwehr Marburg**, Erlenring 11, 35037 Marburg, Telefon 06421 201-9922.

Wichtig-Mappe: Gut sortiert. In allen Lebenslagen.

Die Wichtig-Mappe ist eine Arbeitsmappe, mit der Sie persönliche Informationen und Dokumente übersichtlich zusammenstellen können. So lässt sich Wichtiges kurzfristig finden. Und Sie sind auch für eine Notfallsituation gerüstet, in der meist die Zeit und die Ruhe für



das Suchen von Unterlagen fehlen! Außerdem erleichtern Sie natürlich ihren Angehörigen eine Situation, die ohnehin sehr belastend ist. Im Wesentlichen enthält diese Mappe Formulare, auf denen Sie Informationen eintragen können, die in einem Notfall wichtig sein können. Das umfasst persönliche und medizinische Daten sowie Vorsorgevollmachten und Verfügungen.

Sie erhalten die Mappe in Beratungszentrum mit integriertem Pflegestützpunkt (BiP) (siehe unter „Wichtige Kontakte“).

Wichtig-Mappe online: Sie können alle Einträge direkt am Computer ausfüllen und alles zusammen ausdrucken (natürlich auch einzelne Seiten) und/oder abspeichern. Die Wichtig-Mappe finden Sie im Internet unter <https://soziales.hessen.de/Seniorinnen/Vorsorge/Wichtigmappe>

Die Wichtig-Mappe ist eine Neuauflage der bisherigen Notfallmappe. Die Notfallmappe wird dadurch nicht ersetzt und behält weiter ihre Gültigkeit.



Ambulante Kranken- u. Altenpflege
Palliativversorgung
Hauswirtschaftliche Versorgung
Wohngruppe für Demenzzranke
Tagespflege
Betreuung und Beratung
24 Std. Rufbereitschaft
Essen auf Rädern • Hausnotruf

Marburger Hauskrankenpflege
Körnerstraße 6a • 35039 Marburg
Telefon: 06421 65545

www.marburger-hauskrankenpflege.de

GeWoBau
M A R B U R G



**Gemeinnützige
Wohnungsbau GmbH
Marburg-Lahn**

Marburgs größter Vermieter ... kommunal fair nachhaltig



Pilgrimstein 17 • 35037 Marburg • Tel.: (0 64 21) 91 11-0 • Fax: (0 64 21) 91 11-11
 E-Mail: gewobau@gewobau-marburg.de • www.gewobau-marburg.de
 Geschäftszeiten: Montag, Dienstag, Mittwoch 08.30 – 12.00 Uhr und 14.00 – 16.00 Uhr,
 Donnerstag 08.30 – 12.00 Uhr und 14.00 – 17.00 Uhr – oder nach Vereinbarung

Wichtige Kontakte

Beratung zur Wohnungsanpassung

Universitätsstadt Marburg
Pflegebüro Marburg/Fachstelle für Wohnberatung
 Am Grün 16, 35037 Marburg
 Telefon: 06421 201-1508
 ✉ pflegebueero@marburg-stadt.de
www.marburg.de/pflegebueero



Landkreis Marburg-Biedenkopf Pflegestützpunkt Marburg-Biedenkopf

Am Grün 16, 35037 Marburg
 Telefon: 06421 405-7400

✉ pflgestuetzpunkt@marburg-biedenkopf.de
www.marburg-biedenkopf.de



Auch andere Organisationen, Träger und Dienste bieten im Rahmen ihrer Arbeit Beratung zur Wohnungsanpassung an: Bitte fragen Sie nach!

Information und Beratung rund ums Altern, Hilfe und Pflege, Wohnen und Betreuung, rechtliche Vertretung sowie Engagement:

Beratungszentrum mit integriertem Pflegestützpunkt (BIP)

Am Grün 16, 35037 Marburg
 Telefon: 06421 201-1844

www.marburg.de/bip



Weitere Kontakte zum Thema Wohnungsanpassung

Sozialnetz Hessen

www.sozialnetz.de



barrierefrei behindertengerecht planen – bauen – wohnen

www.nullbarriere.de



Produktneutrale Internet-Beratung zu Hilfsmitteln, Wohnungsanpassung und -umbau

www.online-wohn-beratung.de



GGT Deutsche Gesellschaft für Gerontotechnik

www.gerontotechnik.de



**REHADAT – Hilfsmittelportal –
 Institut der Deutschen Wirtschaft**
www.rehadat-hilfsmittel.de



Wirtschafts- und Infrastrukturbank Hessen (WIBank)

Beratungs-Hotline: 0611 774-7333

<https://www.wibank.de/wibank/behindertengerechter-umbau-von-wohneigentum/behindertengerechter-umbau-von-wohneigentum--531064>



Kreditanstalt für Wiederaufbau (KfW)

Programm 159 – Altersgerecht Umbauen (Kredit)
 Programm 455B – Barrierereduzierung (Zuschuss)
 Hotline für Eigentümer, Mieter und Vermieter: 0800 539 9002

www.kfw.de/159

www.kfw.de/455



Hessische Fachstelle für Wohnberatung AWO BV Hessen Nord e. V.

Wilhelmshöher Allee 32 a, 34117 Kassel
 Telefon: 05615 077-137

<https://soziales.hessen.de/senioren/wohnen-im-alter>



Arbeitskreis altersgerechte Assistenzsysteme

www.altersgerechte-assistenzsysteme-nordhessen.de



Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Gesundheit

www.serviceportal-zuhause-im-alter.de



Kriminalpolizeilicher Berater für den Landkreis Marburg-Biedenkopf

Jan-Oliver Karo, Polizeistation Marburg
 Raiffeisenstraße 1, 35043 Marburg
 Telefon: 06421 406-123

✉ beratungsstelle.ppmh@polizei.hessen.de

Inserentenverzeichnis



Branche	Unternehmen	Seite
Ambulante Pflege	DRK Ambulante Pflege Mittelhessen gGmbH	2
Anwalt – Notar	Diplom-Kaufmann Dr. Anton Sebastian Schmölz	U3
Bestattungsinstitut	Ruheforst Marburger Land	U3
Haus- und Gartenservice	DRK Kreisverband Marburg-Gießen e. V.	2
Hausnotruf	DRK Kreisverband Marburg-Gießen e. V.	16
Krankenpflege	Marburger Hauskrankenpflege Christa Diessel & Partner	31
Lift	Wachsmann Lift-Technik	16
Seniorenresidenz	Römergarten Senioren-Residenzen GmbH	2
Wohnungsbau	Gemeinnützige Wohnungsbau GmbH Marburg-Lahn	31

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

U = Umschlagseite



Notar und Rechtsanwalt Diplom-Kaufmann Dr. Anton Sebastian Schmölz

Ludwig & Ludwig, Dr. Schmölz u. Kollegen, Hedwig-Jahnow-Straße 18, 35037 Marburg
Tel. 06421/94 84 3-0, Mail: info@ludwigschmoelz.com, www.ludwigschmoelz.com

Erbrechtliche Gestaltungen, Testamente, Eheverträge
Vorweggenommene Erbfolge, Vermögensübertragungen, Schenkungen
Gesellschaftsrechtliche Gestaltungen
Immobilienangelegenheiten
Notarsachen

Waldbestattung.
Friedlich. Würdevoll. Behütet.



Termine für kostenlose Führungen
auf Anfrage unter
Tel. 06421/79394 oder
info@ruheforst-marburgerland.de

ruheforst-marburgerland.de

